

Grande Traversée des Alpes

Traversée des Alpes, de Briançon à Menton

France

Code voyage : FRALP0064

Randonnée liberté • Voyage itinérant

14 jours • 13 nuits • portage allégé • Niveau : 3 / 5



Voyage à travers les Alpes françaises... Cette extraordinaire traversée vous conduira de Briançon à Menton, sur les bords de la Méditerranée.

Une grande itinérance qui vous fera traverser 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 ! Outre la splendeur et la variété des paysages, la diversité des traditions montagnardes vous étonnera.

Points forts

- Le Parc National du Mercantour et la vallée des Merveilles
- La Traversée des Alpes du sud
- 1 nuit à l'arrivée en hôtel 3* à Menton

PROGRAMME

J1 • Briançon

Accueil à Briançon dans l'après-midi à l'hôtel. Prenez le temps de visiter la ville.

Dîner et nuit en hôtel 3* à Briançon.

J2 • Les Fonts – Abriès

Transfert de 45 min aux Fonts de Cervière, départ de la randonnée.

Vous abordez le Queyras par le col de Malrif (2830 m). Descente sur le grand Laus, puis longue descente panoramique jusqu'à Abries par le sentier du calvaire.

Nuit en gîte. Bagages transportés

5h30 de marche. + 785 m, -1290 m.

J3 • Abriès – Chianale (Italie)

Court transfert au début de la randonnée. Traversée nord sud par le lac Egorgéou et le lac Foréant, le col Vieux (2806 m), puis le col Agnel (2744 m), sous le haut patronage du Pain de sucre (3208m) et du Mont Viso (3841m). Descente sur le beau village de Chianale dans le Piémont italien (Italie, 1797m).

Nuit en gîte. Vous portez vos bagages nécessaires pour 1 nuit.

6h de marche. +1150 m, - 1060 m.

J4 • Chianale – Fouillouse

Par le lac bleu puis le Col Longet (2655 m) et le lac de Longet, source de l'Ubaye, vous regagnez la France et la splendide vallée de la Haute Ubaye. Arrivée au village de Maljasset. Transfert à Fouillouse, authentique village des Alpes du Sud.

Nuit en gîte auberge. Vous retrouvez vos bagages

6h de marche. + 860 m, -750 m.

J5 • Fouillouse – Larche

Montée par le verdoyant vallon de Fouillouse (nombreuses marmottes !) au col du Vallonnet (2574 m) pour descendre ensuite vers le petit lac du Vallonnet inférieur. Puis vous redescendrez la vallée de Viraysse, après avoir franchi le col sauvage de Mallemort (2558 m) ; cette dernière descente nous conduira au village de Larche (1670m), l'un des derniers villages de la Haute Ubaye.

Nuit en gîte. Bagages transportés.

6h de marche. +860 m, -1080 m.

J6 • Le Parc du Mercantour Larche – Bousieyas

Transfert au col de Larche ; le splendide vallon du Lauzanier (réserve naturelle) et son lac (2284 m).

Le Pas de la Cavale (2671 m) ; descente par les lacs d'Agnel jusqu'aux granges de Salse Morène, 2087 m, puis remontée au col des Fourches, 2262 m, avant la descente sur le gîte de Bousieyas.

Nuit en gîte-refuge à Bousieyas ou St Delmas le Sauvage. Bagages transportés.

6h30 de marche. +1175 m, - 965 m.

J7 • Bousieyas ou St Delmas le Sauvage – St Etienne de Tinée

Passage du col de la Colombière, 2237 m, puis descente sur St Delmas le Sauvage, 1500m. Remontée au col d'Anelle, 1739 m, pour descendre ensuite à St Etienne de Tinée (chapelles aux fresques peintes, clocher roman).

Nuit en gîte. Bagages transportés

5h30 de marche. +585 m, - 1325 m.

J8 • St Etienne de Tinée – Le Boréon – La Madone de Fenestre

Transfert au Boréon tôt le matin.

Vous franchissez le Pas des Ladres (2448 m) et le col de Fenestre (2474 m, col frontière avec l'Italie), pour descendre au refuge de Madone de Fenestre (1903 m), lieu de pèlerinage célèbre de la haute Vésubie et ancienne étape sur l'itinéraire de la route du sel.

Nuit en refuge. Vous portez vos bagages nécessaires pour 1 nuit

5h de marche. +1000 m, -630 m.

J9 • La Madone de Fenestre – St Grat

Par les lacs et la baisse de Prals (2334 m). Le chemin suit le torrent et les cascades, puis descend dans la vallée de la Gordolasque dans un site magnifique.

Nuit en gîte. Bagages transportés.

4h30 de marche. + 500 m, -810 m.

