




LE TOUR DU QUEYRAS SOUS TENTE (BIVOUAC)

Entre alpages, hameaux, villages typiques et authentiques, sommet à 3000, espaces naturels préservés, faune et flore, le Queyras est un Parc Naturel Régional situé dans les Alpes du Sud à la frontière italienne dans le département des Hautes-Alpes. C'est par le biais d'une itinérance en petits groupes avec nuits sous tente que nous vous proposons de découvrir ce parc naturel. Votre accompagnateur saura vous faire découvrir et vous présentera les différentes facettes ainsi que les mille et un petits secrets de son territoire. Vos bagages seront elles transportées chaque jour jusqu'à votre lieu de camp pour profiter au mieux de ce trek sauvage parcourant les vallées du massif du Queyras.

 Région	Alpes du sud
 Activité	Bivouac Rejoindre un groupe Trekking
 Durée	5 jours
 Groupe	6 à 8 personnes
 Code	FQUEYBIV
 Prix	A partir de 670 €
 Niveau	4/5
 Confort	1/5
 Langue(s)	français

PROGRAMME

📍 Jour 1 Ceillac et ses lacs



Arrivée à Ceillac (1640m) à 10h30 (arrivée possible via la navette des Escartons qui part de Ville Vieille à 9h10). Briefing d'accueil et montage collectif du campement. L'après midi, première rando de mise en jambe dans le superbe décor de la vallée de Ceillac. Le GR5 qui fait la traversée des Alpes nous conduit jusqu'au lac miroir. Retour au camping, préparation et repas en commun.

Dénivelé positif : 720 mètres / Dénivelé négatif : 720 mètres / 4 heures de marche / Hébergement : Tente

📍 Jour 2 Ceillac - Pierre Grosse



Rangement du campement et départ avec nos affaires de la journée pour le début de notre itinérance dans le Queyras. Nous grimpons jusqu'au col Fromage (2301m) où nous profitons d'une première vue panoramique sur le parc du Queyras et ses sommets. Le sentier reste sur ces hauteurs quelques kilomètres avant de basculer dans la vallée des Aigues à travers les Mélèzes jusqu'au village typique de Pierre Grosse où nous retrouvons nos affaires et matériel de camping dans l'aire de bivouac du village. Installation et repas en commun.

Dénivelé positif : 950 mètres / Dénivelé négatif : 450 mètres / 7 heures de marche / Hébergement : Tente

📍 Jour 3 Pierre Grosse - Col Agnel



Nous montons doucement à travers les mélèzes en direction du village de Saint-Véran, commune la plus haute d'Europe. Après avoir flâné dans ses ruelles typiques, le sentier nous fait remonter le long du ruisseau de l'Aigue Banche. La végétation se fait doucement plus rasante et l'arrivée à la chapelle Clausis est le signe que le chemin pénètre dans le cirque de la Blanche. Endroit idéal pour pique niquer. Le GR grimpe ensuite dans un décor minéral jusqu'au col de Chamoussière (2884m) où nous redescendons vers le col Agnel, à la frontière italienne. Cette nuit, nous ne montons pas le campement et passons la nuit dans ce refuge de haute montagne à la frontière italienne pour reprendre des forces.

Dénivelé positif : 1060 mètres / Dénivelé négatif : 470 mètres / 7 heures de marche / Hébergement : Dortoirs en refuge

📍 Jour 4 Col Agnel - Ristolas



Une étape sans difficulté offrant de superbes panoramas sur le pain de sucre, le Viso et le Mont blanc par temps clair. Une fois le col Vieux franchi (2810m), nous descendons dans la Bouchouse où les alpages sont entrecoupés de lacs et de ruisseaux. Le lac Foréant est un endroit idéal pour profiter de ce décor grandiose avant d'entamer la longue descente vers la vallée du Haut Guil. Installation au camping pour les deux prochaines nuits et repas en commun.

Dénivelé positif : 337 mètres / Dénivelé négatif : 1212 mètres / 6 à 7 heures de marche / Hébergement : Tente

📍 Jour 5 Crêtes de Gilly



Une traversée avec un beau parcours de crêtes sans difficulté offrant de superbes panoramas sur le Queyras et le Piémont italien voisin.

