



*Séjours montagne*

# SKI DE RANDONNÉE DE REFUGE EN REFUGE DANS LE MASSIF DU QUEYRAS

Du 12/04/23 au 15/04/23

Le massif du Queyras offre des espaces naturels remarquables pour le ski de randonnée. Cet itinéraire de 4 jours va vous permettre de les découvrir en prenant le temps de les apprécier. Vous évoluerez entre la France et l'Italie, du refuge de la Blanche à celui d'Agnel. Deux journées vous feront faire le tour de deux sommets emblématiques du secteur : la Tête des Toillies et le Pain de sucre, à cheval entre les deux pays. Le passage de certains cols présenteront des pentes assez raides, nécessitant la maîtrise des conversions en toute neige. Ce voyage dans les altitudes blanches Queyrassiennes est destiné à des skieurs ayant déjà une première expérience en ski de randonnée.

- Niveau : Niveau Confirmé
- Massif : Queyras
- 4 jours
- 4 - 8 personnes (reste places)
- 

Tarifs : à partir de 640,00 €  
Inscription sur la base de 4 participants soit 775€/personne. Si vous êtes 7 participants ou plus, le jour du départ du séjour, nous appliquerons un tarif dégressif (640€/personne) et vous rembourserons la différence soit 135€.

## Déroulement du séjour

### JOUR 1 : PONT DE LARIANE - COL DU LONGET (2701 M) OU PIC TRAVERSIER (2882M) - REFUGE DE LA BLANCHE

Pour cette première randonnée de mise en jambe, nous nous rendons à Molines puis au pont de Lariane 2024m. Montée sous la face Nord du Pic de Château Renard pour le col du Longet (2701 m ). Pour ceux qui sont en forme, possibilité de poursuivre jusqu'au Pic Traversier 2882m depuis lequel s'offre à nous un magnifique panorama et une première vue sur le Mont Viso. Nous en profitons pour réviser nos connaissances en matière d'utilisation des DVA, et faire quelques exercices et rappels des consignes de sécurité. Très belle descente sur l'autre versant vers la chapelle de Clausis. Nous remettons les peaux pour rallier le refuge de la blanche (2500m) situé à 2 km par la piste de ski de fond. Installation en fin de journée au refuge de la Blanche.

Dénivelés : + 1020 à 840 m / - 580 à -400 m

### JOUR 2 : TOUR DE LA TÊTE DES TOILLIES

Départ du refuge pour une belle journée de randonnée à ski avec passage de plusieurs cols entre la France et l'Italie. Ici, la frontière est délimitée par des bornes en pierres taillées qui portent la fleur de Lys côté français et la croix de Savoie côté italien.

Mise en jambes avec la montée au Col Blanchet (2897m) puis traversée en Italie sur le versant SE jusqu'au col de Longet (2660m). Un superbe vallon suspendu aux pentes modérées idéales pour engager les premiers virages de la journée face au soleil levant.

Remontée dans un vallon très sauvage en direction de la Petite Tête Noire pour rejoindre le col de la Noire à

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

2955m. Le passage de ce col présente de chaque côté les pentes les plus raides de l'itinéraire. Splendide descente (en général en neige poudreuse) en face Nord jusqu'au refuge de la Blanche où nous passerons notre deuxième nuit.

Dénivelés : +1100 / -1100 m

### JOUR 3 : PIC DE CARAMANTRAN (3025 M) OU POINTE DE SAGNES LONGUES (3032 M)

En fonction des conditions d'enneigement deux itinéraires s'offrent à nous pour cette troisième journée : Pic de Caramantran (3025 m ) ou Pointe des Sagnes longues (3032 m ), deux superbes sommets aux vues incroyables sur les Alpes italiennes. Nous rejoindrons le refuge Agnel (2580 m) en skiant des versants Nord qui offrent souvent de la neige poudreuse...

Dîner et nuit en refuge.

Dénivelés : + 500 m / -450 m

### JOUR 4 : TOUR DU PAIN DE SUCRE

Départ vers le col Vieux (2806 m) pour cette belle journée dont l'objectif est d'effectuer le tour du Pain de sucre. Le col franchi, nous traverserons les flancs Nord du Pain de Sucre pour atteindre la brèche de la Ruine (2908m). Petite descente au soleil dans le vallon qui longe les versants Est du Pain de Sucre et du Pic d'Asti.

