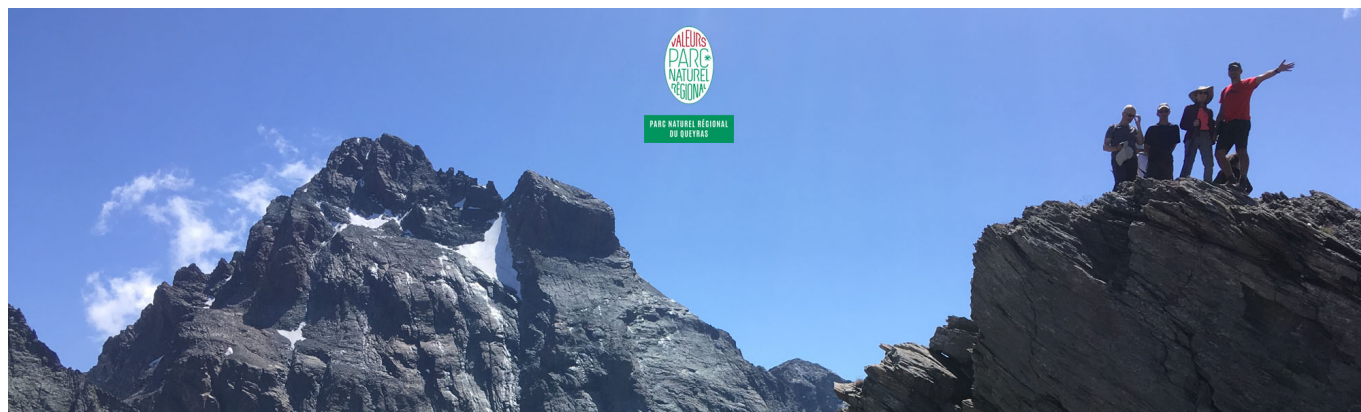


Mont Viso : Trekking au-delà des frontières, entre Italie et France



PRESENTATION

Hébergement en gîte et refuge

5 jours, 4 nuits, 5 jours de marche

Perché majestueusement dans les Alpes méridionales, le mont Viso, également surnommé le « roi de pierre » ou « le visible », domine le paysage de son imposante silhouette culminant à 3 841 mètres. Cet emblématique sommet séduit tant les alpinistes que les randonneurs, offrant une expérience inoubliable dans un cadre exceptionnel. Notre circuit de randonnée transfrontalière sur 5 jours vous emmène à la découverte de cette merveille naturelle, loin des sentiers battus décrits dans les guides traditionnels. En explorant des chemins peu fréquentés et des hébergements intimistes, vous serez plongés au cœur d'une variété de paysages spectaculaires.

Ce tour du Mont Viso offre une immersion authentique au pied des parois du massif, permettant une escapade loin de la foule dans des décors somptueux. Nous vous proposons chaque jour des pique-niques légers pour alléger votre sac à dos et vous permettre de profiter pleinement de cette aventure. La région regorge d'une faune et d'une flore riches et diversifiées, avec notamment la chance d'apercevoir la salamandre de Lanza, une espèce endémique du Viso, qui ajoute une touche unique à cette expérience.

PROGRAMME

Jour 1 :

De l'Echalp au Refuge du Viso

RDV à 9 h 00 en tenue de randonnée

Après une vérification des sacs et un dernier tri de vos affaires à prendre, notre première journée de randonnée débute avec une montée progressive vers le refuge, nous préparant ainsi aux défis à venir. Le Pré Michel nous charme par sa flore préservée, avant que le Grand Belvédère du Viso ne nous offre des panoramas à couper le souffle. Selon les conditions, nous pourrions poursuivre vers la frontière Italienne, l'occasion d'échanger des salutations avec d'autres randonneurs, enrichissant notre expérience. Puis, nous plongeons dans la Réserve du Mont Viso, où la nature nous enveloppe de toute sa splendeur.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

