

Grande Traversée des Alpes De Briançon à Menton

France

Code voyage : FRAGP0002

Randonnée guidée • Voyage itinérant

12 jours • 11 nuits • Portage allégé • Niveau : 4/5



Voyage à travers les Alpes françaises... Outre la splendeur et la variété des paysages, la diversité des traditions montagnardes vous étonnera.

Cette extraordinaire traversée nous conduira de Briançon à Menton, sur les bords de la Méditerranée. Nous traverserons avec bonheur les massifs du sud des Alpes, constellés de lacs : le Briançonnais et ses cadrans solaires, le Queyras et son artisanat de bois sculpté, le Piémont Italien, la Haute Ubaye, Alpes de lumière et de transhumance, pour atteindre enfin le Parc National du Mercantour, puis la vallée des Merveilles, et terminer à Menton sous le charme de la côte. Baignade méritée à l'arrivée !

Points forts

- Un grand classique des itinéraires de randonnées français
- Une découverte des célèbres parcs du Queyras et du Mercantour
- Une traversée des Alpes du sud

PROGRAMME

J1 • Briançon – Col des Malrif (2830 m) – Abriès (1780 m)

Accueil à la gare SNCF de Briançon à 08h30 puis transfert (30min) au Fonts de Cervières (2080 m). En remontant le torrent Pierre-Rouge et nous abordons le Queyras par le col des Malrif, nous quittons le Briançonnais. Puis nous descendons dans le parc naturel du Queyras en passant au lac du Grand Laus, jusqu'au petit village d'Abriès.

5h30 de marche, + 800 m, - 1400 m.

Dîner et nuit en hôtel au gîte. Vous retrouvez l'ensemble de vos bagages.

J2 • Col Vieux (2806 m) – Refuge de la Blanche (2499 m)

Court transfert à L'Echalp. Nous remontons le torrent de Bouchouse et passons aux lacs Egorgéou (2394 m) et Foréant (2618 m). Nous atteignons le col Vieux (2806 m) puis, par une grande traversée, nous rejoignons le col de Chamoussière (2884 m). Descente et nuit au refuge de la Blanche (2499 m).

6h de marche, + 1350 m, - 600 m.

Dîner et nuit en refuge. Vous portez une partie de vos affaires pour la nuit.

J3 • Col Blanchet (2897 m) – Fouillouse (1900 m)

Nous contournons l'impressionnante Tête des Toillies (3175 m) par les cols Blanchet (2897 m) et du Longet (2650 m) pour rejoindre le hameau de Maljasset. Au col Blanchet, possibilité de rejoindre le col Longet par l'itinéraire d'hiver en évitant la descente jusqu'au lac Bleu. Transfert au gîte, à Fouillouse.

6h de marche. + 500 m, - 1050m.

Dîner et nuit en gîte. Vous retrouvez l'ensemble de vos bagages.

J4 • Fouillouse (1900 m) – Col de Vallonet (2524 m) – Larche (1660 m)

Nous remontons le vallon verdoyant du Riou de Fouillouse, dominé par l'imposante tête de la Courbe (3019 m), jusqu'au col du Vallonet. Ce col offre une vue imprenable sur la Rocca Bianca (3193 m) et permet d'accéder à un vallon suspendu qui rejoint le col de Mallemort (2558 m). De ce dernier, nous descendons directement sur le petit village frontalier de Larche.

6h30 de marche, + 800 m, - 1000 m.

Dîner et nuit en refuge. Vous retrouvez l'ensemble de vos bagages.

J5 • Pas de la Cavale (2671 m) – Refuge de Vens (2366 m)

Court transfert au col de Larche, puis nous remontons la superbe vallée de l'Ubayette jusqu'à la cabane Donnadiou, pour arriver au lac du Lauzanier (2284 m). La dernière montée dans la rocaïlle jusqu'au pas de la Cavale (2671 m) est ardue, mais nous sommes récompensés par la vue depuis le col. Nous rejoignons ensuite le pas de Morgon (2745 m), pour enfin redescendre sur le refuge de Vens.

7h30 de marche, + 1500 m, - 850 m.

Dîner et nuit en refuge. Vous portez une partie de vos affaires pour la nuit.