J10 • Les gravures de la vallée des Merveilles St Grat – Refuge des Merveilles

St Grat - Refuge des Merveilles, par le Pas de l'Arpette (2511 m) : découverte des gravures rupestres. 40 000 pétroglyphes ont été répertoriés, gravés sur les dalles rocheuses des vallées des Merveilles et de Fontanalbe. Le site est splendide, avec ses lacs : lac des Merveilles (au pied du Mont Bégo), les lacs "Long" supérieur et inférieur, le lac Fourca, etc.

Nuit au refuge des Merveilles. Vous portez vos bagages nécessaires pour 1 nuit

6h de marche, +1000 m, - 500 m.

J11 • Refuge des Merveilles – Camp d'Argent

Par le lac Fourca, puis les lacs du Trem, et de la Muta, vous gagnerez les petits lacs du Diable, puis le pas du Diable (2436m). Descente sur le col de Raus (1999m) et la Baisse de Saint Véran (1836m) avant la remontée sur l'étonnant site fortifié de l'Authion.

Nuit en gîte. Vous retrouvez vos bagages.

5h30, +600m, -980m.

J12 • Camp d'Argent – Sospel – St Agnès

Descente sur le beau village de Sospel, plaque tournante de la "route du sel", par la tête du Pin et le Moulinet ou par les Cabanes vieilles. Transfert à St Agnès.

Nuit en hôtel. Bagages transportés.

6h de marche. +320m, -1720m.

J13 • St Agnès – Menton

Roue libre ou presque jusqu'à la mer ! Plusieurs itinéraires possibles en fonction de la chaleur... et de la fatigue. Descente panoramique à partir de Sainte Agnès directement sur Menton (-650m ; 2h) ou parcours à travers les pinèdes jusqu'au village perché de Castellar, puis descente directe sur le vieux Menton et son port.

De Ste Agnès à Castellar, par le sentier des « Balcons de la Côte d'Azur » : *3h de marche, + 200 m et - 500m.*

De Castellar à Menton par le Baousset : *1h30 de marche, -350 m, soit 4h30 de marche au total.*

Arrivée à Menton nuit et petit déjeuner en hôtel 3*.

Bagages transportés. Nuit et petit déjeuner en hôtel 3* à Menton.

J14 • Menton

Fin de séjour

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.

Itinéraire

Nous pouvons parfois être amenés à modifier quelque peu l'itinéraire indiqué, notamment à cause des disponibilités dans les hébergements. Faites-nous confiance, ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et un meilleur confort !

Niveau 3/5

Bon à très bon marcheur, bonne expérience de la montagne.
5 à 7 heures de marche par jour. Dénivelé en montée : de 500 à 1285 m par jour.
Altitude maximum : 2830 m.

Transport des bagages

Formule « bagages transportés »

Le portage de vos affaires est réduit au maximum.

Vous portez vos affaires nécessaires pour les nuits des J3, J8 et J10. Rien à porter les autres jours, à part un petit sac avec le pique-nique et vos affaires nécessaires pour la journée.

Formule « bagages non transportés »

Vous pouvez aussi choisir de porter vous-mêmes vos bagages.

Groupe

A partir de 2 personnes

Durée

14 jours / 13 nuits / 12 jours de randonnée.

Période de départ

Date de départ à votre convenance, en fonction des disponibilités.

De mi-juin à mi-septembre

Attention ! En début de saison, il peut y avoir encore des névés plus ou moins important selon les années dans certains cols d'altitude.

Dossier de voyage

Circuit liberté, sans accompagnateur ; un dossier de voyage complet vous sera remis, comprenant entre autres les cartes détaillées, le topo guide, la liste des hébergements et bons d'échange (feuille de route). Selon les cas, vous recevrez votre dossier avant le départ, ou vous le retrouverez au premier hébergement. **1 dossier pour 2 à 4 personnes**

Confort

► Hébergement

En refuges gardés et en gîtes d'étape, en dortoir ; une nuit en hôtel à Ste Agnès.

1 nuit en hôtel le J1 à Briançon , 1 nuit en hôtel à Menton.

► Classification hôtelière

En France, de plus en plus d'hôtels ou de chambres d'hôte refusent toute classification, même des établissements qui étaient encore classés voici un ou deux ans. Ces établissements ne perdent pas pour autant en qualité, loin de là. Parmi les chambres d'hôtes, beaucoup sont des chambres de charme. Si nous indiquons, par exemple, un niveau de confort "3*" ou équivalent" : cela signifie que l'établissement n'est pas forcément classé, mais a un confort correspondant à celui d'un hôtel 3*.

► Restauration

Repas du soir et petit déjeuner servis chauds. Sauf si vous avez choisi la nuit en hôtel à Briançon le J1 au lieu du refuge, nuit et petit déjeuner pour cette nuit.

Pique-niques : non compris dans le prix ; vous pourrez vous approvisionner pour les confectionner ou les commander (en arrivant, la veille) à votre hébergement.

