

## Informations sur votre séjour ou déplacement (covoiturage, train), joindre :

Christine CORNILLIAT : 04 78 01 67 20 ou 06 20 12 01 74

christinecornilliat@yahoo.fr

Et consulter le lien suivant après inscription : <http://hce.asso.fr/covoiturage>

## Encadrement du séjour :

Aurélien LEBRUN : 06 99 09 13 46, à joindre en cas d'extrême nécessité.

## Matériel à emporter (10 kg maximum)

**Couchage** : duvet de type montagne (classé « confort » jusqu'à 0°), matelas de camping, couverture de survie, lampe de poche ...

## **Bagages et matériel de randonnée :**

- ✓ Pour tous : grand sac (type sac de sport mais pas de valise) gourde, grand sac plastique.
- ✓ Pour les passagers en joëlette, pas besoin de petit sac à dos (affaires de la journée), des sacoches sont à disposition sur la joëlette.
- ✓ Pour les accompagnateurs : chaussures de randonnée indispensables (à ne pas confondre avec des « baskets »), possibilité d'amener une tente de randonnée (2/3 places), sac à dos 40 à 50 l (pour porter les affaires du bivouac), gants type cycliste facultatifs.

**Protection contre \* le froid**: ensemble chaud (haut et bas), vêtements polaires si possible, gants, bonnet, chaussettes chaudes.

\* **la pluie et le vent** : cape de pluie, coupe-vent...

\* **le soleil** : lunettes, chapeau, crème solaire, stick pour lèvres...

**Et puis** : médicaments personnels, instruments de musique, carnets de chants, jeux de société, tout ce qui peut servir à l'animation des soirées...

**Pour les passagers en joëlette** : prenez un fauteuil manuel (non électrique). Vous pouvez, si vous le souhaitez, emporter un casque type cycliste. Ne pas oublier **bassin ou urinal** si vous en avez besoin (surtout pour la nuit).

## Matériel collectif fourni

Joëlettes, 2 grandes tentes, 1 bâche bivouac, matériel de cuisine et couverts complets, pharmacie de premiers secours, 1 tente et chaises WC, 1 véhicule pour le transport des bagages d'une étape à l'autre, 1 âne bâté pour porter le pique-nique et le matériel du bivouac.

## **Handi Cap Evasion**

32 chemin de la Creuzette 69270 Fontaines sur Saône

<http://www.hce.asso.fr>

[hce@free.fr](mailto:hce@free.fr)



# Queyras

## (Tête de la Cula - 3 121m)

*Une semaine entre le Queyras et la Haute Ubaye, deux pays voisins et pourtant bien séparés par la majestueuse crête de la Font Sancte. De nombreux 3000m se dessinent tout autour du village de Ceillac, point de départ du séjour. Et si on en faisait un pour les 30 ans ? Allez c'est parti : direction de la Tête de la Cula 3121m !!!*

Ceillac commence où la route s'arrête. A la source des Alpes vraies, dans le Parc Naturel Régional du Queyras. Après, il faut continuer à pied et en joëlettes !!! CEILLAC c'est aussi 9 586 hectares de pure nature (prairies, alpages, forêts de mélèzes, rochers, lacs) et ... 14 hectares construits (chalets) ou constructibles... !

Nous randonnerons en plein cœur de la Vallée du Cristillan et remonterons à travers alpages et pierriers, à la source du torrent jusqu'à la Tête de la Cula. **Les points forts du séjour : les 2 bivouacs à plus de 2 500 m et la montée à 3121m d'altitude !**

**Du 14 juillet au 21 juillet 2018**

◆ **Rendez-vous :**

**Début du séjour :** samedi 14 juillet 17h au Camping des Mélèzes à Ceillac

**Fin du séjour :** samedi 21 juillet, 10h au Camping des Mélèzes à Ceillac

**Localisation :** Hautes-Alpes (05), Ceillac

◆ **Accès :** il est **impératif** de respecter l'heure de RV sur place ou en gare

**Par la route :** Depuis Gap, prendre direction Briançon puis bifurquer à Guillestre, direction Château Queyras. Puis première grosse intersection à droite direction Ceillac par la D 60.

