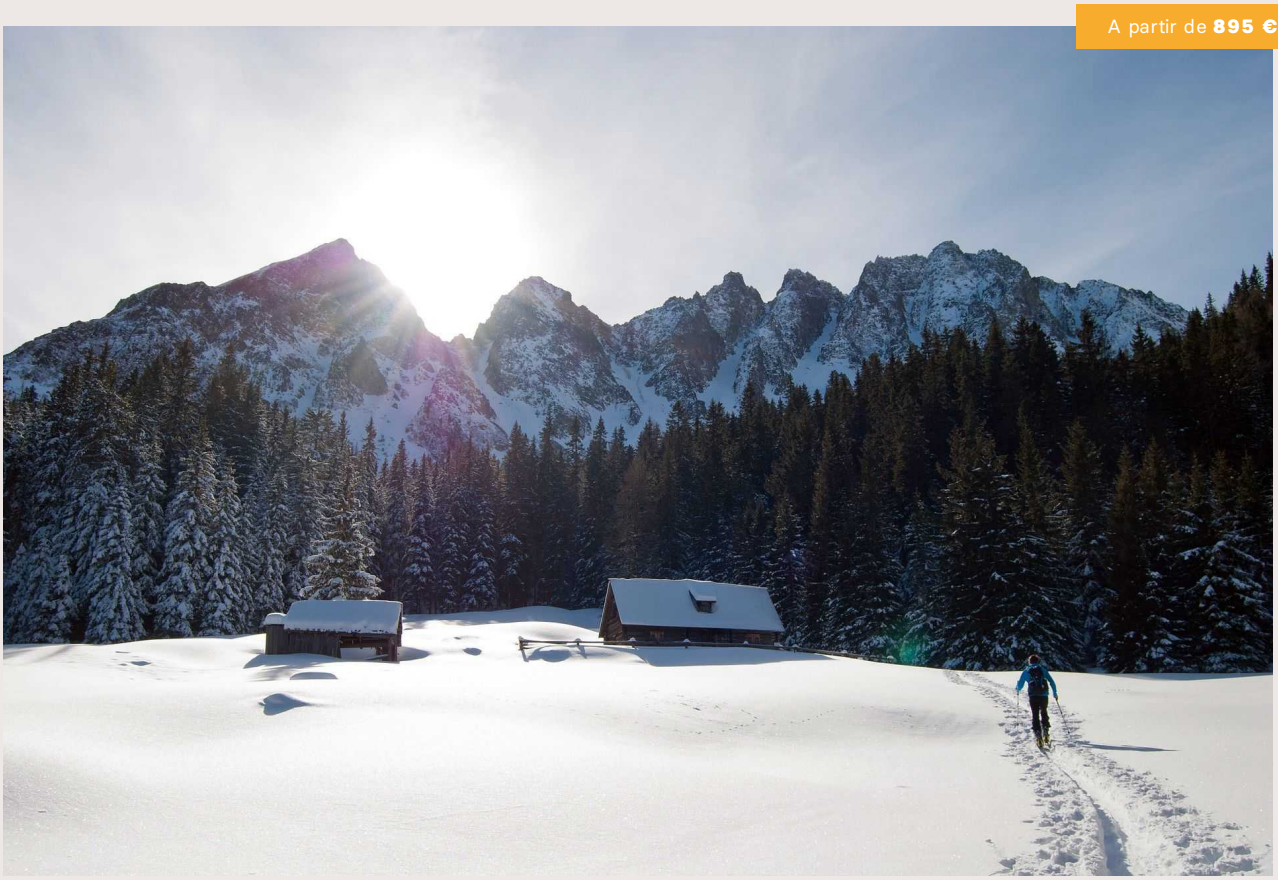
France

TOUR DU QUEYRAS À RAQUETTES, EN HÔTEL

Code voyage : **FQUETH**

RAQUETTES

A partir de **895 €**



Voyage en petit groupe | Niveau : **2/5** | **5 jours** | **Train à partir de 100 €**

