



CERVIERES, ESPRIT ZEN ET COULEURS AUTOMNALES

Séjour de randonnée accompagnée
Séjour en étoile - 7 jours / 6 nuits - Hautes Alpes

Mise à jour : 19/09/2024

Situé entre le Parc National Des Ecrins et Le Parc Régional du Queyras, le hameau de Cervières est une invitation dans une vallée oubliée du tourisme de masse, à l'image du Caroux. Ici, l'esprit qui règne à l'automne est parfait pour les amoureux de nature sauvage: couleurs flamboyantes des mélèzes, neige sur les plus hauts sommets, ciel bleu azur des Alpes du Sud. C'est la saison où l'on se met au rythme de la nature et où l'on prend le temps de vivre, de marcher... C'est la "slow attitude". C'est ici que, dans les années 70, les habitants et les élus locaux se sont battus pour faire avorter le projet d'une station de ski reliant le village à Montgenèvre. C'est dire le caractère des Hommes qui peuplent cette vallée! Attachés à leur patrimoine, ils veulent contribuer au développement de l'activité agro-pastorale mais aussi d'un tourisme plus doux. Au pied de sommets à plus de 3000m, ce hameau profite d'espaces sauvages pour réaliser des randonnées authentiques. Et puis, les noms de ces sommets ne sont pas sans rappeler son ancrage dans la vallée de la Durance et du Sud de la France: Le Grand Peygu, le Pic de Beaudouis, L'escalade et le Pic de Rochebrune.

Afin que le séjour s'inscrive dans la continuité du caractère de cette vallée, nous avons privatisé un chalet du XVIIIème siècle fait de pierres et de bois d'épicéa récemment rénové. où vous pourrez profiter de l'espace détente avec sauna et jacuzzi.

L'ETAT D'ESPRIT CANOPEE:

Vous vous préparez à nous suivre sur un de nos voyages d'aventure. Derrière cette fiche technique se cache un travail d'équipe et une véritable culture du voyage que nous tenons à partager avec vous. Nos objectifs sont de tenter de vous faire découvrir des régions en y apportant nos touches personnelles, celles de découvrir des territoires sauvages, des hébergements locaux et petits hameaux qui se fondent dans les massifs. Il s'agit aussi de développer sur ces territoires l'emploi que ce soit directement pour le biais de l'embauche ou par le choix de prestataires locaux qui sont, à

nos yeux, les référents de leur territoire. Aussi vous faire découvrir la faune et la flore. Les rencontres humaines sont, sans aucun doute, pour nous, le point primordial de nos voyages. Elles sont la clef de voûte de la transmission du savoir et de l'épanouissement personnel afin que vous repartiez de nos séjours la tête remplie d'étoiles.

Vous venez donc, avec nous, pour découvrir ces valeurs, vous ouvrir à ce partage et vous immerger dans ces territoires qui n'attendent de vous que la curiosité et le respect.

...Bienvenue chez Canopée Voyages

PROGRAMME

JOUR 1

Accueil à partir de 16h. Installation en chambre, présentation de la semaine, découverte de l'espace détente du chalet. SPA, Pot d'accueil et dîner.

JOUR 2

Le lac des Cordes

Circuit remarquable dans la célèbre vallée des Fonts de Cervières, un lac magnifique au pied du cirque du Pic de Rochebrune. Au cœur de cette vallée se trouve un petit village de chalets d'alpage, havre de paix où la vie paysanne continue d'être bercée par le rythme immuable des saisons.

5h de marche. D+ 650m / D- 650m

JOUR 3

Le vallon de Chardonnet

Deuxième sortie de notre périple "Mélèzes" mais cette fois dans la vallée de la Clarée. Elle permet d'accéder à un panorama magnifique sur Névache. Une randonnée très agréable et variée dans une vallée restée assez sauvage.

5h de marche. D+670m / D-670m

JOUR 4

L'Alpedu Lauzet

Une randonnée au pied de l'Aiguillette du Lauzet en surplomb de la route des grands cols secteur du Lautaret. Espace atemporel offrant des vues insoupçonnées sur le massif des Ecrins.