J6 • Crêtes des Brabottes (2509 m) – Saint-Etienne-de-Tinée (1160 m)

Nous longeons les lacs de Vens et montons à la crête des Barbottes (2509 m). Le sentier de l'Energie nous mène jusqu'à l'adret de Ténibre, avant de descendre sur Saint-Etienne-de-Tinée.

6h de marche. + 300 m, - 1400 m.

Dîner et nuit en gîte. Vous retrouvez l'ensemble de vos bagages.

J7 • Col de Mercière (2342 m) – Boréon (1497 m)

Transfert à Isola 2000. Nous franchissons ensuite le col de Mercière (2342 m). Par un sentier en balcon sous la pointe des Colombrons, nous rejoignons le col de Salèse (2031 m), avant de descendre jusqu'au Boréon.

6h30 de marche. + 300 m, - 1000 m.

Dîner et nuit en gîte. Vous retrouvez l'ensemble de vos bagages.

J8 • Madone de Fenestre (1908 m) – Baisse de Prals (2335 m) – Saint-Grat (1620 m)

Du Boréon, nous franchissons le pas des Roubines pour descendre sur la Madone de Fenestre. Nous continuons avec un beau parcours en crête à plus de 2 000 mètres d'altitude au panorama fabuleux. Nous passons par les lacs de Prals, nichés au cœur d'un ancien cirque glaciaire. Descente dans la vallée de la Gordolasque, aux portes du parc national du Mercantour.

7h30 de marche. +1200 m, - 1100 m.

Dîner et nuit en refuge. Vous retrouvez l'ensemble de vos bagages.

J9 • Pas de l'Arpette (2511 m) – Vallée et refuge des Merveilles (2111 m)

Nous rejoignons la célèbre vallée des Merveilles par le pas de l'Arpette et en traversant les vallons où des hommes de l'âge du bronze ont laissé leurs traces.

4h de marche. + 900 m, - 400 m.

Dîner et nuit en refuge. Vous portez une partie de vos affaires pour la nuit.

J10 • Cime (2685 m) ou Pas (2436 m) du Diable – Col de Turini (1600 m)

C'est en passant par la cime ou le pas du Diable, puis par les crêtes de l'Authion, que nous rejoignons le col de Turini. Les nombreux forts militaires témoignent d'un passé tumultueux dans cette région alpine

5h30 de marche. + 700 m, - 930 m.

Dîner et nuit en gîte. Vous retrouvez l'ensemble de vos bagages.

J11 • Mangiabo (1821 m) – Sospel (350 m)

Belle descente vers la Méditerranée et le pays des oliviers, en passant par les crêtes et en respirant les effluves des plantes aromatiques, au son des cigales, jusqu'au village de Sospel.

6h de marche. + 200 m, - 1550 m.

Dîner et nuit en gîte. Vous retrouvez l'ensemble de vos bagages.

J12 • Col du Razet (1032 m) – Castellar (350 m) – Menton

Nous effectuons notre dernière montée au col du Razet (1032 m), d'où l'on aperçoit enfin la mer Méditerranée. Puis descente jusqu'au village de Castellar et transfert à la gare de Menton. Possibilité de baignade si le temps le permet. Séparation et fin du séjour vers 16 heures à Menton.

5h de marche. + 700 m, - 650m.

Vous retrouvez l'ensemble de vos bagages.

Itinéraire

Nous pouvons être amenés à modifier l'itinéraire indiqué : soit au niveau de l'organisation (problème de surcharge des hébergements, dédoublement des groupes, modification de l'état du terrain, éboulements, sentiers dégradés, etc.), soit directement du fait du guide (météo, niveau du groupe, etc.). Ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et pour un meilleur confort !



QUELQUES PRÉCISIONS

Attention ! Toutes les informations données, et qui ne correspondent pas à des prestations comprises dans le prix, doivent être vérifiées et n'engagent pas la responsabilité de Grand Angle.

Niveau 4 sur 5

Soutenu. En moyenne : marche de 6 heures par jour sur sentier et hors sentier et/ou 700 à 1 000 mètres de dénivelée positive environ et/ou 15 à 18 kilomètres. Possibilité de passages en altitude.

