



FICHE TECHNIQUE

2019-2020

Alpes Queyras

## LE QUEYRAS EN RAQUETTES

Randonnée en étoile en hôtel

Le sac léger

4 jours, 3 nuits, 3 jours de raquette



*Une randonnée en raquettes dans le Parc Naturel  
Régional du Queyras, au départ du petit village  
authentique de Saint Véran.*

Pour ce court séjour en raquettes au cœur du Queyras, imaginez un instant un hôtel douillet, un panorama grandiose sur les montagnes enneigées, des chambres confortables, une cuisine du terroir, copieuse, des espaces de détente... L'hébergement se situe au sein du superbe village de Saint Véran, la plus haute commune d'Europe, dans le cadre exceptionnel du Parc Naturel Régional du Queyras. C'est au départ de cet hôtel que votre guide vous conduira en douceur à la rencontre des gens du coin, de la faune sauvage et des plus belles randonnées en raquettes du Parc du Queyras. Il vous emmènera découvrir plusieurs vallées du Queyras, pour profiter d'autres paysages, d'autres sensations... il vous fera partager ses connaissances sur la neige, sur l'histoire locale, l'artisanat, l'architecture du massif... et saura vous transmettre les rudiments techniques pour profiter de cette merveilleuse activité hivernale qu'est la raquette à neige !

## Les points forts du parcours

- Un sauna dans l'hôtel à disposition.
- Des randonnées en raquettes au cœur du Parc du Queyras.
- Un séjour « confort » dans la plus haute commune d'Europe adapté à tous les budgets : formule chambre de 2 ou chambre de 4 avec douche et WC.
- La découverte de l'habitat typique et son écomusée.
- La dégustation des produits du terroir tout au long du séjour.

## PROGRAMME

Jour 1 : [Saint Véran](#)

Rendez-vous le jour de votre choix (dimanche, lundi ou mardi) à 19h30 à l'hôtel\*\* « Le Grand Tétrás » au village de Saint Véran (voir plus loin la rubrique « Accueil » de la fiche pratique).

Si arrivée dimanche : Séjour du dimanche soir au mercredi après la randonnée en raquettes.

Si arrivée lundi : Séjour du lundi soir au jeudi après la randonnée en raquettes.

Si arrivée mardi : Séjour du mardi soir au vendredi après la randonnée en raquettes.

*Repas inclus : Dîner.*

## Exemples de randonnées effectuées durant le séjour en fonction des conditions d'enneigement ou de la météo.

### Jour 2 au jour 4 : Les balcons de Saint-Véran - mise en jambe et initiation DVA

Un magnifique itinéraire en balcon entre deux charmants hameaux de la vallée des Aigues nous permet de découvrir les alpages de la Gardiole (2 200 m) et de bénéficier d'un très beau panorama sur les villages et les sommets du Queyras. Ce sera l'occasion d'apprendre à se servir d'un DVA (Détecteur de Victimes d'Avalanches).

*Temps de marche : 4 heures environ.*

*Dénivelée positive : + 300 m.*

*Dénivelée négative : - 300 m.*

*Hébergement : Hôtel\*\*.*

*Repas inclus : Petit déjeuner - Déjeuner - Dîner.*

Ou

### La Monta (1 660 m) – La Médille (1 995 m) : la faune (sortie chamois)

Le démarrage est doux avec un parcours presque plat le long d'un magnifique torrent gelé. Nous quittons ensuite la vallée, pénétrant ainsi au cœur de la réserve. L'observation de chamois, parfois de bouquetins, souvent même d'assez près, est à peu près certaine ! Ce superbe belvédère nous offre une vue exceptionnelle sur le Mont Viso.

*Temps de marche : 4 heures environ.*

*Dénivelée positive : + 400 m.*

*Dénivelée négative : - 400 m.*

*Hébergement : Hôtel\*\*.*

*Repas inclus : Petit déjeuner - Déjeuner - Dîner.*

Ou

[Le Raux \(1919 m\) – Pont du Moulin \(1849 m\) – Croix de Curlet \(2310 m\) - Fin du séjour.](#)

Depuis le Raux, nous rejoignons le torrent de l'Aigue Blanche et par l'une des plus belles forêts mélangées de pins cembro et de mélèzes du Queyras, nous gagnons la Croix de Curlet. Une balade le long de la crête nous offre un superbe panorama sur Saint Véran et sur les cimes frontalières avec l'Italie. Nous terminons notre balade par une visite guidée de la commune la plus haute d'Europe : habitat typique, cadrans solaires, fontaines en bois... Images de la vie traditionnelle d'ici. Fin du séjour. Pour les participants utilisant le train, transfert en gare de Montdauphin-Guillestre.

*Temps de marche : 4 heures 30 environ.*

*Dénivelée positive : + 480 m.*

*Dénivelée négative : - 480 m.*

*Repas inclus : Petit déjeuner - Déjeuner - Dîner.*

Ou

[Arvieux \(1550 m\) - Les chalets de Clapeyto \(2250 m\) \(chalets d'alpage\)](#)

Cette randonnée se déroule dans le cadre grandiose de Clapeyto où beauté rime avec calme et sérénité. Nous cheminerons en tre petits plateaux et vallons harmonieux avant d'entrer dans un décor de carte postale où de nombreux chalets d'alpage témoignent de la vie passée.

*Temps de marche : 5 heures environ.*

*Dénivelé positif : + 500 m.*

*Dénivelé négatif : - 500 m.*

*Hébergement : Hôtel\*\*.*

*Repas inclus : Petit déjeuner - Déjeuner - Dîner.*

Ou

[La Rua \(1880 m\) - Sommet Bûcher \(2254 m\)](#)

Une petite descente pour franchir le pont sur l'Aigue Agnelle et nous remontons des pentes agréables pour rejoindre le col des Prés Fromages et le sommet Bûcher. Un belvédère exceptionnel, les nombreux chalets d'alpage, un repas auprès du feu dans la bergerie du « Clot l'Henri » bref, une journée riche et inoubliable !