Limité à un petit groupe de 8 personnes maximum, ce séjour nous fait découvrir les trois plus belles vallées du parc naturel régional du Queyras : le Val d'Azur, le Haut Guil et la vallée de Saint Véran, plus haute commune d'Europe. Chaque soir, nous dormons en chambre privative dans de petits hôtels familiaux confortables et chaleureux : 2 nuits à Abriès (Haut-Guil) en hôtel 2* et 2 nuits à Saint-Véran en hôtel 2* ou en auberge.
Guidés par notre accompagnateur en montagne, nous randonnons dans les plus beaux endroits de son pays et il nous fait partager ses connaissances sur la neige, l'histoire, le patrimoine local, l'architecture du massif. Il nous transmet aussi les rudiments techniques et sécuritaires pour profiter de cette merveilleuse activité hivernale qu'est la raquette !

POINTS FORTS

- L'encadrement du séjour par un accompagnateur en montagne du pays
- Du Haut Guil à Saint Véran en 5 jours de raquettes
- Accès pendant 4 soirs à l'espace bien-être
- Un tour dans le Queyras en chambres de 2 en confort hôtelier !

Jour par jour

JOUR 1

ACCUEIL DANS LE QUEYRAS - LE HAUT GUIL - ABRIÈS

RDV à 18 h 30 en gare de Guillestre. (Voir la rubrique «RDV» de la fiche pratique). Accueil puis transfert dans la vallée du Haut Guil. Présentation du séjour par votre accompagnateur. Distribution du matériel.
Aujourd'hui, pour notre première journée, nous aurons peut-être la chance de rencontrer la faune sauvage dans un petit coin de paradis où la nature est encore préservée... Marchons à pas de loup pour rejoindre le cœur de la réserve. Laissons-nous guider par le silence et le seul bruit du craquement de la neige sous nos pas, pour ne pas troubler les animaux qui se trouvent au détour du chemin. Nous ne saurons plus où donner de la tête, entre le Mont Viso qui se dresse majestueusement devant nous et les chamois, voire parfois même les bouquetins, que nous pourrons observer quasiment nez-à-nez !
Nuit à Abriès.

DÉTAIL

Marche : 4h-5h
Dénivelé positif : 400 m
Dénivelé négatif : 400 m
Hébergement : Hôtel
Déjeuner : libre

JOUR 2

HAUT-GUIL : UN REGARD SUR LE MONT-VISO - ABRIÈS

Ce versant sud est l'occasion de découvrir en douceur la haute vallée du Guil, célèbre pour ses fameux « retour d'Est » pouvant apporter localement de grosses quantités de neige... Cette sortie permet d'avoir raquettes aux pieds une très belle vue sur le magnifique sommet du Mont Viso (3 841 m) sans oublier le typique hameau du Malrif et la chapelle du Tirail. En fin de journée, nous pourrons déambuler dans le village d'Abriès à la recherche des fameuses pierres écrites qui ornent les maisons...

DÉTAIL

Marche : 4h30
Dénivelé positif : 280 m
Dénivelé négatif : 280 m
Hébergement : Hôtel

JOUR 3

VALLÉE DE MOLINES – LE SOMMET BUCHER (2254M) - SAINT VERAN

Petit transfert direction la vallée de Molines et de Saint Véran pour un sommet qui vaut le détour ! Juché en haut de sa cime, le sommet Bûcher vous laissera pantois avec une vue à 360° sur le Queyras enveloppé dans son manteau neigeux... De quoi nous faire tourner la tête ! Après cette ascension, un peu de réconfort et de chaleur avec un bon repas et un thé chaud. Pour clore cette journée riche en émotions, n'oublions pas le rituel du verre de fin de journée, moment de partage convivial tant attendu ! Cette nuit, nous dormons à Saint-Véran, la plus haute commune d'Europe du haut de ses 2 040 m d'altitude.