Transport des bagages

Vous portez uniquement vos affaires de la journée ainsi que le pique-nique sauf pour les J 2, J 5, J 9. Le reste de vos affaires sera acheminé par véhicule. Vous dormez plusieurs nuits dans un refuge (J 2, J 5 et J 9) non accessible en véhicule. Vous devez donc emporter vos affaires de rechange pour un soir. Vous retrouverez vos bagages à l'étape suivante.

Transfert

Transferts en minibus privé ou cars locaux.

Groupe

De 5 à 14 participants.

Durée

12 jours / 11 nuits / 12 jours de marche

Encadrement

Par un accompagnateur en montagne français diplômé d'Etat.

Confort

► Hébergement

Gîtes et refuges gardés, en dortoirs ou chambres collectives. Chambre individuelle non disponible sur ce séjour. Possibilité de disposer de chambre « confort » au col de Turini (supplément à prévoir et à réserver à l'inscription) : chambre double à quadruple avec salle de bain privative. *Pas de possibilité de chambre individuelle.*

► Restauration

Repas du soir et petit déjeuner servis chauds ; pique-nique à midi ; vivres de course.

Merci de nous préciser à l'inscription toute allergie alimentaire ou régime spécial ; nous ferons au mieux pour adapter vos repas.

Le pique-nique tient une place importante dans une journée de randonnée. Sain et équilibré, il permet de reprendre des forces avant de poursuivre l'étape du jour. La dégustation de produits locaux est une ouverture sur les traditions et la culture régionale, et puis c'est avant tout un moment d'échange convivial.

Rendez-vous / Dispersion

► Rendez-vous

Le J1 à 8h30 devant la gare SNCF de Briançon.

► Dispersion

Le J12 vers 16h à Menton.

Convocation

Vous recevrez environ deux semaines avant votre départ, une convocation précisant l'heure et le lieu du rendez-vous, le nom et les coordonnées du guide ainsi que l'adresse du premier hébergement.

Période de départ

Séjour du dimanche au jeudi. Départ de juin à septembre.

Votre budget

► Les prix comprennent

- L'hébergement
- La pension complète
- L'encadrement par un accompagnateur en montagne français
- Les transferts de bagages sauf pour les nuits des J2, J5 et J9
- Les transferts internes indiqués

► Les prix ne comprennent pas

- L'acheminement
- Les boissons
- Les assurances
- Les visites de sites
- Les frais d'inscription
- Les dépenses personnelles
- Tout ce qui n'est pas indiqué dans « Les prix comprennent »

Nuit supplémentaire

Nous pouvons si vous le souhaitez réserver des nuits supplémentaires au départ ou à la fin de votre séjour.

Première possibilité, un hôtel familial situé à 300 mètres de la gare SNCF de Briançon, disposant d'un grand parking privé. Vous pourrez ainsi sur demande laisser votre véhicule en sécurité pendant votre semaine de randonnée.

Du lundi au vendredi et samedi en juillet et août, possibilité de dîner avec un menu du terroir fait maison à 18 € environ. Nombreux restaurants dans le centre de Briançon.

Deuxième possibilité, un hôtel** plus confortable situé à 400 mètres de la gare SNCF. Buffet pour le petit déjeuner. L'hébergeur vous indiquera des parkings publics gratuits à proximité. Possibilité de se garer devant l'hôtel pour déposer vos bagages.

Privatiser ce voyage

Pour les amis, CE, association, club de marche, collectivité, etc. : à partir de 6 participants, prenez contact avec l'équipe qui sera à votre disposition pour vous conseiller sur vos projets et pour vous établir un devis sur mesure en fonction de vos attentes, de la taille de votre groupe, des dates et de la durée de votre séjour.

Assurances

Vous pouvez souscrire, par l'intermédiaire de GRAND ANGLE, une assistance rapatriement, une

assurance annulation seule, une assurance multirisque ou une assurance complémentaire CB : assurances facultatives.

1/ L'assistance rapatriement, contrat n°4310 comprend les frais de recherche et de secours, une assurance "frais médicaux" et une assistance rapatriement

2/ L'assurance annulation + interruption de séjour, contrat n°4311 vous couvre hors frais d'inscription et hors taxes aériennes.

Elle vous rembourse les frais d'annulation retenus par Grand Angle selon les conditions d'annulation générales de vente (<https://www.grandangle.fr/conditions-vente>) et/ou conditions particulières de vente de votre contrat de voyage.

