Le Tour du Mont Viso (AM36L)

Alpes du Sud - France

6 jours (dont 6 jours : Randonnée)

Prix à partir de 485.00 EUR *p.p.*

Niveau	
Type	Individuel
Age minimum	15 ans
Portage	Affaires pour le séjour
Hébergement	Refuge
Groupe	de 2 à 10 personnes
Repas	Demi-pension
Encadrement	En liberté

Les points forts de ce voyage

- La randonnée dans un cadre sauvage autour d?un sommet majestueux.
- La découverte du versant italien du Viso.
- Un circuit sans transfert.
- En option, l'ascension du mont Viso (3841 m).

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

Le mont Viso (3841 m) domine les autres sommets du parc régional du Queyras de près de 600 mètres ! En randonnant autour de ce ?Cervin des Alpes du Sud?, vous découvrirez la diversité des paysages et la haute montagne toute proche.

L'aiguille de Chambeyron (3409 m) culmine au-dessus de l'Ubaye, vallée située au sud du Queyras. Autour du point culminant, les sommets composent un massif singulier. À portée du mont Viso (3841 m), souverain dominé par les non moins prestigieux Brec de Chambeyron et aiguille Pierre André, cette enclave des Alpes de Haute-Provence profite d'un climat sec et offre de grands espaces sauvages. Lignes de crêtes étirées à l'infini, longs vallons d'herbe rase, lacs saphir : morceaux choisis de ces Alpes de lumière, toute la Haute Ubaye. Outre un ensoleillement privilégié et un grand choix d'itinéraires, l'un des attraits de la randonnée dans le massif de l'Ubaye réside dans l'étroite symbiose qui unit les hommes et leur habitat à l'environnement : là plus qu'ailleurs, la présence séculaire de l'homme se révèle au randonneur. Ce périple vous conte les secrets de la Haute Ubaye.

Jour 1 L'ECHALP - COL VALLANTE (2815 M) - REFUGE VALLANTE
Distance : 13 km - Dénivelée positive : 1100 m. Dénivelée négative : 600 m. 6h de marche.
Hébergement : refuge. Repas inclus : soir. Repas libres : matin, midi.
Si vous venez avec votre véhicule, possibilité de visiter le village d'Abriès, puis rejoindre L'Echalp, point de départ de la randonnée. Si vous arrivez en train, nous vous proposons un "service plus" soumis à supplément pour vous rendre en transfert privé à L'Echalp.
Cette première étape à travers bois et alpages, vous conduit au lac Lestio, niché au creux d'un vaste cirque glaciaire. En avançant dans le vallon, vous découvrez peu à peu le Viso, son immense face rocheuse et son névé suspendu. Au lac Lestio, au pied de l'impressionnante face rocheuse, vous quittez les pâturages et entrez dans un large pierrier qui conduit au col Vallante puis au refuge du même nom. Le soir, vous appréciez l'architecture originale et le confort du nouveau refuge Vallante, situé dans un cadre superbe, près d'un petit lac, au pied de la face ouest du Viso.

Jour 2 PASSO SAN CHIAFFREDO (2764 M) - REFUGE QUINTINO SELLA
Distance : 13 km - Dénivelée positive : 900 m. Dénivelée négative : 700 m. 5 h 30 de marche.
Hébergement : refuge. Repas inclus : matin, soir. Repas libre : midi.
Vous descendez à travers le du vallon verdoyant de Vallante où la vie pastorale est encore bien vivante, puis vous remontez le vallon forestier de la Giargiatte, sous les mélèzes et les pins cembros avant de déboucher dans une véritable ambiance minérale. Vous remontez des zones de pelouses et d'éboulis pour rejoindre les lacs Bertin (2701 m) et Longo (2764 m), puis franchissez les Passo San Chiaffredo (2764 m) et Gallarino (2739 m). Un large plateau minéral nous conduit ensuite aux lac et refuge Quintino Sella, au plus près du pied du Viso. Vous trouverez ici une ambiance vraiment haute-montagne.

Jour 3 VISO MOZZO (3019 M) - REFUGE PIAN DEL RE
Distance : 6 à 9 km - Dénivelée positive : 150 à 500 m. Dénivelée négative : 750 à 100 m. 3 à 5h de marche.
Hébergement : refuge. Repas inclus : matin, soir. Repas libre : midi.
Un étape courte que vous pouvez agrémenter en y ajoutant l'ascension du Viso Mozzo (3 019 m) au petit matin pour profiter d'une vue imprenable sur les falaises du Viso, la plaine du Po jusqu'au Mont Blanc.
Au pied du Viso, l'ambiance est très minérale puis vous descendez sur les lacs Chiaretto et Fiorenza pour parvenir à Pian del Re, site historique et touristique puisqu'il est la "source du Pô".

Jour 4 PUNTA SEA BIANCA (2721 M) - REFUGE BARBARA LOWRIE
Dénivelée positive : 600 m à 800 m. Dénivelée négative : 900 à 1100 m. 5 h à 6h30 de marche.
Hébergement : refuge. Repas inclus : matin, soir. Repas libre : midi.
Vous remontez de raides pâturages avec le Viso en toile de fond jusqu'à atteindre un petit collet La Sellacia qui vous donne accès à un plateau d'altitude. Vous le traversez pour rejoindre colle della Gianna (2525 m). Du col, vous pouvez réaliser l'ascension de la Punta Sea Bianca en aller-retour (optionnel). Vous longez le pied de la Rocca Nera (2 716 m) et basculez dans le vallon Meidassa pour rejoindre le refuge Barbara Lowrie.