Nous remontons ensuite au col d'Asti (3145m), pour atteindre la frontière avec l'Italie et descendre les superbes pentes du vallon del Giarus.

Nous remettrons les peaux pour rejoindre le col Agnel (2744m) qui nous permettra de redescendre sur le refuge puis jusqu'en vallée. Après une longue descente de plus de 2000 mètres nous arriverons au Pont de l'Ariane.

Dénivelés : + 1100m / - 700m

**Séparation** en milieu d'après-midi à L'Argentière-la-Bessée.

**NB** : Ce 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, en fonction des conditions météorologiques, ou bien par rapport au niveau physique et technique des skieurs. L'itinéraire est également susceptible d'être modifié suivant la disponibilité des refuges au moment des réservations.

### Nombre de participants

8 participants maximum. **Ce séjour est soumis à un nombre minimal de 4 personnes**, 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.

**NB : Pour les conditions d'annulation des séjours privatisés** (groupes constitués) merci de vous référer à nos [conditions de vente](#)

### Matériel à prévoir

Possibilité de location du matériel suivi d'un \*, vous trouverez un tableau récapitulatif des tarifs de location dans la fiche d'inscription.

### La tête

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

- Lunettes de soleil protection classe 4
- Un masque de ski
- Un bonnet et une casquette, éventuellement un casque\* agréé pour l'alpinisme ou le ski
- Crème solaire « écran total » soit un indice de protection fort entre 30 et 50

## Le corps

- Un sac à dos montagne permettant d'y accrocher les skis si besoin, environ 25 litres
- Un vêtement manches longues, une polaire ou soft shell
- Une doudoune chaude
- Un coupe-vent type gore tex protégeant contre la pluie, la neige et le vent
- Un DVA\* (détecteur de victime d'avalanche) + pelle\* et sonde \*

## Les mains

- Une paire de gants fins en cuir ou polaire et une paire plus chaude

## Les jambes

- L'idéal est un pantalon de ski en gore tex avec ouvertures latérales au-dessous duquel vous mettrez un collant si besoin

## Les pieds

- Des skis de randonnée
- Une paire de "peaux de phoque"\* en bon état et bien encollées
- Une paire de couteaux\* à neige adaptés à vos fixations
- Une paire de chaussures\* de ski de randonnée
- Une paire de bâtons\* télescopiques
- Une paire de crampons light\* réglés sur vos chaussures
- Un piolet léger\*
- Une paire de chaussettes de rechange

## Divers

- Prévoir des contenants pouvant vous assurer environ 2 l d'eau, l'idéal étant une bouteille d'un litre plus d'autres plus petites pour les glisser dans votre veste au chaud près du corps
- Drap de sac pour les nuits en refuge
- Petit couteau
- Petit thermos
- Appareil photo
- Boules Quiès
- 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 bien sûr pas exhaustive et reste à compléter par vos soins.

**Nous proposons à la vente du matériel adapté à votre activité et votre séjour DIRECTEMENT dans nos locaux à L'Argentière-La Bessée où nous vous accueillons le premier jour . N'hésitez pas à nous demander conseil ou sur place à votre guide.**

## LES MARQUES EN VENTE :

- **BEAL** (Baudriers escalade et alpinisme, sangles, descendeurs, mousquetons, dégaines, gants d'assurage, broches à glace, sacs d'escalade, lampes frontales, casques d'alpinisme et casques d'escalade, cordes simples et rappel ...)
- **CAMP** (Piolet cascade et piolet alpinisme, magnésie liquide et chalk)
- **SALEWA** (Chaussures d'alpinisme)
- **CASSIN** (Crampons d'alpinisme)
- **ALTITUDE EYEWEAR** (Lunettes solaires catégorie 3 & 4)
- **YYVERTICAL** (Lunettes d'assurage escalade )
- **NATURAL PEAK** (Tee-shirts techniques en fibre de bois manches longues et courtes et legging)

**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

- **ICEBREAKER** (Tee-shirts techniques en laine de mérinos manches longues et courtes et legging)
- **DYNAFIT** (Chaussures de ski de rando, skis de rando d'occasion et neuf )
- **LES BATONS D'ALAIN** (Bâtons de randonnée et ski de rando )
- **LABORATOIRE BIARRITZ** (crème solaire écologique, corps visage & lèvres)
- **COMPEED** (Pansements double peau en prévention d'ampoules ...)
- **BOULES QUIESS** (Bouchons d'oreille pour bien dormir en refuge...)

