

# Un tour dans le Queyras

Du 31 janvier au 6 février 2014

Organisation : Alain CHANGENET

niveau M Λ Λ                      10 places

**Terrain alpin**

référence 14-RQ21



Le Queyras est une vallée du département des Hautes-Alpes. Elle abrite un parc naturel régional qui est délimité au nord et à l'est par la frontière avec l'Italie et notamment par le mont Viso dont le sommet se trouve dans le Piémont.

Par la richesse architecturale de ses villages, son ensoleillement et la qualité de sa neige, ce massif est une référence. Nos étapes nous permettront de visiter plusieurs villages typiques : Arvieux, Ville-Vieille, Molines, Fontgillarde, Montbardon. Notre itinéraire empruntera des crêtes et des sommets offrant des points de vue somptueux, des forêts de mélèzes et de pins cembro et de chemins secrets que seules les raquettes permettent d'aborder.

**Attention, nous évoluons en terrain alpin donc DVA, pelle et sonde sont obligatoires.**

Cartes Top 25 3537 ET et 3637 OT

Départ vendredi 31 janvier et retour jeudi 6 février 2014 au soir

**Rendez-vous en gare SNCF de Montdauphin-Guillestre à l'arrivée du train devant le kiosque à journaux.**

Programme prévu :

**jour -1 – 31 janvier 2014 :** voyage (train Paris Valence TGV 6191 départ de Paris gare de Lyon à 7h37 puis Valence - Montdauphin-Guillestre TER 17357 départ 10h32 arrivée 13h44. Transfert au gîte à la Chalp d'Arvieux.  
Chambres d'hôtes Le Chalet Viso (04 92 46 85 77)

**jour 1 – 1 février 2014 : La Chalp d'Arvieux – Souliers**

+400/-250 7km

C'est la première journée donc peu de dénivelée pour nous mettre en jambes. La traversée par les prairies de la Mère Bon Foin nous mène au Lac de Roue et aux belvédères qui surplombent Villargaudin et Fort-Queyras.  
gîte Le Grand Rochebrune (04 92 46 76 90)

**jour 2 – 2 février 2014 : Souliers - Ville-Vieille**

+375/-850 9km

Après avoir traversé le hameau typique de Meyries, nous gagnons la Pierre Fiche avant de suivre le sentier découverte qui nous amènera à notre gîte, en Ville-Vieille.  
Gîte Les Astragales (04 92 46 70 82)

**jour 3 – 3 février 2014 : Ville-Vieille – Fontgillarde**

+1000/-750 10km

gîte forestière. Nous traversons la forêt de Canteloube, puis le Bois Peyrola. Après le hameau de Gaudissard, au milieu des prairies. Nous rejoignons le gîte situé dans un autre hameau, Fontgillarde.  
gîte Alpaj (04 92 45 82 95)

**jour 4 – 4 février 2014 : Fontgillarde**

+750/-750 10km (A/R)

Aujourd'hui, une grande classique sympathique, nous montons au col du Longet  
gîte Alpaj (04 92 45 82 95)

**jour 5 – 5 février 2014 : Fontgillarde - Montbardon**

+800/-1000 11km

Encore une grande classique au menu : Le Sommet Bucher d'où autrefois, on surveillait l'arrivée de l'ennemi. Pour y arriver, on traverse le Rif de l'Adroit de la Rose puis le Col des prés de Fromage. On doit revenir au col avant de se diriger vers le plateau des chalets de Fontantie et de descendre par des vallons à Montbardon.  
gîte Le Cadran solaire (04 92 46 70 78)

**jour 6 – 6 février 2014 : Montbardon**

+550/-550 8km

Pour la dernière journée, on remontera le Vallon du Riou Vert jusqu'au Pra Patris. On en reviendra par une piste tranquille et un dernier vallon avant d'envisager le retour à la Ville !

**Retour à Paris :** Départ de la gare de Montdauphin-Guillestre 13h44 TER 17368 pour Valence puis TGV 6220 pour Paris gare de Lyon arrivée 21h53.

Dispersion à la gare de Montdauphin-Guillestre.

*Le programme n'est pas contractuel mais donné à titre indicatif. L'organisateur se réserve le droit de le modifier, notamment en fonction des conditions nivologiques, météorologiques ou de la forme du groupe.*

**Equipement** : Tout en restant conscient du fait que l'ennemi, c'est le poids vous pourrez préparer votre sac en vous inspirant de cette liste type :

#### **MATERIEL ET ACCESSOIRES**

- Sac à dos permettant d'y fixer les raquettes
- Couver-sac (ou cape de pluie)
- Raquettes à neige avec fixation à plaque articulée
- Paire de bâtons de marche avec rondelles neige
- Ensemble ARVA (piles neuves+rechange), pelle, sonde
- Couverture de survie (modèle plastifié)
- Sifflet
- Lunettes de soleil (cat. 3) avec protections latérales
- Masque de ski
- Gourde et/ou thermos
- Canif
- Lampe frontale

#### **VÊTEMENTS ET CHAUSSURES**

- Sous-vêtements chauds haut et bas
- T-shirt manches longues et/ou chemise
- Pantalon
- Ceinture
- Chaussettes chaudes
- Chaussures de montagne (très bonne imperméabilité)
- Guêtres
- Recharges pour le soir
- Chaussons (pour le refuge)

#### **SE PROTÉGER DES INTEMPÉRIES, DU FROID, DU SOLEIL**

- Veste imperméable
- Surpantalon imperméable
- Polaire ou doudoune

#### **DIVERS**

- Crème solaire
- Stick lèvres
- Pharmacie personnelle
- Drap-sac (sac à viande)
- Serviette, gant de toilette
- Trousse de toilette
- Papier hygiénique
- Mouchoirs
- Boules Quiès

#### **VIVRES**

- Pique-nique du jour et en-cas
- Gâteries personnelles

#### **PAPIERS**

- Carte nationale d'identité
- Carte CAF
- Quelques espèces (dépenses perso, ~10€ / jour pour pique-nique, pot, gâteries...)
- Quelques chèques
- Carte Bleue Visa
- Billets de train

#### **ET ...**

- Appareil photo
- Carnet, crayon
- Lecture
- Lunettes de vue
- Téléphone portable

**Carte CAF nécessaire.**

**PARTICIPATION AUX FRAIS et INSCRIPTION : 380€ à régler lors de l'inscription**

La participation financière ne comprend pas les voyages en train (Paris – Montdauphin-Guillevre – Paris).

Inscription en déposant un bulletin d'inscription accompagné du règlement à l'ordre du Club Alpin Français d'Ile de France.

Par courrier : 5 rue Campagne Première, 75 014 Paris

Ou sur place : 12 rue Boissonnade 75 014 Paris (Métro Vavin ou Raspail, RER Port-Royal).

Demandez des renseignements si vous souhaitez souscrire une assurance annulation.

**Au plaisir de vous rencontrer !**

**N'hésitez pas à me demander des précisions :**

**En m'écrivant : [alain.changenet@orange.fr](mailto:alain.changenet@orange.fr)**

**En m'appelant (tel : 06 89 15 03 02)**