

## Séjour rando à Névache -La Clarée du 8 au 14 octobre 2023

Je vous propose un séjour de randonnée automnal qui se déroulera du **8 au 14 octobre 2023 à Névache dans la vallée de la Clarée.**

En complément du programme détaillé que vous trouverez ci-joint, je vous livre quelques observations personnelles concernant :

- **La destination**

La vallée de la Clarée est une vallée à l'écart, indemne de grosses infrastructures touristiques et de remontées mécaniques. Elle se situe dans les Hautes Alpes, entre Briançon et Montgenèvre, Névache est à 1600 m d'altitude.

Nous profiterons en octobre de la belle luminosité des Alpes du sud et des couleurs flamboyantes de mélèzes dans un paysage de haute montagne.

Pour plus d'info : consultez <https://www.claree-tourisme.fr/la-claree/val-des-pres>

- **Les randonnées**

Les randonnées seront encadrées par Marie Henriotte, que nous avons tous appréciée lors de notre séjour raquette en mars 2022. 5 jours entiers de randonnée sont prévus. Elles seront de niveau rouge, parfois un peu renforcée par des options rajoutant un peu de dénivelé. De toute façon le programme est adaptable selon les désirs du groupe et le météo.

- **L'hébergement** se fera à l'hôtel l'Echaillon <https://www.hotel-echaillon.com/fr/> dans des chambres à deux ou trois, avec possibilité d'accès à l'espace bien être en supplément, en pension complète avec panier pique nique pour midi

- **Le trajet** se fera sur la base du co-voiturage. Merci de préciser d'emblée si vous vous pouvez covoiturier et le nombre de passagers que vous pouvez emmener.

2 itinéraires sont envisageable au départ de Strasbourg :

⇒ 648 km –7h15de route – **par tunnel du Fréjus** 104 € AR/ passager + péages(27,80 x 2) et tunnel Fréjus (51,50 AS, 64,20 AR) à répartir au prorata du nombre de passagers +/- participation vignette suisse(42 €) à répartir au prorata des passagers, ce qui fait sur une base de 4 personnes par voiture environ **127 €/personne**, hors vignette suisse

⇒ 671 km –7h48 de route par **col du Lautaret** soit 107€ AR/passager + péages (20,30 x 2)+/- participation vignette suisse (42 €) à répartir au prorata des passagers, ce qui fait sur une base de 4 personnes par voiture environ **117 €/personne**, hors vignette suisse

Les trajets sur place seront assurés en covoiturage.

- **Le prix** sera ajusté en fonction du nombre de participants et du type de chambre

	double	triple	seule
14- 15 personnes (15 personnes max)	735€	705€	possible supplément selon type de chambre

Ce prix inclut hébergement en pension complète avec pique nique à midi et accompagnateur pour les randos. L'arrivée est prévue dimanche en fin d'après-midi et le retour samedi après le petit déjeuner.

Les chambres sont bloquées pendant un mois avant réservation définitive.

Les inscriptions se feront par ordre d'arrivée, en fonction des disponibilités et de l'offre de covoiturage.

N'hésitez pas à me contacter pour toute précision :

Michel HUMMEL

[michelhummel1@gmail.com](mailto:michelhummel1@gmail.com)

tél 06 01 84 83 23

**Groupe privé Hummel**  
**Du 8 au 14 octobre 2023**

## **Séjour randonnée** **NEVACHE – VALLEE DE LA CLAREE**

**Randonnée en étoile accompagnée**  
**7 jours / 6 nuits / 5 jours de marche**



*Une mosaïque de vallons aux charmes incomparables jalonne une large vallée de profil glaciaire ; une rivière cristalline « aux eaux sans pareille » s'y prélassse : vous voici en vallée de Clarée, dans un paysage authentique que vous découvrirez au rythme des pas posés de votre accompagnateur.*

*Vous y attend une farandole de lacs enchanteurs, des dentelles de pics et de crêtes fuselées, des chalets d'alpages nichés dans la douceur des prairies multicolores, des chapelles égrainées au long du chemin telles des sentinelles protectrices, des cols passagers aux promesses d'horizons infinies, la surprise d'une faune discrète qui vous sera « cerise sur le gâteau » ...*

*Les randonnées, choisies selon l'humeur de la météo et le rythme de marche du jour, pourront parfois être proposées « en palier » afin que vous puissiez cultiver votre détente selon l'envie du moment : celle de la pose contemplative ou celle de « l'élévation » un peu plus haut, un peu plus loin.*

# PROGRAMME

## **Dimanche 8 octobre :**

Accueil à l'hôtel\*\* dans l'après-midi. Installation. Réunion d'information et apéritif à 19h avec votre accompagnateur.

