



## Le Grand Tour du Queyras Intégral



Trek en boucle dans le Queyras de 8 jours

## Présentation du séjour

Sillonnez les hautes terres sauvages du Queyras, massif secret des Alpes du Sud inondé de soleil.

Les sentiers de randonnée historiques permettent de réaliser une Grande Boucle au milieu de décors somptueux et variés tous les jours.

Alpages suspendus, sommets rocaillieux, hauts cols alpins et villages anciens plantent le décor de cet itinéraire unique dans une des vallées les plus hautes de France. L'explosion des fleurs en avant saison ainsi que la richesse de la faune sauvage viendront saluer vos efforts quotidiens !

### 8 jours de randonnée

#### Difficulté 3/5

Ces séjours s'adressent à vous, si vous avez déjà une bonne expérience de la randonnée et/ou du trekking.

Les marches sont comprises entre 6h et 8h quotidiennes sur toute la durée du séjour et quelques passages peuvent être plus difficiles. Le voyage peut se dérouler en haute altitude sur une partie de l'itinéraire.

Vous devez être capable de réaliser au minimum 1000 mètres de dénivelé positif par jour, cela sur plusieurs jours consécutifs. Vous acceptez des conditions possiblement difficiles en montagne et un logement parfois rustique en refuge, en lodge ou en camp.

Nous vous conseillons fortement de pratiquer régulièrement une activité sportive à caractère endurante et de vous préparer spécifiquement pour ce voyage deux mois à l'avance.

Nous vous invitons également à effectuer une consultation de médecine de montagne.

#### Encadrement

Accompagnateur en Montagne diplômé d'Etat sur l'ensemble du séjour.

## Points forts

- ✓ Le passage par des variantes peu parcourues
- ✓ Des hébergements choisis pour leur situation géographique et leur confort

- ✓ L'ascension facile du Pic de Caramantran (3025m)

## Programme détaillé



### Jour 1 : RENDEZ-VOUS MATINAL À CEILLAC

Vous aurez rendez-vous à Ceillac à 8h30 avec votre guide pour le début de ce grand tour.

Vous passerez par le col des Estronques pour atteindre un premier sommet : la Tête de la Jacquette (2757 m). Tout un programme ! Vous profiterez déjà des premières vues sur les vallées du Queyras. Vous redescendrez ensuite à flanc de montagne pour atteindre Saint-Véran, plus haute commune de France, et passer la soirée et la nuit au village.

 Nuit en gîte - Dortoir

✓ 5 heures de marche

✓ D+ 1330 m / D- 900 m

### Jour 2 : UN PREMIER "3000"

Après un transfert en navette jusqu'au fond de la vallée, vous entamez la montée au magnifique col de Chamoussière, avec en supplément l'ascension du Pic de Caramantran (3025 m), à cheval entre la France et l'Italie, pour les plus courageux. La vue y est imprenable : 360° de paysages contrastés et lointains.

S'en suivent ensuite le col Agnel et le col Vieux, avant la descente vers l'Echalp, en passant par les lacs Foréant et Egorgéou.

 Nuit en gîte - Dortoir

✓ 6 heures 30 de marche

✓ D+ 1070 m / D- 1640 m



### Jour 3 : VUES SUR LA FRONTIÈRE FRANCO-ITALIENNE

Depuis votre gîte, commencez la journée par une belle montée en direction de la Tête du Pelvas. S'offrent alors à vous de merveilleuses crêtes que vous suivrez tout en bénéficiant d'un panorama à couper le souffle, qui vous permettra de contempler les paysages qui s'étendent de part et d'autre de la frontière franco-italienne. Enfin, vous descendrez vers Le Roux d'Abriès et le logement du soir par une forêt de mélèzes enchanteresse.

 Nuit en gîte - Dortoir

✓ 5 heures de marche


✓ D+ 1000 m / D- 870 m

### Jour 4 : DES COLS ET DES LACS

Si les randonnées précédentes vous ont séduit, celle qui s'annonce est une des plus belles du Queyras. Sur des sentiers sauvages serpentant entre trois cols à gravir, vous prendrez plaisir à vous dépasser !