Dénivelé positif : 1085 mètres / Dénivelé négatif : 1196 mètres / 6 heures de marche / Hébergement : Tente

Les itinéraires peuvent être modifiés en fonction des conditions météorologiques ou du niveau de condition physique des participants. En dernier ressort, l'accompagnateur reste seul juge du programme qu'il peut adapter en fonction des différents impératifs pouvant se présenter. Les temps de parcours et les dénivelés sont bien évidemment donnés à titre indicatif, ils peuvent être modifiés sur le terrain en fonction des options de parcours prises par l'accompagnateur ainsi que par la vitesse du groupe. Sachez vous en détacher pour apprécier la montagne...

Cet itinéraire est accessible à tout randonneur de niveau confirmé. Les étapes peuvent avoir des dénivelés positifs ou négatifs jusqu'à 1100m, il faut être capable de marcher pendant 7 jours de suite entre 6h et 7h en moyenne par jour. Il est donc nécessaire d'avoir un niveau physique et d'endurance compatibles avec ce séjour.

DATES & PRIX

Départs pour les groupes parlant français :

Du	Au	Prix par personne	Garanti	Inscription
17/06/2024	21/06/2024	670 €	Non	
24/06/2024	28/06/2024	670 €	Non	
22/07/2024	26/07/2024	670 €	Non	
29/07/2024	02/08/2024	690 €	Non	
05/08/2024	09/08/2024	670 €	Non	
09/09/2024	13/09/2024	670 €	Non	

Code voyage: FQUEYBIV

Le prix comprend

- L'encadrement par un accompagnateur en montagne
- Les emplacements en bivouac/camping
- La location du matériel de camping (tente et matériel de cuisine)
- Le transport des bagages (base un sac par personne max 12kg)
- La pension complète du du J1 au pique nique du J6 (sauf diner du J5).

Le prix ne comprend pas

- Frais d'inscription : 18€ par personne
- L'acheminement vers le point de départ et depuis le point d'arrivée du séjour
- Le diner du Jour 5
- Les boissons et les dépenses personnelles
- L'assurance
- Les éventuels pourboires

Remarques

Nuit supplémentaire: Nous consulter

Conditions de paiement et d'annulation

Inscription

L'inscription à l'une de nos activités ou voyage implique l'acceptation des conditions générales de vente. Chaque client doit remplir un bulletin d'inscription. L'inscription n'est acceptée qu'avec le versement d'un acompte représentant 30% du montant total du voyage et dans la mesure des places disponibles. Si l'inscription se fait à moins de 30 jours du départ, le prix total du voyage devra être réglé dès l'inscription. Vous pouvez effectuer votre paiement par virement bancaire (SWIFT/IBAN) ou par carte bleue directement sur le site (à paraître prochainement). Une confirmation d'inscription vous sera envoyée par mail dans les plus brefs délais.

Facturation

Une fois votre réservation enregistrée, nous vous envoyons par mail votre facture. Le solde doit nous parvenir au moins 30 jours avant votre date d'arrivée. Si le solde du voyage ne nous est pas parvenu dans ces délais, Altaï France se réserve le droit d'annuler la réservation sans indemnité.

Annulation

Conditions et frais d'annulation :

Si, pour quelque raison que ce soit, vous devez annuler votre voyage, les sommes que vous avez versées vous seront remboursées sous réserve des retenues suivantes :

Si le désistement a lieu :

- Plus de 30 jours avant le départ, une somme forfaitaire de 50€ par personne sera retenue
- De 30 à 21 jours avant le départ, le montant de l'acompte versé sera retenu (soit 30% du montant total du dossier)
- De 20 à 14 jours avant le départ, 50% du montant total du dossier sera retenu
- De 13 à 7 jours avant le départ, 75% du montant total du dossier sera retenu
- Moins de 7 jours avant le départ, 100% du montant total du dossier sera retenu

Cas particuliers :

Quelle que soit la date d'annulation ou de modification de contrat, les frais suivants s'ajoutent au barème ci-dessus :

- Frais fixes aériens (si votre billet d'avion doit être émis longtemps à l'avance, souvent pour vous éviter des suppléments importants), 100% des frais non remboursables en cas d'annulation ou de modification de votre plan de vol vous seront facturés. Dans ce cas le barème ci-dessus ne s'applique que sur le prix du voyage sans le vol.
- Frais fixes terrestres : les frais engagés tôt pour des réservations fermes vous seront facturés en cas d'annulation.
- Frais d'assurance : que vous ayez souscrit à une assurance multirisque ou une assurance annulation, le montant de l'assurance est dû et ne peut faire l'objet d'aucun remboursement. Ces conditions spécifiques vous seront signifiées sur votre confirmation d'inscription.