3h de marche. D+ 400m / D- 400m. 2h de balnéothérapie au centre de Monetier les Bains (sous réserve d'ouverture).

JOUR 5

Lac du Soulier ou Col de Néal

Grande boucle pour découvrir les chalets de Clapeyto puis monter au-dessus sur la crête de Terres Blanche où se trouvent plusieurs lacs. Retour par le Col du Néal.

5h de marche. D+ 650m / D-650m

JOUR 6

Les chalets de l'Izoard

Boucle au départ du Laus de Cervières mène dans deux bois très agréables : Péméant puis Loubatières, composés essentiellement de grands mélèzes.

5h de marche D+ 650m / D-650m

JOUR 7

Le fort des Salettes

Visite de Briançon, inscrite au patrimoine mondiale de l'UNESCO, grâce à son incroyable réseau de fortifications militaires unique au monde ! Nous regagnons le fort des Salettes situé 212m au dessus de la ville pour embrasser une dernière fois un panorama global sur le briançonnais

2h de marche . D+ 250m / D-250m

12h30 : Fin du séjour – Départ.

A LIRE IMPERATIVEMENT:

Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction. Des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté tels que les conditions climatiques et l'enneigement peuvent en modifier le déroulement. Des décisions de

modification du séjour (modification de tracé par exemple) peuvent être prises au fil des jours par l'organisateur, responsable de ce voyage. Nos guides et accompagnateurs sauront d'autant mieux gérer ces aléas, si chacun garde sa bonne humeur.

Nous attirons votre attention sur le fait que ce séjour se déroule en zone de montagne. Il est donc nécessaire que chacun des participants en ai conscience tant au niveau du respect de l'environnement et des habitants mais surtout concernant le niveau d'engagement que cela nécessite. Il est donc indispensable de se préparer à ce type de séjour et d'informer « Canopée Voyages » de toutes problématiques liées à la santé des participants.

Le jacuzzi et le sauna de notre hébergement peuvent être soumis à des aléas de fonctionnement qui peuvent être le résultat d'une mauvaise manipulation d'un des randonneurs. Dans le cas où le jacuzzi ou le sauna sont en panne, aucun dédommagement ne sera fait auprès des randonneurs participant au séjour.

A cette période, les Grands Bains de Monetier peuvent être fermés pour entretien. Nous vous déduirons l'entrée au site d'une valeur de 20€.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Rendez-vous du 1er jour, le dimanche à **partir de 16h** au chalet dans le **hameau de Laus** au dessus de Cervières.

ACCES:

Nos séjours sont spécialement conçus de gare à gare ; une incitation à utiliser le moyen de transport le moins polluant. Pour vos pré-acheminements en véhicule personnel, pensez au co-voiturage. Nous avons mis à votre disposition sur notre site internet un lien direct sur le site www.covoiturage.fr sur lequel vous pourrez rechercher une annonce ou déposer la vôtre.

SI VOUS VENEZ EN TRAIN:

Deux possibilités:

- gare SNCF de Briançon (www.voyage-sncf.fr / www.ter-sncf.com). Arrêt à la gare de Briançon.
- gare de Modane TGV (en Italie, à 1h25 de bus de Briançon) puis bus vers Briançon.

Nous venons vous récupérer devant la gare SNCF. Afin de garantir une bonne organisation du séjour, nous vous récupérerons à la gare SNCF le dimanche à 18h40. Un bar se trouve dans la gare et un autre dans l'hôtel en face de la gare.

Merci de nous communiquer par mail votre horaire d'arrivée au moins 48h à l'avance.

Un forfait de 30€ par personne est facturé pour le transfert A/R depuis la gare SNCF et pour les transferts durant les jours 2, 3 et 4.

SI VOUS VENEZ EN VOITURE:

Le lieu de rdv est fixé au chalet à LAUS. Comptez 20 minutes depuis Briançon.

