



FRANCE | Raquette et bien-être dans le Briançonnais

6 jours / 5 nuits

Raquette au ski - Niveau modéré



Circuit en regroupement avec des agences partenaires (non exclusif 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 loin du tourisme de masse ! Amateurs de grands espaces enneigés, chaussez vos raquettes et venez découvrir les montagnes environnantes du charmant village de Cervières. Randonnées à travers des vallées sauvages recouvertes de leur manteau blanc, lacs gelés et panoramas à couper le souffle, la montagne que vous découvrirez vous laissera sans voix ! Vous logerez dans un hôtel au style familial et chaleureux avec une vue époustouflante sur les sommets enneigés.

Un circuit dépayasant et vivifiant !



POINTS FORTS

- Un séjour équilibré entre activités sportives et bien-être
- Un lodge confortable avec vue sur les montagnes
- Une vallée préservée loin du tourisme de masse
- La variété de paysages : cirque, cols, hameau, plaine, forêt...

ITINÉRAIRE

JOUR 1 : CERVIÈRES - COL DES OURDEIS

Vous aurez rendez-vous à votre hébergement à Cervières dans la matinée. Il sera possible d'organiser un transfert depuis la gare de Briançon ou Oulx (à demander lors de votre inscription).

Dès votre arrivée, vous partirez pour une randonnée dans le vallon sous l'Izoard pour atteindre les chalets du même nom. De là, une balade vous amènera vers un somptueux cirque. Vous pourrez poursuivre la randonnée jusqu'au pied du col des Ourdeis pour prendre de la hauteur et profiter d'un panorama époustouflant. Puis, retour à votre lodge pour déguster l'apéritif de bienvenue, un moment idéal pour faire connaissance !

Repas : Déjeuner (pique-nique) - Dîner

Transfert : 1h

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

Hébergement : Lodge

JOUR 2 : HAMEAU DES CHALETS DE L'ALP

Après le petit déjeuner, vous partirez pour une balade en raquettes autour du charmant village de Cervières. Vous prendrez la direction du hameau des chalets de l'Alp et évoluerez au cœur d'une vallée sauvage et préservée. Appréciez la sérénité des lieux ! Puis, retour à votre lodge en milieu d'après-midi, de quoi profiter d'un moment de détente au coin du feu ou d'une partie de baby-foot !

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

Dénivelés : 3h (dénivelés : +300m / -300m)

Hébergement : Lodge

JOUR 3 : VALLON DES OULES

Nouvelle journée, nouvelle vallée, nouveaux paysages. Vous serez transférés au hameau du Laus afin d'explorer le vallon des Oules. Vous évoluerez au milieu du bois du Balais jusqu'à atteindre une bergerie qui offre de splendides points de vue sur la vallée. Votre accompagnateur sera ravi de partager ses connaissances sur la faune et la flore sauvage. À la suite d'une pause ensoleillée, vous profiterez d'un retour agréable avant de finir cette belle journée par un moment détente à votre lodge.

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

Dénivelés : 3h (dénivelés : +350m / -350m)

Hébergement : Lodge

JOUR 4 : COL DU LAUTARET - LES BAINS DU MONÊTIER

Aujourd'hui, vous vous rendez au fameux col du Lautaret et chausserez vos raquettes pour une balade en direction des principaux sommets des Écrins. Le paysage s'ouvre alors sur toute la vallée, moment idéal pour sortir l'appareil photo et capturer la magie de l'instant. Après l'effort, le réconfort ! vous profiterez des bains chauds ou autres soins dans le magnifique complexe des bains du Monêtier.

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

Transfert : 2h

Dénivelés : 2h30 (dénivelés : +250m / -250m)

Hébergement : Lodge



JOUR 5 : PLAINE DU BOURGET - FIN DU SÉJOUR

Aujourd'hui, direction la plaine du Bourget côté sud, vers le col de Bousson. Vous vous rapprocherez de la frontière italienne et profiterez pleinement de l'ambiance hivernale et féerique qui règne sur ces panoramas extraordinaires ! Vous longerez les crêtes pour admirer de splendides points de vue sur la plaine. Avec un peu de chance, vous croiserez des marmottes, animaux emblématiques des lieux !

Dispersion en début d'après-midi et fin de votre séjour.

Repas : Petit déjeuner - Déjeuner (pique-nique)

Dénivelés : 4h (dénivelés : +400m / -400m)

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
- Le transport des bagages
- L'encadrement par un guide accompagnateur
- Les transferts prévus au programme
- Les taxes de séjour

Le prix ne comprend pas

- L'acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous
- Les repas non prévus au programme
- L'entrée aux bains de Monétier
- Les boissons et dépenses personnelles
- Le supplément single éventuel (155€/personne)
- Les pourboires
- Les assurances rapatriement, annulation et multirisques
- Les frais de dossier (15€)

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 (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 en hiver reste dangereuse, suivez les recommandations de votre guide. Nature du terrain : moyenne montagne, alternant forêts et étendues enneigées. Les temps de marche effective 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 la région, 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. En plus de faciliter l'accès et le déroulement du voyage, les trajets sont conviviaux et permettent de discuter, dormir, ou 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 seront prévus
- Les boissons ne sont pas 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. Vous serez logés dans des chambre partagées (de 3 personnes maximum) avec WC et douches communes sur le palier (draps de lit fournis, linge de toilette fourni). Le supplément chambre individuelle : 155€ (sous réserve de disponibilités)).



En cas d'indisponibilité au Lodge, le voyage 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 prévenus 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. Le retour à Oulx est possible vers 17h, mais non garanti.

Nous faisons de notre mieux, mais nous ne pouvons garantir l'heure d'arrivée à la gare. Nous vous conseillons de prendre des billets modifiables et/ou remboursables.

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 ou 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

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.

AVANT LE DÉPART

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- 15kg avec un seul bagage par personne (minimum 25L) Pour vos enfants, pensez à prendre un sac adapté.

Vêtements :

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



- Les chaussures de randonnée à tiges hautes (type Vibram) 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 (2 paires pour 2 à 3 jours de marche). Éviter les chaussettes en coton, très longues à sécher avec un risque élevé d'ampoules (préférer celles à base de Coolmax)
- Sandales ou tennis (et chaussettes classiques) pour le soir
- 1 Pantalon de trekking
- 1 surpantalon imperméable (facultatif)
- 1 short ou bermuda
- Chemises ou T-shirts à matière respirante (Capilène, Dryflo, Light Effect...)
- 1 Polaire ou pull chaud
- 1 Coupe-vent en Goretex ou Micropore
- 1 Cape ou veste de pluie
- Maillot et serviette
- Linge personnel et pyjama
- Chapeau ou casquette
- Un sac à viande (sac cousu)
- Des boules quies
- Protection solaire (haute protection) et stick à lèvres
- Gourde 1 litre minimum ou Camel Bag
- Appareil photo, Jumelles
- Lampe frontale
- Papier hygiénique
- 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

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 : 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 !