Dénivellations : + 920 m, -417 m Temps de marche : 6 h 00

Jour 2 :

Du Refuge Du Viso au Refuge Bagnour (2 019 m)

Nous franchissons la frontière italienne par le Col Vallante, traversant un vallon sauvage où chamois et bouquetins sont souvent de la partie, jusqu'au Passo Dela Losetta à près de 2 900 m. Un détour rapide jusqu'à la Punta Losetta à 3 052 m nous offre des panoramas époustouflants sur la chaîne alpine. En descendant vers le refuge Vallanta, remarquable par son architecture intégrée, nous saluons Livio, un guide local réputé, puis continuons vers les Granges Soulières. Là, nous dénichons le sentier en balcon menant au charmant refuge, niché dans une clairière. La descente depuis la Punta Losetta, du haut des neiges éternelles aux anciennes terrasses agricoles de la vallée, révèle toutes les richesses de la montagne : roches colorées, alpages fleuris, forêts d'« elvu » typiques. Nuit en petit refuge avec douche chaude.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

Dénivellations : + 1 010 m ; - 1430 m Temps de marche : 7 h

Jour 3 :

De Bagnour à Alpetto (2 275 m) par la Punta Malta (2 997 m)

Une météo clémente et une bonne connaissance des lieux sont essentielles pour explorer le vallon très sauvage deï Duc. Nous suivons un chemin à travers le « Bosco del allevé », débouchant au pied de la majestueuse Cima delle Lobie (3 016 m), puis empruntons un sentier à travers un immense pierrier pour atteindre la Punta Malta à près de 3 000 m. De là, nous contemplons la face Sud du Viso et la vaste plaine du Pô à l'horizon. Après avoir franchi quelques escarpements rocheux, nous atteignons le Passo San Chiaffredo (2 762 m), où nous retrouvons le GR classique du tour du Viso et la GTA. Un sentier bien aménagé nous conduit en balcon jusqu'au Passo Galarino (2 728 m), marquant la transition vers le versant Est du massif. En descendant à travers les alpages verdoyants, nous rejoignons le refuge près d'un charmant lac. Nuit en petit refuge avec douche chaude.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

Dénivellations : + 980 m, - 725 m Temps de marche : 6 h 30

Jour 4 :

De Alpetto à Giacoletti par le Viso Mozzo (3 019 m)

Aujourd'hui, nous explorons la grande traversée Est du massif, une journée plus aisée mais tout aussi spectaculaire, avec 2 cols, 7 lacs et l'ascension d'un sommet de plus de 3 000 mètres ! Après avoir rejoint le lac de Costa Grande et le refuge Sella, notre "camp de base", nous nous élevons au-dessus du lac du Viso et traversons la moraine du glacier Noir. Nous avons l'option de gravir le Viso Mozzo pour une vue imprenable. En descendant vers le lac Chiaretto, puis en remontant vers le refuge Giacoletti, nous découvrons une succession de lacs et un panorama saisissant au coucher du soleil. Nuit en petit refuge avec douche chaude.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

Dénivellations : + 400 m pour le col, (+ 370 m pour le pic en option), - 400 m (- 770 m depuis le pic) + 470 m pour le refuge Horaire : 5 h 30 ou 7 h avec l'option au pic

Jour 5

De Giacoletti à L'Echalp par le tunnel de la Traversette

À 2 744 mètres, nous amorçons notre journée en descendant du refuge. Une pente raide le long d'une moraine nous guide vers le sentier "del Postino", rénové par le gardien du refuge, Andréa. Autrefois

utilisé par le facteur militaire pour la distribution du courrier, il offre une randonnée fascinante à travers les ruines des casernes nichées dans les falaises.

