

## LE GRAND TOUR DU QUEYRAS

Hébergement en gîtes et refuges – 7 jours / 6 nuits / 7 jours de marche



Le Parc Naturel Régional du Queyras a su préserver avec talent ce fier massif isolé. Témoins en sont le pastoralisme et l'artisanat du bois encore très présents. Ce massif des Alpes méridionales, avec ses larges vallées aux formes amples et harmonieuses est particulièrement adapté à la pratique de la randonnée pédestre. De Ceillac à Montbardon, en passant par les villages typiquement Queyrassins de Saint-Véran, Molines, Abriès, Aiguilles et Arvieux, on parcourt le Parc Naturel par ses hauts cols et ses lacs d'altitude, en découvrant chaque jour une nouvelle vallée.

Les points forts...

- Un massif authentique, baigné de lumière
- Le lac miroir et le lac Sainte Anne
- Le hameau perché de Montbardon

---

### Jour 1

#### **LACS MIROIR (2 214 m) ET SAINTE ANNE (2415 m) DEPUIS CEILLAC**

Départ de Ceillac ou de la gare de Mont Dauphin (service plus soumis à supplément). Après avoir laissé tes bagages, montée à travers les mélèzes pour rejoindre deux lacs d'altitude : le petit Lac Miroir, où se reflète le vert des mélèzes et des alpages alentours et le Lac Sainte-Anne. Ce dernier, aux eaux d'un bleu profond, situé au pied des névés et des falaises du massif de la Font Sancte (3385 m) est le plus vaste du Parc Naturel du Queyras. Nuit en gîte ou à l'hôtel à Ceillac (+ 715 m, - 715 m, 4 h 00 de marche)

### Jour 2

#### **CEILLAC - COL DES ESTRONQUES (2 651 m) - SAINT VERAN**

Remontée de la vallée du Cristillan en passant par les hameaux d'estive du Villard et du Tioure, avec en toile de fond la pyramide du Péouvou (3232 m). Ascension à travers les alpages jusqu'au Col des Estronques (2651 m). Possibilité de monter jusqu'à la Tête de Jacquette (2757 m) pour profiter d'un magnifique panorama sur les vallées du Cristillan et de l'Aigue Blanche. Descente par le vallon de Lameron, le long du torrent, à travers le mélézin, jusqu'au pont du Moulin (1849 m) sur l'Aigue Blanche. Courte montée vers Saint-Véran (2040 m) en passant par le hameau du Raux. En fin d'après-midi ou le lendemain, découverte de Saint Véran avec les cadrans solaires du mystérieux Zarbula, ses coqs sculptés et ses maisons en fuste de mélèze. Nuit en gîte ou hôtel à Saint-Véran. (+ 1 000 m, - 800 m, 6 h 00 de marche)

### Jour 3

#### **SAINT VERAN - COL DU LONGET (2 701 m) - MOLINES EN QUEYRAS**

Belle montée régulière par les estives de Saint-Véran jusqu'au Col de Longet. Au fond de la vallée de l'Aigue Blanche, les crêtes élancées dépassent les 3000 mètres et constituent une frontière naturelle avec l'Italie.

Du col, la descente jusqu'au pont de Lariane (2024 m) sur l'Aigue Agnelle est assez soutenue. Suit alors une sympathique balade à travers bois, le long du torrent, en passant près des hameaux de Fongillarde et de Pierre Grosse pour finir à Molines-en-Queyras. Nuit en hôtel. Possibilité de visiter Molines-en-Queyras, ses chalets en fuste de mélèze et l'Eglise Saint Romain en fin de journée. Nuit en gîte ou hôtel à Molines  
(+ 930 m, - 950 m, 6 h 00 de marche)

