

# UBAYE, SECRET D'HIVER



Nichée entre Queyras et Mercantour, voilà une vallée perdue qui a des airs de bout du monde...

À l'écart des grands classiques de la randonnée raquettes, la Haute Ubaye n'a pas le succès de ses voisines, et c'est tant mieux, car on peut ainsi profiter en toute quiétude de ce secret bien gardé.

Ici on est loin de toute remontée mécanique et du tumulte des stations de ski!! On chemine au

départ de petits hameaux blottis sous la neige, avec des vues magnifiques sur les sommets et sous le soleil généreux de la région, survolés par le gypaète barbu...

À partir de trois auberges confortables et chaleureuses, nous rayonnerons avec mon minibus dans les différents secteurs de la haute vallée et profiterons au maximum des multiples facettes de cet écrin hivernal !

- ▶ Randonnée en étoile de niveau moyen
- ▶ 6 jours - 5 nuits - 5 journées de marche
- ▶ 5 à 5h30 de marche par jour
- ▶ 500 m de dénivelé positif moyen
- ▶ Portage : affaires pour la journée
- ▶ Transferts : avec mon minibus
- ▶ Hébergement : gîte en demi-pension
- ▶ Nombre de participants : 5 à 8 personnes

**Période : janvier - mars**

**À partir de 800 €**

**Niveau moyen**

**Séjour encadré par  
Coralie Goussot 06 74 50 26 62**

# PROGRAMME

## Jour 1 : accueil à Montdauphin - Larche

Accueil à la gare de Montdauphin-Guillestre à 17h. Transfert à Larche (1h). Installation à l'auberge du Lauzanier et distribution du matériel. Nuit en gîte à Larche.

## Jour 2 : le Lauzanier ou l'Oronaye

Première balade vers le magnifique vallon du Lauzanier, les plateaux de l'Enclouse ou le lac de l'Oronaye, à la frontière avec l'Italie et aux portes du parc du Mercantour. Transfert pour le hameau de Fouillouse.

+/-500m, 5h. Nuit en gîte à Fouillouse.

## Jour 3 : Mirandol

Montée à travers la forêt de mélèzes vers les alpages de Mirandol. Le point de vue est grandiose sur les montagnes de Haute Ubaye!

+/-500 à 650m, 5h30. Nuit en gîte à Fouillouse.

## Jour 4 : le Vallonnet

Une montée toute en douceur dans le splendide vallon du Vallonnet, au pied des hauts sommets dans une grande ambiance! Transfert au hameau de Maljasset.

+/-500 à 600m, 5h30. Nuit en gîte à Maljasset.

## Jour 5 : vallon de Mary

Découverte du magnifique vallon de Mary, en direction de la bergerie du même nom, sous l'aiguille Pierre André, haut lieu de l'escalade ubayenne.

+/-500 à 650m, 5h30. Nuit en gîte à Maljasset.

## Jour 6 : plan de Parouart

Dernière balade contemplative pour admirer les méandres enneigés du plan de Parouart, un spectacle unique en son genre. Transfert retour avec mon minibus vers la gare de Montdauphin-Guillestre pour 16h.

+/-200m, 4h30. (Pour ceux qui prennent le train de nuit : douche payante à l'hôtel en face de la gare)

Ce programme peut être modifié à tout moment par la professionnelle encadrante en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques et techniques des participants et de la disponibilité des hébergements. En dernier ressort, elle reste seule juge du programme.



## DÉPART & ARRIVÉE

- Accueil le jour 1 à 17h en gare de Montdauphin-Guillestre
- Fin du séjour le jour 6 à 16h au même endroit.

Pour se rendre à Montdauphin-Guillestre :

- En train : trains réguliers (allant vers Briançon), depuis Paris, train de nuit direct. À confirmer : TGV pour Oulx puis navette pour Briançon voire Guillestre, infos sur [cette page](#).
- En voiture : de Grenoble par le Lautaret et Briançon, de Gap par la N93. Attention, équipements spéciaux hiver obligatoires. Parking autour de la gare. Covoiturage conseillé avec les autres participants.

## HÉBERGEMENT & RESTAURATION

- Auberges ou gîtes de village avec dortoirs. Amener sac à viande, serviette et chaussons. A Larche et à Fouillouse (et éventuellement Maljasset si nécessaire) : possibilité de

chambres de 2 ou de 3 en supplément à régler sur place (sanitaires privés).

- Bien-être : bain norvégien (en extérieur) à Fouillouse, inclus.
- Pique-niques préparés par mes soins, toute aide de votre part sera bienvenue!

