

# ROC ÉCRINS

*Séjours montagne*

## SEJOUR EN RAQUETTES A NEIGE DANS LE QUEYRAS

Séjour de découverte naturel et culturel de la vallée du Queyras au travers le plaisir de la raquette à neige avec six nuits en hôtel et une nuit en refuge (petit raid de 2 jours).



### Déroulement du séjour

#### **DIMANCHE SOIR**

Installation dans les chambres, accueil et présentation du séjour.

#### **LUNDI : SOMMET BUCHER - COL DES PRÈS DU FROMAGE**

Départ depuis notre hébergement.

C'est une montée très agréable dans un mélézin au-dessus de la vallée laissé en contre-bas. En haut, c'est un grand replat, un alpage très prisé à la belle saison. En hiver, c'est très sauvage, quelques chevreuils, quelques Tétrasyre et quelques lièvres. Jusqu'au sommet Buchet, c'est une ambiance très nordique. Le Sommet Bûcher est un point élevé modeste mais central dans la vallée du Queyras et permet une vue d'ensemble du massif tout à fait exceptionnel.

Nuit à l'hôtel.

Dénivelée +/- 576 m

#### **MARDI : CHALET MÉDILLE-BOUCHOUSE-BELVÉDÈRE VISO**

Transfert à l'Échalp : 27 km.

Depuis l'Échalp, montée au chalet de la Médille par le GR 58. Redescende par torrent de Bouchouse et montée au Petit Belvédère du Mont Viso.

Nous sommes ici dans le Haut Guil, en frontière avec l'Italie, toute proche. C'est aussi là les plus grandes densités de chamois du massif, une réserve de chasse de longue date. Quelques bouquetins, réintroduit dans les années 90, hibernent dans les petites falaises non loin. Le Mont Viso (3841 m.) n'est pas très loin non plus. C'est un point de mire remarquable au pied duquel le Guil vient prendre sa source.

Nuit à l'hôtel.

Dénivelée +/- 442 m.

ROC ÉCRINS - 6 rue du Chlorate - Zone Les Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 04 84 13 14 08 <https://www.roc-ecrins.com> [roc.ecrins@gmail.com](mailto:roc.ecrins@gmail.com)

ROC ÉCRINS ORGANISATION - Eurl au capital de 8 000€ - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000718199/0 -

Immatriculation ATOUT FRANCE : IM005230003 - R.C.P : HISCOX contrat n°HA RCP0399794 - Code APE 7912Z - RCS de GAP SIRET :

979 424 918 00014 - N°TVA intracommunautaire : FR42 979 424 918

## MERCREDI : CHALETS DE CLAPEYTO

---

Transfert à Arvieux 14 km.

Au départ de la Chalp d'Arvieux, montée le long du torrent de La Rivière jusqu'à Pré premier, puis dans la Montagne de Clapeyto. Après avoir traversé l'espace nordique qui serpente en forêt, nous voilà dans un petit vallon très sauvage. C'est par un petit collet que nous découvrons l'immense alpage de Clapeyto, vaste espace nordique où nous pouvons déambuler en toute liberté.

Nuit à l'hôtel Le Chamois.

Dénivelé : +/- 600 m.

## JEUDI : BERGERIE SOUS ROCHE

---

Transfert au Roux d'Abriès 24 km.

Depuis le Roux d'Abriès, montée dans le vallon du torrent d'Urine. Boucle par la bergerie des Pierres Écrites. Le magnifique hameau de Valpréveyre est surplombé par le Bric Bouchet (2997 m.). C'est une vallée très sauvage où la faune abonde.

Nuit à l'hôtel Le Chamois.

Dénivelé : +/- 600 m.

## VENDREDI : EXCURSION 2 JOURS

---

Transfert au Pont de Larianne 4,5 km.

Montée dans le vallon du Longet jusqu'au col du Longet. C'est un itinéraire très emprunté des skieurs de randonnée. L'ambiance est alpine. L'arrivée au col est un moment fort de la journée. Puis nous basculons sur la vallée de St Véran que nous remontons jusqu'au refuge de la Blanche.