**Voici quelques propositions de randonnées à titre indicatif. L'espace montagnard de la vallée est aussi diversifié que splendide. Votre accompagnateur selon le niveau du groupe pourra donc vous mener sur d'autres parcours : selon le niveau, les aspirations du groupe, la météo annoncée, et l'ambiance du jour !**

### **Le vallon des Muandes depuis Laval (en option : les lacs de la Madeleine) OU l'alpage de Buffère (en option : le vallon de Privé ou le col de Buffère).**

Ils ont façonné notre paysage montagnard il y a 50000-10000 ans... ce sont les derniers grands glaciers qui ont laissé la trace de leur passage : lacs, cirques, moraines et roches poli-glaciaires modèlent le cheminement de ce premier jour de découverte.

Nous marcherons dans la douceur des lacs miroitants et des pâturages d'estive fleuris, OU dans le contraste nuancé des zones humides et des fantastiques dépôts de roches glaciaires.

Dénivelée : + et - 550m (option + et - 150m) / Temps de marche approximatif : 4 à 5h.

### **Le col du Chardonnet, les lacs de Casse Blanche OU le col du Raisin.**

Dans l'alpage du Chardonnet, au-delà du verrou glaciaire, la surprise d'un panorama saisissant vous ravira : du « plein les yeux » face aux légendaires géants de rocs et de glace du massif des Ecrins. Un cheminement qui se fera sur GR ou en « hors-sentier », dans les pas de l'histoire d'une ancienne mine de graphite, dans l'espace sauvage des prairies d'altitude OU dans le miroitement des lacs argentés aux confins du monde minéral.

Dénivelée : + et - 800m / Temps de marche approximatif : 4h30 à 5h30.

### **Le lac de la Clarée (en option : le col des Rochilles et le col des Cerces) OU le lac des Béraudes (en option : le col Sorcier-Moutouze).**

Au royaume de la Haute Vallée, les torrents ruissellent inlassablement, les sentiers se déroulent joyeusement, les crêtes s'effilent et se colorent de nuances pastel, les fleurs s'égayent entre rocaille et filet d'eau et la faune se dévoile parfois en une discrète présence éphémère...

Une magnifique progression au fil des notes chantantes de la Clarée jusqu'à sa source : le sentier s'étire le long de ses eaux claires et volubiles pour arriver aux portes de la Haute Maurienne, en un lieu de frontière d'antan toujours actuelle OU une « grimpette » au dénivelé court mais prononcé dans la fraîcheur des torrents dégringolant, sur les lacets d'un sentier aux cailloux fleuris qui nous mène dans l'alcôve d'un lac glaciaire inoubliable.

Dénivelée : + et - 500 à 700m / Temps de marche approximatif : 4h30 à 6h.

### **Les lacs Laramon et du Serpent (en option : les lacs des Gardioles)**

L'espace pastoral du hameau de Ricou ouvre l'accès au calme apaisant des lacs de montagne : ici, de la myriade lacustre de la haute Clarée, deux des plus étendus s'offrent à nous.

Le sentier s'élève en douceur au cœur d'un panorama à 180° sur le massif des Cerces, puis sur celui des Ecrins, vers les couleurs marine et émeraude de ces deux superbes lacs où l'on croiserait volontiers des pêcheurs ou des randonneurs « au long cours ».

Dénivelée : + et - 600m (option : + et - 170 à 220m) / Temps de marche approximatif : 4h30 à 5h.

### **Le lac Chavillon des Thures (en option : le lac Bellety) OU l'Aiguille Rouge et le vallon des Thures (en option : la montée au sommet)**

L'alpage des Thures permet le passage sur la Vallée Etroite, où les sonorités italiennes fleurent bon l'accent chantant et l'histoire de territoires naguère frontaliers.

La montée forestière s'effectue progressivement et débouche sur un vallon suspendu verdoyant, vaste estive d'un des troupeaux transhumants de la vallée. Un point de vue magique vous y accueille, dans un décor de montagnes dolomitiques, face au sommet mythique du Thabor, grande sentinelle de la « Valle Stretta » OU là-haut, du « pain de sucre » de la Guglia Rossa, le panorama

à 360° des vallons et sommets environnants vous dévoile le profil si particulier de notre vallée de la Clarée.

Dénivelée : + et - 600m OU + et - 950m / Temps de marche approximatif : 4h30 à 5h OU 6h.

**Samedi 14 octobre** : Fin du séjour et dispersion après le petit-déjeuner.

**TRÈS IMPORTANT** : l'accompagnateur se réserve le droit de modifier le programme quelle qu'en soit la cause (conditions météorologiques, nivologie, niveau technique des participants) dans l'attention d'un meilleur déroulement de votre séjour.

## FICHE PRATIQUE

### **ACCUEIL**

Dimanche 8 octobre à l'hôtel\*\* à Névache dans l'après-midi. Réunion d'information à 19h avec votre accompagnatrice.

