

# Rando alpine en Queyras



## *PRESENTATION*

Séjour Ski de randonnée

7 jours, 6 nuits, 5 jours de ski

Nous vous proposons cinq jours de ski de randonnée alpine en toile, pour skier sur les plus belles pentes du **Parc Régional du Queyras**. Vous êtes encadrés par un guide de haute montagne du Queyras, qui vous fera découvrir toutes les subtilités de la randonnée, du ski hors traces et des différentes formes de neige, dans une région qui offre une très grande diversité de parcours. Vous allez monter haut, skier dans cet univers blanc bleu de haute montagne caractéristique des Alpes du Sud et passer une semaine hors du temps. Nous vous promettons un séjour chargé d'adrénaline et d'une beauté à couper le souffle.

Le soir, vous êtes hébergés en hôtel ou en gîte d'étape dans une ambiance familiale et confortable et vous profitez de trois séances de sauna finlandais au feu de bois pour vous décontracter après les efforts de la journée.

# PROGRAMME

## **Jour 1 : Accueil et présentation du séjour**

Accueil à l'hôtel le dimanche dans l'après-midi. Installation dans les chambres, pot d'accueil et présentation du séjour.

Vers 17h : location du matériel chez Skiset "Les 4 saisons" pour ceux qui en ont besoin.

Le repas est prévu au restaurant de l'hôtel à 19h30.

## **Jour 2 au Jour 6 : Ski de rando alpine à la journée**

5 journées complètes de balades afin de découvrir les plus beaux sommets du Queyras. Les sites sont choisis au jour le jour, en fonction des conditions météo et de neige.

Retour en fin d'après-midi, dîner vers 19h30 à l'hôtel.

Pour ceux qui le souhaitent, profitez d'un bon moment de détente dans le sauna finlandais au feu de bois !

## **Jour 7 : Fin du séjour**

Fin du séjour après le petit déjeuner

# FICHE PRATIQUE

## ACCUEIL

Les séjours se déroulent du dimanche soir au samedi matin. L'hébergement vous accueille, **le Jour 1, en cours d'après-midi**. Il est situé au-dessus du village de Molines en Queyras.

A noter : Vous avez la possibilité d'arriver la veille ou le dimanche matin pour ceux qui souhaitent voyager par le train de nuit (suppléments à prévoir). Dans l'un ou l'autre de ces cas, nous vous remercions de le préciser à la réservation du séjour.

Installation dans votre chambre et dîner à l'hôtel vers 19h30.

## Arrivée en train

### Si vous arrivez en train

Arrivée en gare de Montdauphin-Guillestre, sur la ligne vers Briançon.

En venant du nord : liaison quotidienne par train couchette Paris (gare d'Austerlitz) Montdauphin-Guillestre ou liaison par TGV Paris-Valence ou Paris-Grenoble puis correspondances pour Montdauphin-Guillestre (ligne vers Briançon).

En venant du sud : ligne Marseille-Briançon

<https://www.sncf-connect.com/>

Depuis la gare vous pourrez utiliser les navettes régulières entre la gare et le Queyras. Les horaires 2023-2024 ne sont pas encore disponibles à la période de conception de cette fiche. Attention, en période de basse saison, les navettes sont moins régulières voire inexistantes.

Nous vous invitons à consulter le site Zou lors de l'organisation de votre voyage et avant réservation de vos billets de train, au 0809.400.013 ou sur [zou.maregionsud.fr](http://zou.maregionsud.fr)

Nous assurons le transport depuis Molines jusqu'à la maison.

## Arrivée en voiture

### Accès en voiture

Arrivée directement à l'hôtel en cours d'après-midi : l'adresse et le numéro de téléphone sont donnés sur la convocation envoyée une semaine avant la date de départ.

En venant du nord :

Depuis Grenoble par la Mure, le col Bayard et Gap. Ensuite suivre la direction Embrun puis Guillestre.

