



## FRANCE | Alpagnes et vallées sauvages

6 jours / 5 nuits

Randonnée - Niveau modéré



**Circuit en regroupement avec des agences partenaires (non exclusif aux Covoyageurs). Ce circuit n'est pas exclusivement réservé aux voyageurs solos.**

*Située entre le Queyras et le parc national des Écrins, au pied du mythique col d'Izoard, la vallée de Cervières offre un cadre enchanteur et préservé ! Amateurs de grands espaces et de randonnées, vous partirez découvrir les somptueuses montagnes qui font la renommée de cette vallée authentique.*

*Vallons sauvages, immenses alpages et pauses bien-être, un beau programme en perspective ! Quoi de mieux pour vous ressourcer pendant votre semaine de vacances ? En prime, vous serez logés dans un hébergement confortable au beau milieu de la nature et pourrez profiter de sa terrasse ensoleillée face aux montagnes et de sa rivière à proximité !*

*Un circuit grandeur nature !*



## POINTS FORTS

- Des randonnées dans des vallées préservées
- Un rythme propice à la détente et aux échanges
- Un hébergement confortable face aux montagnes
- Une diversité de paysages naturels

## ITINÉRAIRE

### JOUR 1 : CERVIERES - PLAINE DU BOURGET - REFUGE MAUTINO - LAC DES 7 COULEURS

Vous aurez rendez-vous à la gare de Briançon à 8h45 ou directement votre hébergement à Cervières en début de matinée. Après une courte présentation de la semaine par votre guide, vous prendrez la direction de la plaine du Bourget, l'un des plus grands marécages d'altitude d'Europe, pour votre première randonnée. Vous profiterez alors d'une vue impressionnante sur les alpages qui s'étendent jusqu'en Italie. S'en suivra la montée jusqu'au refuge Mautino avant d'arriver sur le sublime lac des 7 couleurs et le lac noir... Retour au lodge pour l'apéro de bienvenue !

**Repas :** Déjeuner (pique-nique) - Dîner

**Transfert :** 1h

**Marche :** 4h-5h (+500m / -500m)

**Hébergement :** Lodge

### JOUR 2 : LAC DE LA DOUCHE - MASSIF DES ÉCRINS

Nouvelle journée, nouvelle vallée et nouveaux paysages. Vous prendrez la direction du charmant hameau du Casset et du vallon du Petit Tabuc, en plein cœur du majestueux massif des Écrins.

Vous longerez un torrent, d'abord par une piste en terre, puis par un large chemin qui vous mènera jusqu'au magnifique Lac de la Douche. Ses eaux turquoise, alimentées par les glaciers environnants, vous émerveilleront.

Si vous le souhaitez, vous pourrez prolonger l'aventure en montant jusqu'aux sources d'Arsine. Ce lieu incontournable du massif vous offrira un panorama spectaculaire sur les sommets et les glaciers environnants. Préparez-vous à en prendre plein les yeux !

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

**Transfert :** 1h

**Marche :** 4h (+400m / -400m)

**Hébergement :** Lodge

### JOUR 3 : VALLON DE NARREYROUX

Ce matin, vous partirez en direction de Puy-Saint-Vincent, un peu plus au sud du massif des Écrins. De là, vous vous dirigerez vers les charmants chalets de Narreyroux.

Après une petite pause bien méritée pour savourer l'ambiance apaisante des lieux, vous repartirez en direction du vallon. Le sentier vous conduira à une combe où de petites cascades se glissent gracieusement entre des champs de fleurs colorés et une forêt de mélèzes. Un véritable coin de paradis qui vous laissera sans voix.

De retour au lodge, vous troquerez vos chaussures de marche pour des tongs et profiterez d'une soirée décontractée, après l'effort, le réconfort !

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

**Transfert :** 1h

**Marche :** 3h (+300m / -300m)

**Hébergement :** Lodge



#### **JOUR 4 : LAC DES CORDES**

Aujourd'hui, vous changerez de versant pour vous attaquer à la face nord ! Après un court transfert jusqu'à la vallée des Fonts, vous débuterez votre ascension dans une agréable forêt de mélèzes. Peu à peu, vous émergerez parmi les rhododendrons, avant de franchir le verrou rocheux qui protège le somptueux lac des Cordes. Préparez vos téléphones, car vous allez faire des envieux sur Instagram : le paysage est tout simplement incroyable !

