

Contenu du sac de voyage :

Maxi 10 kg **impératif**

Sac de sport
ou sac à dos



Couchage : duvet de montagne confort jusqu'à -5° (environ 1.5 Kg), tapis de sol, couverture de survie, drap sac (pour nuits en refuge), lampe frontale.

Vêtements : se référer à la rubrique « séjours » du site HCE.

Pharmacie : médicaments personnels, pansements, protections ampoules...

Divers : petits jeux, carnet de chants, instruments de musique...

Tente 2/3 places (**facultatif**).

Chaussures de rando **indispensables**.

ET Contenu du sac à la journée :

Pour tous

gants et bonnet, cape de pluie, coupe-vent, lunettes, chapeau, crème solaire, stick pour lèvres. Gourde ou poche à eau 2 l.

Pour les Passagers Joëlette

(2 sacoches latérales mises à disposition sur la joëlette)
Équipement adapté : casque type cycliste (facultatif), bassin ou urinal (en cas de besoin la nuit), matériel de maintien sur la joëlette (coque, sangles spécifiques), fauteuil manuel **si nécessaire**.

Pour les marcheurs

Sac à dos 40 à 50 l pour transporter vos affaires de bivouac (duvet, tapis de sol...).
Gants de cycliste conseillés.

Matériel collectif fourni

4 Joëlettes, 1 grande tente Marabout, 1 tipi, matériel de cuisine et couverts complets, tables et bancs, pharmacie de premiers secours, abri et chaise WC, véhicule pour le transport des bagages (d'une étape à l'autre), un âne de bât pour porter le pique-nique et le matériel du bivouac.



Caramantran Queyras

Le massif du Queyras, dans le département des Hautes-Alpes, se trouve à l'est de la haute vallée de la Durance, entre le Briançonnais, au nord, et la Haute Ubaye, au sud. Plus à l'Est, c'est l'Italie, avec l'irremplaçable Mont Viso (3841 m). Nous sommes là au cœur de la partie la plus travaillée de la chaîne alpine, au beau milieu de l'arc alpin, là précisément où la botte italienne (provenant de l'Afrique) est venue en collision avec la plaque européenne.

Ce séjour « Caramantran - Queyras » au départ de Ceillac, se terminera bien plus au nord du côté de Ristolas. Enchaînant les cols à découvrir, les superbes forêts de mélèzes et les torrents à l'origine de ces somptueuses vallées, notre progression nous permettra d'atteindre notamment la plus haute commune d'Europe : Saint-Véran (2040 m) que nous prendrons le temps de visiter. C'est de là que nous continuerons par 1 nuit en refuge pour nous permettre de passer tout proche du mythique Pic du Caramantran (3020 m). La limpidité du ciel de ce beau coin de France sera des plus appréciées lors de notre bivouac en fin de séjour.

C'est à goûter cette ambiance, que nous vous convions, une semaine durant, en itinérance entre 1500 et près de 3000 m.

Du 22 juillet au 29 juillet 2023

Descriptif du séjour :

- Séjour itinérant sur une partie du GR 58.
- Hébergement : 2 nuits en camping aménagé (1) ; 2 nuits en campement (2) = **véhicule d'HCE sur place, pas de portage de sac** ; nuit en refuge (3) et 2 nuits en bivouac (4) = **portage d'un sac adapté pour plusieurs jours de randonnée consécutifs**.
- Difficulté : séjour très sportif à caractère montagne, **bonne condition physique** indispensable, expérience de la montagne souhaitée.

Rendez-vous :



Localisation : Hautes-Alpes (05)

Début du séjour : samedi 22 juillet 2023 à 17h

au camping municipal Les Moutets de Ceillac (05600) ☎ 04 92 45 17 89

Fin du séjour : samedi 29 juillet 2023 à 10h au camping Le Chardonnet au hameau de Ristolas (05460) au-delà d'Abriès ☎ 04 92 46 83 52

Accès : Merci de **respecter l'heure de Rdv** sur place ou en gare



De la route Briançon Gap, rentrer dans le massif du Queyras à Guillestre. Prendre la direction Abriès puis Ceillac



Covoiturage possible en gare SNCF de Mondauphin-Guillestre, située à 30mn du séjour, samedi 22 juillet à 16 h. Retour par la même gare.

• **Informations sur votre séjour ou déplacement (covoiturage, train) :**

Chloé Liron ☎ 06 15 66 69 19 ✉ cms.liron@gmail.com

• **Organisation du transport :** <http://hce.asso.fr/covoiturage>

• **Encadrant(e) du séjour :** Didier SAUVESTRE ☎ 06 59 81 77 00
à joindre en cas d'extrême nécessité.

• **Co-AEM :** Willy SUDRE

Caramantran - Queyras

Programme indicatif :

1^{er} jour : Accueil et installation à 17h au camping de Ceillac (1) (altitude 1 640m).

2^{ème} jour : Balade d'initiation le long du torrent du Mélezet le matin, puis à travers le bois de Jalavez l'après-midi pour atteindre notre premier campement vagabond, au bord du torrent de Cristillan. Nuit en campement en pleine nature (2). (D + 335 m, D- 145 m).

3^{ème} jour : Au programme : l'impressionnant ravin de Martue et le col Fromage (2301 m), porte d'entrée des alpages et ravines creusées dans le gypse. Longue journée dont le cheminement à flanc de montagne, parmi les vaches, par le col des Prés de Fromage (2146 m) nous conduit dans la vallée de la plus haute commune d'Europe. Campement (2) près de la rivière (1849 m) en aval de St-Véran. (D + 571 m, D- 553 m).

4^{ème} jour : Longue montée par piste et sentier au lac de la Blanche (2499 m) le long du torrent de l'Aigue Blanche, en passant par la chapelle de Clausis. Nuit en bivouac (4) près du refuge de la Blanche situé à 2 500m. (D+ 650m).

5^{ème} jour : Montée à proximité du Pic du Caramantran à la frontière italienne, montée en traversant les derniers névés. Avec un pied en France, l'autre en Italie, un magnifique panorama s'offre à nous ! Descente sur le refuge Agnel (2580 m) par le col de Chamoussière (2884 m) à travers un terrible et inoubliable pierrier avec le Pain de Sucre comme sentinelle (élégante pointe culminant à 3208 m). Nuit en refuge (3). (D + 522 m, D- 441 m).

6^{ème} jour : Par le Col Vieux (2806 m), nous descendons la vallée des lacs Foréant et Egorgeou, au pied de dalles dressées, véritables plages fossilisées... Et le bivouac de Peyroun (2042 m)... tout simplement magique, avec ce Monte Viso qui semble nous veiller, et ces chamois que nous ne manquerons pas d'apercevoir... Nuit en bivouac (4). (D + 226 m, D - 764 m).

7^{ème} jour : Nous continuons la descente qui va nous amener au bord du Guil, dans la vallée d'Abriès jusqu'à Ristolas et le camping (1) « Le Chardonnet » (1640 m). (D- 402 m).

8^{ème} jour : Séparation de la troupe vers 10 h.

Tarif A : se référer au site sous la rubrique « séjours »