### **DISPERSION**

Samedi 14 octobre après le petit-déjeuner. Nous vous demandons de libérer les chambres pour 10h. Si vous souhaitez encore randonner, vous pourrez le faire sans encadrement. Vous pourrez prendre une douche au retour de la randonnée dans l'espace bien-être.

### **NIVEAU**

Randonneur niveau 2 sur une échelle de 5 :

- 4 à 6 h de marche par jour. Certaines randonnées pourront se faire « en palier » avec options : vous pourrez vous arrêter en un lieu défini pendant que d'autres continueront vers un lac, un col ou un sommet.
- Itinéraire de montagne avec des dénivelées de 600 à 800 mètres en montée et/ou en descente.
- Sac à dos : vous portez vos affaires de la journée et un pique-nique.

### **HEBERGEMENT**

L'hébergement peut se faire à l'hôtel ou dans les Chalets Thabor :

\*A l'hôtel : dans des chambres de 2 ou 3, avec sanitaire privatif ou à partager selon le forfait choisi.



\*Au Chalet Thabor : dans des chambres de 2 ou 3 avec sanitaire à partager ou pas. Les chalets se trouvent à 20m de l'hôtel, il sera donc nécessaire de traverser à l'hôtel pour venir prendre vos repas et accéder à l'Espace Bien-Être.

**Les dîners** sont l'occasion de goûter aux produits locaux ou aux saveurs provençales de la cuisine de notre chef Patrice. Vous aurez le choix entre 2 entrées, 2 plats et 2 desserts, servis à l'assiette.

**Les pique-niques** sont copieux et accompagnés de vivres de course (fruits secs, chocolat, biscuits). Nous vous remercions de nous faire part de vos régimes alimentaires le cas échéant.

Une salle de restaurant, un salon avec cheminée, un coin bar, l'Espace Bien-Être, une salle de séchage, et deux terrasses sont à votre disposition.

## **ESPACE BIEN-ÊTRE en fin d'après-midi de 17h à 19h à l'Echaillon**

Sauna, hammam, Størvatt (jacuzzi extérieur en bois chauffé au feu de bois) et espace massage au retour des activités neige. Non inclus dans votre séjour. En supplément au tarif de 7€ la séance d'une heure.

## **Les MASSAGES et SOINS (en option et sur réservation)**

Nous disposons d'une salle de massage, nos masseuses vous proposeront leur carte de massages aux huiles essentielles. Les massages sont en option et sur réservation et à régler directement à la masseuse.

## **TRANSFERTS INTERNES**

Nous utiliserons vos voitures personnelles en covoiturage pour se rendre au départ des randonnées.

## **PORTAGE DES BAGAGES**

Vous randonnerez avec votre sac à dos de la journée avec vêtements chauds et imperméables, gourde et pique-nique.

## **GROUPE : 15 personnes maximum**

## **ENCADREMENT**

Par Marie Henrotte, accompagnatrice en montagne.

## **EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR**

Vêtements : pour le haut du corps, le principe des 3 couches permet de gérer quasiment toutes les situations : - Un T-shirt technique à manches longues en matière respirante.

- Une veste en polaire chaude ou une doudoune légère.
- Une veste coupe-vent imperméable et respirante type goretex.

En marchant, par beau temps calme, le t-shirt peut suffire. Par temps de pluie, neige ou vent, il suffit de rajouter la veste polaire et/ou la veste imperméable.

Par grands froids ou lors des pauses, la veste polaire est un complément indispensable. Ces 3 couches **doivent toujours** être dans votre sac à dos car en montagne le temps change très vite.

Prévoir des vêtements qui séchent rapidement (ce n'est pas le cas du coton). Préférez la laine, la soie et les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible. Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud. La sueur est l'ennemi du randonneur, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. (Nota : essayer d'éviter les anoraks : trop chauds et encombrants)

## **DANS VOTRE SAC A DOS ET SUR VOUS**

- 1 sac à dos de 30 à 40 litres
- **1 boîte plastique hermétique (contenance 0,3 litre minimum) + gobelet + couverts.**
- 2 bâtons télescopiques
- 1 sur-sac à dos ou un grand sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos
- 1 t-shirt technique à manches longues en matière respirante
- 1 veste polaire ou doudoune
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type goretex avec capuche et/ou une cape de pluie
- 1 chapeau ou une casquette pour se protéger du soleil
- 1 bonnet léger avec des gants fins en polaire pour se protéger du froid ou du vent
- 1 pantalon de trekking (si vous partez en short)
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, à semelle de type Vibram (crantée et non pas lisse). Penser à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps !
- **Obligatoire** : 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité
- **Obligatoire** : 1 crème solaire, 1 stick à lèvres protecteur et 1 spray anti-moustiques
- 1 thermos ou une gourde de préférence isotherme (1,5 litre minimum)



- 1 couteau de poche de type Opinel
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre argent, carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance
- 1 petit rouleau de papier toilette, des mouchoirs.
- Chaussettes de marche. Privilégier la laine ou les chaussettes spécifiques randonnée. Attention au coton pour les ampoules !