Par une variante spectaculaire, vous atteindrez le Pic du Malrif (2906 m) et la vue époustouflante qu'il offre sur les lacs en contrebas. Selon la forme du groupe, vous pourrez réaliser l'ascension du Grand Glaiza (3293 m) avant de descendre vers le refuge des Fonts de Cervières qui vous accueillera pour passer la soirée et la nuit.

 Nuit en refuge - Dortoir

✓ 6 heures de marche

✓ D+ 1400 m / D- 1130 m



### Jour 5 : DANS LA VALLÉE DE PÉAS

Pour cette cinquième étape, vous monterez au col de Péas (2629 m) par des petits sentiers de traverse dont les abords sont tapissés de fleurs. Après avoir atteint le col, vous descendrez dans la vallée de Péas jusqu'au charmant petit village de Souliers. Il ne vous reste plus qu'à descendre vers le village d'Arvieux, qui vous accueillera les deux prochaines nuits.

 Nuit en gîte - Dortoir

✓ 6 heures de marche

✓ D+ 840 m / D- 1280 m

### Jour 6 : JOURNÉE SAUVAGE EN BOUCLE AU DESSUS DE BRUNISSARD

Lors de cette journée, une succession de cols et de lacs d'altitude vous fera faire le tour du Pic du Cros. Vous profiterez d'un concentré de paysage du Queyras l'esprit tranquille, en admirant une succession de cols et de lacs avant de redescendre à votre hébergement en navette ou à pied s'il vous reste du courage pour terminer la journée !

 Nuit en gîte - Dortoir

✓ 6 heures 30 de marche

✓ D+ 1150 m / D- 1150 m



### Jour 7 : D'ARVIEUX AUX CHALETS DE BRAMOUSSE

Au départ d'Arvieux, une longue montée progressive vous mènera jusqu'au col de Fontouse par un sentier méconnu et peu emprunté qui vous permettra d'apprécier en toute quiétude les paysages sauvages de cette vallée. Au col vous apercevrez votre point d'arrivée, que vous atteindrez après une descente et une courte montée jusqu'aux Chalets de Bramousse.

 Nuit en gîte - Dortoir

✓ 6 heures de marche

✓ D+ 1000 m / D- 1190 m

### Jour 8 : ET LA BOUCLE EST BOUCLÉE

Ce Grand Tour du Queyras touche à sa fin mais avant vous profiterez d'une dernière belle journée de marche !

La montée au col de Bramousse vous permettra d'apercevoir Ceillac en contrebas. Mais avant de rejoindre votre point final, vous parcourrez la magnifique crête des Chambrettes, et rejoindrez votre dernier col, le bien connu col Fromage.

Enfin, dernière descente pour une arrivée au village en fin d'après-midi. Vous aurez l'occasion d'échanger une dernière fois avec le groupe. Le retour à la maison sera sûrement empreint de nombreux souvenirs.

✓ 5 heures 30 de marche

✓ D+ 1130 m / D- 920 m

***Les horaires des transferts ainsi que les temps de marche sont donnés à titre indicatifs. Pour des raisons de sécurité (aléas climatiques ou divers) et dans l'intérêts des participants, l'accompagnateur se réserve le droit de modifier l'itinéraire décrit ci-dessus.***

## Tarifs

**nous consulter**

### **Le prix comprend :**

- L'encadrement par un accompagnateur en montagne français diplômé d'Etat
- L'hébergement en refuge, gîte ou auberge en dortoir et en demi-pension
- Les possibles douches dans les hébergements
- Les transferts des bagages entre les différents lieux d'hébergement
- Le transfert en navette au matin du J2
- Les pique-niques du midi achetés aux refuges, en ville ou acheminés aux refuges
- Les encas pendant la marche sous forme de fruits sec

### **Le prix ne comprend pas :**

- Les transferts vers le lieu de rendez-vous et depuis le lieu de dispersion
- Les nuits avant et après le trek
- Les dépenses à caractère personnel : boissons, ...
- Le matériel personnel de trek et de voyage (chaussures, bâtons, sac à viande,...)
- L'assurance assistance annulation et rapatriement à souscrire lors de l'inscription
- Tout ce qui n'est pas indiqué dans la section "le prix comprend"

## Accès au départ de la randonnée

rendez-vous à Ceillac à 8h30 avec votre guide pour le début de ce grand tour.