*Temps de marche : 4 heures 30 environ.*

*Dénivelé positif : + 500 m.*

*Dénivelé négatif : - 500 m.*

*Hébergement : Hôtel\*\*.*

*Repas inclus Petit déjeuner - Déjeuner - Dîner.*

## Jour 4 : Fin du séjour

Fin du séjour après la randonnée.

*Repas inclus : Petit déjeuner - Déjeuner.*

## EN SOIREE

Durant ce séjour, vous bénéficierez d'un accès libre au sauna. Vous aurez également l'occasion de déguster des productions du terroir (tourtons du Champsaur, viandes locales, miel etc....).

Les heures de **marche s'entendent sans les arrêts et sont strictement** indicatives. Suivant les conditions météorologiques, suivant le niveau des **participants ainsi que parfois l'état du terrain (boue, neige etc)**, ces temps de marche peuvent varier à la hausse ou à la baisse.

En raison des risques et des imprévus techniques, climatiques, nivologiques ou autres pouvant intervenir directement ou indirectement sur votre séjour, VIAMONTS Trekking ou son représentant durant le séjour se réserve le droit de modifier l'itinéraire, la succession des étapes, voire d'annuler certaines prestations du programme, notamment si des conditions particulières mettent en cause la sécurité du groupe ou d'une seule personne. Faites nous confiance, ces modifications sont faites dans votre intérêt ou pour votre sécurité.

## ENNEIGEMENT

En cas de fort enneigement subit, le programme pourra être modifié et certaines randonnées remplacées par d'autres, en prévoyant notamment un départ à pied depuis votre hôtel directement, pour le plus grand plaisir de chacun.

Il arrive parfois que la neige fasse défaut ; de ce fait, certaines randonnées ou quelques portions de circuit se dérouleront à pied. Aucun séjour ne sera donc annulé par manque de neige.

*Le trekking, la randonnée, c'est une passion, un état d'esprit... L'imprévu fait partie intégrante de cette éthique du voyage : "sortir du programme" prévu, l'espace de quelques temps, afin de vous faire vivre quelque chose d'inattendu et pourtant de typique ou authentique nous semble incontournable... Chez Viamonts trekking, nous cultivons cet état d'esprit : vivre une fête traditionnelle ou autre évènement qui se déroule au village voisin de notre lieu d'hébergement, être invité chez l'habitant alors que nous devons passer notre chemin, observer un animal rare et le suivre un moment... Tous nos guides sont à l'affût de ces petits moments exceptionnels qui vous feront vivre encore plus intensément votre voyage... C'est aussi pour cela que vous aimez le trekking et la randonnée, que vous aimez sortir des sentiers battus!! ...*

## INFORMATIONS TECHNIQUES ET PRATIQUES

### NIVEAU PHYSIQUE

2 raquettes... Facile (deux bonshommes) : Aucune expérience de l'activité n'est nécessaire pour participer à ce séjour. Itinéraire vallonné avec des dénivelés de 400 à 600 m en montée et/ou descente. Pas de difficultés techniques particulières. 4 à 5 heures de marche environ avec un sac léger contenant vos affaires nécessaires à la journée (pique nique, vêtement chaud, thermos...). L'esprit « découverte » est favorisé par rapport à l'aspect sportif. 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.

Les temps de marche sont comptés sans les arrêts, sont de 4 à 5 heures et sont agréablement répartis dans la journée. Les temps annoncés sont des fourchettes ; il y a des groupes qui « mettent plus et d'autres qui mettent moins »... Quelques week-ends de mise en jambe ainsi qu'une expérience de randonnée en montagne seront nécessaires.



## PETITS CONSEILS

Nous accueillons beaucoup de randonneurs qui n'ont pas eu le temps de s'entraîner avant de venir et beaucoup souffrent de courbatures, tendinites et autres petites misères qui gâchent un peu ou beaucoup leur séjour.

Vous n'avez pas le temps de faire du sport, alors sur votre trajet pour aller travailler, vous pouvez monter et descendre les escaliers à pied au lieu de prendre l'ascenseur.

Mais surtout habituez-vous à boire au moins 1,5 l d'eau pendant votre journée de travail, en plus de ce que vous consommez pendant les repas. Progressivement vous passez à 2 litres, ainsi vous pourrez atténuer le risque de courbatures et tendinites : Essayez, cela ne coûte rien et c'est tellement mieux que d'avaler des anti-inflammatoires et des antalgiques.

Pourquoi ne pas prévoir un ou 2 jours d'adaptation en moyenne montagne (1000 à 1500m) avant votre séjour pour vous reposer et vous acclimater à l'altitude sans forcer. Vous profiteriez beaucoup plus de votre séjour.

## LE NIVEAU PSYCHOLOGIQUE

La préparation psychologique fait aussi partie du voyage ; elle est peut-être plus importante que la préparation physique. Pensez-y, cela vous aidera à surmonter certaines situations et à devenir plus tolérant.

Nous ne pouvons malheureusement pas assurer le beau temps... et il arrive que la météo soit farceuse. Ne faites pas chuter votre moral en même temps que la pluie ou la neige et ne vous laissez pas assombrir par un ciel gris particulièrement bas.

Cela fait parti du voyage ... le trek et la montagne c'est aussi ça... laissez-vous imprégner par une ambiance ... différente !...

Vous allez vivre durant sept jours avec des personnes que vous ne connaissez pas et dans un environnement qui ne vous est pas habituel. Essayez d'être tolérants face à certains comportements ou certaines situations et gardez votre bonne humeur. Vous profiterez mieux ainsi de vos vacances.