Si vous êtes dans l'obligation d'annuler votre voyage avant son commencement (date de départ), vous devez en informer dès que possible Altaï France et l'assureur par tout moyen écrit permettant d'obtenir un accusé de réception.

C'est la date de réception de l'écrit qui sera retenue comme date d'annulation pour facturer les frais d'annulation.

Si Altaï France se trouve dans l'obligation d'annuler un départ en groupe, en raison du nombre insuffisant de participants, la décision sera prise et les clients informés au plus tard 21 jours avant le départ. Altaï France peut également annuler un départ suite à des événements exceptionnels, relevant notamment des cas de force majeure (éruption volcanique, événements sociaux, grèves, intempéries) pouvant porter atteinte à la sécurité des participants. Dans ces cas, les participants seront remboursés intégralement des sommes qu'ils ont versées sans toutefois pouvoir prétendre à aucune indemnité.

Modification du contrat

En cas de modification d'un voyage par le client entraînant des frais pour Altaï France, ces frais seront à la charge du client. Dans tous les cas, toute modification fera l'objet d'un écrit. Altaï France pourrait modifier des éléments au contrat de voyage si des événements extérieurs à notre volonté s'imposaient, nos clients en seraient informés par écrit dans les plus brefs délais.

Prix et révision des prix

Pour les voyages en groupe, les prix figurant sur le site internet ont été calculés et sont valables pour le nombre indiqué de participants pour chaque voyage. Les tarifs sont confirmés lors de l'inscription. Si le nombre de participants est inférieur, un supplément petit groupe peut être appliqué. Pour tous les séjours ou programmes, nous mentionnons le prix par personne, valable à partir d'un certain nombre de participants, et nous détaillons les prestations incluses et non incluses de ce prix. Toute modification des taux de change, des prix des différents éléments composant un voyage et en particulier le prix des carburants peut entraîner un réajustement du prix.

Cession du contrat

En cas de cession du contrat par le client à un cessionnaire, les conditions de modification et d'annulation s'appliquent.

Assurance

Nous vous invitons à souscrire une assurance avant votre départ garantissant les activités pratiquées avec Altaï France. Le détail des assurances proposées est disponible sur cette page:

france.altabasecamp.com/fr/insurance

Dans le cas où vous ne souscrivez pas à l'une de nos assurances, nous vous demandons de bien vouloir nous communiquer par mail les informations de votre contrat d'assurance (nom de la compagnie, nom du contrat, n° de police d'assurance, n° de téléphone) et d'emporter ces informations avec vous lors de votre séjour.

Encadrement

Notre voyage est encadré par un accompagnateur en montagne qui vous apportera les éléments techniques nécessaires au bon déroulement du séjour. Il pourra être amené à modifier le programme pour assurer la sécurité en fonction des conditions météorologiques de la montagne ou la condition physique des participants. Il a été choisi pour son expérience de terrain, sa connaissance spécifique d'une aire géographique et de la culture s'y rattachant, ainsi que pour sa passion à faire découvrir sa région.

Ce séjour nécessite toutefois l'implication de l'ensemble des membres dans l'organisation des tâches collectives nécessaires à son bon déroulement (montage et démontage des camps, préparation des repas...).

Alimentation

Repas:

- Les pique-niques du midi sont constitués pour la plupart de salades composées, de charcuteries, de fromages et de fruits. Ils sont effectués quotidiennement par l'accompagnateur avec votre aide.
- Le soir, les repas sont préparés par l'ensemble du groupe au camping
- Pensez à prévoir des vivres de courses selon vos goûts avant le départ : barres de céréales, barres chocolatées, fruits secs... et n'hésitez pas à apporter des petites spécialités de vos régions pour les apéritifs !