Possibilité également d'emprunter le col du Lautaret (vérifiez bien la viabilité du col en cas de mauvais temps) par Bourg d'Oisans et la Grave. Rejoindre Briançon et suivre direction Gap (RN 94) jusqu'à Montdauphin puis Guillestre, porte d'entrée du Parc Régional du Queyras.

Depuis Guillestre, suivre la direction « Queyras » (D 902), puis la D 947. Une fois traversé le village de Château Queyras (forteresse) vous gagnez Ville Vieille 2 km plus loin. Au carrefour giratoire (maison de l'Artisanat) tourner à droite en direction de Molines. ([www.viamichelin.fr](http://www.viamichelin.fr)).

### Pour rejoindre l'hébergement :

Traverser le village de Molines (route vers l'Italie) puis après la poste et l'école, tourner à gauche. L'hôtel se trouve au bout de cette petite route à environ 1 km

Possibilité de laisser votre véhicule sur le parking de l'hôtel durant le séjour.

**ATTENTION... nous rappelons aux utilisateurs des GPS routiers que certains cols alpins ne sont pas déneigés l'hiver et restent donc fermés à la circulation. Par exemple, il est impossible de rejoindre le Queyras depuis Briançon par le col d'Izoard entre le mois de novembre et le mois de mai.**

## DISPERSION

Le séjour se termine le Jour 7, après le petit déjeuner du samedi matin, au même endroit.

Vous avez la possibilité de partir en cours d'après-midi ou vers 18h pour ceux qui prennent le train de nuit. Dans l'un ou l'autre de ces cas, il y a un déjeuner en supplément à prévoir. A préciser à la réservation du séjour.

Horaires des bus vers la gare au départ de Molines à : 8h25, 10h05, 18h15 avec arrivée en gare 55 minutes plus tard (horaires 2021 à confirmer 2022 auprès de Zou au 0809.400.013 ou sur [zou.maregionsud.fr](http://zou.maregionsud.fr)).

## NIVEAU

Ce séjour s'adresse à des personnes ayant une bonne pratique du ski alpin (être à l'aise sur les pistes rouges et noires).

Vous devez être en très bonne condition physique pour pouvoir avaler des dénivelés journaliers allant de 800 à 1200 m, en plus des descentes techniques.

## HEBERGEMENT

2 possibilités de confort :

- En hôtel \*\* en chambres individuelles, couple ou twin, triple ou quadruple avec salles de bain WC.
- En gîte d'étape en chambres de 3 à 6 lits avec sanitaires communs.

L'hôtel dispose d'un salon confortable avec bibliothèque et TV grand écran, une terrasse orientée plein sud et un sauna finlandais.

## PORTAGE DES BAGAGES

Portage des bagages de la journée (vos effets personnels de journée, le pique-nique, vos vivres de course et votre eau).

## GROUPE

de 2 à 8 participants

## ENCADREMENT

Nos séjours sont encadrés par des guides de haute montagne ou des moniteurs de ski alpin diplômés d'Etat.

## EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Matériel de ski de rando : skis, bâtons, peaux de phoque, couteaux. Possibilité de location chez Skiset "Les 4 saisons". Comptez environ 100 € les 5 jours ou 120 € la semaine.

En matière vestimentaire, la règle d'or en montagne l'hiver est celle des 4 couches :

- 1 sous-vêtement (avec manches longues de préférence) fait dans un textile chaud, respirant et séchant rapidement,
- 1 micro polaire pas trop chaude et séchant rapidement,
- 1 veste en fourrure polaire bien chaude,
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirant bien.

Ces 4 vêtements doivent toujours se trouver sur vous ou dans votre sac à dos, ils permettent une facile et rapide adaptation aux brusques changements de temps.

