

FRANCE - PROVENCE

Découverte du Queyras en VTT Electrique

7 jours / 6 nuits

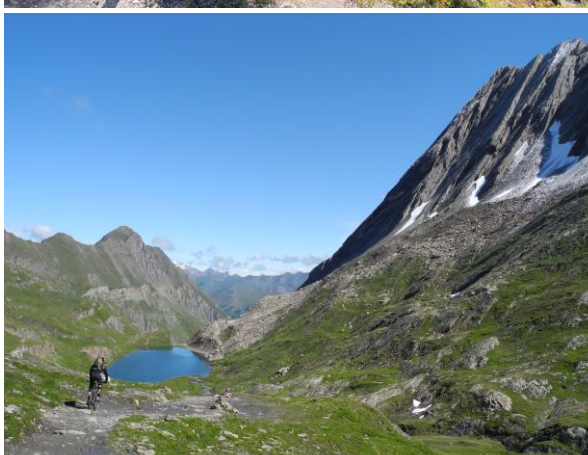
Randonnée (niveau intensif)



Circuit en regroupement avec des agences partenaires. Ce circuit n'est pas exclusivement réservé aux voyageurs solos.

Au départ de votre gîte, niché au beau milieu du parc régional du Queyras, vous découvrirez en VTT et en toute sécurité grâce aux sentiers balisés, un territoire encore sauvage. De hameaux en pâturages, en passant par des cols mythiques, ce séjour vous dévoilera des panoramas à couper le souffle. L'assistance électrique des VTT vous permettra de profiter au maximum de ce décor préservé et riche en couleurs !

Laissez-vous tenter par une escapade sauvage en VTT électrique, à la découverte du Queyras !



POINTS FORTS

- La diversité des paysages du Queyras : forêts, alpages, haute montagne, lacs
- La journée dans l'alpage de Furfande
- Découverte de la faune et de la flore locale
- L'hébergement dans un gîte confortable au beau milieu du parc

ITINERAIRE

JOUR 1 : ACCUEIL A PRATS-HAUT

Vous serez accueillis dans la journée au hameau de Prats-Haut. Vous pourrez visiter librement le village et avoir une première approche des paysages du Queyras qui vous accompagneront tout au long de votre séjour. Installation dans vos chambres à partir de 16h et présentation du voyage vers 19h.

Repas compris : Dîner

Hébergement : En chalet

JOUR 2 : ARVIEUX - L'ALPAGE DE CLAPEYTO

Pour cette première journée, vous emprunterez un large sentier qui vous permettra de prendre un peu vos marques. Vous évoluerez ensuite dans l'alpage de Clapeyto où les paysages s'ouvrent sur d'impressionnantes montagnes. Par la suite, vous emprunterez un petit sentier étroit pour monter jusqu'au col de Néal. A partir du col, la descente qui mène vers Brunissard suit des sentiers étroits mais sans risque.

Repas compris : Petit déjeuner - Déjeuner (pique-nique) - Dîner

Kilométrage : 18 Km (dénivelés : +950m / -950m)

Hébergement : En chalet

JOUR 3 : CHÂTEAU QUEYRAS - SOMMET BUCHET - MOLINES

Au départ de Prats Hauts, vous rejoindrez le château Queyras en empruntant l'ancienne route militaire jusqu'au sommet Buchet (2300m d'altitude) puis vous atteindrez rapidement les alpages verdoyants. Ce sommet vous offrira une vue à 360° sur toutes les montagnes environnantes. C'est également l'endroit idéal pour reprendre des forces et se restaurer. Le retour vers le chalet se fera à travers le chemin muletier jusqu'à Molines et vous rejoindrez le chalet par le Canal de Pierre Dimanche.