#### **Jour 4**

##### **REFUGE AGNEL - COL VIEUX ( 2 806 m) - ABRIES**

Court transfert au refuge Agnel. Montée en pente douce jusqu'au Col Vieux, point culminant de la journée (2806 m) d'où l'on découvre les dalles lisses de la Taillante (3197 m) et le piton basaltique du Pain de Sucre (3208 m). La suite de journée est une longue et belle descente à travers les superbes lacs d'altitude de Foréant puis d'Egorgéou. Après un verrou rocheux, vous gagnez les alpages de la Médille. A partir de ce plateau, vous ouvrez l'œil pour découvrir les pétroglyphes qui bordent le chemin. Patiemment gravés sur des blocs par les bergers, paysans ou militaires de passage ; ces chamois, ânes, fleurs de lys millésimés, patronymes et initiales sont d'une grande valeur patrimoniale. Rejoindre ensuite le haut Guil au niveau du charmant petit hameau de L'Echalp pour suivre le cours d'eau jusqu'au hameau de La Monta (1663 m). Nuit à Abriès en gîte ou en hôtel. Possibilité de découvrir le village et ses pierres écrites en fin de journée  
(+ 300 m, - 1 270 m, 6 h 00 de marche)

#### **Jour 5**

##### **ABRIES - LACS DU GRAND LAUS (2 590 m) - AIGUILLES**

Depuis Abriès, montée en pente douce et régulière à travers champs pour rejoindre le hameau abandonné de Malrif. Ce hameau comptait en 1856 19 maisons et 150 habitants. Au milieu des ruines, on découvre la chapelle Sainte Marguerite et son campanile dont le rôle était de prévenir les habitants d'un danger comme un incendie. On poursuit en forêt jusqu'à la bergerie des Bertins. Au fond de la vallée du Malrif, le Grand Glaiza (3293 m) marque la frontière avec l'Italie. Après une bonne montée par un sentier en lacets, les efforts sont récompensés lorsqu'on arrive en vue du vaste Lac du Grand Laus (2590 m) aux eaux turquoise. On rejoint ensuite la vallée du Guil et le village d'Aiguilles (1450 m) par le vallon du Lombard. Nuit en gîte ou hôtel à Aiguilles.  
(+ 1 050 m, - 1 000 m, 6 h 00 de marche)

#### **Jour 6**

##### **AIGUILLES - MEYRIES - SOULIERS - ARVIEUX**

Randonnée en balcon au-dessus du Guil jusqu'au petit hameau des Meyries dont le nom signifie changer de lieu car ces maisons étaient habitées uniquement l'été. Cette journée étant assez longue en distance, 2 options sont proposées pour gagner Souliers. La première par le vallon de Péas avec un beau panorama sur le Pic de Rochebrune, second sommet le plus haut du Queyras (3320 m); elle ajoute 400 m de dénivelé positifs et 300 m négatifs à l'étape. La seconde option plus douce utilise un sentier en balcon. Le hameau de Souliers, encore très pittoresque séduira avec ses fresques, fustes et cadrans solaires. On gagne ensuite le Lac de Roue, havre de fraîcheur. Le GR descend ensuite en pente douce sur la Chalp d'Arvieux, petit village réputé pour sa fabrique de meubles en pin cembro. Nuit en gîte ou en auberge à Arvieux. Possibilité de découvrir les cadrans solaires et les campaniles de Brunissard et La Chalp.  
(+ 800 m à 1 200 m selon l'option, - 600 m à 900 m, 5 h 30 à 7h00 de marche selon l'option choisie)

#### **Jour 7**

##### **MONTBARDON - COL FROMAGE - CEILLAC**

Court transfert au hameau de Montbardon (1500 m), haut perché au-dessus des gorges du Guil. Remontée du vallon de Riou Vert, à travers bois le long du torrent, jusqu'au Col Fromage (2301 m). L'ascension se poursuit jusqu'à l'ancien poste optique (2582 m) construit par l'armée française dans les années 1900 pour envoyer des messages en morse. Très beau point de vue sur Ceillac et la vallée du Cristillan. Descente dans la vallée du Cristillan pour rejoindre Ceillac en passant par le Col de Bramousse. Fin du circuit après la randonnée ou transfert à la gare de Mont Dauphin (service plus sur demande).  
(+ 1 050 m, - 910 m, 5 h 30 de marche)

#### **Niveau : 3 chaussures**

(en moyenne) marche de 5 heures par jour sur sentier et/ou 600 à 800 mètres de dénivelée positive environ et/ou 15 kilomètres. Le Queyras offre des sentiers peu caillouteux et en pente douce. De ce fait, même si ce circuit comprend des étapes de près de 1 000 mètres, il reste classé niveau 3. Le tour du Queyras ne présente pas de passage particulièrement vertigineux. Les sentiers utilisés sur ce circuit sont bien balisés