### Pour la journée :

- 1 sac à dos moyen (30 à 40 litres) pour les affaires de la journée (gourde, vêtements chauds, jumelles, appareil photo...) et le pique-nique; équipé de sangles pour porter le matériel.
- Prévoir 1 grand sac plastique pour protéger l'intérieur du sac.
- 1 pantalon chaud, ample et imperméable,
- 1 anorak chaud et imperméable ou 1 coupe-vent type Goretex + 1 veste polaire (ou 1 gros pull),
- des sous-vêtements (collants, t-shirt manches longues...) chauds et séchant rapidement,
- 1 bonnet chaud protégeant bien les oreilles.
- 2 paires de gants (ou moufles) chaud(e)s et imperméables,
- 1 paire de guêtres,
- 1 gourde de préférence isotherme (1,5 litre minimum),
- 1 couteau de poche,
- 1 paire de lunettes de soleil très protectrices,
- 1 tube de crème solaire et 1 stick à lèvres, tous 2 très protecteurs,
- 1 couverture de survie épaisse pour s'asseoir dans la neige,
- 1 pochette étanche pour transporter vos documents importants,
- 1 appareil photo, 1 paire de jumelles (facultatif)...

### Pour la soirée :

- 2 à 3 paires de chaussettes chaudes,
- vêtements de rechange
- chaussures pour l'intérieur
- bottes ou après-skis pour circuler dans le village.
- affaires de toilette
- 1 pharmacie avec vos traitements personnels.

## **MATERIEL FOURNI**

Nous vous fournissons le matériel de sécurité : ARVA, pelle et sonde.

Pour les stages télémark, nous pouvons fournir le matériel de ski si ceux-ci sont disponibles à la bonne taille :

- Skis alpins-télémark,
- Peaux de phoques,
- Bâtons,
- Chaussures,

## DATES ET PRIX

### DATES ET PRIX

Ce séjour est prévu toutes les semaines de fin décembre à début avril.

Prix par personne : à partir de 680 € en gîte d'étape

### LE PRIX COMPREND

- La pension complète du dîner du dimanche au petit déjeuner du samedi matin après le petit déjeuner
- L'encadrement des randonnées par un guide de haute montagne diplômé d'état
- Les transferts nécessaires au programme de randonnée
- La location du matériel de sécurité (DVA+pelle+sonde)
- Le prêt du matériel de ski de rando nordique (ski, chaussures, accessoires)
- L'accès au sauna ainsi qu'aux installations de l'hôtel
- Pour le séjour du 26/12 au 01/01, le supplément réveillon de 50€ est inclus

### LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le matériel de ski de randonnée alpine
- Le transfert gare / hôtel en navette,
- Les boissons au bar et à table, les extras,
- La taxe de séjour
- Les assurances

# POUR EN SAVOIR PLUS

## DESCRIPTION

### SECURITE

N'oubliez pas que votre guide reste le seul juge du programme qu'il peut modifier à tout instant en raison d'impératifs de sécurité.

Pour tous nos séjours à ski de montagne, nous vous fournissons l'équipement de sécurité indispensable aux activités en milieu enneigé : DVA (détecteur de victime d'avalanche) accompagné d'une pelle et d'une sonde.

Les territoires montagnards éloignés des zones d'habitation restent souvent à l'écart de la couverture de la téléphonie mobile et comportent 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.

### CARTOGRAPHIE

Au 1/25000 : cartes TOP 25 IGN 3637 OT Guillestre et 3537 ET mont Viso

Au 1/60 000 : carte LIBRIS Queyras Ubaye

### L'ESPRIT DU SEJOUR

Au départ d'un hébergement accueillant et confortable, vous pourrez découvrir chaque jour les trésors naturels et humains du Queyras. Paysages somptueux, observation éventuelle de chamois ou d'oiseaux de montagne, visites de villages et de hameaux, mais également animations en soirées vous apporteront un grand moment de détente et de convivialité. Un séjour, donc, d'une grande diversité, pour se ressourcer dans une région préservée du tourisme de masse. Une semaine garantie sans stress !