DÉTAIL

Marche : 5h
Dénivelé positif : 600 m
Dénivelé négatif : 600 m
Hébergement : Hôtel

JOUR 4

SAINT-VÉRAN (2 040 M) - CROIX DE CURLET (2 301 M) - SAINT VERAN

Aujourd'hui, notre accompagnateur nous glissera le secret pour différencier les pins cembros et les mélèzes au sein d'une des plus belles forêts du Queyras. Le vent, venu d'Italie, nous pique le visage lorsque nous avançons fièrement le long de la crête avant de rejoindre la croix de Curlet avec une vue plongeante sur le village de Saint Véran. Enfin, nous nous laissons happer par les contes de la vie traditionnelle du plus haut village d'Europe, entre cadrans solaires et fontaines en bois. Dernière nuit à Saint Véran.

DÉTAIL

Marche : 4h30
Dénivelé positif : 500 m
Dénivelé négatif : 500 m
Hébergement : Hôtel

JOUR 5

LE VAL D'AZUR : LES CHALETS DE CLAPEYTO - ABRIÈS (FIN DU SÉJOUR)

Là-haut dans la montagne, au bout de la vallée, se trouve les chalets d'alpage qui autrefois accueillaient les habitants le temps des estives. En hiver, cet alpage devient le paradis des randonneurs en raquettes : des chalets dispersés dans la montagne, de la neige accumulée sur les toits, un vrai paysage de carte postale.
Après cette journée, transfert direction Abriès, dans la vallée du Haut-Guil. Profitez de ce trajet en minibus pour débriefer et poser toutes vos questions, ou bien faire une petite sieste !
Dispersion après la randonnée : Nous rejoignons la gare de Montdauphin-Guillestre via un bus local (départ d'Arvieux vers 16h30, arrivée en gare vers 17h30-18h00 selon les conditions de neige)

DÉTAIL

Marche : 5h30
Dénivelé positif : 550 m
Dénivelé négatif : 550 m
Dîner : libre

À NOTER

- En fonction de la météorologie, des conditions d'enneigement, d'une surcharge éventuelle d'un hébergement ou pour toute autre raison indépendante de notre volonté, nous pouvons être amenés à exceptionnellement modifier ce programme.
- Ce voyage a été construit en collaboration avec Atalante et nos partenaires locaux, afin de vous proposer un plus grand nombre de départs garantis, tout en alliant nos savoir-faire et nos expériences du voyage. Par conséquent, vous pourriez retrouver des voyageurs de ces agences dans votre groupe.

Dates & prix

AUCUN DÉPART N'EST PRÉVU POUR L'INSTANT

(informations au 17/05/2024)

Le prix comprend

- La pension complète du repas du pique nique du J01 au pique nique du J05
- l'hébergement en hôtels 2* (base chambre double/twin à partager)
- L'encadrement par un professionnel de la montagne diplômé d'état
- Le transport des bagages
- Les transferts en minibus décrits au programme de randonnées
- La fourniture de l'équipement de sécurité, des raquettes et bâtons
- Le transfert aller-retour de la gare au lieu de rendez-vous

Le prix ne comprend pas

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- Les frais de transport A/R de votre domicile à la gare ou lieu de rendez-vous

À payer sur place

- Les boissons pendant et hors repas
- Les dépenses personnelles
- Les pourboires à l'équipe d'encadrement sur place (à votre discrétion)

Assurances au choix

- **Assurance multirisque :** 4,1 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque avec extension épidémie :**5,1 % du voyage par personne
- **Assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.)** 5 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque premium avec extension épidémie (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) :** 6,1 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.

Voyage en train

Nos prix sont calculés hors acheminement. Les points de rendez-vous et de départ de chaque voyage sont indiqués sur votre itinéraire.

Mais rassurez-vous, nous pouvons réserver vos trains pour vous simplifier la vie :

- Une proposition à la carte (choix du plan de transport, de la compagnie, de la gare de départ, etc.).
- La transparence sur le prix du billet.
- Le tout pour un forfait fixe de 40 € / personne.