Prudence requise, ce chemin exige des conditions météo optimales. Nous rejoignons ensuite un ancien sentier muletier, vestige de la Route du Sel médiévale. Optant pour le "Perthuis du Viso", un tunnel creusé en 1480 à plus de 2 915 mètres (lampe frontale nécessaire), nous débouchons sur le versant français du Queyras, amorçant une descente douce vers l'Echalp. Fin du séjour après la randonnée vers 16h30.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

Dénivelée : - 480 m, + 700 m, - 900 m Horaire : 5 h 30

COMPLEMENT DE PROGRAMME

N'hésitez pas à considérer ce programme comme une promesse flexible ! En raison de variables telles que la météo, l'état des sentiers ou d'autres facteurs indépendants de notre contrôle, il se peut que nous apportions des ajustements occasionnels. Cependant, rassurez-vous, notre guide est un expert du massif, connaissant ses moindres secrets, et il s'efforcera de vous garantir une expérience exceptionnelle. Par exemple, en cas de forte affluence sur certains itinéraires, il saura vous dévoiler des chemins magnifiques et préservés pour que votre séjour soit des plus mémorables. Préparez-vous à explorer des lieux enchanteurs !

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Le rendez-vous est fixé le lundi matin, à 9 h 30 au départ de la randonnée.

Si vous arrivez en retard : en cas de retard de train ou sur la route, vous disposerez d'un numéro d'urgence sur votre convocation.

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.

Arrivée en train

Voyagez en train jusqu'à la Gare de Montdauphin-Guillestre

Arrivez facilement depuis Paris en train de jour ou de nuit. Consultez les horaires sur SNCF Connect. Pour les voyageurs en provenance du sud, empruntez la ligne Marseille-Briançon. Profitez de la simplicité du voyage ferroviaire pour découvrir cette superbe destination.

De la gare au lieu de RDV

Des navettes régulières sont disponibles de fin juin à début septembre, bien que leurs horaires ne soient pas encore fixés à ce stade. Notez que pendant la basse saison, elles peuvent être moins fréquentes voire absentes. Veuillez consulter le site de la région et appeler le 0809.400.013 ou visiter zou.maregionsud.fr avant de réserver vos billets de train pour plus d'informations.

Arrivée en voiture

Depuis le nord, prenez le col du Lautaret via Briançon (RN 94) ou Grenoble (RN 94/D902). Ou encore, depuis Grenoble, empruntez l'autoroute A51 vers Gap, puis la RN94 vers Guillestre (D902).

Depuis le sud, passez par Valence ou Sisteron, continuez vers Gap, puis Embrun, et enfin Guillestre. Une fois à Guillestre, suivez la direction "Queyras" via la D902 et la D947.

Les paysages montagneux vous attendent lors de ce voyage en voiture vers le Queyras !

Taxi

Le Guilazur au 06 80 21 77 22

Transports Petit Mathieu au 04 92 46 71 56

DISPERSION

Fin du séjour le jour 5 (vendredi) vers 16 h 30 à l'Echalp

Pour les participants venus en train, retour en navette locale à votre charge, arrivée des navettes vers 18h30 en gare.

FORMALITES

Durant la randonnée, vous devez être en possession des documents suivants :

- Carte d'identité en cours de validité ou passeport ;
- Carte vitale ;
- Contact de votre assurance voyage (numéro de contrat + numéro de téléphone).

NIVEAU

4 chaussures

Ce séjour est fait pour vous si vous êtes déjà un randonneur aguerri faisant preuve d'une bonne condition physique pour endurer un effort de longue durée !

Les randonnées proposées se déroulent sur des itinéraires de montagne avec dénivelés de 700 à 1200 m en montée et/ou descente, sans difficultés techniques particulières. Comptez 6 à 7 heures de marche par jour environ.