**Par le train :** Ramassage collectif (pour ceux qui le demandent) en gare SNCF de Montdauphin-Guillestre (ligne Gap-Briançon) située à 30mn du début du séjour, le samedi 14 juillet 16h. Retour par la même gare.

◆ **Descriptif du séjour :**

- Séjour itinérant.
- Caractère montagne marqué et engagé. Sommet à plus de 3000 m d'altitude. Excellente condition physique obligatoire
- 4 nuits en camping aménagé (1)
- 1 nuit camping sauvage (2) = véhicule de HCE sur place, pas de portage de sac
- 2 nuits en bivouac à plus de 2500 m d'altitude (3) = bon duvet et portage d'un sac adapté pour 2 jours de randonnée

◆ **Tarifs**

| Participants                         | Tarifs |
|--------------------------------------|--------|
| Personne handicapée en Joëlette (PJ) | 300 €  |
| Personne Handicapée Marchant (HM)    | 150 €  |
| Accompagnateur Actif (AA)            | 60 €   |
| Simple Accompagnant (SA)             | 150 €  |

L'adhésion à l'association (obligatoire) et l'inscription au séjour, doivent être réglées par **chèques distincts**. Les tarifs d'inscription sont tout compris, hormis le voyage jusqu'au départ du séjour.

Pour tous les participants, **la totalité du montant** doit être réglée **lors de l'inscription** (possibilité d'envoyer des chèques à encaissements différés dont la date doit être indiquée au dos de chaque chèque).

## **Queyras – Tête de la Cula**

**Programme :**

**1er jour :** Accueil à partir de 17h au camping des Mélèzes sur la commune de Ceillac Nuit au camping (1) situé à 1 700m d'altitude.

**2ème jour :** Journée de mise en route relativement tranquille le long du torrent du Cristillan. Passage dans Ceillac le matin puis nous continuons le sentier en direction des Chalmettes sur environ 10km. Nuit en camping sauvage à 2 055m (2) (D+ 500m).

**3ème jour :** Journée technico-ludique en direction de la Tête de la Cula. Nous commencerons par emprunter un sentier en balcon mais rapidement le chemin se rétrécit et devient de plus en plus raide et plus caillouteux. Bivouac (3) à 2750 m !!! (D+ 672 m).

**4ème jour : Le JOUR J.** Après un départ roulant, nous attaquerons **LA montée à la tête de la Cula**. Le sentier est raide, caillouteux et la fin c'est un pierrier ! Bref, une belle grosse montée comme on les aime ! Après la montée, la descente ! Longue redescente jusqu'au parking de la bergerie du bois noir. Transfert camion jusqu'au camping les Mélèzes. Nuit en camping (1) à 1 700m (D+ 350m, D- 1000m).

**5ème jour :** Journée « récupération ». Petite rando autour de Ceillac en passant par de magnifiques mélèzes. (D+ 200m) Nuit en camping (1) à 1 700m.

**6ème jour :** Départ pour les deux derniers jours. Une première journée de 750m, après avoir longé le Torrent du Melezet, nous emprunterons les pistes de ski pour rejoindre le lac Miroir. Le Collet Sainte-Anne nous fera rejoindre le lac du même nom (alt. 2415 m), un magnifique bivouac (3) nous attend sous la bénédiction des Pics de la Font Sancte. (D+ 750m) à 2 200m.

**7ème jour :** Après la grasse matinée, nous redescendrons dans la vallée par un splendide sentier ludique pour rattraper les Prés de Chaurionde puis le camping (1) pour y passer la nuit (D- 750m).

**8ème jour :** Séparation de la joyeuse troupe aux environs de 10 h.