Options

- Le supplément chambre individuelle (sur demande et sous réserve de disponibilité) = 90 euros

- Nuit supplémentaire a Ville Vieille en hôtel en chambre double = 89 euros par personne
- Nuit supplémentaire à Ville Vieille en hôtel en chambre individuelle = 89 euros par personne

- Possibilité de réserver l'acheminement en train avec nous :

- Une proposition à la carte (choix du plan de transport, de la compagnie, de la gare de départ...).
- La transparence sur le prix du billet.
- Le tout pour un forfait fixe de 40 € / personne.

Détail du voyage

NIVEAU

Itinéraire vallonné de 15 à 20 km ou itinéraire de montagne avec dénivelés de 300 à 600 m en montée et/ou descente. Pas de difficultés techniques particulières. 3h à 5 heures de marche environ avec un sac léger contenant vos affaires nécessaires à la journée (pique nique, vêtement chaud, thermos...).
Les terrains abordés restent à la portée de tous et votre accompagnateur est là pour vous faire découvrir en douceur les plaisirs de la balade à raquettes
Ce séjour est destiné à être une initiation ou une redécouverte des plaisirs de la balade à raquette et autres glissades dans la neige. Etre en bonne forme physique et aimer la marche en plein air avec un minimum le goût pour l'effort.

ENCADREMENT

Nos randonnées sont encadrées par un guide accompagnateur, spécialiste du Queyras.
Il a été choisi pour son expérience de terrain, sa connaissance spécifique d'une aire géographique et de la culture s'y rattachant, ainsi que pour sa passion à faire découvrir sa région.

Ce voyage est réalisé en collaboration avec des partenaires. Vous pouvez être amenés à voyager avec des clients venant d'autres agences.

ALIMENTATION

Le repas et le petit-déjeuner sont préparés par nos hôtes. La restauration servie dans les hébergements est équilibrée et variée. La cuisine est copieuse et traditionnelle et adaptée au programme des randonneurs.
Les repas froids pris au cours de la randonnée sont complets et composés de salade, viande ou charcuterie, fromage, fruit, biscuit.
Ces pique niques sont réservés par nos soins auprès des hébergements ou préparés par l'accompagnateur à l'aide des commerces locaux.

Les boissons ne sont pas comprises.

HÉBERGEMENT

Hébergement en hôtels 2* en chambres de 2 à partager :
• 2 nuits en hôtel 2** avec sauna à Abriès
• 2 nuits en hôtel 2** à Saint Veran
Selon les semaines, nous alternons entre l'auberge et l'hôtel. Dans les deux cas, vous serez logés en chambre confortables, avec linge de lit et sanitaire privatifs.
Les deux logements sont situés dans le village et offrent une vue splendide sur la vallée et les sommets enneigés.

Les nuits s'organisent en chambre de 2 personnes, avec sanitaires privatifs. Le linge de lit et de toilette est fourni.

HEURE ET LIEU DE RENDEZ-VOUS

RDV le dimanche à 08h30 en gare de Montdauphin Guillestre.

Lors de votre réservation, ou au plus tard une semaine avant votre arrivée, merci de nous communiquer impérativement les informations suivantes :

- Votre mode d'arrivée : train ou voiture...
- Votre horaire d'arrivée si vous arrivez en train.

ACCÈS AU LIEU DE RENDEZ-VOUS

Si vous arrivez en train, accueil à la gare à 8 h 30 par notre accompagnateur, puis transfert en minibus jusqu'à l'hôtel.
Lors de votre réservation, ou au plus tard une semaine avant votre arrivée, merci de nous communiquer impérativement les informations suivantes :
• Votre mode d'arrivée : train ou voiture...
• Votre horaire d'arrivée si vous arrivez en train. Si vous arrivez en journée nous précisez si vous prenez la navette locale ou si vous attendez l'heure de rendez-vous en gare.
• Votre lieu d'arrivée : hôtel ou gare.

Si vous arrivez en retard : en cas de retard de train ou sur la route merci de prévenir le numéro d'urgence qui vous sera communiqué lors de votre réservation.