Repas compris : Petit déjeuner - Déjeuner (pique-nique) - Dîner

Kilométrage : 24Km (dénivelés : +1170m / -1050m)

Hébergement : En chalet

JOUR 4 : SAINT-VERAN - LE REFUGE ET LE LAC DE LA BLANCHE

La frontière italienne en ligne de mire, vous roulez à travers les alpages et les forêts de sapins en remontant vers l'aigue blanche. Ouvrez l'œil, vous aurez peut-être la chance d'apercevoir des marmottes ou des bouquetins. Vous ferez une pause bien méritée au refuge de la Blanche, blotti au bord du lac du même nom, pour y déguster leurs fameuses omelettes. Pour la descente, l'un des plus beaux itinéraires en balcon du Queyras vous attend. Le retour se fera de hameaux en hameaux en passant par le Grand Canal jusqu'à Saint-Véran puis par canal de Pierre Dimanche jusqu'au chalet.

Repas compris : Petit déjeuner - Déjeuner - Dîner

Kilométrage : 36Km (dénivelés : +1000m / -1000m)

Hébergement : En chalet



JOUR 5 : MEYRIES - SOULIERS - ARVIEUX

Partez à travers des sentiers ludiques et variés en suivant la route forestière jusqu'au village des aiguilles. L'après-midi, vous roulez jusqu'à Arvieux, un village typique de la région que vous prendrez le temps de visiter. Le chemin du retour vous offrira un panorama permanent sur les différentes montagnes du Queyras. Vous rejoindrez le chalet en milieu d'après-midi.

Repas compris : Petit déjeuner - Déjeuner (pique-nique) - Dîner

Kilométrage : 25Km (dénivelés : +960m / -1090m)

Hébergement : En chalet

JOUR 6 : L'ALPAGE DE FURFANDE

Pour votre dernière sortie VTT de la semaine, nous avons sélectionné un sentier mythique du Queyras, la randonnée vers l'alpage de Furfande avec des paysages à couper le souffle ! Vous ferez ensuite le tour de l'alpage aux 90 chalets. Vous pourrez ainsi prendre le temps de faire des pauses devant les nombreux panoramas qui s'offriront à vous. La descente se fera sur un sentier plus technique. De quoi se faire plaisir pour finir en beauté votre séjour !

Repas compris : Petit déjeuner - Déjeuner (pique-nique) - dîner

Kilométrage : 26Km (dénivelés : +1100m / -1100m)

Hébergement : En chalet

JOUR 7 : PRATS HAUT

La fin du séjour se fera après le petit-déjeuner vers 10h.

Repas compris : Petit déjeuner

IMPORTANT :

Cet itinéraire peut être soumis à modification, en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques des participants et de la disponibilité des hébergements. En dernier ressort, le guide reste seul juge du programme.

Au cours de nos voyages, nous sommes parfois confrontés à des impondérables qui peuvent se traduire par des modifications de plannings, d'horaires, d'itinéraires et/ou d'hébergements. Notre expérience du tourisme nous autorise à reconnaître que - malgré notre professionnalisme et notre bonne volonté - ces inconvénients sont inhérents à tous les types de voyages (circuits, excursions, simples séjours) quels que soient les pays visités. Face à ces aléas éventuels qui sont aussi une des composantes de toute aventure, il est conseillé d'adopter une attitude ouverte et positive. Celle-ci vous permettra de bien vivre tout événement imprévisible pouvant nous amener à modifier le descriptif prévu et contribuera ainsi au succès de votre voyage.

LE PRIX

Le prix comprend

- L'hébergement (en base chambre partagée)
- Les repas indiqués comme "compris" dans l'itinéraire
- L'encadrement par un guide accompagnateur de montagne
- Les transferts pendant le séjour
- Les taxes de séjour

Le prix ne comprend pas

- L'acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous



- Les repas non prévus au programme
- Les dépenses personnelles, boissons et encas
- Les assurances rapatriement, annulation et multirisques
- Les frais de dossier
- Le supplément en chambre individuelle (150€)
- Le supplément en chambre double partagée (60€)
- La location du VTAE : 330€ pour la totalité du séjour (à l'inscription, merci de nous indiquer votre taille en cm)

Nos prix sont soumis à modifications en fonction de la disponibilité et tarifs des sites visités, ainsi que des disponibilités et tarifs hôteliers au moment de votre réservation.

