Mont Thabor et vallée de la Clarée (AM325)

Alpes du Sud - France

6 jours (dont 6 jours : Randonnée)

Prix à partir de 745.00 EUR *p.p.*

Niveau	
Type	Accompagné
Age minimum	18 ans
Portage	Affaire pour deux ou plusieurs jours
Hébergement	Refuge
Groupe	de 4 à 14 personnes
Repas	Pension complète
Encadrement	Accompagnateur en montagne

Les points forts de ce voyage

- L?ascension du Mont Thabor (3178 m), sommet emblématique du massif des Cerces.
- Le transport des bagages au refuge tous les jours sauf jour 1.
- Les quatre plus beaux cols de la Vallée de la Clarée : Roche Noire, Béraudes, Muandes et Vallon.
-L?hébergement dans des refuges de caractère.

TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Votre voyage

Une semaine en haute Montagne, à plus de 2000m d'altitude, où le silence n'est troublé que par le bruit des torrents. Un décor somptueux : nombreux lacs, vastes alpages, pics acérés.

Le mont Thabor est un carrefour entre France et Italie et entre les Grandes Alpes et les Alpes du Soleil. Contrastant avec les Cerces, plus altières, le Thabor est un imposant massif aux formes arrondies, dont le sommet culmine tout de même à 3178 mètres. L'altitude idéale pour laisser errer le regard sur des horizons lointains, s'étonner de la diversité des paysages et, au détour d'un chemin, apercevoir bouquetins, chamois et marmottes. En contrebas, ondule la vallée de la Clarée, un patrimoine culturel et architectural exceptionnel à découvrir de village en hameau.

Jour 1 NÉVACHE - COL DE ROCHE NOIRE (2693 M) - REFUGE DU CHARDONNET
Distance : 14,5 km - Dénivelée positive : 1240 m. Dénivelée négative : 760 m. 6h30 de marche.
Hébergement : refuge. Repas inclus : midi, soir. Repas libre : matin. Transfert : 25 min, 20 km.
Rendez-vous à 8 h 30 devant la gare SNCF de Briançon (05). Vous devrez être "en tenue" (habillement + sac à dos de la journée), prêts à partir directement en randonnée. Transfert au pont du Rately à Névache (30 min, 25 km). Nous remontons à travers le mélézin pour atteindre le vallon suspendu dans lequel se niche le refuge de Buffère (2076 m). Nous poursuivons dans les alpages jusqu'au col de Buffère (2427 m) avant de basculer vers la vallée de la Guisane. Par un magnifique sentier en balcon, nous contournons l'imposant massif de la Tête-Noire. Nous remontons ensuite le vallon de la Moulette dans un cadre sauvage pour atteindre le col de Roche-Noire (2693 m). De là, nous basculons dans le vallon du Raisin, qui nous conduit au refuge du Chardonnet (2223 m) où nous passons la nuit.
NB : En début de saison, lorsque le col de Roche-Noire est impraticable, votre accompagnateur vous proposera un itinéraire sauvage hors sentier qui permet de rejoindre le refuge du Chardonnet en passant au pied de la crête de Baude.

Jour 2 REFUGE DU CHARDONNET - LACS LARAMON ET DU SERPENT - REFUGE LAVAL
Dénivelée positive : 960 m. Dénivelée négative : 1170 m. 5h30 de marche.
Hébergement : refuge. Repas inclus : matin, midi, soir.
Du refuge du Chardonnet, nous redescendons à travers le mélézin et retrouvons le torrent de la Clarée, bouillonnant de vie et de fraicheur. Nous remontons sur l'autre versant à travers les alpages et découvrons les lacs Laramon (2385 m) et du Serpent (2456 m). Nous admirons les hauts sommets de la Clarée qui se reflètent dans leurs eaux immobiles. Après le franchissement d'une crête rocheuse où les chamois sont nombreux, nous débouchons sur le vallon des Gardioles dans un cadre idyllique. Nous redescendons ce vallon sauvage et arrivons au refuge Laval où nous attendent nos bagages.

Jour 3 GRAND TOUR DES CERCES - REFUGE LAVAL
Distance : 17,5 - Dénivelée positive : 1000 m. Dénivelée négative : 1000 m. 6h30 de marche.
Hébergement : refuge. Repas inclus : matin, midi, soir.
Journée de randonnée dans un univers minéral féerique : de grands lacs et de majestueuses falaises aux sommets acérés avec, en toile de fond, la pointe des Cerces, qui a donné son nom au massif et qui domine les alentours du haut de ses 3 097 mètres. Nous remontons le fond de la vallée de la Clarée jusqu'aux lacs Rond et Grand-Ban, et gagnons le col des Rochilles (2412 m) sous lequel se trouve un ancien camp militaire. Nous poursuivons vers le col des Cerces puis celui de la Ponsonnière (2613 m). Notre itinéraire de retour passe par le col et le lac des Béraudes avant de redescendre sur le refuge Laval.