Toutefois, en cas de difficultés persistantes, n'hésitez pas à parler avec votre accompagnateur, sa position peut aider à résoudre les conflits et favoriser votre approche du milieu et/ou du groupe.

Pensez avant de partir à tous ces paramètres ; ils font peut-être sourire mais font bel et bien partie du voyage. Si vous y êtes préparés, vous aborderez ces situations avec plus de sérénité et vivrez bien mieux vos vacances.

## HÉBERGEMENT

6 nuits en hôtel\*\* sur Saint Véran en chambres doubles ou quadruples selon votre choix.

Hôtel « Le grand tétras » : Très bien situé dans le village, notre hébergement bénéficie d'un panorama exceptionnel sur la vallée et les sommets environnants. De construction récente, il offre tout le charme et le confort d'un petit hôtel de montagne et vous trouverez auprès de Valérie et Luc l'accueil chaleureux des gens du sud !

Quelle que soit votre formule d'hébergement, vous bénéficierez de chambres toutes équipées de salle de bain ou douche avec wc privatif et téléphone direct. Vous pourrez encore vous éblouir des paysages tout en vous désaltérant au salon-bar doté d'une superbe cheminée et de la vue sur les sommets environnants. Pour éliminer les fatigues de la randonnée, un sauna est également à votre disposition et les plus actifs pourront utiliser la salle de gymnastique et de ping-pong. Vous prendrez les repas du soir dans une magnifique salle de restaurant panoramique où une cuisine généreuse et variée, alliant traditions du terroir et plats exotiques vous réglera.

Vos soirées pourront s'organiser, en plus de celles prévues au programme, autour du salon TV vidéo ou à la bibliothèque de style montagnard.

Deux formules d'hébergement vous sont proposées :

[En chambre de 2 personnes](#) (draps et linge de toilette fourni) ou single selon les disponibilités.

[En chambre partagée](#) (suivant les cas, elles peuvent être mixtes) avec 4 personnes (draps fournis, linge de toilette non fourni).



## HÉBERGEMENT AVANT OU APRÈS LA RANDONNÉE

Nous pouvons vous réserver une nuit supplémentaire à votre demande dans cet hébergement avant ou à la fin de votre séjour. Nous le signaler lors de votre inscription.

## PORTAGE DES BAGAGES

La journée, vous ne portez que votre sac à dos (30 à 35 litres conseillé) contenant vos effets personnels utiles à la randonnée (pique-nique, vêtements chauds, thermos...) et matériel de sécurité (pelle à neige + sonde). Pour ce séjour en étoile, vos bagages restent dans votre chambre.

## TRANSFERTS INTERNES

Minibus

## L'EAU ET LA NOURRITURE

Pour les boissons, vous disposez du contenu de votre gourde. Pensez à la remplir chaque matin à l'hôtel. Sinon, vous pouvez acheter de l'eau minérale soit directement à l'hôtel ou dans les commerces alentours.

La restauration est équilibrée et variée, et adaptée au programme du séjour.

Le petit déjeuner est complet (croissants, pain, yaourts, fruits...).

Le déjeuner est un repas froid composé de salade, viande ou charcuterie, fromage, fruits, biscuits.

Les dîners sont élaborés à base de produits frais et locaux. Un dîner spécial, uniquement composé de produits du terroir, vous sera également proposé durant la semaine.

## L'ÉQUIPE QUI VOUS ACCOMPAGNE

Sur le terrain, la personne qui vous accompagne durant tout votre séjour est un Accompagnateur en Montagne diplômé d'Etat spécialiste du Queyras. Il connaît parfaitement le terrain, il vous conseillera et vous fera découvrir ce massif. Il mettra tout en œuvre pour vous permettre de découvrir cette région.

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 et à la nivologie.
- 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.
- Etre disponible et à votre écoute.

## RENDEZ-VOUS ET DISPERSION

**Rendez-vous** : le jour 1 à 19 heures 30. Suivant votre jour d'arrivée (dimanche, lundi ou mardi), vous avez rendez-vous à l'hôtel dans la journée avec le groupe. Le dîner est prévu à 19 heures 30.

**Dispersion** : le jour 4 après la randonnée.

Le jour 4, pour les participants utilisant le train, transfert avec la navette locale (à votre charge) en gare de Montdauphin Guillestre.

Les horaires 2019/2020 ne sont pas encore connus mais une navette régulière autour de 18 heures permet de rejoindre la gare de manière quotidienne. Arrivée de la navette en gare environ 55 minutes après le départ.

**Pour info, correspondances avec les lignes suivantes :**

- Ligne Paris/Lyon via valence-Ville ou Valence TGV.
- Ligne Paris/Lyon via Grenoble.
- Ligne Marseille/Aix en Provence via Gap.
- Ligne Grenoble.
- Ligne Valence-Ville/Valence TGV.

- Ligne TGV Oulx - Paris via Briançon. Transfert en bus régulier entre Briançon et Oulx (durée du trajet d'Oulx à Briançon : environ 1 heure. A réserver auprès de 05 voyageurs 04 92 502 505 ou sur [www.05voyageurs.com](http://www.05voyageurs.com). Tarif 2018 : 12 €).

Certains de ces trains circulent périodiquement, il est impératif de vérifier vos horaires de retour auprès de la SNCF au 36 35 ou [www.oui.sncf](http://www.oui.sncf).

## PRIX

### Le prix comprend

La pension complète du soir de votre arrivée (J1) au J(4) en fin d'après-midi.  
L'encadrement des randonnées par un professionnel de la montagne diplômé d'Etat.

La fourniture de l'équipement de sécurité, des raquettes et des bâtons.