Le niveau est établi en fonction du dénivelé moyen sur l'ensemble de la semaine, prenant en compte des éléments tels que le portage des bagages, l'engagement, la disponibilité du réseau et la nature du terrain. Le dénivelé est calculé à partir de relevés sur le terrain ou par un modèle informatique prenant en compte toutes les variations de montées et descentes, allant au-delà de la simple différence

d'altitude entre deux points. Il est important de noter que si vous effectuez vos propres mesures, elles peuvent différer de notre description, car de nombreux facteurs influent sur les résultats, tels que la fréquence de pointage, les méthodes de calcul et la modélisation des relevés.

HEBERGEMENT

4 nuits en refuges de montagne merveilleusement situés en chambres collectives ou petits dortoirs selon la disponibilité (douche possible tous les soirs et drap-sac OBLIGATOIRE). Attention, les refuges sont autonomes en énergie, vous n'avez pas la possibilité de recharger vos appareils à tous les refuges, pensez à emmener avec vous une batterie nomade rechargeable, ce sera plus facile.

Restauration

La nourriture est essentielle lors des randonnées pour maintenir l'énergie et le moral. Nous choisissons des partenaires qui partagent nos valeurs éthiques et écoresponsables et les encourageons à adopter des pratiques durables. Nous privilégions les produits frais, locaux et de saison, souvent biologiques, pour offrir une cuisine généreuse et traditionnelle aux saveurs du Sud.

Ecoresponsabilité

En tant que professionnels du tourisme, nous sommes engagés dans la transition vers un avenir durable. Nous souhaitons reconnecter les gens avec la nature tout en préservant la beauté des lieux que nous explorons. Il est essentiel de protéger notre environnement, car nos actions influencent son équilibre. Nous vous encourageons à réduire votre empreinte écologique et à devenir des acteurs responsables de cette transition.

Zéro Déchet

Dans notre démarche zéro déchet, nous mettons l'accent sur la qualité des repas et la réduction du plastique. À votre arrivée, nous vous offrons un sac en coton réutilisable pour vos pique-niques. Nous vous conseillons d'utiliser des emballages en papier et des solutions réutilisables comme le bee-wrap. Investir dans une gourde réutilisable aide également à réduire les déchets. Ensemble, prenons soin de notre planète et laissons les paysages propres pour les générations futures.

PORTAGE DES BAGAGES

Randonnée en autoportage : devenez autonome !

Ce séjour en autoportage vous offre l'occasion de vivre pleinement l'expérience d'une itinérance en montagne, sans transfert de bagages. Vous porterez vous-même toutes vos affaires, comme un vrai

sherpa ! Cela implique d'être acteur de votre randonnée, en vous organisant pour alléger au maximum votre sac. Heureusement, nous avons prévu des étapes où vous n'aurez pas besoin de porter toutes vos affaires chaque jour. Les repas seront fournis dans les refuges, donc pas de nourriture ou de réchaud à transporter.

Pour vous aider, voici quelques conseils pour limiter le poids de votre sac :

- Indispensables : Veste imperméable, gants, bonnet, tenue chaude pour le soir.
- Affaires de couchage : Drap de sac obligatoire.
- Toilette : Brosse à dents, savon, petite serviette, quelques médicaments.
- Confort : Chaussures légères pour le soir dans les refuges.

Votre accompagnateur vous aidera à préparer votre sac lors de votre arrivée pour optimiser la répartition du poids et vous assurer un portage confortable.

Gardez en tête que chaque gramme compte ! Privilégiez le strict minimum et évitez les extras inutiles. Votre sac ne doit pas dépasser 15 à 20% de votre poids corporel. Par exemple, si vous pesez 60 kg, votre sac devrait faire entre 9 et 12 kg, tout compris.

Cette aventure vous permettra de vous concentrer sur l'essentiel et de vous reconnecter à la nature, loin du confort moderne.

GROUPE

Départ assuré pour 4 participants

Groupe limité 8 personnes

Explorez ensemble :

Si vous êtes un groupe déjà formé, que ce soit en famille, entre amis, au sein de votre association ou comité d'entreprise, ce séjour est une excellente occasion de partager des moments de découverte ensemble. Vous pourrez créer des souvenirs mémorables avec vos proches. !