Nuit au refuge de la Blanche.

Dénivelée : + 800 m. / - 320 m.

## SAMEDI : ST VÉRAN

---

Depuis notre refuge, nous montons jusqu'au col de Chamoussière sous les sommets de la Blanche (3059 m.) et le Pic de Caramatran (3045 m.). Redescente le long de l'Aigüe Blanche jusqu'au village de St Véran où une visite s'impose.

Nuit à l'hôtel Le Chamois.

Dénivelé : + 490 m. / - 940 m.

## DIMANCHE

---

Fin du séjour et séparation après le petit-déjeuner.

NB : Le programme est donné à titre indicatif. Le guide reste seul juge du programme qu'il peut modifier à tout instant, pour des raisons de sécurité ou en fonction des conditions météorologiques, ou bien par rapport au niveau physique et technique des randonneurs. Les indications pour les temps de montée et d'étapes sont données à titre indicatif.

## Un pied devant l'autre...mais pas que !

La randonnée en montagne c'est bien sûr la marche à pied mais c'est aussi la découverte des territoires parcourus : les paysages et panoramas parfois grandioses mais aussi le milieu naturel, la faune, la flore, l'histoire locale, le patrimoine, ... C'est le métier de l'Accompagnateur en Montagne, spécialiste de sa région et passionné, de transmettre ses connaissances et son expérience du terrain. À une époque ou plus que jamais la montagne devient un décor pour activités récréatives nous prendrons le temps d'aller à la rencontre de ces milieux fragiles pour comprendre les enjeux qui les traversent.

## Nombre de participants

Afin de vous proposer un encadrement optimal, nous limitons nos séjours à un Accompagnateur en Montagne pour 12 participants maximum. Pour les groupes plus importants, l'encadrement sera assuré par 2 Accompagnateurs en Montagne.

## Matériel à prévoir

### Equipement collectif

L'encadrant fournira le matériel collectif nécessaire à la progression et à la sécurité.

### Equipement personnel

#### La tête

- Lunettes de soleil, protection classe 4
- un bonnet chaud
- une casquette
- crème solaire « écrantotal »
- un stick à lèvres.

#### Le corps

- Un sac à dos montagne d'environ 35 litres.
- Des sous-vêtements chauds
- une polaire ou soft shell.
- Une veste chaude soft shell type gore tex protégeant contre la pluie, la neige et le froid.
- Un sac poubelle plastique dans lequel vous mettrez votre linge. Il restera au sec si le sac à dos est mouillé. Le sac à dos rempli ne doit pas excéder 8 kg.

Les mains

- Deux paires de gants et de sous-gants et/ou de moufles.

#### Les jambes

- Un pantalon adapté à la marche en montagne, il doit être déperlant et coupe vent, pas trop chaud (type pantalon de course en montagne) ; pas de salopette ou de pantalon de ski (mal adaptés à la marche et trop chauds). Mieux vaut un collant, sous un pantalon plus léger.

#### Les pieds

- Des chaussures\* de randonnées adaptées à la marche en milieu hivernal. Elles doivent avoir une tige haute, être étanches dans la neige et suffisamment thermiques pour vous protéger du froid. Une paire de guêtres de bonne qualité et de bonnes chaussettes d'hiver. Pas de chaussures type « après-ski ».

#### Divers

- Draps de sac (sac à viande) pour la nuit,
- une petite serviette de toilette. Prévoir des contenants pouvant vous assurer environ 1,5 l d'eau au maximum

- vivres de courses (barres céréales, fruits secs...).
- petit couteau
- appareil photo
- petite pharmacie adaptée à vos besoins personnels, contenant aussi de l'élastoplaste et des pansements double peau pour d'éventuelles ampoules.

Cette liste n'est pas exhaustive et reste à compléter par vos soins.

