



LE SPÉCIALISTE DE LA RANDONNÉE EN LIBERTÉ

LE QUEYRAS PARC REGIONAL DU QUEYRAS



Le Parc Naturel Régional du Queyras est une "vaste nef suspendue" où les hommes ont pu "hisser" des villages plus hauts que nulle part ailleurs dans les Alpes et ceci grâce à un ensoleillement exceptionnel (plus de 300 jours de soleil par an et des dizaines de cadrans solaires dans chaque village !). Cette version classique en 6 jours de l'incontournable GR 58, vous fera découvrir les principaux villages : Ceillac, Saint-Véran, Molines-en-Queyras et Abriès.



6 jours, 5 nuits et 6 jours de randonnée.

JOUR 1 - CEILLAC - COL DES ESTRONQUES - SAINT-VÉРАН

15km

6H environ

+1000m / -800m

Accueil à Ceillac ou à la gare de Mont-Dauphin et transfert à Ceillac (service plus soumis à supplément, 30 min, 30 km). Remontée de la vallée du Cristillan en passant par les hameaux d'estive du Villard et du Tioure, avec en toile de fond la pyramide du Péouvou (3232 m). Ascension à travers les alpages jusqu'au Col des Estronques (2651 m). Possibilité de monter jusqu'à la Tête de Jacquette (2757 m) pour profiter d'un magnifique panorama sur les vallées du Cristillan et de l'Aigue Blanche. Descente par le vallon de Lameron, le long du torrent, à travers le mélézin, jusqu'au pont du Moulin (1849 m). Courte montée vers saint Véran le village habité le plus haut d'Europe. Vous découvrez saint Véran avec les cadrans solaires du mystérieux Zarbula, ses coqs sculptés et ses maisons en fuste de mélèze.

JOUR 2 - SAINT-VÉРАН - COL DE CHAMOSSIÈRE - REFUGE AGNEL.

15km

6h environ

+1000m / -300m

Depuis Saint-Véran, vous empruntez le sentier d'un ancien canal au-dessus d'une ancienne mine de cuivre et d'une carrière de marbre pour rejoindre au bout de la vallée de l'Aigue Blanche la Chapelle de Clausis (possibilité de raccourcir cette randonnée avec la navette saisonnière). Par les alpages, vous montez progressivement vers le Col de Chamoussière, à près de 3 000 mètres d'altitude : panorama fabuleux et ambiance haute-montagne ! Possibilité pour les plus sportifs de réaliser l'ascension facultative du Pic Caramantran (3025 m) (D+ :150 m, D-150, 40 min pour l'aller-retour). Descente vers le Refuge Agnel (2580 m) dans un site grandiose et sauvage, sous l'imposante pyramide du Pain de sucre (3208 m). Nuit en dortoir en refuge de montagne.

JOUR 3 - REFUGE AGNEL - COL VIEUX – LA MONTA

6h environ

+300m / -1100m

Du refuge Agnel, montée en pente douce jusqu'au Col Vieux, point culminant de la journée d'où l'on découvre les dalles lisses de la Taillante (3197 m) et le piton basaltique du Pain de Sucre (3208 m). La suite de journée est une longue et belle descente à travers les superbes lacs d'altitude de Foréant puis d'Egorgéou. Après un verrou rocheux, vous gagnez les alpages de la Médille. A partir de ce plateau, vous ouvrez l'œil pour découvrir les pétroglyphes qui bordent le chemin.

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied

32 Place Limozin 43170 SAUGUES

Tél : +33 (0)4 71 74 47 40 | contact@lapelerine.com | www.lapelerine.com



Patiemment gravés sur des blocs par les bergers, paysans ou militaires de passage ; ces chamois, ânes, fleurs de lys millésimes, patronymes et initiales sont d'une grande valeur patrimoniale. Vous rejoignez le haut Guil au niveau du charmant petit hameau de L'Echalp pour suivre le cours d'eau jusqu'au hameau de La Monta (1663 m).

JOUR 4 - LA MONTA - CRETE DE GILLY - ABRIES

13km

5h30 environ

+800m / -1000m

Depuis le hameau de la Monta, dernier village habité, montée à travers les prés jusqu'aux crêtes de Gilly (2584 m). Superbe belvédère sur le Haut Queyras et le géant des alpes du sud : le Mont Viso (3841m). Belle descente à travers les verts alpages d'Abriès (1540 m). Selon l'option choisi vous arrivez au Roux d'Abriès ou à Abriès.