Contactez-nous et nous serons ravis d'étudier votre demande, même pour des dates différentes de celles prévues. Nous vous proposerons un devis adapté au nombre de participants. Nous sommes là pour vous aider à organiser votre aventure.

ENCADREMENT

Accompagnateur en montagne diplômé d'État connaissant parfaitement le massif du Viso

Professionnel de la montagne, il s'engage à :

- Gérer au mieux le déroulement de votre randonnée en toute sécurité : choix de l'itinéraire, rythme

de progression, logistique, santé, adaptation aux aléas météorologiques, organisation d'un secours ;

- Assurer la dynamique et la cohésion du groupe ;
- Vous faciliter l'approche du milieu montagnard et vous faire partager avec passion ses connaissances pour la nature ;
- Être disponible et à votre écoute.

SÉCURITÉ

Vous n'êtes pas sans savoir que de nombreuses zones de montagne éloignées des habitations sont sans couverture réseau. Pas de panique, nous sommes là pour veiller sur vous !

Afin d'assurer votre sécurité en toutes circonstances, nos accompagnateurs sont équipés d'une radio VHF permettant un accès direct aux services de secours en montagne. Ceux-ci sont également formés aux premiers secours et en cas de pirouette mal réceptionnée, vous pourrez peut-être assister à un cours de brancard de fortune !

Votre accompagnateur reste le seul juge du programme qu'il peut modifier à tout instant en fonction des conditions météorologiques, du niveau des participants, ou tout autre raison pouvant nuire à la sécurité du groupe et au bon déroulement du séjour.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Le poids du sac est l'ennemi n° 1 ! N'emmenez rien de superflu.

Nous vous conseillons de confectionner votre sac à dos en respectant la liste ci-dessous, et n'oubliez pas que l'on peut faire un peu de lessive dans les refuges !

Les bâtons de marche

Sur cet itinéraire, pour votre sécurité et votre confort de marche il est obligatoire d'être équipé d'une paire de bâtons télescopiques (3 brins conseillés).

Pour randonner :

- Sac à dos de taille moyenne (35 à 45 L)
- couvre sac pour la protection du sac à dos
- 2 paires de chaussettes de randonnée
- 1 t-shirt pour randonner
- 1 pantalon de marche et 1 short (pour le soir au refuge on peut prévoir un caleçon)
- 1 veste polaire

- 1 veste de montagne contre le vent ou la pluie, type gore tex ou équivalent (nous vous déconseillons la cape de pluie peu adaptée aux sentiers d'altitude)
- 1 surpantalon léger de protection en cas de pluie ou neige
- 1 gourde de 1L, couteau,
- 1 petite paire de gants (laine ou polaire) et 1 bonnet pour le froid en altitude
- 1 casquette ou foulard pour le soleil
- 1 paire de lunettes de soleil de très bonne qualité
- 1 petite lampe frontale pour la nuit au refuge et pour le tunnel de Viso
- 1 petite pharmacie personnelle (élastoplast, pansements, médicaments personnels, crème solaire...)

Pour la toilette :

- 1 petite trousse de toilette (choisir des échantillons)
- 1 petite serviette de toilette en microfibres

Pour le soir au refuge :

- 1 paire de chaussures très légères genre tongues ou sandales pour le repos des pieds le soir
- 1 à 2 t-shirt de rechange
- 1 drap-sac pour dormir (obligatoire avec la nouvelle réglementation des refuges. Duvet inutile)

DATES ET PRIX

DATES ET PRIX

Du Lundi matin au vendredi fin de journée
5 jours / 4 nuits / 5 jours de marche : 695 € / pers

De début juillet à mi-septembre

Les premiers départs auront lieu en fonction de l'enneigement des cols d'altitude.