LES "PLUS" DES COVOYAGEURS

1. La garantie de partir avec d'autres solos ayant les mêmes affinités
2. La possibilité de voir les profils des autres Covoyageurs déjà inscrits sur votre voyage
3. Des programmes exclusifs spécialement conçus pour favoriser échanges et convivialité
4. Des chambres à partager pour éviter un supplément single

VOTRE VOYAGE

Le groupe

De 2 à 10 personnes. Circuit en co-remplissage avec d'autres agences partenaires (non exclusif solos). Selon la taille du groupe, il sera possible de faire ce circuit en exclusif Covoyageurs.

Niveau

Niveau intermédiaire. Bien qu'il n'y ait pas de difficultés majeures lors de ce séjour, les pistes varient sur des sentiers plus ou moins larges. Sur quelques tronçons les pistes peuvent être plus étroites. Les descentes peuvent être techniques, il est donc préférable avoir pratiqué du VTT en montagne et avoir une bonne condition physique pour apprécier ce séjour dans son entièreté.

Sur certaines journées, les dénivelés peuvent dépasser les 1000 mètres positif, mais l'assistance électrique des VTT vous permettra de les gravir sans trop de difficultés.

Encadrement

Guide accompagnateur en moyenne montagne avec agrément VTT.

Transport :

Certaines journées, vous ne partirez pas directement du chalet. Une navette vous mènera au point de départ de la randonnée et s'occupera du transfert des VTAE.

Portage des bagages

Durant la randonnée, vous ne porterez que vos affaires personnelles pour la journée (pique-nique, eau, etc.).

Repas/Boissons

- Les petits-déjeuners et dîners seront pris au gîte
- Les déjeuners seront pris sous forme de pique-nique sur le terrain



- Les boissons ne sont pas comprises

Veillez noter, en cas de régime spécifique, au vu de la taille de la structure, le partenaire ne pourra vous garantir un menu personnalisé pour tous les repas. Ainsi, surtout pour les pique-niques, pensez à prévoir des substituts de votre côté convenant à vos besoins, notamment le pain, encas, laits. Le partenaire se laisse le droit de vous appliquer un supplément par repas (de 3 à 5€) en fonction de la spécificité de votre régime.

Hébergement

Vous serez hébergé(e) dans les chalets « La Vie Sauvage », dans des chambres de 3 à 4 lits (1 ou 2 lits avec un supplément). Il s'agit de trois chalets qui permet d'accueillir jusqu'à 35 personnes. Les chambres disposent toutes d'un coin douche et d'un WC. Vous aurez accès à une salle commune où bar, musique et jeux seront à votre disposition, ainsi que d'un espace bien-être contenant sauna, hammam et jacuzzi, ouvert deux fois par semaine (inclus).

A proximité de votre chalet vous aurez un parking gratuit libre d'accès.

Si vous demandez une chambre individuelle ou double, nous vous remercions de prendre en compte que le supplément ne comprend pas la nuit en refuge, qui se fera uniquement en chambre de 3 à 6 personnes.

Lieux de rendez-vous et dispersion

Lieu de rendez-vous : le jour 1 RDV à 17h00 au chalet La Vie Sauvage à Prats Hauts. Vous serez accueillis par votre guide vers 19h, pour un brief d'informations sur votre séjour. Merci de nous indiquer votre moyen de transport lors de votre réservation.

Fin de séjour : le jour 7 après le petit-déjeuner à Prats-Hauts. Libération des chambres pour 10 heures

Accès sur place :

- Si vous venez en train :

De Paris, une ligne effectue le trajet entre la gare Austerlitz et Montdauphin-Guillestre de nuit, ou de jour en partant de la gare de Lyon vers Valence en TGV, puis en TER de Valence à Montdauphin-Guillestre.