Jour 4 REFUGE LAVAL - MONT THABOR (3178 M) - REFUGE TERZO ALPINI
Distance : 17 km - Dénivelée positive : 1150 m. Dénivelée négative : 1550 m. 7h30 de marche.
Hébergement : refuge. Repas inclus : matin, midi, soir.
Nous partons pour la longue et belle ascension du Mont Thabor. Celle-ci débute vraiment au col des Muandes (2828 m). L'itinéraire serpente entre les névés et les arêtes : ambiance montagnarde assurée ! Juste sous le sommet, une petite chapelle, Notre-Dame-aux-Sept-Douleurs, fait chaque année l'objet d'une procession italienne. Le sommet du Mont Thabor (3178 m) est un fabuleux belvédère sur les Alpes françaises, suisses et italiennes. Descente sur la vallée Étroite rattachée à la France seulement depuis 1947. Le soir, ambiance conviviale et chaleureuse "à l'italienne" au rifugio Terzo Alpini (1767 m) où nous retrouvons nos bagages

TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

transférés par véhicule.

Jour 5 REFUGE TERZO ALPINI - LAC BLANC (2695 M) - LAC VERT (1834 M)
Dénivelée positive : 900 m. Dénivelée négative : 900 m. 6h00 de marche.
Hébergement : refuge. Repas inclus : matin, midi, soir.
La journée commence par une remontée le long du torrent en direction des anciennes mines de fer de Blanchet. Après avoir passé un imposant verrou glaciaire (belle cascade), nous débouchons sur un vaste cirque glaciaire situé au pied du Thabor. Nous remontons alors sur les flancs de ce cirque pour passer au col du Vallon (2645 m). Une courte partie en hors sentier nous permettra de rejoindre le Lac Blanc (2695 m) un des lacs d'altitude les plus sauvages des Cerces ! Nous descendons par le même itinéraire, en passant par le lac vert (1834 m) en rive gauche du torrent de la vallée étroite. Vous serez surpris par son extraordinaire transparence, et sa couleur vert émeraude. Retour au refuge Terzo Alpini pour la nuit.

Jour 6 REFUGE TERZO ALPINI - AIGUILLE ROUGE (2545 M) - NÉVACHE
Dénivelée positive : 780 m. Dénivelée négative : 945 m. 5h de marche.
Repas inclus : matin, midi. Repas libre : soir. Transfert : 25 min, 20 km.
Nous remontons le bois de la Miglia pour rejoindre le lac Chavillon, situé au col des Thures (2194 m). Nous traversons le plateau de Thures et empruntons un sentier à flanc au pied de la crête de la Scia pour atteindre le sommet de l'Aiguille Rouge (2545 m). Ce sommet offre un beau panorama sur l'itinéraire suivi tout au long du séjour. Nous redescendons ensuite dans la combe des Thures où, au détour d'un lacet, nous surprenons une cheminée de fée. Plus loin, un sentier en balcon dominant la plaine de Névache nous conduit à ce village. Transfert à la gare SNCF de Briançon (25 min, 20 km) et séparation du groupe vers 16 h.

NB : *les temps de marche sont donnés à titre indicatif.*
M : dénivelée ascendante. D : dénivelée descendante.

L'accès sur place
- En train :
ligne TGV jusqu'à Grenoble ou Valence puis TER jusqu'à la gare de Briançon.
Horaires à vérifier au numéro court de la SNCF 3635 (0,34 €/mn) ou sur www.voyages-sncf.com
A noter : privilégiez le train de nuit, qui vous permet d'arriver en début de matinée, ou arrivez la veille au soir. Si vous passez par Grenoble, possibilité de prendre une ligne de bus régulière qui fait la liaison Grenoble-Briançon (pour connaître les horaires, contacter SEMVFD cars au 04 76 60 47 08.
- En voiture :
autoroute Lyon-Grenoble puis RN91 depuis Grenoble *via* le col du Lautaret et Briançon. Parking possible devant la gare.
Plus d'information sur www.viamichelin.fr

Le portage et le transport des bagages
Uniquement vos affaires de la journée et le pique-nique. Les bagages seront transportés par nos mules. Au départ de la randonnée l'accompagnateur vous remet un petit sac marin étanche dans lequel vous mettez vos effets personnels pour la semaine. Afin de ne pas surcharger la mule, le poids de vos affaires contenues dans ce sac marin ne doit pas excéder 6 kilos (une pesée sera réalisée au départ).

