

RAQUETTES EN VALLE MAIRA, NEIGE & DOLCE VITA !



Il suffit de passer la frontière franco-italienne pour se retrouver dans un merveilleux écrin hors du temps...

Nichée au coeur des Alpes piémontaises, la Valle Maira a su garder son âme : en témoignent ses villages aux maisons en pierre et aux toits de lauze, ses mélèzes centenaires, sa culture occitane soigneusement préservée depuis des siècles, son patrimoine religieux remarquable.

- ▶ Randonnées en étoile de niveau moyen à soutenu
- ▶ 7 jours - 6 nuits - 5 journées de marche
- ▶ Environ 5 à 6h de marche par jour
- ▶ 500 à 1000m de dénivelé positif moyen
- ▶ Portage : affaires pour la journée
- ▶ Transferts : en minibus ou taxi local
- ▶ Hébergement : demi-pension en refuge (accessible en voiture), dortoir
- ▶ Nombre de participants : 5 à 8 personnes

La gastronomie n'y est pas en reste, et lorsque vous déchausserez les "ciastres" (raquettes en occitan), vous serez largement récompensé de vos efforts !

Nous serons logés dans un petit bout du monde, un refuge accueillant à partir duquel nous rayonnerons dans les différentes vallées qui composent la haute Maira pour tirer profit au maximum des conditions de neige du moment !

30 janvier - 5 février 2027

1010€

Niveau soutenu

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

PROGRAMME

Jour 1 : samedi 30 : accueil à Fossano - Chiappera

Accueil à la gare de Fossano à 17h (ou avant à Oulx ou Briançon, cf ci-dessous). Transfert à Chiappera (2h). Installation au refuge Campo Base, au pied de la Rocca Provenzale, distribution du matériel. Nuit en refuge.

Jour 2 : dimanche 31 : Monte Cappel

Selon les conditions de neige en versant sud, une belle ascension non loin du refuge, avec ce sommet (2363m) dominant la haute vallée et ses hameaux, ou, un peu plus bas, la Punta Culour (2067m).

+/-600 à 1000m, 5 à 6h. Nuit en refuge.

Jour 3 : lundi 1^{er} février : Costa Chiggia

Plus de route aujourd'hui pour aller au début de la vallée, dans le vallon de Marmora riche de jolis hameaux, et y parcourir la belle crête de Costa Chiggia, itinéraire idéal en raquettes.

+/-6 à 700m, 5h. Nuit en refuge.

Jour 4 : mardi 2 : passo della Gardetta

Au départ du joli village de Chialvetta, ascension du passo della Gardetta, belvédère sur le plateau du même nom gardé par la fameuse Rocca la Meja, ou belle boucle en forêt au-dessus de Pratorotondo.

+/-700 à 950m, 5 à 6h. Nuit en refuge.

Jour 5 : mercredi 3 : col de Mary

Départ à pied du refuge aujourd'hui pour une longue incursion dans le vallon situé derrière, nous amenant, si les conditions le permettent, jusqu'à la frontière avec la France et l'Ubaye.

+/-500 à 1000m, 6h. Nuit en refuge.

Jour 6 : jeudi 4 : Monte Esteletta

Au départ du hameau de Ponte Maira tout proche, une belle montée en forêt en versant nord pour atteindre le colle Ciarbonet (2206m) ou le monte Estelletta (2316m), sa croix et son joli panorama.

+/-8 à 900m, 5h30 à 6h. Nuit en refuge.

Jour 7 : vendredi 5 : fin du séjour

Un dernier petit-déjeuner ensemble puis transfert retour à la gare de Fossano (ou Oulx ou Briançon).

Le programme indiqué ci-dessus est indicatif. Il peut être adapté et modifié par votre encadrante, en fonction de différents aléas : condition physique du groupe, disponibilité des hébergements, état de certains sentiers, conditions météo, nivologiques, sanitaires, etc... sans pour autant nuire à votre séjour.