Depuis le col des Marsailles, perché à 2600 mètres, vous amorcerez une descente panoramique en direction du hameau des Fonts de Cervières. Là, une délicieuse bière locale vous attendra au refuge, parfait pour conclure cette aventure.

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

**Transfert** : 1h

**Marche** : 6h (+650m / -650m)

**Hébergement** : Lodge

#### **JOUR 5 : HAUTE VALLÉE DE LA CLARÉE**

Après le petit-déjeuner, vous partirez à la découverte de la mythique vallée de la Clarée, en direction de son écrin final : Névache. Le sentier, ponctué de charmants ruisseaux, vous guidera à travers de petits lacets jusqu'au premier joyau de la journée : le lac Long. Vous poursuivrez ensuite jusqu'au lac Rond, où la beauté des lieux vous coupera le souffle.

Après avoir profité de ces paysages grandioses, vous amorcerez la descente qui vous mènera au refuge des Drayères. Là, une pause bien méritée vous attend autour d'un verre rafraîchissant.

De retour à Névache, vous visiterez ce petit village pittoresque avant de rentrer au lodge.

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

**Transfert** : 1h

**Marche** : 5h (+500m / -500m)

**Hébergement** : Lodge

#### **JOUR 6 : COL D'IZOARD - LAC DES SOULIERS**

Ce matin, vous rejoindrez les pentes de l'Izoard, côté Queyras, et entamer la montée vers le lac de Souliers. Niché dans un alpage en cirque, ce joyau naturel est surveillé de près par le majestueux Pic de Côte Belle.

Sur place, vous profiterez d'un moment pour explorer ce cadre préservé, avant de redescendre tranquillement vers la vallée. Un dernier transfert vous ramènera au lodge pour clore ce séjour riche en découvertes et en émotions. De quoi repartir avec des souvenirs plein la tête et l'envie de revenir très vite !

**Repas** : Petit déjeuner - Déjeuner (pique-nique)

**Transfert** : 1h

**Marche** : 3h (+300m / -300m)

**Hébergement** : Lodge

#### **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 comme indiqué dans le programme
- Les repas indiqués comme "compris" dans le circuit
- L'encadrement par un guide accompagnateur
- Les transferts prévus au programme
- Les taxes de séjour

### Le prix ne comprend pas

- Les repas non prévus au programme
- Les boissons
- Les dépenses personnelles
- Le supplément single individuel (195€/personne)
- Les pourboires
- Les assurances rapatriement, annulation et multirisques
- Les frais de dossier

*Nos prix sont soumis à modifications en fonction de la disponibilité et tarifs des sites visités, ainsi que de la disponibilité 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 5 à 12 personnes.

Circuit en regroupement avec d'autres agences partenaires et non exclusif Covoyageurs.

### Niveau

Randonnée de niveau modéré (6 jours de marche). Ce circuit nécessite d'avoir une bonne condition physique, justifiée par la pratique d'une activité sportive et de la randonnée. Aucune difficulté particulière, mais attention, la montagne reste dangereuse, suivez les recommandations de votre guide. Nature du terrain : moyenne montagne, terrain alpin alternant entre sentiers rocailleux, forêts et alpages. Attention les temps de marche effectifs sont des horaires moyens et ne tiennent pas compte des temps de pause.

### Encadrement

Le séjour sera encadré par un accompagnateur en moyenne montagne connaissant bien le pays, le massif et le parcours. Professionnel enthousiaste, il sera à même de vous faire partager ses





connaissances et son engouement pour le milieu naturel et ceci en toute sécurité. Sa passion du métier l'engage à s'adapter aux conditions météorologiques, aux contraintes du terrain et autres aléas, à gérer le rythme et la condition physique de chacun, tout en restant disponible.

### **Transport**

Minibus depuis la gare de Briançon et pendant tout le voyage. En plus de faciliter l'accès et le déroulement du voyage, les trajets en minibus, ensemble, sont conviviaux, et permettent de discuter, dormir, écouter de la musique... !