Boissons:

- Les boissons ne sont pas comprises dans le prix du séjour.

Hébergement

Nous fournissons le matériel de camping:

- Tente pour 2 personnes
- Matériel de cuisine
- Tente collective pour les repas

Les campings sont équipés de sanitaires et de douches.

La nuit en refuge s'effectue en dortoirs avec sanitaires à partager.

Déplacement et portage

En randonnée vous transporterez toutes vos affaires et votre matériel dans un sac à dos de 30/35 litres.

Le 2e bagage non utile pour les randos et le matériel de camping suivront et seront déposés directement au camping ou au refuge. Par respect pour les personnes en charge du transport, le poids de vos affaires transportées devront tenir dans un sac de moins de 12kg

Accès en train:

Gare S.N.C.F. à Montdauphin-Guillementre, à 20 km de Ceillac.

Transport entre la gare et Ceillac assuré par le réseau régional Zou. Départ à 9h15 de la gare et arrivée à Ceillac à 10h.

Fin du séjour à Aiguilles à 15h le jour 6. Navette pour rejoindre la gare de Montdauphin ou Gap à 15h35.

Pourboires

Il s'agit d'une pratique usuelle et non obligatoire. Selon votre satisfaction à la fin de votre voyage, il est d'usage de donner un pourboire à votre guide et à l'équipe locale. Il doit être adapté en fonction du niveau de vie du pays et de la durée de votre voyage. C'est votre geste d'appréciation par rapport à la prestation reçue.

Équipement fourni sur place

- Tente pour 2 personnes
- Matériel de cuisine
- Tente collective pour les repas

Équipement indispensable

En randonnée le principe des 3 couches reste l'équipement conseillé pour votre confort et votre sécurité :

- un tee-shirt à manches courtes en matière respirante (fibre creuse) ou un tee-shirt à manches longues en matière respirante
- une veste en fourrure polaire
- une veste coupe-vent imperméable et respirante (type gore-tex)

En fonction de la météo et de l'effort, vous pourrez toujours choisir le concept le plus efficace.

En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie ou vent, il suffit de rajouter la veste imperméable. Lors des pauses en altitude, la veste polaire est un complément indispensable sous la veste coupe-vent. Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc proscrire le coton. Préférez la laine, la soie et les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible. La sueur est l'ennemi du randonneur, car elle humidifie les vêtements et vous refroidi lors des pauses.

- Une casquette ou un chapeau,
- Une paire de lunettes de soleil,
- 1 bonnet ou tour de cou multifonction type BUFF© et 1 paire de gants léger pour se protéger du froid en altitude
- Tee-shirt (type carline, matière séchant rapidement),
- Chemise chaude ou une polaire,
- Une veste chaude (type polaire ou doudoune),
- Une veste coupe-vent (type Kway ou Gore-Tex),
- Une cape de pluie fermée avec des manches, sans pressions, en polyamide,
- Pantalon de toile légère,
- Pantalon coupe vent (type Kway ou Gore Tex),
- Short, pantacourt
- Chaussettes (100% laine : chaude, absorbe et évacue l'humidité, évite l'échauffement du pied ; en fibres synthétiques : très bonne résistance, absorbe et évacue l'humidité, attention si 100% synthétique à l'échauffement du pied ; en coton : absorbe l'humidité mais la rejette mal)
- Chaussures de trekking: ce sont les meilleures amies du randonneur ! Elles doivent réunir trois qualités : solidité, bonne tenue du pied et de la cheville (tiges hautes) et imperméabilité. Choisissez des chaussures à semelles antidérapantes, à crampons et relativement rigides. Elles doivent bien accrocher au terrain. Les semelles de type "Vibram" ont une longue renommée, donnez leur votre préférence si vous avez le choix.
- Sous-vêtements de rechange,
- Un pantalon de toile légère et un short de rechange,
- Chaussettes de rechange,
- Une paire de sandalettes légères ou une paire de baskets.
- Une trousse de toilette
- Une serviette de toilette,
- Une tenue de nuit

Matériel

- Un sac de couchage
- Un matelas autogonflant
- Une lampe de poche(frontale avec piles de rechange)
- Bâtons de marche télescopiques (conseillés)
- Une gourde d'un litre d'eau minimum/ 1 thermos en plus est bien aussi pour avoir un thé chaud à la pause (0.75L)
- Un couteau, une cuillère, et une fourchette
- Un tupperware individuel en plastique, pour les éventuels piques niques
- Crème de protection solaire (peau et lèvres) + après-solaire,

- Papier toilette + briquet (pour le brûler)
- Facultatif : appareil photo, jumelles ...