Les refuges sont équipés de couvertures et couettes, inutile de prendre votre duvet. Ils sont également équipés de sabots, ne vous charger donc pas de chaussons.

## COVID-19 : mesures exceptionnelles

### Adaptation et contraintes Covid :

Compte-tenu des mesures sanitaires édictées pour lutter contre la propagation du virus, des modifications sont susceptibles d'être apportées aux conditions d'hébergement et de restauration prévues au cours de nos séjours pour la saison 2021. Les séjours en itinérance sont ainsi susceptibles d'être transformé en séjour en étoile dans le cas où certains refuges seraient contraints de rester fermés. Dans ce cas, nous vous avertirons dès que possible des changements occasionnés.

### Annulation et Covid :

Si nous (ROC ECRINS) sommes contraints d'annuler un séjour du fait d'événements exceptionnels et inévitables qui empêcheraient le bon déroulement du séjour (confinement...), nous vous proposerons un avoir du montant des sommes que vous auriez versé, ou bien un remboursement des sommes payées, sans dédommagement supplémentaire (articles L.211-14 et R.211-10 du Code du tourisme) ; Dans le cas d'une annulation de votre part d'une réservation sur un séjour dont le départ est maintenu, les retenues prévues par nos conditions de vente s'appliquent. Attention, les circonstances personnelles du voyageur (raison professionnelle, maladie...) ne permettent pas d'invoquer l'annulation sans frais au titre des circonstances dites « exceptionnelles et inévitables ».

Afin de respecter les exigences sanitaires liées au covid-19, des mesures particulières vont s'appliquer dans les refuges pour cette saison, notamment un nombre de places restreint.

Vous serez hébergés dans le même dortoir que vos compagnons de cordée mais, exceptionnellement **cette année les refuges ne fourniront ni couvertures, ni oreillers, ni crocs pour se déplacer dans les refuges.**

**Il vous faudra par conséquent prévoir en plus de la liste indiquée sur la fiche technique (cf. matériel à prévoir) : un duvet léger (+5° +10°), des crocs ou tongs ainsi qu'un masque et du gel hydroalcoolique.**

Il vous est par ailleurs demandé de veiller au respect des consignes de bonnes pratiques suivantes : Avant de monter :

- Je réserve obligatoirement ma nuitée avant de monter, et même pour manger à midi : sur le site web du refuge ou par téléphone auprès du gardien.
- Je me renseigne sur les préconisations sanitaires mises en place dans ce refuge (voir ci-dessous).
- Je monte avec mon matériel personnel : masque, gel hydroalcoolique, sac à viande et/ou duvet, tongs pour être confort au refuge (pas de crocs en refuge, pas de draps, pas d'oreiller).
- Je monte uniquement si je suis en bonne santé, pour me protéger et protéger les autres
- Je signe la charte d'engagement individuelle pour un séjour en refuge et je la remet au gardien (sur papier ou par mail).

Au refuge :

- Je me lave les mains, si possible sur le point d'eau extérieur, avant d'entrer dans le refuge.

ROC ÉCRINS - 6 rue du Chlorate - Zone Les Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 04 84 13 14 08 <https://www.roc-ecrins.com> [roc.ecrins@gmail.com](mailto:roc.ecrins@gmail.com)

ROC ÉCRINS ORGANISATION - Eurl au capital de 8 000€ - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000718199/0 - Immatriculation ATOUT FRANCE : IM005230003 - R.C.P : HISCOX contrat n°HA RCP0399794 - Code APE 7912Z - RCS de GAP SIRET : 979 424 918 00014 - N°TVA intracommunautaire : FR42 979 424 918

- Je m'informe sur les mesures de préconisations sanitaires mises en place (circulations, disposition des tables, des dortoirs...) et les respecte scrupuleusement.
- Je respecte les principes de distanciation physique avec les autres usagers, ainsi qu'avec le gardien.
- Je porte un masque si impossibilité de respecter la distanciation d'un mètre.
- Je participe activement pour soulager le travail du gardien, plus important dans cette période : nettoyage des sanitaires après mon passage, nettoyage du dortoir après la nuitée.
- Je profite de mon séjour dans la bonne humeur !