#### **Pharmacie personnelle :**

- Vos médicaments habituels
- Des médicaments contre la douleur : type paracétamol
- Des pastilles contre le mal de gorge
- **Obligatoire** : une bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8cm de large
- Des jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- Des doubles peaux (type Compeed ou SOS ampoules)

## **DATES ET PRIX**

**Du dimanche 8 au samedi 14 octobre 2023 (variable +/- 1 jour)**

Prix par personne :

**705€** en chambre à trois places

**+ 30 €** en chambre à 2 places

#### **LE PRIX COMPREND**

- La pension complète du Jour 1 le soir au Jour 7 après le petit-déjeuner
- Les frais d'organisation
- 5 jours d'encadrement

#### **LE PRIX NE COMPREND PAS**

- Les assurances annulations, assistance, rapatriement et interruption de séjour
- Les accès à l'Espace Bien Être : supplément de 7 € la séance et de 3 € pour le prêt de peignoir
- Les transports aller et retour jusqu'à Névache
- Les boissons et dépenses personnelles
- Les transferts sur place

## **POUR EN SAVOIR PLUS**

#### **INFORMATIONS UTILES**

A Névache, nous sommes un peu au bout du monde, nous ne disposons malheureusement pas de distributeurs de billets, ni de pharmacie, ni de station-service... Pour un déroulement plus serein de votre séjour, pensez à bien vous organiser en conséquence.

#### **ACCÈS A NÉVACHE**

Pour nous rejoindre dans notre belle vallée, préservée et donc un peu éloignée, plusieurs solutions s'offrent à vous. Les voici brièvement exposées, l'idéal est que vous nous appeliez pour que nous vous guidions dans cette planification importante pour la réussite de vos vacances :

**Les rails** : vous pouvez venir en train :

- Soit en arrivant côté italien par le TGV Paris-Milan, en vous arrêtant à la gare de Bardonnecchia.
- Soit en arrivant à Briançon, par le train de nuit depuis Paris, ou les trains de jours depuis Marseille ou Valence.

Il n'y a pas de navette régulière entre les gares et Névache. Nous organiserons donc votre transfert vers l'hôtel soit en taxi, soit en transport privé en minibus. Afin de grouper les demandes et diviser les coûts, merci de nous communiquer vos horaires le plus tôt possible !

Le coût du transfert varie en fonction du nombre de personnes (de 10€ à 60€ si 1 seule personne)

**N'hésitez pas à nous appeler, nous vous aiderons dans votre démarche !**

**La route :** vous pouvez venir en voiture jusqu'à l'hôtel, où il y a un grand parking pour vous garer. Nous serons rapides dans ce descriptif, en ces temps modernes où les GPS équipent nos voitures et nos téléphones.

- Depuis le sud, vous remontez la vallée de la Durance pour rejoindre Briançon.
- Depuis le nord et l'ouest, vous pouvez comme les cyclistes passer par le col du Lautaret et son panorama spectaculaire, ou choisir le confort (et son prix) du passage par l'Italie, grâce au Tunnel de Fréjus, réplique routière du projet ferroviaire ambitieux du milieu du XVIIIème siècle. Pensez au covoiturage !

**Les airs :** vraiment l'avion n'est plus trop tendance, mais si vous venez de très loin, (notre réputation étant internationale !), vous pourrez atterrir à Lyon ou à Turin, d'où vous trouvez des navettes pour Briançon !

### **LINGE DE MAISON**

Nous vous fournissons 1 drap de bain et 1 serviette de toilette par personne pour la semaine. Prévoir un drap de bain pour le sauna ou d'autres serviettes si vous avez besoin de plus. Possibilité de prêt d'un peignoir (3 €) pour l'espace bien-être.

### **ENTRETIEN DES CHAMBRES**

Une personne passe tous les jours pour faire les lits et nettoyer la salle de bain/wc.

### **CARTOGRAPHIE**

Carte IGN TOP 25 NEVACHE THABOR 3535OT et BRIANCON 3536OT

Carte FRATERNALI au 1 : 25000 n°21 BRIANCON-VALLÉE DE LA GUISSANE + CLARÉE

### **BIBLIOGRAPHIE**

- Une soupe aux herbes sauvages d'Emilie Carles
- Voyageurs de la Clarée de René Siestrunck
- Névache et la vallée de la Clarée d'Henri Rostolland
- Rando en Briançonnais de Jean-Luc Charton
- Pas à Pas en Clarée de J-M Neveu