



**GHIGGINO Thierry**  
*Guide de haute montagne-DE Canyon*  
Port: +33(0)670705557  
[www.alpaventure.fr](http://www.alpaventure.fr)

 Pensez à l'environnement avant d'imprimer cet e-mail /Consider the environment before printing this email

## **Le Tour du QUEYRAS**

**6 jours**

**6 personnes maxi/guide**



### **Horaires et dénivelées :**

-4 à 7h de progression/jour à un rythme moyen à la montée de 300m/h

### **Hébergement et repas :**

- $\frac{1}{2}$  pension en refuge ou en gîte
- Nuits en dortoir
- Eau et boissons en supplément
- Repas de midi ou pique-niques: dans un souci de garder des sacs légers il est préférable de les acheter chaque jour au refuge
- Prévoir des barres énergétiques pour les 6 jours (possibilité de les acheter au refuge afin d'alléger le sac)

**Honoraires du guide: 480€/personne** (Départ à ce tarif à partir de 4 participants)

**Ce tarif comprend :**

- L'encadrement par un guide de haute montagne
- Le prêt du pack DVA\*/pelle/sonde (si vous n'en possédez pas)

**En cas de dégradation ou de perte de ce matériel, votre responsabilité sera mise en jeu.**

\*DVA : Détecteur de Victime d'Avalanche

**Ce Tarif ne comprend pas :**

- La  $\frac{1}{2}$  pension en refuge ou en gîte (nuit, repas du soir, petit déjeuner)
- Les remontées mécaniques et les transferts prévus au programme
- Les frais du guide partagés par les participants
- Eau, pique-niques ou repas de midi du guide

***Prévoir environ un budget de 240€/personne pour couvrir ces dépenses du lieu de départ du raid au lieu de séparation***

**Ne pas oublier aussi :**

- Les pique-niques ou les repas de midi
- Les vivres de courses
- Eau et boissons personnelles
- Le matériel technique personnel
- Les remontées mécaniques et les transferts non prévus au programme pour vous et le guide
- L'assurance annulation, interruption de séjour, perte de bagage et assistance***

-L'acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation

### Le raid :

<b>J1 Ceillac- St Véran</b>	<b>M=1117m D=910m H=6h</b> Nous suivons les pistes de fond de Bois Noir jusqu'aux Chalmettes. Nous rejoignons le col des Etronques (2651m). Au passage nous gravissons la <b>Tête de Jacquette (2757m)</b> . Descente par le vallon de Lamaron jusqu'au Pont du Moulin - Nuit en gîte à St Véran (2050m).
<b>J2 St Véran - St Véran</b>	<b>M=915m D=940m H=5h</b> Transfert au hameau de Fontgillarde (Pont de Lariane). Du pont nous remontons le vallon de la Souchière puis le vallon du Longet jusqu'au col du même nom. Du col du Longet (2701m) nous rejoignons par une traversée la croupe orientée sud que l'on remonte jusqu'au <b>Pic de Château-Renard (2989m)</b> . Du sommet une belle descente nous attend pour rejoindre St Véran où nous passons de nouveau la nuit.
<b>J3 St Véran - refuge Agnel</b>	<b>M=725m D=974m H=4h</b> Nous utilisons le téléphérique du Grand Serre sur la station de St Véran. Du sommet (2829m) nous traversons les pentes Sud de Château Renard jusqu'à l'altitude 2300m près de la Chapelle de Clausis. Montée au <b>Caramantran (3025m facultatif)</b> par le versant SO. Descente au refuge par le col de Chamoussière (2884m) - nuit au refuge Agnel (2580m).
<b>J4 refuge Agnel - refuge Agnel</b>	<b>M=D=750m H=5h</b> <b>Tour du Pain de sucre (3208m)</b> . Du refuge nous rejoignons le Col Vieux (2806m). Une traversée descendante vers l'Est nous permet d'accéder à la combe sous la Brèche de la Ruine (2978m) qu'on atteint rapidement parfois en chaussant les crampons. Une courte descente en versant Est et nous remontons au col Asti (3145m) en passant au pied des parois de la Rocca-Rossa. Nous rejoignons la route du Col Agnel (2744m) que nous remontons. Du col, descente jusqu'au refuge où nous passons de nouveau la nuit.
<b>J5 Refuge Agnel- la Monta</b>	<b>M=337m D=1247m H=4h</b> Nous gravissons le <b>col de l'Eychassier (2917m)</b> - Par les lacs du même nom et le torrent de Roche Blanche nous descendons sur la Monta (1670m) - Nuit en gîte.
<b>J6 La Monta- Abries</b>	<b>M=1020m D=1150m H=6h</b> <b>Tour de la Tête du Pelvas (2929m)</b> . Du gîte nous rejoignons le Collet du Pelvas (2596m). Courte descente et remontée au Col

d'Urine (2525m). Traversée jusqu'à la Colette de Gilli. Descente jusqu'au village d'Abries (1540m) où nous clôturons notre raid - Transfert à Ceillac où nous récupérerons nos véhicules.

M=montée D=descente H=horaires

**Afin d'assurer la sécurité du groupe, ce programme indicatif peut être modifié par votre guide en fonction du niveau des participants et des conditions météorologiques**

### Equipement individuel:

- 1 paire de skis de randonnée avec fixations de randonnée
- 1 paire de chaussures de randonnée ski
- 1 paire de bâtons de randonnée à rondelles larges
- Peaux auto-collante (vérifier l'état de la colle)
- Couteaux à neige adaptés aux fixations
- Pack DVA/pelle/sonde (fourni si vous n'en possédez pas)
- Sac à dos montagne de 40l permettant le portage des skis
- Crampons (adaptées à vos chaussures de randonnée) et piolet
- Vêtements de protection adaptés à la pratique de la randonnée à ski en montagne :

Un sous-vêtement thermique manches longues à séchage rapide + 1 recharge

Une couche intermédiaire type micropolaire

Une veste chaude en polaire

Une surveste imperméable et respirante type Gore-tex avec capuche

Un pantalon ou sur-pantalon de montagne coupe-vent, imperméable et respirant

Un collant thermique à séchage rapide

2 paires de chaussette thermiques

1 bonnet coupe vent avec masque de protection poudreuse (ou passe-montagne coupe vent)

Une casquette (foulard ou bob)

-1 paire de gants chauds et 1 paire de gants légers

-Lunettes de soleil (indice de protection 3 ou 4) et un masque tout temps

-Un thermos (1 litre minimum) pour boissons chaudes

-Crème de protection et stick à lèvres (indice de protection élevé)

-Une lampe frontale

-Un couteau de poche

-Une couverture de survie

-Sachets plastiques pour protéger vos affaires

-Une pochette étanche pour vos papiers d'identité, argent, attestations d'assurance

-Pharmacie légère : double peaux (ampoules), elastoplast,

paracetamol, somnifère léger (type stilnox), boules quiès

-Papiers d'identité : CNI ou passeport

**Le sac à dos ne doit pas dépasser les 8 kg : ne prenez que l'essentiel !!**