1. **Si vous arrivez en train**

Arrivée en gare de Montdauphin-Guillestre, sur la ligne vers Briançon.Informations et horaires : https://www.sncf-connect.com/

En venant du nord : liaison quotidienne par train couchette ou par TGV et TER :Train de nuit : Ligne Paris (gare d'Austerlitz) / Montdauphin - GuillestreTrain de jour : Ligne Paris-Valence ou Paris-Grenoble puis correspondances pour Montdauphin-Guillestre (ligne vers Briançon). Attention, évitez les propositions d'horaires vous faisant passer par Aix-en-Provence ou Marseille, beaucoup plus long.Train de jour : TGV Ligne Paris - Turin. Arrêt OulArrivée à la gare italienne d'Oulx (Ligne Paris-Turin)À Oulx, un nouveau service d'autocar vous permet de rejoindre directement le Queyras depuis la gare. Renseignement et réservation : www.autocars-imbert.com - 04 92 45 18 11
En venant du sud : ligne Marseille-Briançon

Nota : attention, certaines propositions d'horaires par internet vous font passer par Aix-en-Provence ou Marseille, ce qui est beaucoup plus long. Il faut bien se renseigner et privilégier les accès par les gares de Valence ou de Grenoble.

De la gare au lieu de RDV
Votre accompagnateur ou un responsable de l'agence vous accueille en gare à 8 h 30 pour le transfert sur le lieu de rendez-vous (transport en minibus compris dans le tarif du séjour).

2. Si vous arrivez en voiture

Par le nord :
1ère possibilité : Emprunter le col du Lautaret par Bourg d'Oisans et la Grave. Rejoindre Briançon et suivre direction Gap (RN 94) jusqu'à la gare de Montdauphin. 2e possibilité : Depuis Grenoble par la Mure et Gap. Ensuite suivre la direction Embrun par la RN 94 puis la gare de Montdauphin.
3e possibilité : Depuis Grenoble rester sur l'autoroute A51 direction Sisteron. Franchir le col de Lus-la-Croix-Haute, puis rejoindre Veyne, Gap. Ensuite suivre la direction Embrun par la RN94 puis la gare de Montdauphin.
4e possibilité : Par Chambéry - Autoroute de la Maurienne -Tunnel du Fréjus (au péage prendre un aller-retour valable 7 jours).
Au péage à la sortie du tunnel côté italien, continuer sur l'autoroute direction Turin. Sortir à Oulx et prendre direction Cesana - Sestriere - Col de Montgenèvre/Francia. Du col de Montgenèvre (frontière) vous gagnez Briançon puis la gare de Montdauphin.

Par le sud **:**
Valence ou Sisteron - Gap - Embrun - Gare de Montdauphin.

Contact « État des routes »
Les équipements neige (pneus neige ou chaines dans le coffre) sont maintenant obligatoires à partir du 1 er novembre jusqu'au 30 mars.
Pour accéder au département des Hautes-Alpes vous pouvez consulter le site : https://inforoute.hautes-alpes.fr

PETITS CONSEILS PRATIQUES
Nous rappelons aux utilisateurs des GPS routiers que certains itinéraires qui leurs sont indiqués ne sont pas praticables en hiver ! En effet les grands cols alpins de la région ne sont pas déneigés l'hiver et restent donc fermés à la circulation.
Quel que soit l'itinéraire que vous empruntez l'hiver pour arriver dans les Hautes-Alpes, **les équipements spéciaux (Pneus neige, chaines à neige ou chaussettes …) sont obligatoires entre le 01 novembre et le 31 mars.** Entrainez-vous à les mettre avant de partir.
Si vous roulez avec un véhicule diesel, nous vous conseillons d'effectuer votre plein à l'approche du Queyras ou vous trouverez du carburant « grand froid ». Les propositions à bas coût du gasoil des supermarchés ou des stations-services éloignées des montagnes sont rarement adaptées aux températures parfois fraiches des nuits en altitude !