A la descente :

- Je descends mes déchets.
- J'informe immédiatement le gardien si je suis malade après mon séjour, afin de pouvoir prévenir les autres usagers."

Enfin, les refuges du CAF ont édité une "**Charte d'engagement individuel pour un séjour en refuge de montagne en sécurité, pour moi et pour les autres**" qu'il vous sera demandé de signer au début de votre séjour. Cette charte sur laquelle figureront les coordonnées (nom, prénom, téléphone, adresse mail...) de chaque compagnon de cordée sera remise aux refuges lors de votre arrivée sur place. Le guide vous fera donc signer une charte par refuge fréquenté.

Pour votre information, voici le texte de la charte :

Dans le contexte sanitaire lié au COVID-19, la responsabilité individuelle de chacun pour limiter les effets de la pandémie est fondamentale. C'est également le cas en montagne, et plus particulièrement en refuge. Les gardiens et propriétaires de refuge ont adapté l'organisation et le fonctionnement des refuges pour vous accueillir dans les meilleures conditions possibles. Le respect par chacun des mesures et protocoles mis en place est essentiel. C'est pourquoi, pour confirmer ma réservation obligatoire de mon séjour en refuge de montagne,

**J'atteste par la présente :**

- Avoir conscience que dans le contexte sanitaire actuel, le fonctionnement, les conditions d'accueil et les services proposés par le refuge ne seront pas les mêmes qu'habituellement ;
- Avoir pris connaissance du matériel spécifique que je dois amener en conséquence pour moi et pour mon groupe pour pouvoir séjourner dans le refuge (équipement de protection et de désinfection individuels, literie, duvet, linge personnel...).
- Être conscient que le non-respect des consignes sanitaires pourra entraîner l'annulation de ma réservation par le gardien afin d'assurer la sécurité du plus grand nombre face à l'épidémie.

**Je m'engage par ailleurs :**

- A ne pas monter en refuge si quelqu'un de mon groupe constitué ou moi-même présentons des symptômes potentiels du COVID-19 (toux, fièvre >37,8°C, diarrhée, nausées, rhume, grande fatigue, conjonctivite, perte de goût ou d'odorat) ;
  - A respecter les conditions de ma réservation (nombre de personnes, composition du groupe, nombre de nuitées, type de service (bivouac ou dortoir), heure d'arrivée et de repas...)
  - A me laver les mains avec du savon avant d'entrer dans le refuge ;
  - A respecter les gestes barrières (distanciation physique, désinfection des mains, port du masque, sens de circulation dans les bâtiments, ...) et les règles de vie en refuge qui ont été adaptées à chaque refuge et présenté dans le protocole sanitaire particulier disponible sur le site internet du refuge et présenté par le gardien à mon arrivée ;
  - A apporter tout le matériel adéquat nécessaire à la sécurité sanitaire de mon groupe le cas échéant et de moi-même (gel hydro-alcoolique, masque,...) en plus matériel classique nécessaire à ma sécurité en montagne ;
  - A prendre en charge lors de mon départ du refuge l'ensemble du matériel utilisé lors de mon séjour et tout particulièrement les protections à usage unique utilisées lors de mon couchage.
- Date, nom et Signature

## Encadrement

Vous serez encadrés par un **Accompagnateur en montagne diplômé du Brevet d'Etat d'Educateur Sportif d'Alpinisme**. Il sera équipé suivant le massif, d'une radio VHF reliée au standard des secours, d'un téléphone satellitaire ou d'un téléphone cellulaire. Il aura également une trousse de premier secours collectif.

## Assurances

**Tout participant à un stage ROC ÉCRINS doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle.**

En tant qu'organisateur de voyages nous possédons notre propre assurance responsabilité civile professionnelle.