En provenance du Nord de la France :

- Via Grenoble (à 100km) : autoroute A51 puis RN91 par le col du Lautaret.
- Via Chambéry : autoroute de la Maurienne A43 puis par le tunnel du Fréjus, Saulce d'Oulx (Italie), le Col de Montgenèvre puis Briançon.

En provenance du sud de la France:

De Marseille, Montpellier, par l'autoroute A51 direction Sisteron, sortie La Saulce (à 90km), Embrun, Briançon RN 94. Possibilité de passer par le col de l'Izoard si ouvert.

A Briançon suivre Col d'Izoard/Cervièrès. continuer après Cervières sur la seule route et vous arrivez au Laus. Le chalet est le premier sur la droite à coté de la petite chapelle. Se garer derrière la chapelle

DISPERSION

Vers 13h le dernier jour (samedi) à **Briançon**.

NIVEAU

2/5 - Niveau Modéré

Ces randonnées s'adressent à des randonneurs en bonne condition physique, sans être des sportifs aguerris. Les étapes durent entre 4 et 6 heures par jour, avec un dénivelé compris entre 300 et 750 mètres. Les chemins peuvent comporter quelques passages plus techniques ou escarpés, mais restent accessibles à toute personne habituée à marcher régulièrement.

HEBERGEMENT

Nous avons la possibilité de louer 2 chalets d'architecture locale du XVIIIème siècle en bois de mélèze et pierre de 240m² privatisé pour notre groupe. Ils sont du même standing mais organisés de manière différente à l'intérieur.

En priorité, nous prenons celui disposant de 5 chambres. 5 salles de bains. 2 WC. 1 sauna à l'intérieur du chalet. 1 jacuzzi dans l'espace détente au sous sol.

En second cas, nous louons celui disposant de 5 chambres. 3 salles de bains. 2 WC. 1 sauna à l'intérieur du chalet. 1 jacuzzi dans l'espace détente au sous sol

Les draps et couettes sont fournis dans l'hébergement. Le chalet est situé à une altitude de 1750m.

Le centre balnéo de Monétier les Bains :

4500m² dédiés à la détente: Bassin extérieur à déversement de plus de 300 m², accessible toute l'année, équipé d'une grande variété d'effets d'eau : jets paraboliques, rivière à courant, zones calmes, lit bouillonnant. Bassin intérieur de plus de 300 m² alimenté en eau chaude naturelle et doté d'un jacuzzi , d'un parcours de massages sous l'eau, de lits bouillonnants, de douches colonnes immergées, de zones de micro-bulles et cols de cygne...

Autour du bassin intérieur : trilogie romaine (frigidarium, tepidarium, caldarium), hammam, grotte musicale, brumisations.

Durant la période d'octobre, les Grand Bains de Monetier peuvent être fermés pour cause d'entretien. Dans ce cas là nous vous rembourserons l'entrée d'une valeur de 20€

REPAS:

Petits déjeuners et dîners pris dans le chalet. Ils seront préparés par Damien qui maîtrise les spécialités locales mais aussi quelques plats ramenés de ces voyages au bout du monde. Les midis, piques niques à base de salades, charcuterie locale et sandwiches vous sont proposés.

Régime végétarien possible.

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

TRANSFERTS INTERNES

Les transferts durant le séjour se font avec vos voitures personnelles ou avec l'option navette (8 places maximum. 30€ par personne) durant les jours 2, 3, 4, 5 et 6.

PORTAGE DES BAGAGES

Pas de portage de bagages. Portage uniquement des affaires de la journée (vêtements nécessaires à la journée et portage du pique-nique) Prévoir un sac à dos avec ceinture ventrale de 35L environ.

GROUPE

De 6 à 11 personnes.