Parking :
Vous pouvez laisser votre véhicule sur le parking de la gare de Montdauphin Guillestre

3. Si vous arrivez en bus :

Possibilité de rejoindre la gare de Montdauphin en bus depuis Marseille et Paris :
Depuis Paris : Départs réguliers les vendredis / samedis / dimanches
Depuis Marseille : Départs réguliers les vendredis / samedis
Ces lignes seront effectuées avec des cars Grand Tourisme de dernière génération répondant aux normes Euros 5 et 6.Plus de renseignements et réservation directement auprès du transporteur.www.autocars-imbert.com

DISPERSION

Fin du séjour le J05 après la randonnée vers 16h30, dispersion en gare de Montdauphin Guillestre vers 17h30.

Pour les participants utilisant le train, transfert avec le bus local (compris dans votre séjour) en gare de Montdauphin-Guillestre (départ

vers 16h30).

SE LOGER AVANT OU APRÈS LE CIRCUIT

Merci de nous indiquer lors de votre inscription si vous souhaitez une nuit supplémentaire. Nous vous logerons chez notre partenaire ou dans un hébergement proche en fonction des disponibilités.

Si vous arrivez en train, vous pouvez réserver directement une nuitée dans un des hébergements à proximité de la gare :
Hôtel Lacours : 04 95 45 03 08
Auberge d'Eygliers : 04 95 45 03 15

PARKING PENDANT LE CIRCUIT

Vous pouvez laisser votre véhicule sur le parking proche de l'hôtel durant le séjour ou sur le parking de la gare de Montdauphin Guillestre.

DÉPLACEMENT

Transferts sur place en minibus ou taxi local.

POURBOIRES

Il s'agit d'une pratique usuelle et non obligatoire. Selon votre satisfaction à la fin de votre voyage, il est d'usage de donner un pourboire à votre guide et à l'équipe locale. Il doit être adapté en fonction du niveau de vie du pays et de la durée de votre voyage. C'est votre geste d'appréciation par rapport à la prestation reçue.

Equipement

MATÉRIEL FOURNI SUR PLACE

Nous vous fournissons des raquettes à plaque TSL ainsi que les bâtons télescopiques 2 brins. Selon votre taille et votre poids, vous serez équipé d'un matériel adapté : raquettes petit tamis pour les moins de 55 kg et raquettes grand tamis si vous pesez plus de 80 à 85 kg (il ne faut pas oublier les quelques kilos du poids du sac !)

Le Queyras est un massif alpin qui nécessite de s'équiper du matériel de sécurité lorsque l'on pratique le ski de randonnée ou la raquette. Pour votre sécurité, nous vous fournissons un DVA (détecteur de victimes d'avalanches) que vous porterez sur vous, accompagné d'une petite pelle à neige et d'une sonde que vous devrez loger dans votre sac à dos.

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

L'équipement vestimentaire conseillé pour randonner :

- 1 casquette.
- 1 bonnet.
- 1 tour de cou type @Buff
- 1 paire de gants chauds (prévoir 1 paire de rechange)
- 2 tee-shirts manches courtes adaptés à l'effort (en matière respirante)
- 1 sous-pull à manches longues également adapté à l'effort
- 1 veste en fourrure polaire.
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante avec capuche si possible (type gore-tex ou équivalent)
- 1 housse de protection du sac à dos pour le mauvais temps (souvent intégrée dans les sac)
- 1 pantalon adapté à la marche (pantalon type « jean » interdit car il gèle lorsqu'il est humide !)
- 1 surpantalon imperméable et respirant (type gore-tex ou équivalent)
- 1 caleçon chaud (il également être utilisé pour la soirée en refuge)
- 2 à 3 paires de chaussettes de randonnée, hautes et chaudes et adaptées à la marche
- 1 maillot de bain pour le bain norvégien à Saint Véran

En randonnée le principe des 3 couches reste l'équipement conseillé pour votre confort et votre sécurité.

