



SKI/SNOWBOARD RANDONNEE EN ETOILE :

(Massif du QUEYRAS)
SEMAINE

Basé à Saint VERAN, dans un Hôtel – gîte très chaleureux situé au cœur du massif de QUEYRAS, nous vous proposons de rayonner afin de vous faire découvrir la région, au travers des activités Ski/Snowboard de randonnée.

Les itinéraires permettent la cohabitation entre skieurs (peaux de phoque) et snowboarders (Splitboard). Loin de toute civilisation, et remontées mécaniques, vous profiterez du calme d'une nature authentique et sauvage.

Montagne, relationnel, et pédagogie sont les valeurs de notre métier. Dans une ambiance très agréable, vous serez acteur de vos progrès techniques.

Nous vous ferons profiter par la même occasion de notre savoir faire et de nos connaissances sur la sécurité en matière de neige et avalanche.

Détente, Divertissement, et Développement assurés !

INFORMATIONS TECHNIQUES :

- Durée : **6 jours** de Randonnée (Ski / Snowboard) – **7 nuits**
- Activité : **Rando** Ski (peaux de phoque) / Snowboard (Splitboard)
- Environnement : **montagne – haute montagne** (évolution entre 900m et 3100m)
- Type de voyage : rayonnement **en étoile**

- Nombre de pers : **4 à 8** pers / groupes

NIVEAU :

Niveau technique minimum requis : Etre à l'aise sur pistes rouges et noires en ski ou snowboard. Avoir déjà eu une petite expérience Hors piste.

Niveau de Condition physique requis : Etre capable de randonner à la montée 2 à 4 heures par jour, maxi. Dénivelés positifs pouvant être compris entre 500 et 1200 m/jour.

Pouvoir porter un sac à dos contenant le matériel de sécurité et de secours, le ravitaillement de la journée.

ITINERAIRE :

La veille (samedi) : Arrivée sur notre Hotel – gîte de St VERAN, « La Baita ». Rdv, à 17h00 pour un pot de bienvenue, présentation du Staff, et installation dans les chambres.

Jour 1 (dimanche) : : Ski de Randonnée pour une mise en jambe, à partir de Saint VERAN, à destination Du Pic de **CHATEAURENARD** et de l'observatoire.

Le haut du domaine est atteint par les remontées mécaniques, pour finir l'ascension en peaux de phoque.

Partie randonnée : dénivelé + 150m, - 1300m.

Programme de la journée : Mix freeride et randonnée

Information ou révision sur :

- l'utilisation du matériel de rando et du matériel de sécurité.
- la prise de décision dans le choix de l'itinéraire (notions neige et avalanches)
- les techniques de survie en montagne – construction d'un igloo

Jour 2 (lundi) : Col du LONGET (2701 m) (Massif du QUEYRAS)

Par le vallon du LONGET orientation N

Dénivelé + 680 m

Difficulté de montée : R

Difficulté ski : 1.2

Expo : 1

Jour 3 (mardi) : L'EYPIOL (2550 m) depuis Valpréveyre (Massif du QUEYRAS)

Majeure partie en Foret (jusqu'à 2300m), orientation NO

Boucle.

Dénivelé + 800 m

Difficulté de montée : R

Difficulté ski : 1.3

Expo : 1

Jour 4 (mercredi): Journée « **relache** » sur le domaine skiable de MOLINE – St VERAN.

Au programme : FREERIDE et mini rando. Peu d'efforts pour couper la semaine !

Jour 5 (jeudi) : Pic CASCAVELIER (2576 m) par les cabanes de LAMARON (Massif du QUEYRAS).

Descente face NW à l'abri du soleil, magnifique itinéraire à la descente dans une combe où la neige reste fraîche très longtemps.

Dénivelé + 730 m

Difficulté de montée : R

Difficulté ski : 2.1

Expo : 1

Jour 6 (vendredi): Pic de fond de PEYNIN (2912 m) Massif QUEYRAS

Dénivelé +950 m. -1450 m

Itinéraire en montée SUD, descente vallon NW, aux paysages très variés. Splendides points de vue.