Les déplacements pendant le circuit
Les transferts sont assurés en minibus pour rejoindre le premier hébergement en début de séjour et la gare de Briançon en fin de parcours.

L'encadrement
Un accompagnateur en montagne diplômé (brevet d'Etat), spécialiste des Hautes-Alpes.

L'hébergement pendant le circuit
Refuges isolés en montagne, inaccessibles en voiture. Tous les hébergements, à l'exception du refuge du Mont-Thabor, disposent de douches.

NB : *si vous arrivez la veille ou vous souhaitez prolonger votre séjour, il est impératif de réserver à l'avance votre hébergement.*
Hôtel de Paris, avenue du Général-de-Gaulle, 05000 Briançon (à côté de la gare ferroviaire) : 04 92 20 15 30
Chambres (2 personnes) à partir de 47,80 € par personne.

TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Les repas
- Les pique-niques sont en général préparés par votre guide, parfois par les hébergeurs.
- Les repas du soir et les petits-déjeuners sont servis chauds par les hébergeurs.

Pour en savoir plus
- *Hautes-Alpes,* guide, éditions Gallimard.
- *Briançonnais, Clarée, Cerces, Vallée Etroite,* de J-L Chareton, éditions Glénat.
- Site Internet : http://www.ot-claree.com/

Cartes
- IGN série Top 25 n° 3535 OT Névache-mont Thabor.
- IGN série Top 25 n° 3536 OT Briançon.

TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Dates et prix

Promotion | Départs complet | Départ assuré

Destination	Thème	Départ	Retour	Durée	Tarif
Alpes du Sud	Mont Thabor et vallée de la Clarée	10/08/2025	15/08/2025	6 jours	775.00 EUR
Alpes du Sud	Mont Thabor et vallée de la Clarée	07/09/2025	12/09/2025	6 jours	745.00 EUR

TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Info pays

Alpes du Sud

Vaste région montagneuse qui est au nord bordé par la Vallée de la Maurienne et qui s'étend jusqu'à la Méditerrannée. Les territoires couverts sont : les Ecrins, l'Oisans, la Clarée, le Queyras, l'Ubaye, le Haut Piémont italien et le Mercantour.

Formalités administratives

France
La France étant membre de l'Union Européenne, il suffit d'une carte nationale d'identité ou d'un passeport en cours de validité pour les ressortissants d'un pays de UEM.

Conseil(s) santé

France
Les conditions sanitaires sont équivalentes à celles de l' Europe et ne présentent aucun danger particulier.

Nous vous conseillons d'être à jour des vaccinations classiques : diphtérie, tétanos, RRO, hépatite B, poliomyélite, fièvre typhoïde.

TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Infos pratiques

Votre budget

NOTE IMPORTANTE : Dans la rubrique 'Le Prix Comprend', le prix du vol (si applicable) est en général basé sur un départ de Paris. Un départ d'un autre aéroport (Bruxelles, Luxembourg, Genève, ...) peut être demandé mais est susceptible d'un éventuel supplément de prix. Lors de la réservation, ce supplément vous est communiqué.
Par ailleurs, les prix indiqués sur cette fiche technique sont donnés à titre indicatif. Des modifications peuvent intervenir (les augmentations des taxes aériennes, les surcharges carburant, l'évolution du coût des prestations terrestres, etc. peuvent être répercutées sur le prix du forfait).
De même, des suppléments liés aux variations des prix des billets d'avion et aux disponibilités dans la classe tarifaire prévue pour le voyage peuvent s'appliquer en fonction de la date d'inscription.
Dans tous les cas, vous en serez informé au plus tard lors de votre inscription. Après votre inscription, seules les modifications prévues par l'article R211-8 du code du tourisme peuvent s'appliquer.

Le prix comprend

- L'hébergement du J 1 au J 6,
- Les petits-déjeuners du J 2 au J 6.
- Les pique-niques de midi du J 1 au J 6.
- Les repas du soir du J 1 au J 5.
- Les transferts en début et en fin de circuit.
- Le transport des bagages par des mules.
- Les vivres de course remis dans un sac individuel.
- Les frais d'organisation du circuit.
- L'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé d'Etat.

Le prix ne comprend pas

- L'assurance et l'assistance.
- L'acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation.
- D'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique précédente.

Autres dépenses sur place

- Les boissons et dépenses personnelles.

Vous préparer à partir

Préparation physique

Pour profiter pleinement de votre voyage, n'oubliez pas d'entretenir votre forme au moins une fois par semaine en marchant (15 à 18 km) si possible sur un parcours avec dénivelée (350 m/h), ou en pratiquant une activité sportive développant l'endurance.