Les transferts prévus au programme des randonnées.

La taxe de séjour.

### Le prix ne comprend pas

Les boissons et le vin pendant les repas.

Les assurances annulation et rapatriement.

Les frais de dossier.

Le transfert de la gare à l'hôtel le jour 1 et de l'hôtel à la gare le jour 4.

D'une manière générale tout ce qui n'est pas mentionné dans « Le prix comprend ».

## DATES ET PRIX

DATES	FORMULE CHAMBRE DOUBLE	FORMULE CHAMBRE QUADRUPLE
Du 22/12 au 25/12/19	505	395
Du 23/12 au 26/12/19	505	395
Du 24/12 au 27/12/19	505	395
Du 02/01 au 05/01/20	505	395
Du 05/01 au 08/01/20	395	275
Du 06/01 au 09/01/20	395	275
Du 07/01 au 10/01/20	395	275
Du 12/01 au 15/01/20	435	375
Du 13/01 au 16/01/20	435	375
Du 14/01 au 17/01/20	435	375
Du 19/01 au 22/01/20	460	385
Du 20/01 au 23/01/20	460	385
Du 21/01 au 24/01/20	460	385
Du 26/01 au 29/01/19	460	385
Du 27/01 au 30/01/20	460	385
Du 28/01 au 31/01/20	460	385
Du 02/02 au 05/02/20	460	385
Du 03/02 au 06/02/20	460	385
Du 04/02 au 07/02/20	460	385
Du 09/02 au 12/02/20	505	395
Du 10/02 au 13/02/20	505	395
Du 11/02 au 14/02/20	505	395
Du 16/02 au 19/02/19	505	395
Du 17/02 au 20/02/20	505	395
Du 18/02 au 21/02/20	505	395
Du 23/02 au 26/02/20	505	395
Du 24/02 au 27/02/20	505	395
Du 25/02 au 28/02/20	505	395
Du 01/03 au 04/03/20	505	395
Du 02/03 au 05/03/20	505	395
Du 03/03 au 06/03/20	505	395
Du 08/03 au 11/03/20	460	385
Du 09/03 au 12/03/20	460	385
Du 10/03 au 13/03/20	460	385
Du 15/03 au 18/03/20	460	385
Du 16/03 au 19/03/20	460	385
Du 17/03 au 20/03/20	460	385
Du 22/03 au 25/03/20	435	375
Du 23/03 au 26/03/20	435	375
Du 24/03 au 27/03/20	435	375
Du 29/03 au 01/04/20	435	375
Du 30/03 au 02/04/20	435	375
Du 31/03 au 03/04/20	435	375
Du 05/04 au 08/04/20	435	375
Du 06/04 au 09/04/20	435	375
Du 07/04 au 10/04/20	435	375

Le sauna de l'hôtel est mis gracieusement à votre disposition.

Merci de nous préciser lors de l'inscription si vous souhaitez une nuit supplémentaire.

Nuit supplémentaire, en chambre de 2 et en demi-pension :

- Haute saison (vacances scolaires) : 81 € par personne.
- Basse saison (hors vacances scolaires) : 71 € par personne.

Nuit supplémentaire en chambre single et en demi-pension :

- Haute saison (vacances scolaires) : 94 € par personne.
- Basse saison (hors vacances scolaires) : 91 € par personne.

## OPTIONS

Option chambre individuelle : 75 € (selon disponibilité lors de votre réservation).

## GROUPE

Départ assuré à partir de 4 participants.

Groupe limité à 14 personnes.

## FORMALITÉS DE POLICE ET DE DOUANE

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

- Carte d'identité en cours de validité ou Passeport.
- Carte vitale.
- Dépliant de votre assurance voyage "Européenne d'assurance" reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit cette assurance auprès de nos bureaux) ou de votre assurance personnelle (numéro de contrat + numéro de téléphone).

## SANTÉ

Vaccins obligatoires : Aucun.

Vaccins recommandés : Diphtérie – Tétanos – Polio ; Hépatite A et B.

Il est recommandé de faire appel à votre médecin traitant pour établir avec lui une pharmacie de voyage adaptée à votre cas personnel et à votre destination.

Compte tenu de l'éloignement de tout centre de secours, nous vous recommandons de partir en bonne santé.

## TROUSSE MÉDICALE DE VOYAGE

Cette liste est à adapter et à faire prescrire en fonction de vos besoins personnels et de votre destination par votre médecin traitant.

L'accompagnateur possède une trousse à pharmacie complète...

### PETIT MATÉRIEL DE SOINS ET PANSEMENTS

Petits pansements, compresses stériles, sparadrap, stéristrip...

Antiseptique (type Septéal, Diaseptyl...).

Collyre (type Dacryoserum, Biocidan, Opticron...).

Pansements hémostatiques (type Coalgan).

Crème de protection solaire écran total et traitement des coups de soleil (type Biafine).

### CALMER LA DOULEUR ET LUTTER CONTRE LA FIÈVRE

Paracétamol : Doliprane, Dafalgan, Efferalgan etc....

Anti-inflammatoires : Voltarène, Advil, Nureflex...

Antispasmodiques : Spasfon Lyoc, Débridat, Viscralgine...

Douleurs gastriques : Maalox, Gaviscon...

### MÉDICAMENTS À VISÉE DIGESTIVE

Antidiarrhéiques : Lopéramide, Imodium, Arestal...

Pansements coliques : Smecta...

Contre les nausées et les vomissements : Primpéran, Vogalène, Motilium...

### ANTIBIOTIQUES

Infection ORL ou respiratoire : Amoxicilline (Clamoxyl, Augmentin) ou Macrolides.

Infection urinaire ou diarrhée fébrile : Noroxine (mais risque de photosensibilisation).