Attention : la montagne est capricieuse et soudaine. Nous avons essayé de penser à toutes les différentes situations climatiques que celle-ci peut nous offrir. Cette liste d'équipement vous permettra de vous adapter agréablement aux débordements d'humeur de dame montagne !

Équipement utile

Une pochette plastique et étanche avec vos documents personnels : passeport ou carte d'identité, permis de conduire, carnet de vaccination, carte européenne d'assurance maladie, dépliant assurance/assistance pendant le voyage, devises, carte de crédit, papiers perso (numéros d'urgence).

- Boîte en plastique de taille moyenne avec couverts et verre en plastique si vous souhaitez vous préparer certains repas.
- Sacs plastiques pour garantir l'étanchéité de vos affaires, appareils photo et vêtements.
- Boules Quiés, toujours utiles!
- Un bloc notes et un stylo, un bon livre, un jeu de carte...
- Bâtons de marche (facultatif): ils sont d'une aide précieuse pour économiser vos genoux à la descente (jusqu'à 30% de votre poids + celui de votre sac sont supportés par les bâtons) et soutenir votre effort à la montée (les bras aident en plus des jambes). -
- Mini paire de jumelles (facultatif)
- Appareil photo (facultatif)
- Guêtres (facultatif)
- Une couverture de survie (facultatif)
- Téléphone portable.

Bagages

En montagne vous transporterez toutes vos affaires et votre matériel dans un sac à dos de 30/35 litres.

Le 2e bagage qui vous suit dans les campings et le refuge: indications données par le transporteur : 'Un sac par personne, maximum 12 kg, éviter les valises. Tout dépassement de poids peut être facturé au propriétaire par le transporteur.

Pharmacie

Il est recommandé de constituer votre propre trousse à pharmacie :

- Crème solaire hydratante corps et lèvres,
- Elastoplast et ciseaux,
- Vitamines C,
- Collyre,
- Doliprane et/ou aspirine,
- Antidiarrhéique Antiseptique intestinal (intetrix),
- Pommade cicatrisante et antiseptique local,
- Antibiotique courant (facultatif).

Pensez également à votre traitement en cours et à votre carte vitale.

Vaccins obligatoires

Aucun vaccin obligatoire

Santé / recommandations sanitaires

Avant votre départ il est important d'avoir une condition physique en accord avec l'activité envisagée. La pratique régulière d'un sport d'endurance est obligatoire pour les activités en montagne. Ce sport peut être le jogging, le vélo, la natation ou la marche sportive. Si vous n'êtes pas du tout entraîné il sera difficile d'envisager une activité en montagne sans prendre le risque d'être confronté à de trop grandes difficultés physiques qui vous pénaliseraient.

Un sport d'endurance est obligatoire pour pouvoir profiter au maximum de ce circuit. Trois mois avant le départ prévoyez de faire si possible 2 à 3 séances de sport d'endurance d'une heure minimum par semaine et une randonnée durant le week-end d'au moins 6 heures avec une dénivelée de 350m/heure. Le meilleur entraînement pour un trek reste évidemment la randonnée. Les problèmes de genoux restent le principal souci rencontré sur ce type de trek : parlez-en avant avec votre médecin avant le départ. Merci de prévenir rapidement l'agence des indications médicales vous concernant : allergies alimentaires, diabète, accidents cardiaques et vasculaires anciens ou récents, asthme, etc...

Sur nos séjours en France, toutes les mesures nécessaires ont été prises afin de respecter les consignes sanitaires formulées par le gouvernement:

- Dans les hébergements et restaurants, les sanitaires (toilettes comme salles de bain) sont désinfectés plusieurs fois par jour
- En refuge, la distanciation est mise en place selon un protocole propre à chaque refuge (un lit sur deux ou encore éloignement des lits), les couvertures et les draps ne sont pas proposés par l'hébergement. Il sera donc nécessaire d'apporter votre propre duvet et drap de sac.