N'hésitez pas à consulter le site de la SNCF : www.voyages-sncf.com

⇒ **Pour les départs avant le 25 juin et après le 31 août**, deux navettes seront mises en place, à 9h et 19h les samedis et dimanches. Le coût aller/retour est de 30 euros par personne, à nous confirmer lors de votre réservation impérativement.

⇒ **Pour les départs après le 25 juin et avant le 31 août**, les participants arrivés à la gare de Montdauphin Guillestre devront faire la correspondance en navette « Zou ma région sud » depuis la gare (correspondances 10h ou 13h, à vérifier de votre côté sur le site renseigné ci-avant), qui vous amènera jusqu'à Molines (arrêt Gare Routière -Ville Vieille). Vous pourrez ensuite contacter notre partenaire sur place afin qu'un transfert jusqu'au chalet soit mis en place.

- Si vous venez en voiture :

De Grenoble :

Par le nord : partez du col du Lautaret via le Bourg d'Oisans et la Grave. Continuez vers Briançon et Gap par la RN94, jusqu'à atteindre Montdauphin puis Guillestre, porte d'entrée du Parc régional du Queyras.

Direction Embrun par la RN94 puis à Guillestre porte d'entrée du Parc régional du Queyras. Enfin, empruntez la D902 vers les Stations du Queyras.

Emprunter l'autoroute A51 direction Sisteron, continuez vers le col de Lus-la-Croix-Haute, puis Veyne, Gap. Rejoignez ensuite Embrun par la RN94 puis à Guillestre porte d'entrée du Parc régional du Queyras. Enfin, empruntez la D902 vers les Stations du Queyras.

Sinon par le sud : Valence ou Sisteron – Gap – Embrun – Guillestre, puis de Guillestre suivre la direction Queyras par la D902 puis la D947.

Plus d'information sur www.viamichelin.fr

Merci de prendre en considération l'information suivante si vous venez en voiture : Si vous arrivez en voiture vous pourrez vous garer directement sur le parking du Chalet de la Vie Sauvage.

Attention : Pour votre préacheminement nous vous conseillons d'attendre la confirmation du voyage (par téléphone) et de réserver des billets échangeables et/ ou remboursables.

AVANT LE DEPART

Formalités d'entrée

- Pour tous les ressortissants d'un pays de l'Union Européenne, la carte d'identité en cours de validité est suffisante.
- Pour les ressortissants étrangers, le passeport est obligatoire, et, sauf dispense, un visa est nécessaire. Il doit être sollicité avant le départ auprès de l'ambassade ou du consulat de France de votre pays de résidence.

Un site utile : <http://www.diplomatie.gouv.fr>

Nous vous conseillons par ailleurs, de toujours avoir sur vous une photocopie de ces documents (page où apparaît votre photo), ainsi que de votre assurance, en cas de besoin, de perte ou de vol de l'original.

Bagage :

Durant la randonnée, vous ne porterez que vos affaires personnelles pour la journée (pique-nique, eau ...). Pensez à prendre un petit sac à dos pour vos affaires de la journée (environ 25L) en plus de votre valise.

Equipement de VTT à prévoir :

- Un casque de vélo (**impératif**)
- Une paire de lunette de sport
- une paire de gant de VTT
- 2 tee-shirts type cycliste ou en matière respirante
- un ou deux cuissards
- une bonne paire de basket avec des crampons
- un kit de secours (pansement, couverture de survie, solution désinfectante, bandage...)
- des gourdes à vélo (ou une poche à eau)
- un antivol

Vêtements :

La liste des vêtements doit être adaptée en fonction de la saison choisie.