## TRAITEMENT DES ALLERGIES

Antihistaminiques : Clarityne, Zyrtec, Aérius...

Broncho dilatateurs : Ventoline

Corticoïdes : Solupred, Cortancyl...

## MATÉRIEL FOURNI

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.

## VOS BAGAGES

Pour la randonnée

Sac à dos de 30 à 35 litres.

Chaussures de randonnée, guêtres ou protège chaussures.

Sous-vêtements longs et chauds.

Chaussettes de randonnée hivernale (éviter le coton).

Pull en laine chaud ou fourrure polaire.

Veste imperméable (type Goretex ou équivalent) ou gros anorak.

Pantalons chaud (type Goretex ou similaire).

Sur pantalon (KWay ou équivalent) pour le mauvais temps.

Veste chaude (type polaire) ou pull en laine.

Gants ou moufles, bonnet ou bandeau couvrant les oreilles.

Lunettes de soleil de bonne qualité, crème solaire et stick pour les lèvres (écran total).

Tee-shirts (carline ou équivalent conseillé).

Boîte plastique pour salade composée et couverts, couteau de poche léger.

Un thermos d'1 litre pour une boisson chaude (obligatoire).

Pharmacie personnelle réduite (élastoplast 6 à 8 cm, gaze pour ampoules, médicaments contre la douleur).

Appareil photo, carte d'identité.

### Pour le soir

Vêtements de rechange.

Nécessaire de toilette.

Lampe frontale ou lampe de poche si vous optez pour la chambre de 4.

Chaussures.

Nécessaire de toilette et serviette pour la formule de 4 personnes.

## VOTRE SÉCURITÉ

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 l'agence sont équipés de radio VHF autorisant un accès direct aux services de secours en montagne.

Pour tous nos séjours à raquettes, nous vous fournissons un DVA (DéTECTEUR de Victimes d'Avalanches) accompagné d'une pelle et d'une sonde.

Évitez d'emporter vos bijoux et des objets de valeur. Ne transportez jamais tout votre argent au même endroit sur vous ou dans vos bagages.

Gardez tous vos papiers (passeports, etc....) toujours sur vous.

L'éloignement fréquent de tout centre de secours nous oblige à insister sur le fait qu'il faut que vous fassiez preuve d'une prudence particulière dans tous vos agissements entrepris au cours du voyage (baignade, escalade, monte d'animaux, etc....). De même, vous devez toujours éviter de vous isoler du groupe (baignades, forêts...).

Si au cours du voyage vous ressentez une fatigue ou une douleur particulière, parlez-en dès qu'elle se manifeste à votre guide ou accompagnateur en toute franchise. Ce dernier pourra ainsi prendre en temps voulu les dispositions nécessaires.

Veillez à un lavage régulier et soigneux des mains avant chaque repas (hygiène très stricte des mains notamment au sortir des toilettes).

## LA « POLITIQUE » DE VIAMONTS *Trekking* DANS LE QUEYRAS

### LE RESPECT

Partout où nous allons dans le monde, nous faisons le choix de travailler avec les autochtones et privilégions les petits organismes de manière à faire profiter les gens du pays de notre passage.

### CÔTÉ ENVIRONNEMENT NATUREL

La montagne est un environnement à l'équilibre fragile ; afin de le préserver le plus longtemps possible, nous vous remercions de choisir un savon (ou une lessive) non moussant(e), qui se rince facilement, qui soit biodégradable.

Ne laissez rien de votre passage... Emportez tout : kleenex, papier toilette (ou brûlez les) et déchets en tout genre. Nos guides et accompagnateurs, qu'ils soient étrangers ou français sont sensibilisés à ce problème.

### LES PHOTOGRAPHES

Vous pouvez prendre tout ce que vous voulez en photo, il n'y a aucun interdit. Pour les photos de personnes, les gens en général sont conciliants et acceptent avec plaisir d'être pris en photo, mais n'en abusez pas pour autant et n'hésitez pas, avant, à leur demander leur accord !

De plus, n'hésitez pas non plus à nous proposer vos plus beaux clichés, nous pourrions ainsi en faire paraître quelques-uns dans notre catalogue ou sur notre site, en mentionnant l'auteur, bien sûr... !!

## AUTRES INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

### Si vous arrivez en train

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

Informations et horaires : <https://www.oui.sncf/>

**En venant du nord** : liaison quotidienne par train couchette ou par TGV et TER

- Train de nuit : ligne Paris (gare d'Austerlitz) Montdauphin-Guillemestre.

- Train de jour : ligne Paris-Valence ou Paris-Grenoble puis correspondances pour Montdauphin-Guillemestre (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 Oulx. Arrivée à la gare italienne d'Oulx (ligne Paris/Turin). A Oulx, un car 05 voyageurs (sur réservation) vous amènera à Briançon (tarif 2018) : 12 € l'aller pour les adultes, 6 € de 5 à 12 ans. Durée du trajet d'Oulx à Briançon : environ 1 heure. A réserver auprès de 05 voyageurs 04 92 502 505 ou sur [www.005voyageurs.com](http://www.005voyageurs.com). Ensuite le train vous permettra d'atteindre Montdauphin-Guillemestre.

**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

Option comprise dans le tarif sur réservation : votre accompagnateur ou un responsable de l'agence vous accueille en gare à 18 heures 30 pour le transfert sur le lieu de rendez-vous. Attention, pour organiser ce transport vous avez obligation de nous réserver votre transfert au moins une semaine avant la date du séjour.

Note importante : au moment où nous élaborons cette fiche, les horaires ne sont pas encore connus. Pour information, le train Paris/valence arrivait habituellement autour de 18 heures 20.