**Pour pouvoir participer à l'un de nos stages, il est impératif que vous soyez couvert (frais de secours et de rapatriement) en cas d'incident ou d'accident survenant au cours de ce stage.** Il vous appartient de bien vérifier les garanties proposées par votre contrat d'assurance personnel. Si vous ne possédez pas déjà une telle assurance, vous pouvez souscrire au contrat d'EUROP ASSISTANCE spécialement adapté à nos activités, lors de votre inscription. Le montant de l'assurance « ASSISTANCE » couvrant le rapatriement, les frais de secours et de recherche, représente 2,4% du prix du séjour. L'assurance « ANNULATION » couvrant l'annulation et la perte de bagages, représente 3,9 % du séjour.

Si vous achetez les deux assurances, vous serez également couvert en interruption de séjour. Attention, l'assurance annulation ne peut être souscrite que le jour de votre inscription.

## Hébergement

En pension complète dans un **hôtel confortable et calme** en chambre de 2 à 4 personnes et en dortoir dans un **refuge**.

Ces hébergements vous sont proposés sous réserve de disponibilité au moment de votre inscription.

## Transport et Bilan Carbone

Les transports depuis le lieu de rendez-vous jusqu'au gîte puis du gîte aux départs des randonnées seront assurés par le guide avec son véhicule personnel à titre gratuit. Pour celles et ceux venant en voiture nous pourrions toutefois être amenés à vous demander d'utiliser votre véhicule.

## Rendez-vous

Heure du rendez-vous:

18h30

Le premier jour à l'hôtel Le Chamois.

## Prix

tous les tarifs

nbe participants	prix par personne
4	0,00 €

ROC ÉCRINS - 6 rue du Chlorate - Zone Les Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 04 84 13 14 08 <https://www.roc-ecrins.com> [roc.ecrins@gmail.com](mailto:roc.ecrins@gmail.com)

ROC ÉCRINS ORGANISATION - Eurl au capital de 8 000€ - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000718199/0 - Immatriculation ATOUT FRANCE : IM005230003 - R.C.P : HISCOX contrat n°HA RCP0399794 - Code APE 7912Z - RCS de GAP SIRET : 979 424 918 00014 - N°TVA intracommunautaire : FR42 979 424 918

nbe participants	prix par personne
5	0,00 €
6	0,00 €
7	0,00 €
8	0,00 €
9	0,00 €
10	820,00 €
11	800,00 €
12	930,00 €

#### Le prix comprend:

Le tarif pris en compte lors de votre inscription est le tarif sur la base de 10 participants. Si le nombre de randonneurs est supérieur au moment du départ, nous ajustons ce tarif et vous remboursons la différence.

- **L'hébergement en pension complète** en gîte et en refuge du repas du soir du premier jour jusqu'au pique-nique du dernier jour
- **L'encadrement** par un Accompagnateur en montagne et la pris en charge de ses repas et nuitées.
- **Le prêt du matériel de sécurité** (DVA, pelle, sonde) et des raquettes.

#### Le prix ne comprend pas:

- **Vos vivres de courses**
- **Les frais à caractère personnel** : boissons...
- **Les assurances** responsabilité civile, rapatriement et annulation
- **L'acheminement** jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation
- De manière générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique « Le prix comprend ».

## Modalités d'inscription

Pour vous inscrire :

- remplissez le **formulaire de pré-inscription** en ligne
- Suite à la validation de votre inscription de notre part (places disponibles et validation par notre guide référent), vous recevrez par email **un contrat de réservation**. Il présente le détail de votre réservation ainsi que le calendrier et les modalités de règlement.
- A réception de ce contrat, vous disposez de 4 jours pour effectuer **le règlement de l'acompte d'un montant de 30%** suivant les modalités qui y figurent.
- **L'inscription définitive n'est prise en compte qu'à réception du paiement de l'acompte.**
- **Le solde est à régler 45 jours avant la date de départ**
- Dans le cas d'une inscription à moins de 45 jours du départ, le montant total de la réservation devra être réglé à réception du contrat de réservation suivant les modalités qui y figurent.