## Avertissements Haute Montagne

La pratique du ski de randonnée est soumise à différents éléments que nous ne pouvons parfois ni anticiper, ni maîtriser ; nous pouvons par conséquent être amenés à modifier le programme de nos séjours pour diverses raisons :

- Si la météorologie et/ou les conditions nivologiques ne permettent pas de réaliser le programme prévu et/ou
- s'il survient un retard dans l'ouverture ou une fermeture anticipée d'une remontée mécanique

dans ces cas nous vous proposerons un programme alternatif parfois le jour même du départ.

Comme toute activité en haute montagne, la pratique du ski de randonnée vous expose à des risques aléatoires mais réels en particulier aux avalanches, ainsi qu'à des risques de blessures sur chutes. Vous devez en être conscient(e) et accepter ces risques lors de votre inscription.

## Santé

Nous ne demandons pas de certificat médical pour participer à nos stages, néanmoins il peut être utile de vérifier auprès de votre médecin traitant que vous ne présentez pas de contre-indication (notamment en cas de maladie chronique) à la pratique d'activité physique en haute-montagne.

Si vous suivez un traitement particulier, nous vous demandons de nous en avertir afin d'être en mesure de prendre les dispositions adaptées en cas de besoin.

L'altitude peut provoquer **lorsque l'on est pas suffisamment acclimaté un mal aigu des montagnes appelé aussi MAM**. Il se traduit dans la plupart des cas par des maux de tête, des nausées, et un sentiment général d'inconfort mais peut parfois dans les cas les plus graves évoluer vers un œdème pulmonaire ou cérébral nécessitant une redescente immédiate.

## Condition physique et Expérience

**La pratique du ski de randonnée est exigeante physiquement.**

Pour enchaîner ces 4 journées avec un dénivelé positif moyen de 900m et profiter pleinement de votre séjour, vous devez être en bonne condition physique. La pratique d'un sport d'endurance de manière régulière est une préparation indispensable.

Séjour à destination des skieurs à l'aise sur piste noire, sachant skier sur toutes neiges non damées et ayant une première expérience du ski de randonnée. Le passage de certains cols présente des pentes assez raides, nécessitant la maîtrise des conversions en toutes neiges.

N.B : Si vous n'avez pas le niveau requis, le guide sera à même de vous demander de quitter le stage pour la sécurité le l'ensemble du groupe.

## Encadrement

Vous serez encadrés par un **Guide de haute montagne diplômé du Brevet d'Etat d'Educateur Sportif d'Alpinisme ou Aspirant Guide\* de haute montagne** de l'équipe Roc Ecrins. Il sera équipé suivant le massif, d'une radio VHF reliée au standard des secours ou d'un téléphone satellitaire ou d'un téléphone cellulaire. Il aura également une trousse de premiers secours collective.

\*Un Aspirant guide est un guide en cours de formation, il est autorisé à travailler et encadrer ces ascensions à partir de sa troisième année de formation. Ce n'est pas un débutant, car il faut plusieurs années de pratiques et d'entraînement afin de constituer la liste de courses et avoir l'expérience et le niveau technique requis pour pouvoir intégrer la formation de guide de haute montagne.

## 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

**Le refuge de la blanche** et son réconfortant poêle à bois vous accueillera les deux premières nuits ; des douches chaudes vous délasseront et le joli bar en pierre et bois vous invitera à prendre l'apéro. Le refuge propose des dortoirs avec couvertures ( prévoir drap de sac ) et des chambres de 4 à 6 personnes. Toilettes et lavabos communs. Repas copieux et consistants le soir, pique-nique le midi.

**La troisième nuit nous serons bien au chaud au refuge Agnel 2580m** tout proche de la frontière avec l'Italie. Vaste refuge entièrement rénové il y a quelques années, la pièce commune est très agréable. Douches chaudes.

## Transport et Bilan Carbone

Transport assuré par Roc Ecrins.

Dans le cas où aucun de nos véhicules ne serait disponible nous pourrions vous demander d'organiser un covoiturage avec les véhicules des autres participants. Dans ce cas, un remboursement des frais de déplacement sera effectué à la personne utilisant son véhicule.