JOUR 5 - ABRIES - LAC DE LAUS - AIGUILLES

14 km

6h environ

+1050m / -1000m

Depuis Abriès, montée en pente douce et régulière à travers champs pour rejoindre le hameau abandonné de Malrif. Ce hameau dont le nom signifie "mauvais ruisseau" comptait en 1856 19 maisons et 150 habitants. Au milieu des ruines, vous découvrez la chapelle Sainte Margerite et son campanile dont le rôle était de prévenir les habitants d'un danger comme un incendie. Vous poursuivez en forêt jusqu'à la bergerie des Bertins. Au fond de la vallée du Malrif, le Grand Glaiza (3293 m) marque la frontière avec l'Italie. Après une bonne montée par un sentier en lacets, les efforts sont récompensés lorsqu'on arrive en vue du vaste Lac du Grand Laus (2579 m) aux eaux turquoise. Vous rejoignez la vallée du Guil et le village d'Aiguilles (1450 m) par le vallon du Lombard.

JOUR 6 - MONTBARDON - COL FROMAGE - CEILLAC

14km

7h environ

+1075m / -930m

Court transfert au hameau de Montbardon (1500 m), haut perché au-dessus des gorges du Guil. Remontée du vallon de Riou Vert, à travers bois le long du torrent, jusqu'au Col Fromage (2301 m). L'ascension se poursuit jusqu'à l'ancien poste optique construit par l'armée française dans les années 1900 pour envoyer des messages en morse où la vue sur Ceillac et la vallée du Cristillan est superbe. Descente dans la superbe vallée du Cristillan pour rejoindre rejoindre Ceillac en passant par le Col de Bramousse.



Le portage des bagages.

La formule hôtel pour plus de confort.

La découverte exhaustive du parc naturel du Queyras.

> DATES

Séjour à parti de 2 personnes.

Du 20 juin au 15 septembre, aux dates de votre convenance et suivant la disponibilité des hôtels.

Merci d'indiquer sur le bulletin de réservation les autres dates qui vous conviendraient également (ex : possibilité de décaler la randonnée de un ou de jours avant ou après...); ceci au cas où un ou plusieurs hébergements ne seraient pas disponibles aux dates choisies.

Nous vous demandons également de **réserver le plus tôt possible**. Nous n'avons pas de places réservées dans les hébergements et certains d'entre eux sont complets parfois plusieurs mois à l'avance.

> LE PRIX COMPREND

- L'hébergement tel que décrit selon la formule choisie.
- La demi-pension.
- Le transport des bagages si vous avez choisi cette option.
- Tous les transferts de personnes nécessaires au déroulement normal du programme excepté la navette Château- Queyras du jour 4 (pour les séjours en hôtel).
- Le roadbook (ainsi qu'une carte) et les bons de réservation pour un groupe de 2 à 4 personnes.

> LE PRIX NE COMPREND PAS

- L'acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation.
- L'assurance annulation/interruption de séjour/perte de bagages et l'assistance. — Pour toute inscription à moins de 15 jours du départ, les frais de traitement prioritaire du dossier.
- Tout ce qui n'est pas indiqué sous la rubrique "Le prix comprend". Vos dépenses sur place
- Les transferts non prévus au programme.
- La navette Château Queyras- Aiguilles (2 € environ, pour les séjours en hôtel).

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied

32 Place Limozin 43170 SAUGUES

Tél : +33 (0)4 71 74 47 40 | contact@lapelerine.com | www.lapelerine.com



- Les déjeuners : épiceries, supermarchés (entre 3 et 6 €, réalisés par vos soins) ou hébergements pour préparer vos pique-niques (12 € en moyenne par jour).
- Les entrées dans les monuments, musées.
- Les boissons.
- Les pourboires.

> ACCUEIL / DISPERSION

L'accueil a lieu à Saint-Véran en début de matinée et dispersion au même endroit en fin de journée le dernier jour.

> NIVEAU

 **Niveau 3** En moyenne, marche de 6h par jour sur des chemins ou sentiers pouvant présenter un dénivelé positif cumulé de +600 à +800m. Certaines journées de marche de nos programmes peuvent présenter peu de dénivelé mais les étapes sont parfois longues (25 / 30 km).