Votre pharmacie individuelle

Celle-ci sera validée avec un médecin en tenant compte du terrain d'aventure et de l'éloignement propres à ce voyage. Elle contiendra en principal :
- Un antalgique.
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).
- Un antibiotique à large spectre.

TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

- Un antispasmodique, un antidiarrhéique, un antiseptique intestinal, un antivomitif.
- Des pansements et double peau, des compresses, de la bande adhésive, du Steristrip, du tulle gras.
- Un antiseptique.
- De la crème solaire et de la Biafine.
- Vos médicaments personnels.

- En complément : collyre, répulsif contre les moustiques, pince à épiler, somnifère léger et/ou boules Quies, vos médicaments personnels.
- Un stick pour les lèvres haute protection

Equipement de base

L'ensemble de vos affaires est réparti entre deux sacs :

* un sac à dos porté pendant la marche d'environ 30-40 litres pour vos affaires de la journée (pull, t-shirt de rechange, gourde, lunettes, crème solaire, petit matériel, appareil photo...), qui sera aussi le sac que vous garderez avec vous dans l'avion

* un sac de voyage avec cadenas, souple et solide de 15 kg maximum, avec de préférence une fermeture éclaire latérale (accès plus facile qu'un sac marin). Pendant le voyage, il contiendra les affaires que vous n'utilisez pas dans la journée. Transporté à dos de mule ou de chameau ou sur le toit d'un 4x4, votre sac sera dans tous les cas sanglé, callé, soulevé et baché un grand nombre de fois : évitez par conséquent les sacs rigides et les valises et préférez la solidité à l'esthétique.

> Vêtements de la tête aux pieds
- Une casquette, un chapeau, un bonnet ou un cheich (désert)
- Des lunettes de soleil (indice 3 minimum, 4 pour la haute montagne)
- Une cape de pluie (suivant la saison)
- Des sous-vêtements respirants (séchage rapide)
- Une veste imperméable et respirante type Goretex
- Des T-shirts
- Une paire de gants
- Des pantalons de trek détachables à mi-jambe
- Un collant thermique (suivant la saison)
- Un maillot de bain.
- Des vêtements de rechange.
- Des chaussettes de marche.
- Une paire de sandales.
- Une paire de chaussure (voir rubrique ci dessous)
- Une paire de lacets de rechange.

Nous vous recommandons la boutique Trek Aventure pour trouver le matériel idéal grâce à la marque MILO
www.trekaventure.com/trekking/page/le_catalogue_milo

> Matériel indispensable
- Une trousse de toilette et une serviette de bain.
- Une gourde (ou gourde poche à eau, pipette)
- Des serviettes humidifiées type lingettes.
- Du papier toilette.
- Un couteau de poche (en soute !).
- Quelques sachets plastiques pour protéger vos affaires.
- Une aiguille et du fil.
- des bâtons de marche.
- Couverture de survie (modèle renforcé).
- Briquet.
- Appareil photo.
- Livres de voyage.
- Lentilles jetables ou lunettes correctrices de secours.
- Une lampe frontale et ses piles.
- Un sac de linge sale pour séparer avec le linge propre.

TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

> Pochette antivol et documents
- Passeport (ou carte d'identité).
- Visa selon le pays.
- Carnet de vaccinations et indications médicales.
- Devises, carte de crédit.
- Contrat d'assistance et d'assurance
- Papiers personnels.

A ne pas oublier dans vos valises

- En complément : collyre, répulsif contre les moustiques, pince à épiler, somnifère léger et/ou boules Quies, vos médicaments personnels.
- Un stick pour les lèvres haute protection

A ne pas oublier dans vos valises

- Des chaussures de randonnée imperméables à tige montante et semelle offrant une bonne adhérence, type Contagrip ou Vibram
- Un drap-sac en coton ou en soie (les couvertures sont fournies par l'hébergeur)

Nos astuces

1. En raison des retards de certains bagages, nous vous conseillons fortement d'emporter votre sac de couchage avec vous et le nécessaire pour pouvoir voyager les premiers jours, en bagage accompagné dans l'avion.
2. Laissez tout objet coupant (couteau, ciseaux, coupe-ongles, etc..) et briquet dans votre bagage destiné à la soute de l'avion car les contrôles de sécurité les interdisent à bord de l'avion.
3. La réussite de tout voyage est un délicat mélange de bonne humeur, de sentiments d'entraide, de convivialité, d'esprit de découverte, de bonne volonté, d'une participation aux tâches communes ainsi que le respect des traditions locales. Et n'oubliez pas des imprévus sont toujours possibles, dans ces moments adoptez la zen attitude : patience et tolérance.
4. Prenez une photocopie de votre passeport, de votre contrat d'assurance assistance et de votre billet d'avion en cas de perte des originaux.

TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25