- une paire de chaussure pour le soir
- Sandales ou tennis pour le soir
- Paires de chaussettes (de sport et pour le soir)
- 1 Pantalon de trekking
- 1 collant
- 1 short ou bermuda



- 1 maillot de bain
- 1 serviette
- Chemises ou T-shirts à matière respirante (1 tee-shirt pour deux jours est suffisant)
- 1 polaire chaude
- 1 Coupe-vent en Goretex ou Micropore
- 1 Cape ou veste de pluie
- Linge personnel et pyjama
- Vêtements de rechange
- Lunettes de soleil
- Chapeau ou casquette
- Gants
- Bonnet ou bandeau
- Des boules Quies
- Protection solaire et stick à lèvres
- Gourde 1L minimum ou Camel Bag
- Appareil photo, jumelles
- Lampe frontale
- Assiette, gobelet, couverts et canif pour les pique-niques

Pharmacie

Médicaments et traitements personnels, aspirine, pansements et compresses, désinfectant, bande elastoplast, double peau pour les potentielles ampoules, anti-diarrhéique, collyre, pastilles pour la gorge, antibiotique à spectre large, anti-inflammatoire, répulsifs anti-moustiques.

INFORMATIONS PAYS

Géographie & Climat

La Provence connaît un climat méditerranéen avec des hivers doux et des étés chauds et secs.

La végétation est du type garrigue, la sécheresse d'été la rendant particulièrement vulnérable aux incendies.

Pour plus d'informations sur les conditions météorologiques, vous pouvez consulter avant votre départ : www.meteo.fr

Budget & change

Prévoyez un budget pour vos dépenses personnelles.

Pourboires

Les pourboires sont facultatifs, mais si vous avez été satisfaits de votre voyage et du travail de nos équipes locales, il est d'usage de donner un pourboire.

TOURISME RESPONSABLE

Dès leur création, les Covoyageurs ont cherché à promouvoir un tourisme responsable basé sur des valeurs de respect, de solidarité et de qualité sur un plan humain, environnemental et économique.

La prise de conscience et la sensibilisation de tous nous semblent primordiales.

Que nous soyons explorateurs, passionnés, randonneurs ou monoparentaux, nous sommes toujours les visiteurs invités des pays hôtes que nous parcourons.

Le Respect des Patrimoines



La nature et les sites culturels et historiques du pays visité constituent des richesses touristiques, uniques et irremplaçables. Ils sont aussi à l'origine du désir de voyager des Covoyageurs. Leur sauvegarde est primordiale et la responsabilité des Covoyageurs vis-à-vis du pays visité est donc essentielle.

Le respect des patrimoines naturels et culturels se traduit par :

- *Le respect des sites culturels : ne pas dégrader des œuvres d'art ou des monuments, (parfois simplement en les touchant !) ne pas prélever de vestiges archéologiques, ne pas acheter d'objets traditionnels ou sacrés provenant de sites vandalisés, etc.*
- *le respect des sites naturels: ne pas sortir des sentiers balisés, ne pas conduire hors-piste, ne pas rapporter de "souvenirs" partie intégrante du patrimoine naturel, prélever le moins de bois possible pour la cuisine, utiliser avec parcimonie l'eau potable, éviter de polluer avec des savons non biodégradables, faire lessive et toilette en aval et le plus loin possible des maisons et des puits, ne pas abandonner de déchets ou d'ordures derrière vous sauf s'ils peuvent faire l'objet de recyclage, ne pas faire de feu sans avoir demandé l'autorisation au préalable, etc.*
- *le respect de la faune locale: ne pas perturber les animaux dans leur vie quotidienne, toujours respecter une distance minimale lors de leur observation, ne pas chercher à les approcher, les caresser ou les nourrir, ne pas faire de bruit en les approchant, ne pas chasser ou pêcher d'espèces rares, ne pas chercher à acheter ivoire, écailles, peaux, coraux, coquillages, ou même animaux vivants, qui font souvent partie des espèces menacées et/ou protégées, ne pas demander à votre guide d'enfreindre ces règles, etc.*

Le Respect des Hommes

L'un des principaux intérêts des voyages proposés par les Covoyageurs réside dans l'authenticité et la diversité des rencontres effectuées avec les populations locales. Chacun de ces peuples fonctionne avec ses règles et ses traditions propres, souvent partie intégrante de leur culture et/ou de leur religion. On a coutume de dire qu'il n'y a pas de mauvais touristes, mais seulement des voyageurs mal informés. Là aussi, la responsabilité des Covoyageurs vis-à-vis des populations rencontrées est fondamentale.