3/ L'Assurance annulation + interruption de séjour + assistance rapatriement (multirisque), contrat n°4312

4/ L'assurance complémentaire CB, contrat n°4313 vous est proposée pour l'achat d'un séjour avec une Carte Bancaire proposant des garanties Annulation et Assistance Rapatriement (Gold Mastercard, Visa Premier, Infinite Platinum).

Elle vous rembourse la franchise et la part des dommages excédant le montant indemnisé par votre assurance CB.

Ces contrats sont souscrits pour vous auprès du groupe Assurinco. Leur tarif varie en fonction du type d'assurance choisi et du montant de votre voyage.

Se référer à notre site internet <https://www.grandangle.fr/en-pratique/etre-bien-assure>

Pour les personnes ayant leur domicile légal et fiscal hors Europe occidentale ou dans les COM, DROM, POM, Grand Angle peut leur proposer un contrat spécifique « impatriés », contrat n°2142 offrant une garantie annulation et/ou assistance rapatriement (sur demande)

Grand Angle n'intervient que comme intermédiaire entre vous et Assurinco ; il vous appartient de faire les démarches nécessaires auprès de l'assurance ; nous pouvons cependant bien volontiers vous y aider.

Accès

► En train

Gare SNCF de Briançon à l'aller et gare de Menton au retour.

Train de nuit direct depuis la gare de Paris-Austerlitz. En journée, trains depuis Marseille, Grenoble ou Valence (en correspondance avec les TGV).

Retour sur Briançon en train le lendemain de notre arrivée à Menton. Se renseigner sur les horaires et les billets :

- La SNCF : 36 35 ou connectez-vous sur <https://www.oui.sncf/>

► En voiture

Consultez votre itinéraire sur www.viamichelin.fr.

— De Grenoble : Col du Lautaret / Briançon par la RD1091. En vérifiant l'ouverture de la route sur : www.inforoute05.fr/wir3/circulation.html

— De : Grenoble : La Mure / Col Bayard / Gap par la RN 85, puis direction Briançon par la RN 94

Parking : vous pourrez laisser votre voiture sur le parking de la gare SNCF de Briançon pour la durée de votre séjour. Ce parking est gratuit et non gardé.

— Vous pouvez aussi louer une voiture à Nice, que vous laisserez à Briançon. Pour plus de renseignements : avis.fr.

— Pour rejoindre Nice depuis Menton et récupérer votre véhicule, il est nécessaire d'emprunter le train ou le bus n° 100 (toutes les 15 à 30 minutes). Horaires sur : tourisme-menton.fr/Horaire-des-Bus.html.

► **Garer sa voiture**

Parking possible à Briançon, mais le mieux est de venir en train.

Covoiturage

Vous pouvez mutualiser les moyens de déplacement en faisant du covoiturage. En plus d'être plus économique et écologique, ce moyen de transport vous permet de faire connaissance avec les autres participants. Avant le départ et sur demande, nous pouvons vous mettre en relation avec les autres membres du groupe qui le souhaitent. Sinon, rendez-vous sur www.blablacar.fr.

Baignade

Un certain nombre de nos voyages se prêtent à la baignade, en cours d'étape ou en fin de journée. Ce serait dommage de ne pas en profiter. Nous soulignons cependant que vos encadrants ne sont pas maîtres-nageurs ; ces baignades se font donc sous votre responsabilité et à vos risques et périls.

Photos

Vous faites de belles photos ! N'hésitez pas à nous envoyer un CD, une clé USB, un lien Dropbox ou Wetransfer de vos plus belles photos réalisées lors de votre voyage. Le fait pour vous de nous communiquer des photos implique que vous acceptez que vos photos soient utilisées à titre gracieux sur nos différents supports (catalogue, site internet, fiche technique, etc...).

Récit de voyage

Vous souhaitez partager vos meilleurs moments du voyage et faire profiter de votre expérience la communauté de randonneurs ? Transmettez-nous votre récit et quelques photos illustrant vos propos que nous publierons pour vous sur notre blog : blog.grandangle.fr.

Tourisme responsable et durable

► **Agir pour un Tourisme Responsable - label ATR**

Grand Angle est un membre actif de l'association ATR « Agir pour un Tourisme Responsable », dont la conformité avec le label a été certifiée par Ecocert Environnement.