Jour 5 COL MANZOL (2693 M) OU COL BARANT (2350 M) - REFUGE GRANERO
Distance : 6 km (court et technique) ou 14 km (facile mais long) - Dénivelée positive : 1050 m (court et

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

technique) ou 1350 m (facile mais long). Dénivelée négative : 400 m (court et technique) ou 700 m (facile mais long). 4 h à 6h de marche.
Hébergement : refuge. Repas inclus : matin, soir. Repas libre : midi.
Pour cette étape vous avez deux options, vous choisirez selon votre niveau de forme et les conditions météo.
- Option courte mais technique : du refuge, vous remontez le vallon del Pis en direction du Col d'Armoine. Peu avant le col, vous bifurquez pour le col Manzol et son pierrier raide qui se termine par un passage avec une chaîne. La pente est raide, mais le sentier est bien taillé. Si vous avez le pied montagnard et que le sol n'est pas humide, ce sera une option de choix, car les paysages sont exceptionnels. Le lago Nero (2567 m) au pied du Monte Meidassa (3105 m) est un petit joyau.
- Option plus facile techniquement mais plus longue : du refuge, une piste d'altitude vous conduit au refuge Barant (2350 m) et vous permet de basculer dans le val Pellice. Vous remontez ce large vallon glaciaire en longeant un torrent tumultueux avec de nombreuses cascades.
Nuit au refuge Granero en bordure du lago Lungo. Cet hébergement nous a séduit par son accueil et les points de vue qu'il offre sur le lac tout proche.

Jour 6 COL NALBERT (2576 M) OU COL LACROIX (2299 M)- L'ECHALP
Distance : 8 km (option technique) à 12, 5 km (option facile) - Dénivelée positive : 600 m (court et technique) ou 700 m (facile mais long). Dénivelée négative : 1300 m (court et technique) ou 1400 m (facile mais long). 4h30 (technique) à 5h30 (facile) de marche.
Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir.
Du refuge Granero, nous descendons le vallon del Pis puis 2 options se présentent à vous :
- option technique : si les conditions sont sèches et que vous souhaitez emprunter un chemin un peu aventureux, vous vous orienterez vers l'ascension du col Nalbert. Ce sentier raide mais bien tracé côté italien vous permettra de remonter l'impressionnant rempart du Val Pellice. Ce col peut connu des randonneurs reste très sauvage, en effet côté français le sentier est peu visible dans la partie herbeuse sous le col. Lorsque vous entrez dans la forêt vous trouverez facilement un sentier bien tracé pour rejoindre L'Echalp grâce à notre trace GPS.
- option facile mais plus longue en distance : vous descendez le vallon del Pis jusqu'au refuge Jervis puis empruntez le col Lacroix pour rejoindre l'Echalp.
Quelque soit l'option choisie, ces 2 cols offrent un très beau panorama sur le Viso et une grande partie de votre itinéraire.

NB :
Les horaires sont donnés à titre indicatif et calculés pour des marcheurs moyens hors pauses.
M : montée ; D : descente.

L'accès
- Ferroviaire :
Gare de Mont-Dauphin-Guillestre (05) ; train de nuit direct au départ de Paris. En journée, lignes régulières de Marseille, Grenoble ou Valence. Puis lignes de cars régulières pour Arvieux. Enfin navette du Haut Guil pour rejoindre la Roche Ecroulée. Horaires à vérifier au numéro court de la SNCF : 3235 (0,34€/mn) ou sur le site www.sncf.com

- Routier :
Grenoble/col du Lautaret/Briançon par la RN 91. Puis direction Embrun par la RN 94. Juste après Mont-Dauphin, au rond-point, prendre à gauche la D9 02 pour passer par Guillestre et remonter jusqu'au fond de la vallée du Guil.

L'hébergement
Vous logez en refuges gardés. Douches payantes (4 € environ). Eau chaude en quantité limitée au refuge du Viso (chauffage solaire).

Le transport et le portage
Vous portez vos affaires personnelles pour toute la durée du circuit ainsi que le matériel de sécurité et votre repas de midi.

Les transferts nécessaires ou facultatifs pendant le circuit sont à votre charge.

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
Nous avons le souci à la fois de vous assurer des repas équilibrés et adaptés à l'effort et de réduire au minimum le poids des sacs.
Les dîners, chauds et copieux, ainsi que les petits-déjeuners sont préparés par vos hôtes.

L'orientation
Vous êtes maître de votre itinéraire et devez savoir utiliser carte et boussole. Le topo fournit au départ vous donne quelques précisions.
À chaque étape, vous pourrez glaner des renseignements sur l'état des sentiers ou demander directement au responsable de l'hébergement.

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

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 tel que décrit
- Les petits-déjeuners
- Les dîners
- Le carnet de route (ainsi qu'une carte pour un groupe de 2 à 4 personnes).

Le prix ne comprend pas

- L'assurance, l'assistance.
- Les pique-niques.
- Les boissons et dépenses personnelles, les pourboires, les vivres de course.
- Les transferts pendant le circuit.
- Les entrées dans les sites, monuments, musées.
- Tout ce qui n'est pas indiqué sous la rubrique 'le prix comprend'.

Autres dépenses sur place

- Les douches dans les refuges (4 eur par douche).
- Les boissons : suivant carte tarifaire des hébergeurs.
- Toutes dépenses d'ordre personnel.

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.
- Un antispasmodique, un antidiarrhéique, un antiseptique intestinal, un antivomitif.

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

- 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.
- Traitement contre le paludisme (à vérifier avec l'état sanitaire du pays)

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.
- Traitement contre le paludisme (à vérifier avec l'état sanitaire du pays)

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