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

Début/Fin

► Début

J1 à l'hôtel de Briançon dans l'après-midi.

► Fin

J14 après le petit déjeuner à Menton.

Période de départ

Date de départ à votre convenance, en fonction des disponibilités.

De mi-juin à mi-septembre.

Attention ! En début de saison, il peut y avoir encore des névés plus ou moins important selon les années dans certains cols d'altitude.

Votre budget

► Les prix comprennent

- l'hébergement en ½ pension sauf à Menton en nuit et petit déjeuner.
- les transferts internes privés : *Briançon – Fonts de Cervière ; Abries – début de la rando ; Maljasset – Fouillouse ; Larche – Col de Larche ; St Etienne de Tinée – le Boréon ; Sospel – Ste Agnès.*
- le transport des bagages (selon option) sauf pour les nuits des J3, J8 et J10.
- un dossier de voyage (1 dossier pour 2 à 4 personnes)
- les traces gpx du parcours

► Les prix ne comprennent pas

- les boissons individuelles
- les pique-niques
- le diner à Menton
- les visites de sites
- Les transferts de bagages pour les nuits du J3, J8 et J10 sur la formule bagages transportés
- les assurances
- Les frais d'inscription
- tout ce qui n'est pas indiqué dans « Les prix comprennent »

► Options, suppléments et réductions

- Nuit supplémentaire à Menton en hôtel 3* en B&B

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.

5/ L'assurance multirisque avec extension de garanties spéciales épidémies et pandémies, en complément du contrat multirisque n°4312 déjà existant.

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, en cas de sinistre, d'effectuer les démarches nécessaires auprès de l'assurance.

Accès

► En avion

Aller : Aéroport de Turin (100 km) ou aéroport de Grenoble (140 km)

Retour : Aéroport de Nice (40 km)

► En train

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

Se renseigner auprès de la SNCF <https://www.oui.sncf/>

► En voiture

Consultez votre itinéraire sur www.viamichelin.fr.

Covoiturage

Vous pouvez mutualiser les moyens de déplacement en faisant du covoiturage, 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 vous êtes seuls juges de l'opportunité d'une baignade ; 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.

Tourisme responsable

► 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 vérifiée 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).

Être 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](#).

Pour préparer au mieux votre voyage, nous vous invitons à prendre connaissance de la [charte éthique du voyageur](#).

► 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. Être 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](#).

En savoir plus sur la [Charte Européenne de Tourisme Durable](#).

À EMPORTER DANS VOS BAGAGES

Équipement

Pour transporter vos affaires

- Un petit sac à dos confortable de 40 à 50 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 10kg.

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
- 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
- une lampe frontale

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 les pique-niques

- Bol, boîte ou assiette en plastique
- Couverts (cuillère, fourchette, couteau)
- Gourde d'un litre et demi minimum (obligatoire) ; une gourde thermos pour l'hiver

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

- Une paire de tennis style jogging pour le soir
- Vêtements de rechange et linge personnel
- Un drap sac ou duvet pour la formule en gîte d'étape uniquement
- 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)
- Maillot de bain + serviette

Cette liste est donnée à titre indicatif et doit être adaptée en fonction du séjour et de la saison à laquelle vous partez.

INFORMATIONS PRATIQUES

Formalités

► Papiers

Les voyageurs, mineurs inclus, doivent être en possession d'une carte nationale d'identité ou d'un passeport (ressortissants de l'UE).

Adresses utiles

Office de Tourisme de Briançon

1 Place du Temple Cité Vauban - 05105 Briançon Cedex

33 (0)4 92 21 08 50

<http://www.briancon.com/>

Office de Tourisme de Menton

8 avenue Boyer - 06500 Menton

33 (0)4.92.41.76.76

<https://www.tourisme-menton.fr/>

Cartographie

Cartes IGN TOP 25 au 1/25.000ème : 3637 OT, 3639 OT, 3741 OT, 3741 ET

Divers

Le Parc national de Mercantour

La biodiversité : une des grandes originalités de la faune du Mercantour est la cohabitation d'espèces animales originaires du Grand Nord (le Lagopède alpin), des bords de la Méditerranée (le Lézard vert) ou encore d'Asie (la Marmotte). On y trouve aussi des "associations" uniques au monde : c'est le seul territoire sur lequel le petit duc d'Afrique du nord côtoie la Chouette de Tengmalm, de Sibérie...

Vous pourrez admirablement observer dans tout le massif la flore très diversifiée chardon bleu, génépi, lis, gentiane, orchidées, edelweiss...et bien d'autres espèces colonisent et colorent ce territoire tel un feu d'artifice à l'état naturel ! Ouvrez bien grands vos narines, des millions d'odeurs parfument cette nature à l'état pur !