Difficulté de montée : R

Difficulté ski : 2.2

Expo : 1

***NB :** afin d'assurer la sécurité du groupe, ce programme indicatif peut être modifié par le moniteur/guide en fonction du niveau des participants et des conditions météorologiques.*

VOYAGE :

*** Rendez-vous :**

Samedi à 16h00 devant le gare SNCF de Montdauphin Guillestre, ou 17h00, à l'hôtel Gite « La BAITA » à St VERAN, pour un pot de bienvenue, présentation de l'encadrement, et installation dans les chambres.

*** Fin de séjour :**

Vendredi soir 17h00 à la Baita après check out, ou 17h30 après transfert à la gare de Montdauphin Guillestre pour les personnes venus par le train.

Pas d'inquiétude, on adapte les horaires en fonction de l'heure de départ des trains.

*** Caractéristiques du circuit :**

- Pentes moyennes avec quelques passages supérieurs à 30°.
- Les itinéraires permettent la cohabitation entre skieurs (peaux de phoque) et snowboarders (Splitboard).
- Quelques notions de randonnées recommandées.
- Enseignements des techniques de :
 - ☛ Randonnées peaux de phoque / Splitboard
 - ☛ Descente en toute neige tout terrain (hors piste)
 - ☛ Utilisation du matériel de sécurité (ARVA, pelle, sonde)
 - ☛ Choix d'itinéraires en fonctions des paramètres « neige et avalanches »
 - ☛ Survie en montagne (construction d'un igloo)
- Le circuit peut à tout moment être modifié et ajusté en fonction de la condition physique, du niveau technique des participants, et des conditions météorologiques du moment.

*** Hébergement :**

Gîte Hotel « La BAITA du Loup », à St VERAN (massif du Queyras – Hautes Alpes). Vous serez accueillis par Félicie et François dans une ancienne bergerie proposant des chambres d'hôtel et un gîte d'étape.

Avec un sauna, un salon, une salle TV, une salle baby foot, vous trouverez tout le confort et les commodités permettant de vous détendre et vous relaxer après une journée remplie d'émotions.

Labélisé « *accueil Parc naturel régional du Queyras* », La Baita est une valeur sûre et un gage de qualité en matière d'accueil, de restauration (avec des produits locaux), de produits d'entretien utilisés, du respect et de la mise en valeur de l'environnement.

Vous serez enchanté par le bon vivre ainsi que le côté authentique et traditionnel du Queyras. Possibilité de chambre de 2 ou single, avec supplément



A noter que l'hébergement s'effectue en chambre Hotel de 4, avec salle de bain et toilettes privés. Pour votre confort, vous ne subirez pas la promiscuité du dortoir.
Possibilité de chambre de 2 et single, avec supplément.

*** Nourriture :**

½ pension au gîte : (petit déjeuner et repas du soir).

Panier repas pour le repas du midi.

A noter : Tous les repas et paniers repas sont élaborés dans le cadre du label « marque parc naturel régional du Queyras » avec des produits locaux.

*** Encadrement :**

Moniteurs de Ski ou guide, diplômés d'état

*** Moyen d'accès :**

En train : Gare de MONTDAUPHIN GUILLESTRE

Horaires sur : www.sncf.fr/Info vente 08 36 35 35 35 infos voyageur 04 92 45 07 05

En voiture : A 2h30 d'Aix – Marseille par autoroute Val de Durance A51, via Tallard, Embrun, Guillestre.

A 2h30 de Grenoble par Col de Mans et Embrun, ou par col du Lautaret et Briançon.

BUDGET :

*** Le prix comprend :**

- ☛ L'hébergement en demi-pension dans un Hotel-gîte
- ☛ Le pique-nique du midi,
- ☛ L'encadrement et l'enseignement par un moniteur de ski ou guide diplômé d'état,
- ☛ Les forfaits de remontées mécaniques sur les domaines visités
- ☛ Le transfert aller-retour à la gare Montdauphin-Guillestre
- ☛ Les transferts aller retour de la Baita aux différents sites de randonnée
- ☛ Le prêt du matériel collectif de sécurité (ARVA, pelle et sonde)

*** Le prix ne comprend pas :**

- ☛ Les assurances,
- ☛ Le transport aller-retour jusqu'au lieu de rendez-vous (gare de Mt DAUPHIN ou Hotel Gite)
- ☛ La location éventuelle de matériel (nous contacter)
- ☛ Les boissons au bar

*** Complément d'information tarifaire :**

Prévoir un budget pour vos boissons et achats personnels.