Arrivée la Veille plusieurs hébergements sont possibles dans la vallée du Haut-Guil, vous pouvez les contacter directement, classé par ordre de distance du point de randonnée :

- Gîte 7 degrés Est (0 km) : Formule en dortoir et chambre de 2
- Gîte refuge de la Monta (1,5 km) : Formule en dortoir
- Hôtel le Ristolas (2 km) : Formule en chambre de 2 et chambre individuelle
- Hôtel Chalet de Lanza (6 km) : Formule en chambre de 2 et chambre individuelle
- Gîte Edelweiss (6 km) : Formule en chambre collective, de 2 et chambre individuelle
- Gîte Ancolie Bleu (6 km) : Formule en chambre collective et chambre de 2

LE PRIX COMPREND

- L'organisation du séjour
- L'hébergement en demi-pension en refuge
- Les repas froids de midi fournis par les refuges
- L'accompagnement par un professionnel de la montagne diplômé d'État

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les boissons personnelles
- Les assurances
- Les transferts en navettes pour aller et revenir à la gare
- les douches quand elles sont possibles dans les refuges
- Tout ce qui n'est pas dans « le prix comprend »

POUR EN SAVOIR PLUS

DESCRIPTION

L'ESPRIT DU SÉJOUR

Ce tour du Viso emprunte des itinéraires d'altitude parfois hors sentier. Il permet de marcher au pied des parois du massif du Mont Viso dans une exceptionnelle ambiance de haute montagne. À conseiller à tous ceux qui rêvent d'une escapade loin de la foule dans des paysages somptueux !

PRESENTATION DE LA REGION

Nommé le « roi de pierre » ou « le visible » au cours de son histoire, le mont Viso est le sommet le plus important des Alpes méridionales.

Issu du choc entre les plaques européennes et africaines et donc du plissement alpin associé au mélange de roches sédimentaires travaillé par un volcanisme important, le mont Viso est devenu l'un des sommets métamorphiques le plus haut des Alpes ! gabbro, basalte, schistes lustrés, serpentine... devraient ravir les amoureux de la pierre, mais pour ceux qui préfèrent les fleurs, celles du Viso sont d'une richesse exceptionnelle. Souvent uniques, parfois endémiques du lieu, elles bénéficient d'un terroir quelquefois steppique à l'Est du massif, d'une influence méditerranéenne à l'Ouest, sans oublier les contraintes dues à l'altitude et à la rudesse du climat qui en font les cousines des fleurs des régions polaires !

Le tour du Viso est une randonnée transfrontalière qui débute dans le Parc naturel régional du Queyras mais la grande majorité de l'itinéraire se déroule dans les vallées italiennes du Piémont. Vous ne pourrez rester indifférent à la diversité des richesses naturelles de la haute Val Varaita, du Valle Pô et du Val Pellice, d'une incroyable et incomparable beauté confiée au Parc du Pô de la vallée de Cuneo.

Ses vallées constituent un noyau très ancien qui était un véritable refuge pour la faune alpine. Le mont Viso, l'un des sommets les plus élevés de la chaîne alpine se situe proche de la plaine. D'ailleurs, aucune ceinture préalpine, formant une transition entre les montagnes et les plaines du pourtour, ne les sépare, comme cela arrive dans les Alpes centrales et orientales. Ces caractéristiques géomorphologiques ont engendré dans certaines zones une forte concentration d'éléments endémiques de flore et de faune.

Si la faune est composée de la majeure partie des espèces montagnardes, chamois, bouquetins, loups, chevreuils, aigles, tétras-lyres, lagopèdes pour ne citer que les plus connus, elle comporte également des valeurs naturelles que l'on pourrait qualifier d'incalculables telle que la salamandre de Lanzai, espèce endémique du Viso que vous ne croiserez nulle part ailleurs sur la terre !

CARTOGRAPHIE

Cartes TOP 25 3537ET et carte LIBRIS « Queyras Ubaye » au 1/60 000