VAL MAÏRA

24 au 31 juillet 2027

SÉJOUR ENGAGÉ*



Cette incursion dans le Val Maïra suit le tracé de la 10ème étape de notre Grande Traversée des Alpes organisée en 2005 et en 2006.
Le Val Maïra est la plaine italienne de Cuneo, ce qu'est la Haute Ubaye aux Alpes de Haute Provence, c'est-à-dire une vallée lointaine où vivent des habitants d'un autre temps.
Tout commence en Haute Ubaye, au charmant hameau de Maljasset. Nous suivrons les chemins plutôt bien roulants tracés par les militaires pour franchir la frontière avec l'Italie au col Mary (2 641 m).
Ce détour en vallée du Piémont nous fera contourner l'imposant massif du Chambeyron, sommet de plus de 3 000 m. Un itinéraire d'altitude à la découverte de ces pays fort habités jusqu'aux dernières guerres et de ces cols où transitaient les colporteurs. Cette petite incursion en Italie nous permettra de réviser un peu notre italien, de déguster quelques spécialités locales comme l'inévitable « pasta » et nous confirmera que les montagnes ne connaissent pas les barrières dressées par les hommes : les Alpes qu'elles soient italiennes ou françaises, ont bien le même charme.

Début du séjour : samedi 24 juillet 2027 à 17h. Rdv à Maljasset, commune de St-Paul-sur-Ubaye, juste en-dessous de la chapelle de Maurin

Fin du séjour : samedi 31 juillet 2027 à 10h, campement à proximité de Larche après le camping de Malboisset

*Ce séjour nécéssite une excellente condition physique et un bon niveau technique en joëlette

Coordination covoiturage

Lise Cohen : 07 81 25 71 74
lise.cohenfieux@hotmail.fr
http://hce.asso.fr/covoiturage

Encadrants du séjour

Willy Sudre : 06 09 40 88 43
à joindre en cas d'extrême nécessité.
Co AEM : Yannick Martin

Descriptif du séjour

Séjour itinérant
5 nuits en campement
2 nuits en bivouac
Portage du sac avec les affaires de nuit.

TARIF A : se référer au site rubrique "Les séjours"

Niveau de difficulté

Séjour à caractère montagne
Dénivelé positif total 2400m
Dénivelé négatif total 2650m
Altitude max 2641m

PROGRAMME INDICATIF

- **Jour 1 : arrivée à 17h**
  Accueil du groupe à 17h, au village de Maljassetet installation du campement en bordure de l'Ubaye (alt. 1900 m).
- **Jour 2 : D+ 200m / D- 200m**
  Journée de mise en route qui nous fera visiter la haute vallée de l'Ubaye. On testera le matériel, les pieds dans l'eau, pour traverser le torrent et faire une pause repas rafraîchissante. Retour au camp (campement à 1900m)
- **Jour 3 : D+ 500m / D- 0m**
  Direction l'Italie ! Préparatifs pour 4 jours d'itinérance et 2 bivouacs. Ascension rapide vers le col Mary. Après la Croix du Passour, le sentier s'adoucit pour s'approcher des bergeries de Mary. Bivouac (alt. 2400 m) face à l'Aiguille de Pierre Andrée, célèbre pour la qualité de son escalade.
- **Jour 4 : D+ 350m / D- 1000m**
  Montée douce vers le Col Mary (alt. 2641 m) qui sera notre entrée dans le Val Maïra. Poursuite de ce GR en cette vallée italienne où déjà, même les vaches, sont différentes et désormais, il vous faudra répondre aux « Salve » des randonneurs italiens. Descente jusqu'aux environs du Campo Base et nuit en campement (alt.1 640m).
- **Jour 5 : D+ 650m / D- 100m**
  Départ pour l'ascension d'un deuxième col frontalier. Après avoir visité le petit village de Chiappera, nous amorcerons cette grimpette par une ancienne piste militaire qui nous mènera dans un cirque au pied de la Tête de Sautron. Bivouac en alpage (alt. 2200m).
- **Jour 6 : D+ 350m / D- 1000m**
  Montée jusqu'aux anciennes fortifications, assaut final du Pas de la Cavale, par lequel nous nous échapperons vers le Col des Monges (alt. 2554 m). Retour en terre ubayenne par le vallon de Rouchouse jusqu'au village de Larche situé à 1670m d'altitude. Installation du camp (à l'entrée du vallon du Lauzanier), au bord de la rivière Ubayette. (alt. 1700m)
- **Jour 7 : D+ 350m / D- 350m**
  Journée tranquille en direction du vallon du Lauzanier ou du vallon de Parassac, porte du Parc du Mercantour. Feu de camp le soir. Campement (alt. 1700m)
- **Jour 8 : Fin du séjour**
  Fin du séjour, rangement et séparation de la joyeuse troupe.



Le séjour est à **caractère montagne** avec usage de sentiers et pistes non carrossables.

Une **excellente condition physique** est indispensable, une expérience de la montagne est souhaitée.

Toute **annulation** tardive pénalise l'entièreté du groupe et vient mettre en péril le bon déroulement du séjour.



Localisation :

Alpes-de-Haute-Provence (04)

Merci de respecter l'heure de Rdv sur place ou en gare. Pensez au covoiturage.

- En voiture : depuis Gap, prendre la direction de Barcelonnette puis Saint Paul sur Ubaye et Maljasset.
- Au retour, même route mais prendre direction Larche après Barcelonnette.
- Ramassage possible jusqu'à 16h en gare de Barcelonnette (gare accessible aux PMR) . Retour par la même gare.

Handi Cap Évasion
32 chemin de la Creuzette
69270 Fontaines sur Saône
http://www.hce.asso.fr - hce@free.fr
Agrément tourisme IM069240002



Contenu du sac de voyage

Maxi 10 kg impératif
Sac de sport ou sac à dos

- **Couchage** : drap-sac (sac à viande, si possible en soie), duvet de montagne confort jusqu'à -5° (environ 1.5 Kg), tapis de sol, couverture de survie épaisse pour être réutilisable, 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.



Contenu du sac de randonnée

- **Pour les marcheurs : sac** à dos 40 à 50 l pour transporter vos affaires de bivouac (duvet, tapis de sol...). Gants de cycliste conseillés
- **Pour les Passagers Joëlette** deux sacoches latérales sont 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 tous** : gants et bonnet, cape de pluie, coupe-vent, lunettes, chapeau, crème solaire, stick pour lèvres. Gourde ou poche à eau 2 l.

Matériel collectif fourni

- 1 grande tente Marabout (repas à l'abri)
- 1 tipi
- 5 tarps et bâches de sol
- matériel de cuisine et couverts complets
- tables et bancs
- pharmacie de premiers secours
- Tente et chaise WC adaptée
- Véhicule pour le transport des bagages (d'une étape à l'autre)
- 4 joëlettes



Les couchages peuvent être assurés pour tous en cas de mauvais temps