## Informations complémentaires

### Inscription

#### **Par internet :**

Réservez votre séjour directement sur notre site internet : **www.trekking-mont-blanc.com** sur la page du séjour en choisissant vos options de dates et d'assurance.

### Assurance – Assistance

Nous vous conseillons fortement de souscrire une assurance-assistance pour la durée du voyage.

Nous vous proposons deux assurances adaptées : Annulation Confort et Multirisque Confort à souscrire lors de votre inscription au voyage. Le détail de cette assurance peut vous être remis sur demande ou consultable sur le site internet [www.watse.fr](http://www.watse.fr).

D'autres offres existent notamment Mondial Assistance ou votre propre compagnie d'assurance ou le Club Alpin Français. Il faut bien vérifier que l'activité de trek est couverte. Soyez sûr que votre assurance couvre, dans le cas d'accident, tous les frais médicaux. Vous devez impérativement vérifier et vous assurer que vous bénéficiez d'une réelle couverture pour les frais de secours en montagne. Et si c'est bien le cas, vous devez nous fournir avant votre départ en trek les informations suivantes :

- une attestation de la compagnie d'assurance stipulant la prise en compte des frais de secours en montagne.
- le numéro de contrat et, les coordonnées téléphoniques du plateau d'assistance

Faites attention aux clauses restrictives que comportent certaines assurances (notamment celles liées aux cartes bancaires type Carte Visa Premier, Gold ou autres) telle que les assurances en montagne limitées aux activités neige, mal des montagnes non reconnu en tant que maladie nécessitant un rapatriement qui de fait sera refusé.

Veuillez vérifier la teneur réelle de votre assurance et le cas échéant prendre les dispositions nécessaires...

### Encadrement

Encadrement par un Accompagnateur en Montagne français diplômé d'état.

### Hébergement

7 nuits en refuge, gîte ou auberge, en dortoir collectif.

Vous devez apporter votre sac à viande.

### Repas

Les pique-niques pour le déjeuner sont commandés aux refuges ou composés de produits locaux achetés en route aux villages. Le soir et le matin, les repas sont pris en refuges, gîte ou auberge.

Des encas sont prévus mais vous pouvez aussi prévoir vos snacks préférés.

Si vous avez un régime alimentaire spécifique, merci de nous l'indiquer dès que possible;

### Transfert bagages

**Le transfert d'un bagage par personne est assuré chaque jour entre les différents hébergements :** un sac souple, de type duffle bag, de maximum 12kg par personne.

Vous portez uniquement vos affaires de la journée, dans un sac à dos d'environ 30L.



## Équipement pour votre séjour

### Pour la tête

- Un bonnet ou bandeau (polaire, ...)
- Un chapeau ou une casquette
- Un buff ou un foulard contre la poussière, le soleil
- Lunettes de soleil de catégorie 4 de préférence et étui
- Crème solaire indice minimum 40

### Pour le buste

- T-shirts manches courtes respirants et confortables (Merinos)
- T-shirts à manches longues respirants et confortables (Merinos)
- Micropolaire ou équivalent (seconde couche)
- Veste polaire ou softshell
- Veste protectrice type goretex (troisième couche)
- Une doudoune

### Pour les jambes

- Pantalon de randonnée convertible en short ou pas
- Un pantalon de protection léger type goretex
- Guêtres en début de saison

### Pour les pieds

- Chaussettes confortables. Prendre une pointure en dessous pour éviter les ampoules
- Chaussures de randonnée à tige haute confortables et étanches : ne pas partir avec des chaussures neuves pour éviter les ampoules
- Chaussures confortables pour le soir aux logements

### Pour les mains

- Gants légers type polaire

### Sac à dos

- Sac à dos de randonnée léger d'environ 30 à 40 litres. Prévoir une cape de protection contre la pluie

### Divers

- Bâtons de marche conseillés
- Trousse de toilette personnelle
- Gourde pour la journée de marche, minimum 1,5 L
- Couteau type couteau multiusages
- Appareil photo