### **Portage des bagages**

Vous porterez uniquement vos affaires de la journée, le pique-nique, quelques encas et le matériel de sécurité commun et individuel.

### **Repas/Boissons**

- Petits déjeuners et dîners seront pris à l'hôtel
- Le midi, des pique-niques sur le terrain seront prévus
- Boissons non comprises

Régime végétarien possible (à préciser au moment de votre inscription).

Pour des raisons de qualité de préparation, nous ne sommes malheureusement pas en mesure de cuisiner pour les personnes souhaitant un régime sans lactose ou sans gluten.

### **Hébergement**

Ce voyage se déroule dans un lodge situé dans le village de Cervières, au pied du col de l'Izoard. Un espace de vie chaleureux vous permettra de passer du bon temps tous ensemble.

Le lodge est composé de chambres de 3 personnes maximum avec WC et douches communes ainsi que des chambres type hôtel avec WC et douche privatifs (sous réserve de disponibilités). En cas d'indisponibilité au Lodge, le séjour se déroulera en chambres twin ou en chambres triples, avec salle de bain et sanitaires à partager, dans un gîte confortable et simple dans le Briançonnais. Dans un tel cas de figure, vous serez prévenu avant le départ.

### **Accès sur place**

Rendez-vous en gare de Briançon : 8h45

Rendez-vous à Cervières : 9h (devant le lodge) - Parking gratuit

Fin du séjour : dispersion dans l'après-midi. Nous faisons de notre mieux, mais nous ne pourrions garantir l'heure d'arrivée à la gare. Nous vous conseillons de prendre des billets modifiables.

### **Si vous venez en train**

Si vous souhaitez voyager en train, vous pouvez consulter les contacts suivants :

SNCF - Tél : 3635 ou sur Internet [www.sncf.fr](http://www.sncf.fr) ou [www.dbfrance.fr](http://www.dbfrance.fr)

### **Si vous venez en voiture**

Afin de prévoir votre trajet, nous vous conseillons de vous renseigner sur votre itinéraire auprès des différents sites :

[www.viamichelin.fr](http://www.viamichelin.fr)

[www.mappy.fr](http://www.mappy.fr)

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



### 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.

### Équipement

#### Bagage :

Nous vous conseillons, dans la mesure du possible, de prévoir un bagage souple peu encombrant et facile à transporter. Pour des raisons de logistique, nous vous demandons de limiter le poids du sac à 12- 15 kgs avec un seul bagage par personne.

**Pensez à prendre un sac à dos (un par personne) pour vos affaires de la journée et le partage du pique-nique du groupe (minimum 25L).**

#### Vêtements :

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

- Les chaussures de randonnée à tiges hautes sont préconisées pour une meilleure tenue du pied et de la cheville. (Évitez les chaussures neuves, ou essayez-les bien avant. Il est très important qu'elles soient imperméables et confortables)
- Paire de bâtons de marche (facultatif)
- Paires de chaussettes de marche. Éviter les chaussettes en coton, très longues à sécher et risque élevé d'ampoules ; préférer celles à base de Coolmax.
- Sandales ou tennis (et chaussettes classiques) pour le soir
- 2 Pantalons de trekking
- 1 surpantalon imperméable (facultatif)
- 1 short ou bermuda
- Chemises ou T-shirts à matière respirante
- 1 Coupe-vent en Goretex ou Micropore
- 1 Cape ou veste de pluie
- Linge personnel et pyjama
- Chapeau ou casquette
- Des boules quies
- Protection solaire (haute protection) et stick à lèvres
- Gourde 1,5 litre minimum
- Appareil photo, jumelles
- Lampe frontale
- Un couteau de poche

#### 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

Cervières est un village des Hautes-Alpes situé au pied du col de l'Izoard et frontalier avec l'Italie. Ce village est situé à une altitude de 1620 mètres.

Côté climat, l'hiver est très rigoureux. L'été, les températures sont douces, voire chaudes en journée, mais elles peuvent descendre sous les 15°C la nuit.

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

### Électricité

Vous pourrez recharger vos appareils photo, téléphones, etc. tous les soirs dans le lodge.

## 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, le 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 Équitable**

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 !

