SEJOUR RANDO : Sentiers du piémont Italien le VAL MAÏRA
Du 25/07/22 au 30/07/22

La haute Ubaye et le haut Val Maïra ont en commun bien plus que la frontière qui les sépare. Des deux cotés, de longs vallons sauvages dominés par des sommets à plus de 3000 mètres d'altitude, de longues et hautes falaises de calcaire ocre qui se détachent sur le vert des alpages, des lacs aux eaux cristallines et un petit quelque chose des Dolomites du sud qui leur confère cette ambiance si particulière. En six jours ce circuit vous propose d'aller à la découverte des plus beaux itinéraires sauvages des deux hautes vallées hors des sentiers battus. Comme toujours en Italie c'est devant un bon et copieux repas que nous reposerons chaque soir nos jambes fatiguées !
Randonnée itinérante.

- Niveau : Niveau Expert
- Massif : Ubaye
- 6 jours
- 4 - 10 personnes (reste places)
-

Tarifs : à partir de 680,00 €

Déroulement du séjour

JOUR 1 : DE FOUILLOUSE À CHIAPPERA PAR LE LAC DES 9 COULEURS

Au départ de Fouillouse, petit hameau perché de la Haute Ubaye nous monterons entre le Brec et les Aiguilles du Chambeyron vers le col de la Gypière et son superbe lac des neuf couleurs. A 2927 mètres d'altitude l'ambiance est à la haute montagne ! Nous basculerons ensuite versant italien pour rejoindre le joli village en pierre de Chiappera par le lac Noir et l'étonnant sentier de la cascade de Stroppia.
Nuit en refuge à Chiappera.

D+ : 1000m D- : 1300m, 6h30 de marche environ.

JOUR 2 : LE MONTE FREIDE PAR LES CRÊTES

Munis de nos seuls sacs pour la journée nous gravirons notre plus gros dénivelé de la semaine pour atteindre le sommet du Monte Freide, superbe belvédère sur la haute Maïra et le massif du Chambeyron. Passage à proximité de la Rocca Provençale, grands vallons herbeux, parcours de crêtes, vestiges militaires d'altitude et ruisseaux bucoliques sont au programme de cette belle et longue journée.
Nuit en refuge à Chiappera.

D+ : 1300m D- : 1300m, 7h30 de marche environ.

JOUR 3 : LES LACS VISAIA, APSOI ET LE COL D'ENCHIAUSA

Au-dessus des sources de la Maïra deux lacs exceptionnels nous attendent pour nous réjouir les yeux avant de gravir le col d'Enchiausa, brèche haut perchée à l'ambiance minérale. Descente dans les alpages puis dans la vallée de hameau en hameau jusqu'au joli village de Chialvetta et sa sympathique auberge. Nuit en auberge à Chialvetta.

D+ : 1200m D- : 1000m, 6h de marche environ.

JOUR 4 : MONTE CASSORSO ET ALPAGES DE GARDETTA

Changement d'ambiance aujourd'hui et journée un peu moins longue que les précédentes pour recharger les batteries. Montée tranquille jusqu'au col de Gardetta puis un peu plus technique jusqu'au sommet du monte Cassorso qui domine les grands alpages de la Gardetta. Vue superbe sur toute la région, de la plaine du Pô au Viso et à l'Argentera. Descente rapide jusqu'au sympathique refuge de Gardetta aménagé dans un ancien casernement militaire.
Nuit au refuge de Gardetta.

D+ : 1070m D- : 450m, 5h de marche environ.

JOUR 5 : ROUTE MILITAIRE DES COLS, LAC DE ROBURENT, ORENAYE, LARCHE

Une longue traversée qui commence par une ancienne piste militaire à travers d'impressionnants éboulis au dessus de la Gardetta. Ensuite, restant en altitude, les cols se succèdent : Rocca Brancia, Oserot, Crocce Orientale, Peronni puis Roburent au dessus du magnifique lac éponyme. L'on bascule alors de l'autre coté de la frontière, passe encore un lac, un dernier col, peut être verrons nous quelques bouquetins ou le Gypaete Barbus, puis un long vallon herbeux nous descend doucement sur Larche pour un repos bien mérité !
Nuit au refuge de Larche.

D+ : 850m D- : 1400m, 7h de marche environ.

JOUR 6 : DE LARCHE À FOUILLOUSE PAR COL DU VALLONET

La journée commence par une jolie montée au dessus de Larche pour rejoindre le col de Mallemort et ses vestiges militaires. Nous traverserons ensuite un beau vallon pour atteindre les lacs puis le col du Vallonet. Un dernier pique-nique la tête dans les nuages et nous redescendrons le grand vallon de Plate Lombarde jusqu'à Fouillouse.

D+ : 900m D- : 700m, 5h30 de marche environ.

Séparation à Fouillouse à 16h. Possibilité de transfert vers la gare SNCF de Guillestre Montdauphin. Arrivée à la gare à 17h15.

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 l'histoire locale, le patrimoine, la faune, la flore... C'est le métier de l'Accompagnateur en Montagne, spécialiste de sa région et passionné, de transmettre ses connaissances et son expérience du terrain. A 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

10 participants maximum. **Ce séjour est soumis à un nombre minimal de 4/5 participants, vous serez avisés au plus tard 7 jours avant le départ en cas d'annulation**. Dans la mesure du possible une solution de remplacement vous sera proposée.

