



« On s'étonne de ce que l'on peut réaliser si l'on tente de le faire »

# Raquettes sauvages dans Le Parc National du Mercantour



Niveau du séjour 3  
Soutenu, vous êtes sportifs,  
déterminés et vous avez une  
bonne condition physique

LES POINTS FORTS  
Des villages du bout du  
monde  
Des montagnes très sauvages  
Chamois, mouflons, loups

Méconnues et pourtant si belles, les Alpes du Sud et le Parc National du Mercantour sont des lieux de randonnées en raquettes majestueux. Peu de monde, un enneigement conséquent du soleil omniprésent ou presque dans le ciel... voilà en quelques mots l'ambiance de ces grandes montagnes. Entre haute Ubaye, Haute Tinée et Haut-Var ce raid nous conduit de petits villages en petits villages par des vallons et des cols élevés. La faune est très présente chamois, mouflons sont au rendez-vous et les loups présents en Tinée depuis plus de 8 années !

**Jour 1** Prise en charge à la gare de Gap à 7 h. Transfert à Bayasse. Départ du raid. Nous traversons le petit village isolé à 1800 m d'altitude au pied du col de la Cayolle et remontons le beau vallon de la Moutière où nous croisons de nombreux chamois. Après avoir franchit le col une grande descente à travers la belle forêt de Sestrière nous amène à Saint-Etienne de Tinée. (+ 700 m - 6 h)

**Jour 2** le col et cîme d'Anelle 1841 m. Une journée sans sac pour randonner dans les belles forêts et près de Haute Tinée et de Saint Etienne de Tinée. Une randonnée entre forêt enneigée et pré déneigée au-dessus de St Etienne. (+ 400 m - 5 h)

**Jour 3** Col de la Colombière 2237 m. Un chemin à travers les champs abandonnés nous mène au vallon de la combe, déneigé assez tôt, des centaines de chamois viennent manger dans ce vallon et avec un peu de chance nous verrons peut-être un loup ou en tout cas des traces... (+ 750 m - 5 h)

**Jour 4** Col de Gialorgues 2519 m. Nous remontons le grand vallon de Gialorgues, contournons le magnifique cirque du Trou de l'âne et ces arêtes déchiquetées et franchissons le col pour gagner le vallon de l'Estrop et Estenc, petit village blotti tout en haut de la vallée du Haut-Var. (+ 1000 m - 6 h 30)



**Jour 5** La Tête du Colombier 2758 m. Point culminant entre les 3 vallées, Ubaye, Tinée et Var, la tête est un très beau belvédère sur les Alpes du Sud. Par une boucle dans le vallon de sanguinière nous rejoignons le col du même nom et rentrons sur le gîte au pied des forêts de mélèzes. Une journée sans sac, un peu technique. (+ 950 m - 6 h)

**Jour 6** Le col de la Cayolle 2326 m. Une très belle montée nous ouvre la vue sur la vallée du Var puis nous arrivons au col où la neige recouvre les larges alpages. Nous descendons ensuite le grand vallon jusqu'à Bayasse. (+ 500 m - 5 h). Transfert à Gap. Fin du séjour.

Nous portons notre sac à dos de gîte en gîte ( 3 jours ), les 3 autres jours sans sacs.

*La montagne étant un milieu naturel non aseptisé... Et la météo n'étant pas une science exacte !  
L'encadrant se réserve le droit de modifier le séjour pour votre sécurité et celle du groupe*

Rendez-vous	Dispersion
7 h 00 gare de Gap	17 h 30 gare de Gap
Accès	
<u>Prise en charge possible à Grenoble sur demande</u> <u>par le train :</u> Train de nuit ( horaire donné sous réserve de changement par la SNCF ) Aller : Paris gare de Lyon / Gap 22h05/6h59 ou arrivée à Grenoble en TGV direct + covoiturage Retour : Gap / Paris gare de Lyon 22h00/6h46 ou depuis Grenoble en TGV direct + covoiturage  <u>par la route :</u> Accès depuis Grenoble par route nationale 1 h 30 ou par autoroute depuis Marseille 2 h 30	

Groupe	Encadrement	Hébergement
de 3 à 8 personnes	Accompagnateur en montagne	gîte chambre 2 à 4 personnes

Matériel mis à disposition	Matériel disponible en supplément
<ul style="list-style-type: none"> <li>* cartes</li> <li>* matériel d'orientation</li> <li>* matériel de sécurité</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* ensemble raquettes à neige et bâtons 23 € pour les six jours</li> <li>* sur-chaussure 10 € pour les six jours, à mettre par-dessus des chaussures de randonnée d'été</li> <li>* location coque plastique ( chaussure étanche )</li> </ul>

Assurance
nous pouvons vous proposer différentes assurances via l'ANCEF ( à partir d'octobre 2003 ) Passeport Montagne Année : 15 € par an et par personne Passeport Montagne Journée : 1 € par jour et par personne Passeport montagne Groupe ( mini 10 personnes ) : 1 € par jour et par personne

Dates	Tarif
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Du 2 au 7 février</li> <li>• Autres dates sur demande</li> </ul>	535 €/pers encadrement 225 €, transport 46 €, hébergement 149 €, matériel 36, frais gestion 27 € Supplément 3 personnes + 50 € par personne

Réservation et règlement
30 % à l'inscription et le solde 30 jours avant le départ Règlement par chèque ou espèce

## Vos affaires de randonnée

### Les pieds, les jambes

- o chaussures de trekking ou coque plastique

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.

- o chaussettes de laine
- o pantalon de trek et guêtres

### le haut

Nous vous conseillons le système multicouche qui permet d'enlever ou de rajouter des couches en fonction des conditions météo et d'efforts

- o Sous-vêtements... C'est la première isolation que vous aurez, soignez - la. Choisissez des fibres techniques fines.
- o pull en laine ou fourrure polaire... Cette dernière a l'avantage d'être résistante, chaude, légère.
- o veste de montagne. Pour les frileux une veste en duvet, mais normalement une veste de type Gore-tex est suffisante.
- o cape de pluie

### la tête

- o gants et bonnet
- o bonnes lunettes de soleil

### Le matériel

- o crème de protection solaire (visage et lèvres)
- o un sac à dos confortable contenance de 45 l
- o papier hygiénique et briquet
- o raquettes à neige Vous êtes de plus en plus nombreux à en posséder, prenez les vôtres si elles sont de bonnes qualités. Nous vous proposons des raquettes de type TSL 225 qui ont faits leurs preuves ! ( voir page précédente )
- o gourde de 1 litre minimum, légère et isotherme
- o couteau de poche, multi-usages de préférence
- o sacs plastiques pour l'étanchéité de vos affaires

## Vos affaires au gîte

- o trousse de toilette et serviette de bain
- o lampe frontale, avec piles et ampoules de rechange
- o vêtements confortables pour la soirée
- o drap sac polaire, coton ou soie

Plus votre sac est léger plus vous profiterez de votre séjour