## Accès à l'hôtel lorsque vous arrivez en navette (hors navette agence)

Arrivée à Saint-Véran environ 1 heure après le départ de la gare. L'arrêt du bus est à l'entrée du village à environ 600 m de l'hébergement. Vous pouvez utiliser la navette intra-village qui dessert les hébergements (voir avec le chauffeur) ou accéder à pieds à l'hôtel (environ 15 mn de marche). Cette navette fonctionne en journée, généralement entre 9 heures et 16 heures.

A la sortie de la navette, vous pouvez appeler l'hôtel au 04 92 45 82 42 ou votre accompagnateur (voir votre convocation).

## Si vous souhaitez arriver la veille du départ

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.

## Accès 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 Montdauphin puis Guillestre, porte d'entrée du Parc Régional du Queyras

2ème possibilité : Depuis Grenoble par la Mure et Gap. Ensuite suivre la direction Embrun par la RN 94 puis Guillestre porte d'entrée du Parc Régional du Queyras. Prendre la D902 puis suivre les indications « Stations du Queyras ».

3ème 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 Guillestre porte d'entrée du Parc Régional du Queyras. Prendre la D902 puis suivre les indications « Stations du Queyras ».

4ème 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 coté italien, continuer sur l'autoroute direction Turin. Sortir à Oulx et prendre direction Cesana – Sestrière - Col de Montgenèvre/Francia. Du col de Montgenèvre (frontière) vous gagnez Briançon puis Guillestre (1 heure 30 mn de trajet depuis le tunnel).

[Par le sud](#) : Valence ou Sisteron - Gap - Embrun – Guillestre puis direction le Queyras (D 902), puis la D 947.

[Contact répondeur « Etat des routes »](#)

Pour accéder au département des Hautes Alpes vous pouvez consulter le 04 92 24 44 44 (équipements spéciaux obligatoires pour franchir certains cols : pneus neige ou chaînes).

Accès au Queyras

De Guillestre et la D 902 direction le Queyras. Remonter les gorges du Guil pour rejoindre Château-Queyras (forteresse) et Ville-Vieille (environ 20 km). Au carrefour giratoire (maison de l'Artisanat) tourner à droite en direction de Saint-Véran. ([www.viamichelin.fr](http://www.viamichelin.fr)).

Accès à l'hôtel

Lorsque vous arrivez au carrefour en aval du village (grand parking à droite de la route et magasin « La Carotto » à proximité) il vous faut emprunter la route sur votre gauche pour atteindre l'hébergement. Il est interdit d'accéder au cœur du village en véhicule, nous vous conseillons de vous garer au parking proche de l'arrêt du bus situé à l'entrée du village à environ 150 m de l'hébergement.

Possibilité de laisser votre véhicule à ce parking durant le séjour.

## 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 ne sont pas déneigés l'hiver et restent donc fermés à la circulation. Il est par exemple impossible de rejoindre le Queyras depuis Briançon par le col d'Izoard entre le mois de novembre et le mois de mai.

Quelque soit l'itinéraire que vous empruntez l'hiver pour arriver dans les Hautes Alpes, vous devrez prévoir des équipements spéciaux (pneus neige ou chaînes à disposition). Entraînez-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 ». Le diesel des stations services éloignées des montagnes est rarement adapté pour supporter les températures froides des nuits en altitude !



## Parking

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 si vous préférez utiliser la navette 05voyageurs pour accéder au Queyras.

## Taxi

Le Guilazur au 06 80 21 77 22

Mr Durosne au 06 60 76 51 29 ou 06 15 37 28 67

Transports Petit Mathieu au 04 92 46 71 56

## CLIMAT

Proche de l'Italie, les eaux du Guil traversent le Queyras pour se jeter dans la Durance. Bénéficiant d'un climat méridional et donc sec et méditerranéen, cette région jouit d'un remarquable ensoleillement.

Cependant, des climats saisonniers viennent quelque peu perturber la quiétude de cet ensoleillement. Les hommes, suite à plusieurs catastrophes, ont appris à apprivoiser ces changements soudains :

Les brouillards ne sont pas fréquents ; seule la « nebbia » italienne franchit la frontière italienne.

L'hiver est toujours marqué par d'importantes chutes de neige permettant la pratique du ski et de la raquette à neige.

## BIBLIOGRAPHIE

Pour préparer votre séjour, de nombreux guides sont disponibles en librairie.

Vous pouvez par exemple consulter « *Parc Naturel Régional du Queyras* » aux éditions Gallimard, bien illustré et facile à lire.

Pour goûter aux ambiances queyrassines, dernièrement sorti, « *L'Autre Versant* », aux éditions Hesse, présente de superbes photographies de Christophe Sidamon-Pesson accompagnées des textes de Michel Blanchet.

Dans la remarquable collection « *Les Cahiers du Patrimoine* », aux éditions du Queyras, plusieurs titres permettent de se familiariser avec les spécificités du patrimoine local « *Dentelles du Queyras et des vallées voisines* », « *Ceillac au fil du temps* », « *Fort Queyras* », « *Cadrans Solaires du Queyras* »...).

Viamonts Trekking (sarl vstm) Tel.: 05 61 79 33 49 Mail: [info@viamonts.com](mailto:info@viamonts.com)

Fiche technique « *Le Queyras en raquettes* » Réf : alp42317

Quelques ouvrages rédigés par des anciens du pays évoquent également la vie de la région, hier et aujourd'hui, à l'image des livres de Céleste Fournier aux Editions du Queyras, des mémoires de Philippe Lamour, personnage emblématique du Queyras, intitulées « *Le Cadran Solaire* », ou du recueil de souvenirs « *Les Pieds en Queyras* » d'Albert Borel.