**Pour nous rejoindre, prévoyez des équipements adaptés (pneus neige ou chaînes à neige), obligatoires sur certains axes routiers utilisés lors de votre séjour.**

C'est la quantité de KgCO2 émise lors de votre séjour sur place pour votre déplacement sur les lieux d'activités !

Pour nous rejoindre :

Pourquoi ne pas faire du covoiturage, ou prendre le train ?

ROC ECRINS s'engage pour l'environnement, alors faites comme nous !

### A titre de comparaison :

- Paris - L'Argentière-La Bessée (710km) **en train de nuit !**

1. **En train** : 2,53 kgCo2
2. **En voiture** : 137 kg CO2
3. **En voiture électrique** : 14,1 kgCO2

- Lyon - L'Argentière-La Bessée (250 km)

1. **En train** : 1,22 kgCo2
2. **En voiture** : 48,4 kg CO2
3. **En voiture électrique** : 4,96 kgCO2

- Marseille - L'Argentière-La Bessée (259km)

1. **En train** : 0,88 kgCo2
2. **En voiture** : 50,1 kgCO2
3. **En voiture électrique** : 5,13 kg CO2

Une comparaison ? Cliquez sur le lien juste ici : <https://www.greenly.earth/blog-fr/c...>

Covoiturage ? : Nous pouvons vous mettre en relation avec les autres participants. Contactez nous par mail ou par téléphone. <https://www.blablacar.fr/>

### Compensez vos émissions carbone !

Pour un arbre planté, 150 kg de CO2 stockés !

<https://www.reforestaction.com/plan...>

## Rendez-vous

Heure du rendez-vous:

8:30

le premier jour dans nos locaux à **L'Argentière La-Bessée**, 05120, Hautes Alpes.

## Accès

Le Pays des Ecrins est très bien desservi.

- Liaison TGV, Paris-Turin. Descendre à Oulx puis navette ( [www.linkbus-alps.com](http://www.linkbus-alps.com) ) jusqu'à Briançon et L'Argentière.
- Liaison TGV, Paris-Valence ou Paris-Grenoble avec correspondances en bus ([www.vfd.fr](http://www.vfd.fr) -04 76 60 47 08)
- Trains de nuit depuis Paris et le grand Est. Renseignements [www.sncf.fr](http://www.sncf.fr)
- Depuis Nice, Marseille ou Gap, lignes régulières en bus ([www.autocars-scal.fr](http://www.autocars-scal.fr) - 04 92 51 06 05)

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

- Ligne de bus "Neigeexpress" au départ de Paris - Marseille - Aix-en-Provence vers plusieurs stations de ski des Alpes Sud. (<http://www.neigeexpress.com> - 04 92 45 18 11)

Si vous souhaitez venir en voiture,

- Depuis le Nord , Autoroute A48 jusqu'à Grenoble, puis empruntez le Col du Lautaret (RN91) direction Briançon jusqu'à l'Argentière
- Par l'Italie, Autoroute A43 de la Maurienne par le tunnel du Fréjus, puis col de Montgenèvre, direction Briançon.
- En venant du Sud, Autoroute A51 jusqu'à La Saulce, puis direction Briançon (RN 94). Vous entrez dans le Pays des Écrins dès La Roche de Rame.

## Prix

### tous les tarifs

| nbe participants | prix par personne |
|------------------|-------------------|
| 4                | 775,00 €          |
| 5                | 775,00 €          |
| 6                | 775,00 €          |
| 7                | 640,00 €          |
| 8                | 640,00 €          |

Inscription sur la base de 4 participants soit 775€/personne. Si vous êtes 7 participants ou plus, le jour du départ du séjour, nous appliquerons un tarif dégressif (640€/personne) et vous rembourserons la différence soit 135€.

### Le prix comprend:

- L'encadrement par un guide de haute montagne diplômé d'état et la prise en charge de ses repas
- L'hébergement en refuges de haute montagne en pension complète du premier soir au repas du dernier midi (repas chauds du midi au refuge Agnel)
- Le transport durant le séjour du lieu de rendez-vous au lieu de séparation

### Le prix ne comprend pas:

- Le pique-nique du premier jour
- Les frais à caractère personnel : apéro, boissons diverses...
- La location éventuelle du matériel
- 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.

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