DÉPART & ARRIVÉE

- Accueil le samedi 30 janvier à 17h devant la gare de Fossano
- Fin du séjour le vendredi 5 février à 10h au même endroit.

Pour se rendre à Fossano :

- En train : TGV Paris-Oulx-Turin + train régional Torino Porta Susa - Fossano, ou Paris-Oulx + covoiturage. Train Briançon + navette Oulx + train Fossano, ou covoiturage. Voir Trenitalia. Avant de prendre des billets non remboursables, assurez-vous que le circuit est confirmé. Merci de ne pas prendre d'horaire trop juste, il ne sera pas possible de vous attendre trop longtemps en cas de retard.
- En voiture : équipements spéciaux hiver requis, prenez de la marge dans les horaires. Si vous venez par le Fréjus, prenez un pass aller-retour. Si vous venez du sud on peut se retrouver à Dronero. Vous pouvez aussi vous rendre directement au refuge.
- Covoiturage : en fonction de qui vient et d'où, et de si je serai déjà sur place ou pas, un autre participant ou moi pouvons vous récupérer à Oulx ou Briançon. À organiser le moment venu.

HÉBERGEMENT & RESTAURATION

- Refuge Campo Base (site ici) : ancien bâtiment militaire transformé en refuge accessible en voiture, situé tout au bout de la vallée (fin de la route).
- Dortoirs de 4, 6 ou 8 places, sanitaires communs. Possibilité de chambre double ou triple, sous réserve de disponibilité et moyennant supplément à régler sur place (pas de chambre single possible).
- Pique-niques fournis par le refuge ou par moi.

LOGISTIQUE & MATÉRIEL FOURNI

- Raquettes, bâtons, DVA, pelle et sonde fournis.
- Nous portons un sac à la journée avec affaires chaudes, eau (thermos), 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.
- Vos affaires du soir : merci d'en limiter le volume et de privilégier les sacs souples aux valises.

Le prix comprend :

- L'hébergement-restauration durant le séjour du dîner du J1 au petit-déjeuner du J7
- 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 - Fossano
- 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. Comme déjà dit plus haut, tout cela prend de la place dans le sac !

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 au fond du sac)
- Bonnet, voire tour de cou s'il fait vraiment froid
- Gants ou moufles imperméables (exemple de gants pas chers, chauds, solides ici ou là) + 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 Camelbaks, 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
- Pas besoin de tupperwares pour les pique-nique (je les fournirai, ou le refuge fera des sandwiches)
- 1 grand sac plastique ou, mieux, un sac étanche pour emballer vos affaires + qq petits + un sac pour transporter le pique-nique
- Couverture de survie

- Carré de tapis de sol en mousse ou de papier bulles, siège pour les pique-nique !
- En cas d'enneigement faible, et si vous en avez, prenez une paire de cramponnettes de randonnée

Pour les soirées et nuits au refuge :

- Sandales type Crocs ou chaussons
- Double ou multiprise pour charger les appareils

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 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. Si vous nous en informez au dernier moment, nous ne pourrions pas garantir que ce régime soit satisfait.

FORMALITÉS ET ASSURANCES

- Veillez à avoir sur vous papier d'identité + carte Vitale + carte d'assurance(s), le tout dans une pochette étanche.
- Conformément à la législation, Semelles au Vent est doté d'une assurance Responsabilité civile professionnelle. Chaque participant au séjour doit également être titulaire d'une Responsabilité civile individuelle.
- Pour vous protéger en cas d'incident ou d'accident pouvant survenir avant et au cours de votre séjour, il est indispensable de posséder une garantie multirisque couvrant les frais d'annulation, d'assistance et de rapatriement. Nous vous proposons une formule d'assurance : assurance voyage multirisques Xplore Assure (4.6% du montant du séjour). Cette assurance est facultative et doit être souscrite, s'il y a lieu, lors de l'inscription. Si vous êtes assuré par ailleurs, nous vous demandons, avant votre départ, de nous adresser une attestation d'assurance mentionnant les garanties, le n° de contrat et coordonnées de votre assurance personnelle.