Enfin, pour les amateurs de littérature, les queyrassines ont servi de cadre à de nombreux romans. Citons par exemple « *Les Hauts Pays* » de Philippe Lamour, les romans de Raymonde Meyer-Moyne ou, pour la période actuelle, « *Le Dernier Refuge* » de Nicolas Crunchant.

## CARTOGRAPHIE

Cartes TOP 25 IGN 3637OT et 3537ET et carte LIBRIS « Queyras Ubaye » au 1/60 000

## PHOTOS

Vous faites de belles photos ! N'hésitez pas à nous envoyer un CD de vos plus belles photos réalisées lors de votre voyage. Le fait pour vous de nous communiquer des photos implique que vous acceptez que vos photos soient utilisées à titre gracieux sur nos différents supports (catalogue, site internet, fiche technique, etc...)

## EXTENSION

Vous désirez prolonger votre séjour ?...

Afin d'enchaîner avec un autre trek ?...

Vous désirez rester quelques jours supplémentaires afin de visiter une autre région ?...

[Contactez nous](#), nous vous proposerons différentes formules selon votre désir.

## 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 !

## POUR EN SAVOIR PLUS

### LA PLACE FORTE DE MONT-DAUPHIN

Vauban a fait construire à partir de 1693, cette extraordinaire place forte en haute montagne sur un plateau dominant le confluent du Guil et de la Durance au débouché de la vallée du Queyras et du col de Vars.

Ensemble remarquable et entièrement préservé, Mont-Dauphin constitue l'archétype de place forte de montagne, avec son arsenal, ses deux magasins à poudre, ses casernes au rempart et son église, restée inachevée.

Le Comité du patrimoine mondial a décidé d'inscrire en juillet 2008 les fortifications de Vauban présentées par l'Etat français au titre du patrimoine mondial de l'Unesco.

Ce site fortifié présente une facette de l'œuvre de Vauban, complémentaire aux autres sites classés. Le choix des sites repose sur les critères suivants :

Représentativité de l'évolution du système de défense de Vauban, d'un type de fortification et d'un type de site géographique (bord de mer, plaine, montagne).

Etat de conservation des fortifications et authenticité.

Environnement paysager, politiques de mise en valeur et de protections existantes.

## LE VILLAGE DE SAINT VERAN

Saint Véran, là où le coq picore les étoiles !

Perché à 2 042 mètres d'altitude, le village de Saint Véran, « commune la plus haute d'Europe », profite comme le reste de la région du climat sec et ensoleillé des Alpes du sud. Aujourd'hui, une trentaine d'enfants occupent les bancs des deux classes de l'école maternelle et primaire et le devenir des 290 âmes qui vivent toute l'année au village dépend évidemment du tourisme. Bien sûr, les activités agricoles et pastorales ont perdu de l'importance, mais elles permettent de conserver tous les aspects d'une localité rurale de montagne où l'artisanat est également très vivant.

Un habitat unique en Europe : les constructions de Saint Véran résultent de l'adaptation, dès le Moyen Age, à la vie en haute altitude et sont un modèle unique de l'habitat alpin. Le rez-de-chaussée est construit en murs de pierres très épais et la partie supérieure appelée « fuste » est faite de troncs d'arbres empilés et croisés aux angles. Elle servait autrefois à faire sécher puis à abriter la récolte de fourrage pour nourrir les bêtes durant les longs mois d'hiver. Ce bâtiment est relié à un autre plus petit, en pierres, appelé « caset ».

Le pays des cadrans solaires : On peut découvrir plus d'une vingtaine de cadrans solaires à Saint-Véran, certains datent de la période de la Renaissance et d'autres sont plus contemporains mais tous sont d'une richesse architecturale exceptionnelle. Les plus célèbres ont été réalisés de 1840 à 1845 par un artiste piémontais : Giovanni Francesco Zarbula.

Votre accompagnateur vous fera découvrir toutes les richesses de ce village lors d'une visite guidée.

Pour en savoir plus : [www.saintveran.com](http://www.saintveran.com)

## EN CE QUI CONCERNE L'ASSURANCE

Chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant le séjour ou le voyage.

Afin d'éviter d'être, comme souvent, sur-assuré, il est indispensable de bien vous renseigner auprès de vos assurances personnelles (carte bancaire, automobile, familiale, mutuelle, ...) pour connaître vos réels besoins en assurance complémentaire.

Nous vous proposons ensuite plusieurs formules complémentaires, souscrites auprès de la compagnie d'assurance MAPFRE Assistance :

Option 1 : **ANNULATION** : elle permet le remboursement des frais conservé par l'agence en cas d'annulation par le voyageur entre la date de souscription du contrat et le départ du séjour. Elle est de **3,3 %** du prix du séjour avec un minimum de **16 € par personne**.

Option 2 : **GOLD ou « tous risques »** : elle couvre l'annulation, y compris « toutes causes », les bagages, l'interruption de séjour, l'assistance – rapatriement, le départ ou retour impossible, le retard d'avion ou de train, la responsabilité civile. Elle est d'un montant fixe et forfaitaire qui varie selon le prix du séjour (voir tableau ci-dessous).

Option 3 : **PLATINIUM « haut de gamme »** : elle couvre les mêmes garanties que la formule **GOLD** mais sans franchise, et elle couvre en supplément la « garantie du prix » (en cas d'augmentation du cours du dollar US ou du baril de pétrole entre la date de souscription du contrat et la date de départ du séjour). Elle est d'un montant fixe et forfaitaire qui varie selon le prix du séjour (voir tableau ci-dessous).

Option 4 : **BRONZE + ou «complémentaire CB** » : elle vient en complément de l'assurance assistance des cartes bancaires classiques. Elle couvrira donc l'annulation, y compris « toutes causes », les bagages, l'interruption de séjour, le retard de train ou d'avion, la responsabilité civile. Elle est d'un montant fixe et forfaitaire qui varie selon le prix du séjour (voir tableau ci-dessous).