Le tour du Queyras ne présente pas de passage particulièrement vertigineux. Les sentiers utilisés sur ce circuit sont bien balisés.

> HÉBERGEMENT

En hôtel base chambre double, excepté une nuit en dortoir au Refuge Agnel
Possibilité de surclassement en hôtel en lieu et place de la nuit au refuge Agnel.

Le dîner et le petit déjeuner sont pris à l'hébergement. Vous trouverez sur votre itinéraire des épiceries locales pour vos ravitaillements pique-nique. Certains hébergements peuvent aussi vous fournir un pique-nique mais pensez à le commander la veille.

> TRANSPORT DES BAGAGES

Ils sont transportés par notre minibus. Vous les retrouvez chaque soir en arrivant à l'étape.

Nous vous demandons de ne prévoir **qu'un seul bagage par personne d'un poids de 15 Kg maximum**, au-delà le chauffeur peut refuser de le transporter.

> ACCÈS





Gare SNCF de Mont-Dauphin-Guillestre sur la ligne Paris-Briançon (train de nuit direct depuis Paris au départ de la gare d'Austerlitz).

De Grenoble : La Mure / col Bayard / Gap par la RN 85.



De Grenoble : Col du Lautaret / Briançon / Mt Dauphin ou l'Argentière par la RN91.

> DOSSIER DE VOYAGE

Pour effectuer cette randonnée, nous vous fournirons, au versement du solde, un carnet de voyage (**1 topo-guide pour 1 à 4 personnes**) comprenant les notes de routes, les bons d'échange à remettre aux hébergements et des cartes au 1 / 25 000°.

Traces GPS

Pour les personnes disposant d'un GPS, nous mettons **gratuitement** à votre disposition la trace GPS de ce circuit. Il suffit d'en faire la demande lors de votre inscription, vous recevrez par mail les fichiers traces au format gpx. Ce format est compatible avec de nombreux appareils : TwoNav, Garmin, Magellan, IGN...

Les randonnées avec traces GPS (Global Positioning System) permettent aux marcheurs de se repérer facilement. N'oubliez pas de prévoir des piles de rechanges car le froid les décharge assez vite. Pour les personnes utilisant un téléphone comme GPS, il est utile de prévoir une extension de batterie.

> LISTE DES AFFAIRES À EMPORTER

Votre équipement

- Des sous-vêtements respirants (séchage rapide).
- Une veste en polaire type Polartec (si possible coupe-vent) ou Wind Pro (excellent rapport poids/isolation).
- Une veste imperméable et respirante en Goretex.
- Des pantalons de trek.
- Un collant thermique.
- Un bonnet.
- Une casquette ou un chapeau.
- Des lunettes de soleil (indice 3 minimum, 4 pour la haute montagne).
- Une paire de gants.
- Une cape de pluie.



- Une gourde (ou poche à eau, pipette).
- Chaussures et matériel technique
- Des chaussures imperméables à tige montante et semelle offrant une bonne adhérence, type Contagrip ou Vibram.
- Une lampe frontale.
- Des bâtons de marche télescopiques (facultatifs).

Bagages

Un sac à dos robuste et technique d'une contenance de 50 à 60 litres.

Divers

- Des vêtements de rechange.
- Une paire de lacets de rechange.
- Une trousse de toilette et une serviette de bain.
- Du papier toilette.
- Un couteau de poche.
- Bol avec couvercle étanche (type Tupperware) et cuillère.
- Quelques sachets plastique pour protéger vos affaires.
- Une aiguille et du fil.
- Une pochette antivol, à garder toujours sur soi, avec vos papiers d'identité, argent, attestations d'assurance, d'assistance.

Votre pharmacie individuelle

Pensez à vous munir d'une pharmacie individuelle contenant notamment vos médicaments personnels et la liste suivante que nous vous recommandons (à valider avec votre médecin).

- Des antalgiques.
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).
- Un anti-diarrhéique
- Un désinfectant, des pansements (tailles variées) et des « double peau »
- Une couverture de survie

Téléphone portable

Attention, les téléphones portables ne passent pas partout.

FICHE TECHNIQUE PLUS DETAILLEE AU MOMENT DE L'INSCRIPTION