Nos équipes locales mettent tout en œuvre afin que votre voyage se passe dans les meilleures conditions possibles et que vos vacances se déroulent magnifiquement bien. Vous avez raison de nous faire confiance.

Climat

Le climat dans les Alpes du sud prend en compte plusieurs paramètres : la plupart des pluies de l'arrière pays ne viennent pas de l'ouest mais du sud par ce qu'on appelle les "entrées maritimes", ce sont des brises quotidiennes qui font remonter l'humidité de la mer pendant la journée et redescendant pendant la nuit. On voit souvent ces nuages se former très vite dans l'après-midi sur les sommets quand il fait chaud. D'autre part, il y a aussi beaucoup de "fronts" venant du nord-est et des plaines du Piémont italien qui viennent se "casser" sur les reliefs. Ce sont des fronts souvent froids, humides et puissants. De ce fait, il y a souvent plus de pluie côté italien (au nord) que côté français. Le climat est donc plus chaud près de la mer mais pas forcément plus sec. La végétation change beaucoup, mais plus à cause de la nature du sol, de l'altitude et de la température, que de la pluviométrie.

Géographie

Le parc est délimité au nord et à l'est par la frontière avec l'Italie, depuis le sommet du Grand Glaiza jusqu'à la Tête des Toillies via le col Agnel. Puis il suit la crête délimitant le bassin versant de l'Ubaye jusqu'à la Mortice et remonte au nord-ouest jusqu'à Guillestre, dans la basse vallée du Guil, qui constitue la principale porte naturelle sur le Queyras. Depuis Guillestre, la limite suit la crête orientée Nord séparant la vallée d'Arviex de la Durance et passant par le pic du Béal Traversier puis prend une direction nord-est jusqu'au col d'Izoard, passage mythique du tour de France cycliste et finit par la ligne de crête séparant la vallée des Fonts au nord et passant par le Pic de Rochebrune, jusqu'à la frontière italienne. On peut d'ailleurs considérer que le Queyras correspond au bassin versant du Guil. Le point culminant du Queyras est le Pic de la Font Sancte et non le mont Viso dont le sommet se trouve dans le Piémont, mais dont le tour passe par le Queyras.

Tourisme responsable

Nous faisons de notre mieux pour offrir des séjours qui respectent les principes du tourisme durable et responsable. Notre but est de permettre à nos visiteurs de découvrir les différentes facettes d'un pays en vous amenant hors des sentiers battus et vous mettre en contact avec la nature et ses résidents, tout en s'assurant que votre visite n'a aucun effet négatif sur son environnement naturel.

- La plupart de nos hébergements sont gérés par des locaux.
- La majeure partie des revenus générés durant votre séjour restera donc dans la région.
- L'art de la cuisine et la joie de déguster de la nourriture font partie de notre vie quotidienne. Chaque région a ses spécialités, et vous ne manquerez pas de les apprécier !
- L'eau est une denrée précieuse et rare. Notre équipe et ceux voyageant avec nous sont donc fortement conseillés de l'utiliser avec considération et d'éviter une utilisation excessive de l'eau lorsque c'est possible.
- Merci d'essayer de recycler vos déchets dès que possible, même si le recyclage n'est peut-être pas un concept pratiqué partout dans le monde.
- Soyez attentionnés et respectueux lorsque vous randonnez. Faites attention de porter des chaussures adaptées à votre activité et évitez d'arracher les fleurs, de bouger les cailloux ou bien d'allumer des feux.

PLANTONS POUR L'AVENIR: Nous avons choisi d'agir dans un projet en France. Nous prenons donc en charge, depuis le 1er

janvier 2020, la plantation d'un arbre en France à chaque voyageur inscrit. Plus de 15 000 arbres sont ainsi plantés à l'échelle de notre groupe Altaï France, via le projet « Plantons pour l'avenir ». Outre le CO2 absorbé par chaque arbre, ce projet valorise des emplois dans la filière Forêt Bois française.