Option 5 : **CHROME CB** : elle vient en complément d'une assurance carte bancaire haut de gamme pour augmenter les plafonds de couverture, et offrir certains services SANS FRANCHISE. Elle est d'un montant fixe et forfaitaire qui varie selon le prix du séjour (voir tableau ci-dessous).

Montant du voyage par personne	GOLD	PLATINIUM	BRONZE +	CHROME CB	REDUCTION Famille
	Individuel	Individuel	Individuel	Individuel	
Jusqu'à 400 €	29 €	54 €	17 €	7 €	Réduction de 20 % sur le tarif individuel de la 4 <sup>ème</sup> à la 9 <sup>ème</sup> personne
De 401 à 700 €	39 €	59 €	25 €	10 €	
De 701 à 1500 €	51 €	73 €	41 €	20 €	
De 1501 à 2500 €	79 €	101 €	63 €	34 €	
De 2501 à 3500 €	103 €	142 €	93 €	51 €	
De 3501 à 5000 €	151 €	187 €	132 €	69 €	
De 5001 à 7000 €	216 €	259 €	186 €	97 €	

## Formule **FAMILLE**

Il existe une formule qui peut être utilisée de 4 à 9 personnes inscrites sur le même contrat de voyage, et disposant d'un lien de parenté ou vivant sous le même toit.

La réduction de 20 % s'applique sur le prix du tarif individuel et uniquement de la 4<sup>ème</sup> à la 9<sup>ème</sup> personne. Un tarif globalisé et personnalisé sera donc appliqué individuellement.

Option 6 : **SPECIALE ASSISTANCE** : elle couvre uniquement l'assistance médicale et le rapatriement durant le voyage. Elle est d'un montant fixe et forfaitaire qui varie selon la durée et le lieu du séjour (voir tableau ci-dessous).

Age Durée	EUROPE / BASSIN MEDITERRANEEN		AUTRES PAYS	
	- 65 ans	+ 65 ans	- 65 ans	+ 65 ans
8 jours	20 €	24 €	36 €	43 €
16 jours	37 €	45 €	67 €	81 €
1 mois	50 €	59 €	89 €	107 €

N'hésitez pas à nous contacter pour toute information concernant les détails des garanties couvertes par ces assurances.

En cas de souscription à l'une d'elle, un document reprenant tous ces détails vous sera envoyé avec la confirmation de votre inscription.



## POUR VOUS INSCRIRE

Vous disposez d'un bulletin d'inscription à la fin de notre brochure. Vous pouvez également le télécharger sur notre site Internet ou nous demander de vous l'envoyer par mail, fax ou courrier.

Pour être pris en compte, le bulletin d'inscription doit être accompagné du versement d'un acompte de 30% (par chèque, virement bancaire ou carte bancaire).

Vous avez aussi la possibilité de réserver votre voyage par internet avec un paiement 100 % sécurisé. Pour vous inscrire :

- Choisissez votre voyage, aller sur la fenêtre « dates et tarifs », sélectionnez la date de votre départ et cliquer sur « réserver »
- Indiquez le nombre de participants
- Indiquez vos options complémentaires (si vous en prenez)
- Indiquez vos coordonnées bancaires pour régler les 30 % d'acompte ou la totalité du voyage.
- Vous aurez alors le choix de régler votre voyage soit par carte bancaire, soit par chèque, soit par virement bancaire... A vous de choisir !
- Vous recevrez, suite à votre inscription un accusé de réception de votre règlement ; nous vous répondrons que votre transaction a bien été prise en compte.

## SUITE À VOTRE INSCRIPTION

Après inscription, nous envoyons un carnet de voyage pour préparer votre séjour. Vous y retrouverez les formalités de police, de santé, la pharmacie, la liste des bagages nécessaires et d'autres menues informations indispensables à la préparation de votre séjour.

Dans tous les cas, n'hésitez pas à nous contacter si vous aviez encore une question à propos de ce séjour et de cette destination à réception de ce carnet de voyage.

*Certains d'entre vous (de plus en plus nombreux...) attendent que le départ sur une destination soit confirmé pour s'inscrire... ! Si vous attendez le dernier moment, 3 problèmes majeurs risquent de survenir :*

- *Si tout le monde attend que le départ soit confirmé pour s'inscrire, il ne se confirmera jamais !!...*
- *Avec une inscription tardive celle-ci peut vous être refusée car l'hébergement est complet.*
- *Ou encore, nous venons tout juste d'annuler le départ qui vous intéressait car il nous manquait une personne pour pouvoir confirmer le départ !!*

**ALORS NE TARDEZ PAS ... POSEZ VOS VACANCES ET INSCRIVEZ-VOUS... AU MOINS TROIS MOIS AVANT LA DATE DE DÉPART.**

### **EN CAS D'URGENCE ABSOLUE**

Si vos proches doivent vous contacter absolument pendant ce séjour, faites appeler le numéro de téléphone que nous vous communiquerons sur votre carnet de voyage. Nous transmettrons les coordonnées pour vous joindre.

Nous espérons avoir répondu à toutes vos questions.

**Si ce n'était pas le cas, vous pouvez :**

- Nous appeler au : 05 61 79 33 49
- Nous envoyer un fax : 05 61 95 83 35
- Nous demander par mail de **vous rappeler** sur votre téléphone
- Nous contacter par mail : [info@viamonts.com](mailto:info@viamonts.com)
- Nous contacter via le site internet : [www.viamonts.fr](http://www.viamonts.fr)
- Ou encore nous écrire à :



07, rue des Fossés  
31800 SAINT-GAUDENS