## LOGISTIQUE & MATÉRIEL FOURNI

- Raquettes, bâtons, DVA, pelle et sonde fournis.
- Nous portons un sac à la journée avec affaires chaudes, eau, pique-nique et matériel de sécurité (DVA, pelle, sonde). Attention, c'est volumineux, il faut que vous ayez suffisamment de place pour tout cela dans votre sac à dos.
- Dans le minibus : votre sac suiveur avec les affaires de rechange et du soir. Merci d'en limiter le volume et de privilégier les sacs souples aux valises (valise à roulettes de peu d'utilité sur les accès aux gîtes qui sont souvent de petits chemins verglacés!)

### Le prix comprend :

- L'hébergement-restauration durant le séjour du dîner du J1 au pique-nique du J6
- L'encadrement par une accompagnatrice en montagne diplômée d'Etat
- Les transferts prévus au programme
- Le prêt des raquettes, bâtons, DVA, pelle, sonde

### Le prix ne comprend pas :

- Les boissons
- Le transfert A/R chez vous - Montdauphin
- Les frais de dossier d'AEM Voyages (20€)
- L'assurance annulation (vivement conseillée) et l'assistance rapatriement (obligatoire)
- Tout ce qui n'est pas dans « Le prix comprend »



## ÉQUIPEMENT À EMPORTER

- Vous allez porter sur votre dos : affaires pour la journée + DVA-pelle-sonde + eau (bouteille Thermos) et pique-nique
- Dans mon minibus : sac suiveur avec les affaires de rechange et du soir. Merci d'en limiter le volume et d'éviter les grosses valises rigides

### Pour la journée :

- Un sac à dos de 35 à 40 litres (pas moins), avec un sursac protecteur imperméable
- Chaussures de rando chaudes, montantes, imperméables, qui ne risquent pas de vous donner d'ampoules
- Pantalon déperlant et isolant. Si vous avez un bon pantalon d'été, vous mettrez dessous un collant chaud
- Surpantalon étanche, en cas de grosse chute de neige. Pas de combi de ski.
- Guêtres si vous voulez
- Veste Gore-tex à portée de main dans le sac
- Collant type Mérinos
- Chaussettes de laine chaudes. Pas de coton.
- Haut à manches longues chaud et respirant type Mérinos. Là encore, évitez le coton.
- Micro-polaire légère et respirante
- Doudoune chaude obligatoire
- Bonnet, voire tour de cou s'il fait vraiment froid
- Gants ou moufles imperméables + sous-gants en soie + une paire de rechange (qui peut être en polaire) obligatoire au fond du sac.
- Lunettes de soleil protection 3 minimum, crème solaire indice 50, stick à lèvres, casquette
- Masque de ski utile en cas de jour blanc.
- Gourde : de quoi avoir 0,5 à 1l d'eau ; attention aux camel-backs, l'eau peut geler dans le tuyau
- Thermos obligatoire : minimum 0,5l à 1l d'eau chaude (ou 1l pour 2). Par grand froid ou mauvais temps, si l'eau n'est pas chaude, on ne boit pas...
- 1 couteau de poche et une cuillère
- 1 grand sac plastique ou, mieux, un sac étanche pour emballer vos affaires + qq petits + un sac pour transporter le pique-nique
- Papier toilette + briquet ; mouchoirs
- Couverture de survie

- Carré de tapis de sol en mousse ou de papier bulles, siège pour les pique-nique!

### Pour les soirées et nuits en gîte :

- Sandales type Crocs ou chaussons
- Sac à viande et serviette
- Double ou multiprise pour charger les appareils
- Maillot de bain pour le bain norvégien

### Pharmacie :

- Inutile de vous surcharger car j'ai une pharmacie, mais prenez de quoi soigner les ampoules (compresses désinfectantes, double peau + Elastoplast), et vos médicaments personnels (ordonnance obligatoire si traitement en cours).
- Il est de la responsabilité de chacun d'entre vous de m'avertir de tout problème médical.
- N'oubliez pas de me signaler à l'avance une allergie alimentaire ou régime spécial.

### Et aussi :

- Possibilité de charger des appareils aux gîtes. Réseau à Larche, à Maljasset, mais pas à Fouillouse.
- Argent liquide pour les boissons

## FORMALITÉS ET ASSURANCES

- Carte d'identité en cours de validité. Veillez à avoir sur vous papier d'identité + carte Vitale + carte d'assurance(s), le tout dans une pochette étanche avec votre argent.
- Chaque participant doit être couvert en Responsabilité civile (dans le cadre d'une activité randonnée à titre de loisirs)
- L'assurance rapatriement est obligatoire. Une assurance annulation est fortement conseillée. Si vous n'en avez pas, AEM Voyages propose un contrat Europ Assistance comprenant l'assistance-rapatriement, l'assurance annulation-interruption du séjour et bagages-effets personnels.
- Infos Covid 19 : l'ensemble des prestations du séjour s'effectue dans le strict respect de la réglementation et des mesures sanitaires en vigueur aux dates du séjour. Pour plus d'information sur les formalités sanitaires en France, consulter ce site.

## CARTES

Carte IGN Top 25 3538 ET Aiguilles de Chambeyron