Le respect des hommes se traduit par :

- *Une attitude de respect et d'humilité vis-à-vis des populations locales rencontrées, de leur culture, de leur façon de vivre, de leur rythme de vie : respect de certains « codes », pas de tenue vestimentaire débraillée ou provocante, pas d'embrassade en public, pas de contact trop appuyé notamment sur la tête des enfants, pas de photo sans demander l'autorisation au préalable, etc.*
- *La prise de conscience des différences de niveaux de vie entre le Covoyageur et les populations rencontrées. Celles-ci peuvent générer des incompréhensions voire du ressentiment. Tous biens, services, cadeaux, nourritures, doivent être évalués en valeur locale (attention à ne pas déstabiliser interlocuteurs et marchés par des pourboires ou cadeaux manifestement disproportionnés par rapport aux pratiques locales, attention à ne pas exhiber appareils photos, caméras, matériels audio-vidéo, dont la valeur peut représenter des mois de salaires pour le pays visité, vous pouvez pratiquer le marchandage - qui fait souvent partie intégrante des traditions locales - mais avec tact, patience et humour, etc.)*
- *Des donations encadrées afin d'éviter certains effets néfastes d'un développement touristique rapide: nous vous encourageons à effectuer des donations sur place en nature (cahiers, stylos, fournitures, etc.) ou en numéraire mais nous vous recommandons de ne pas donner*



directement de cadeaux ou d'argent aux enfants car cela ne fait qu'augmenter la mendicité. Nous vous conseillons de vous rapprocher de votre guide local qui saura redistribuer au mieux vos présents.

Le Développement d'un Tourisme Equitable

Toutes les activités touristiques génèrent des retombées économiques locales mais elles peuvent aussi provoquer des nuisances non souhaitées jusqu'à déstabiliser les équilibres sociaux du pays visité. Là aussi, la responsabilité des Covoyageurs vis-à-vis des retombées bénéfiques sur les populations rencontrées et le développement du pays est totale.

Le développement d'un tourisme équitable se traduit par :

- *Une vigilance particulière des Covoyageurs dans le choix de ses partenaires locaux de façon à ce que les retombées économiques soient le plus justement réparties entre les acteurs du voyage (priorité donnée aux services rémunérés localement plutôt qu'aux organisations étrangères, ils en bénéficieront ainsi directement et sans intermédiaires, etc.)*
- *Des voyages en petits groupes (maximum : 15 participants) qui privilégient un tourisme léger pour minimiser les impacts néfastes sur les ressources locales et l'environnement et qui permettent une meilleure intégration dans le pays visité*
- *Une distribution sur le web et la suppression des intermédiaires commerciaux de façon à permettre la maximisation des retombées économiques locales.*

La Qualité des Services et des Relations Humaines

Les Covoyageurs est la première agence de voyages à proposer des circuits spécialement dédiés aux solos et aux monoparentaux. Quelle que soit votre façon de voyager, quel que soit votre profil de voyageur, quelle que soit la destination que vous avez choisie, les Covoyageurs cherchent à promouvoir un tourisme responsable qui vous fera découvrir dans un contexte authentique des natures insoupçonnées, de nouvelles cultures, des façons de vivre différentes.

Respect, tolérance et bienveillance font partie intégrante de votre voyage. Ils aident à magnifier rencontres et découvertes, et s'inscrivent dans le cadre du développement durable de la Terre et des Hommes.

Bon voyage !