Matériel à prévoir

La tête

- **Lunettes de soleil** protection classe 3
- **Chapeau** ou casquette
- **Crème solaire** « écran total »

Le corps

- **T-shirt ou chemise**, éviter le coton qui sèche très mal et préférer des matières plus « techniques » proposées par les marques spécialisées
- **Une polaire** ou soft shell chaude
- **Un coupe-vent** type gore tex protégeant contre la pluie

Les jambes

- **Un pantalon** adapté à la marche en montagne

Les pieds

- **Des chaussures** de marche adaptées à votre taille, tige haute conseillée. Baskets interdites
- Préférer **des chaussettes** techniques aux chaussettes cotons qui favorisent les ampoules

La nuit

- **Un drap de couchage** type sac à viande pour les nuits en gîte et refuge
- **Petit nécessaire de toilette**
- **Boules Quies**

Le sac

- **Un sac à dos montagne** d'environ 35/40 litres
- **Une gourde** ou poche à eau pour une contenance minimale de 2L
- Une boite plastique pour transporter le pique nique et manger dedans ; petits couverts

Divers

- **Petit couteau,** appareil photo
- **Petite pharmacie** adaptée à vos besoins personnels, contenant entre autres de l'élastoplaste et des

pansements double peau pour d'éventuelles ampoules
- **Une paire de bâtons** de marche est conseillée

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

Attention, ne vous chargez pas inutilement... Nous serons en refuge toute la semaine, entre nous et autres randonneurs, inutile de se mettre sur votre 31 le soir venu, vos habits de randonnée resteront de situation ! Tous les refuges sont équipés de couettes ou de couvertures, inutile de prendre des duvets. Ils sont également équipés de « chaussons » pour l'intérieur et d'une bibliothèque généralement bien achalandée. L'électricité peut être limitée selon la situation des refuges.

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 hébergements pour cette saison, notamment un nombre de places restreint.

Dans les refuges, vous serez hébergés dans le même dortoir que vos compagnons de randonnée et 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
- un masque et du gel hydroalcoolique

Pour les hébergements en gîte, des mesures de protection et de distanciation peuvent également s'appliquer.

Dans tous les cas, nous vous remercions de bien vouloir respecter les consignes de bonne pratique suivantes :

- 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.
- 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.

Encadrement

Vous serez encadrés par Cédric Anglaret **Accompagnateur en Montagne diplômé du Brevet d'État d'Éducateur 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 premiers secours collective.

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 2,3% du prix du séjour. L'assurance « ANNULATION » couvrant l'annulation et la perte de bagages, représente 3,7 % 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

Hébergement **en refuges de montagne et en gîte**. Dortoirs confortables, couettes ou couvertures fournies. Douches chaudes. Repas cuisinés par les refuges, bons et copieux (voir très copieux, Italie oblige !). Pique-nique le midi.

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

Si vous souhaitez arriver la veille du stage, nous pouvons vous réserver une nuit en gîte à Fouillouse, option à préciser sur votre fiche d'inscription.

Transport et Bilan Carbone

Les transferts depuis le lieu de rendez-vous jusqu'au départ des randonnées seront assurés avec le véhicule ROC ÉCRINS. Si celui-ci n'est pas disponible, les transferts seront assurés par le guide avec son véhicule

personnel. Pour celles et ceux venant en voiture nous pourrons être amenés à vous demander d'utiliser votre véhicule.

Rendez-vous

Heure du rendez-vous:

9h

à **Fouillouse, commune de St Paul sur Ubaye**, sur le parking à l'entrée du Hameau. Possibilité de transfert depuis la gare SNCF de Guillestre Montdauphin sur demande.

Accès

En train,

- Gare SNCF de Montdauphin/Guillestre : www.ter-sncf.com/paca
- TER PACA Marseille/Briançon, liaisons quotidiennes. Numéro vert : 0 800 11 40 23
- TGV : Paris-Valence ou Paris-Grenoble ou Paris-Oulx : www.voyages-sncf.com
- Correspondances Navettes : www.05voyageurs.com

En voiture,

- Depuis Marseille : empruntez l'autoroute A51 jusqu'à Gap/Tallard, puis direction Embrun, Guillestre et le Queyras. 3h30, 258 km.
- Depuis Grenoble : au choix Briançon par le col du Lautaret ou Gap par le col Bayard puis Embrun, Guillestre et le Queyras. 3h30, 161 km.
- Depuis Turin : rejoignez la frontière par le col de Montgenèvre, puis direction Briançon, Guillestre et le Queyras. 3h, 153 km.

Prix

tous les tarifs

nbe participants	prix par personne
4	710,00 €
5	710,00 €
6	710,00 €
7	680,00 €
8	680,00 €
9	680,00 €
10	680,00 €

Le prix comprend:

- **L'encadrement** par un Accompagnateur en Montagne diplômé d'État. La prise en charge de ses repas et nuitées
- **L'hébergement** (et la réservation des hébergements) en gîte, en refuges de montagne, en pension complète (pique-nique le midi)

Le prix ne comprend pas:

- Vos vivres de courses
- Les frais à caractère personnel : boissons, apéro...
- **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.