ENCADREMENT

Accompagnateur en montagne diplômé d'Etat, Damien connaît parfaitement le massif. Professionnel de la montagne, il s'engage à :

- gérer au mieux le déroulement de votre randonnée en toute sécurité : choix de l'itinéraire, rythme de progression, logistique, santé, adaptation aux aléas météorologiques.
- assurer la dynamique et la cohésion du groupe.
- vous faciliter l'approche du milieu montagnard et vous faire partager avec passion ses connaissances pour la nature.
- être disponible et à votre écoute.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

POUR LA RANDONNEE:

Il s'agit là de faire preuve avant tout de bon sens en fonction de la saisonnalité sur laquelle vous vous êtes inscrits. De façon générale, éviter le coton qui retient l'humidité près du corps (et sèche difficilement) au profit de matières synthétiques adaptées.

- un sac à dos avec ceinture ventrale de 35L environ
- 2 ou 3 polaires
- une doudoune
- une veste imperméable ou une cape de pluie couvrant le randonneur et le sac à dos. Si vous avez des survêtements très techniques, il est possible de ne recouvrir que le sac à dos avec un protège sac contre la pluie. Le parapluie quant à lui est moins pratique, surtout en cas de vent ou d'orage...
- pantalon de toile - shorts - T-shirts
- 6 à 7 paires de chaussettes de randonnée
- 1 chapeau de soleil ou une casquette
- 1 maillot de bain
- 1 paire de chaussures de randonnée (avec membrane imperméable et respirante dans lesquelles vous êtes bien ! Il faut «casser » les chaussures neuves avant de partir en randonnée en les portant quelques semaines auparavant afin d'éviter les désagréments des ampoules et échauffements...
- 1 paire de lunettes de soleil avec verres d'indice 3 minimum.
- 1 grand sac plastique solide pour envelopper les vêtements et affaires dans le sac à dos (en cas de forte pluie)
- mouchoirs en papier.
- 1 pochette pour contenir vos papiers et valeurs : passeport ou carte d'identité, contrat d'assurance, carte vitale, billets d'avion, de train, carte de crédit, argent...)
- petite pharmacie personnelle (Attention liste non exhaustive à adapter en fonction de vos propres besoins médicaux) : pansements stériles prédécoupés, antiseptique local à usage externe (plaies), Elastoplaste et/ou double peau (ampoules), Antalgique type paracétamol, Antidiarrhéique et antiseptique intestinal, Antisapsmodique, Antihistaminique (allergies), sérum physiologique ou collyre oculaire, somnifère léger, crème solaire haute protection pour la peau et les lèvres, crème hydratante type Biaffine (coups de soleil et brûlures), crème ou spray antimoustique, Arnica Montana en granules 9 CH (courbatures)...

POUR L'ETAPE:

- tenues de rechange et chaussures confortables
- boules "Quies" ou bouchons d'oreilles "Ear"
- affaires de toilette minimum + serviette de toilettes Privilégier savon, gel douche et shampoing 100% biodégradable.
- une serviette de piscine + maillot de bain

POUR LES PIQUE-NIQUES:

- 1 gourde de 2L et/ou une bouteille thermos ou camel bag. Boire est indispensable en randonnée.
- 1 couteau pliant type couteau suisse + couverts + gobelet.
- 1 boîte type « tupperware » avec couvercle pour les pique-niques.

BAGAGES:

- 1 sac à dos de 35 litres minimum, muni d'une ceinture ventrale pour les journées de randonnée.
- 1 sac de voyage souple pour contenir les affaires de rechange.

LE PRIX COMPREND

- l'hébergement en pension complète du dîner du jour 1 au petit déjeuner du dernier jour
- L'accès quotidien au Sauna et jacuzzi
- les boissons
- les taxes de séjour
- 1 entrée au centre des Grands Bains de Monetier (si ouvert durant la période)
- l'encadrement

LE PRIX NE COMPREND PAS

- le trajet de votre domicile au lieu de rendez-vous et retour
- les transferts internes au séjour des jours 2, 3, 4, 5 et 6 et le transfert A/R depuis la gare SNCF
- les dépenses personnelles
- les assurances: annulation voyage (4% du montant du séjour). responsabilité civile obligatoire