Les valeurs communes du label, partagées par tous ses membres, sont représentées par : la transparence (entre le client et l'agence de voyage), le partenariat (entre les prestataires locaux et l'agence de voyage) et la cohérence (synonyme de bonne communication au sein de l'équipe de l'agence de voyage).

Etre membre d'ATR nous engage à :

- Promouvoir un tourisme de qualité
- Respecter l'environnement, le patrimoine et les populations locales
- Sensibiliser les voyageurs aux coutumes locales
- Informer les voyageurs en toute transparence sur leurs conditions de voyage

Pour plus d'information sur l'association ATR : www.tourisme-responsable.org

► **La Charte Européenne du Tourisme Durable dans les Espaces Protégés**

En 2014, Grand Angle a été l'un des premiers tours opérateurs à être certifié au titre de la Charte Européenne du Tourisme Durable, créée et développée par Europarc, la Fédération des espaces protégés européens, regroupant Parcs Naturels Régionaux, Parcs Nationaux et réserves naturelles.

La Charte Européenne a pour vocation de développer sur des espaces protégés un tourisme de qualité, durable et responsable, dans le respect de l'homme et de son environnement. Etre certifié au titre de

la CETD est une reconnaissance de notre engagement dans le tourisme et le développement durables ancrés sur les territoires, sur les plans économique, social et environnemental.

La certification est une attestation de la confiance que portent les Parcs à notre entreprise et à sa démarche.

Le partenaire de Grand Angle dans cette certification est le Parc Naturel Régional du Vercors, notre patrie : <http://parc-du-vercors.fr>

En savoir plus sur la Charte Européenne de Tourisme Durable : <http://www.europarc.org/sustainable-tourism/>

À EMPORTER DANS VOS BAGAGES

Pour transporter vos affaires

- Un petit sac à dos confortable de 35 à 45 L avec ceinture ventrale pour porter vos affaires personnelles et le pique-nique durant la journée
- Un bagage suiveur : un sac à dos, un sac de voyage en bon état, ou une valise pas trop encombrante. Un seul bagage par personne ; limité à 12 kg.

Pour randonner

- Des chaussures de montagne tenant la cheville avec une bonne semelle crantée, présentant un contrefort et une bonne imperméabilité
- Des chaussettes confortables « spécial randonnée » (3 paires minimum)
- Une fourrure polaire ou un pull chaud
- Un pantalon confortable pour la marche (matière technique séchant rapidement)
- Shorts, tee-shirts et sous-vêtements techniques (matière séchant rapidement)
- Une chemise à manches longues (matière technique séchant rapidement)
- Bâtons de marche (télescopiques), très importants pour faciliter la marche
- Gants, bonnets, un bob

Nota : les vêtements techniques synthétiques sont très performants. De nouveaux vêtements en laine de mérinos sont aussi apparus ; ils sont très performants et agréables à porter, et présentent l'avantage de ne pas développer les odeurs de transpiration ! (marque Icebreaker, Ruka, etc...).
D'une manière générale, proscrire le coton, qui refroidit lorsqu'il est mouillé.

Pour le pique-nique du midi

- Bol, boîte ou assiette en plastique
- Couverts (cuillère, fourchette, couteau)
- Une ou deux gourdes d'un litre et demi minimum (obligatoire)

Contre le soleil et la pluie

- Crème solaire (haute protection) et lunettes de soleil
- Chapeau, casquette ou bob
- Une cape de pluie ou un « Goretex » et éventuellement un pantalon Goretex

Après l'effort

- Un drap sac
- Une paire de tennis style jogging pour le soir
- Vêtements de rechange et linge personnel
- Trousse et serviette de toilette (mini)
- Une mini-pharmacie : médicaments personnels, élastoplaste, biogaze ou « 2ème peau », gaze, désinfectant, arnica en granules et aspirine en cas de petits bobos ... (tout un programme ! mais rassurez-vous, la pharmacie revient souvent intacte de votre semaine de randonnée).
Cette liste est donnée à titre indicatif, elle doit être adaptée en fonction du séjour

A VOTRE SERVICE

L'équipe est à votre disposition pour la bonne réalisation de votre voyage, n'hésitez pas à nous contacter : nous ferons tout pour que votre séjour soit une réussite.