- un sous-pull à manches longues en matière respirante (fibre creuse).
- une veste chaude en fourrure polaire
- une veste coupe-vent imperméable et respirante (type gore-tex)

En fonction de la météo et de l'effort, vous pourrez toujours choisir le concept le plus efficace. En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie, neige ou vent, il suffit de rajouter la veste imperméable. Par grands froids, ou lors des pauses en altitude, la veste polaire est un complément indispensable sous la veste coupe-vent.

Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc proscrire le coton. Préférez la laine, la soie et les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible. La sueur est l'ennemi du randonneur, surtout en hiver car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses.
Eviter les anoraks et proscrire les combinaisons de ski, trop chaud et encombrant.

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

Le matériel indispensable :

- 1 sac à dos de 35/38 litres à armature souple, muni d'une ceinture ventrale,
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, à semelle type Vibram. Penser à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps. (Des chaussures étanches type Gore-tex ou à minima en cuir vous permettront de garder vos petits petons au sec. Fausse bonne idée : les bottes ou après-skis qui ne sont pas adaptées pour se fixer

sur les raquettes !),

- 1 paire de guêtres hautes qui couvrent bien vos chaussures et le bas de la jambe,
- 1 grand sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos,
- 1 paire de lunettes de soleil catégorie 3 à 4,
- 1 thermos pour une boisson chaude obligatoire en hiver, gourde possible à partir de mi-février quand il commence à faire un peu plus chaud...
- 1 gourde1 gobelet, 1 couteau/fourchette repliable pour les pique-niques,
- des vivres de course de votre préférence (nous vous en donnons également en complément),
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre votre argent, carte d'identité, carte bancaire, carte vitale, contrat d'assistance (le reste de vos papiers et clé de voiture peuvent être confié à l'hôtel durant le séjour),
- 1 couverture de survie,
- papier toilette avec un petit briquet pour le brûler,
- crème solaire et écran labial,
- un canif,
- un sifflet.

Pour le soir à l'hébergement

- nécessaire de toilette (privilégiez l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyages).
- vos affaires de rechange (sous vêtements, pantalon, chaussures légères...)
- si vous portez des lunettes de vue, pensez à prendre une paire de rechange.

BAGAGES

Vos affaires personnelles inutiles pendant la journée sont transportées par taxi d'une étape à l'autre. Ce bagage (un seul par personne) devra être souple de type sac de voyage ou de sport (valise interdite) et rester d'un poids raisonnable (10 kg maximum).

Attention l'accès aux différents hébergements n'est pas toujours aisé en hiver et selon l'enneigement le véhicule ne peut se garer devant les hôtels ce qui nécessite du transport. Un bagage trop volumineux et trop lourd dépassant les 10kg sera refusé par le transporteur.
La journée vous ne portez que votre sac à dos (30 à 35 litre minimum conseillé) contenant vos effets personnels utiles à la randonnée (pique-nique, vêtements chauds, thermos...).

PHARMACIE

Pharmacie personnelle (votre guide a également une pharmacie collective)

- vos médicaments habituels.
- médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence.
- bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large.
- double peau (type Compeed ou SOS ampoules).

- Les territoires de montagne éloignés des zones d'habitation restent souvent à l'écart de la couverture de la téléphonie mobile ou sont affectés par de nombreuses zones d'ombre imprévisibles. Pour se préserver de ces déconvenues et vous assurer une sécurité maximale, les professionnels de Destinations Queyras sont équipés de radio VHF autorisant un accès direct aux services de secours en montagne.

- Avant votre séjour, préparez votre corps aux futurs efforts physiques. Si vous pratiquez un sport pendant la semaine, ne changez rien! Si vous êtes plutôt voiture, ascenseur, bureau: essayez de prendre les escaliers, de marcher une à deux heures par semaine afin de soliciter, préparer vos muscles, articulations, votre coeur aux différentes activités physiques à venir (même en niveau facile).

Formalités & santé

PASSEPORT

Non

VISA

Non

CARTE D'IDENTITÉ

Oui

VACCINS

Non

RECOMMANDATIONS SANITAIRES

.