**Circuit :** itinérant - les temps de marche sont donnés à titre indicatif.

Pour profiter pleinement de ton séjour, nous te conseillons d'entretenir ta forme une fois par semaine en marchant 15kms environ, avec si possible un parcours avec un dénivelé positif ou en pratiquant une activité sportive régulière

## INFORMATIONS PRATIQUES

**Dates :** de juin à septembre (en fonction de la fonte de la neige en altitude). Départ possible tous les jours de la semaine

**Départ :** le jour 1 de Ceillac. (Possibilité sur réservation et avec supplément d'un transport à Ceillac depuis Montdauphin gare).

**Fin de séjour :** le jour 7, après la randonnée à Ceillac ou à la gare (supplément transport et sur réservation)

### **Hébergements : En gîtes d'étape confortables en chambres collectives**

La formule gîte et refuge offre un hébergement réservé presque essentiellement aux randonneurs.

En hôtel \*\* et en auberge à Arvieux, en base chambre double. Possibilité à Arvieux de dormir en hôtel \*\*\* (prestation supplémentaire)..

**Restauration :** Le repas et le petit-déjeuner sont préparés par nos hôtes. La restauration servie dans les hébergements est équilibrée et variée. La cuisine est copieuse, traditionnelle et adaptée au programme des randonneurs. Les repas froids de midi sont à ta charge. Tu peux réserver tes piques nique auprès des hébergeurs la veille pour le lendemain. Il suffit de les commander à ton arrivée

**Encadrement :** pas d'encadrement c'est un séjour en liberté. Tu randonnes sous ta propre responsabilité. Il faut être capable de se repérer sur une carte.

**Portage des bagages :** option portage des bagages, tes affaires personnelles inutiles pendant la journée de randonnée sont alors transportées par taxi entre les différents hébergements lorsqu'ils sont bien sur accessibles par véhicule. Ce bagage (un seul par personne) devra être souple de type sac de voyage ou de sport (valise interdite) et rester d'un poids raisonnable (8 à 12 kg maximum en fonction des circuits). Attention, l'accès aux différents hébergements n'est pas toujours aisé, un bagage trop volumineux et trop lourd peut être refusé par le transporteur. La journée, tu ne portes donc que ton sac à dos (35 à 40 L conseillé) contenant tes effets personnels utiles à la randonnée (pique-nique, vêtements chauds...).

**Remise du dossier de randonnée :** Tu recevras par voie postale ton dossier de randonnée composé d'un road book (itinéraire, carte, bon d'échange). L'application Mon roadbook permet de centraliser toutes les infos nécessaires à ton voyage et elle fonctionne sans réseau

## TARIFS

**Tarifs :** (prix par personne, à partir de, base 2 personnes choisissant la même formule) - **Eté 2025**

Dès que la totalité des hébergements nous auront confirmé leurs disponibilités, tu recevras par mail la validation de ton séjour. Il se peut que nous te contactons en cas de surcharge des hébergements pour voir ensemble s'il est possible de décaler la date du séjour, ou pour proposer avec supplément une chambre en hôtel ou chambre de 2. Si cela s'avère impossible pour toi ou si tu ne n'acceptes pas de supplément, un remboursement sera réalisé.

En Formule Gîte et refuge en chambres collectives

- 695 €/pers avec transfert des bagages
- 625 €/pers sans transfert des bagages

Tarifs dégressifs à partir de 3 personnes sur demande

Ce séjour se décline également en version hôtel base chambre double. (Nous contacter). Tarifs haute saison du 01 juillet au 31 août

- 975 €/pers avec transfert des bagages
  - 925 €/pers sans transfert des bagages
- Tarifs dégressifs à partir de 3 personnes (nous contacter).

**Le prix comprend :**

- L'hébergement en demi-pension (repas du soir + nuit + petit déjeuner) en gîtes et refuges en chambres collectives
- La fourniture du dossier de randonnée (carnet de route, cartes...)
- Le transport des bagages suivant la formule choisie
- Les transferts nécessaires inscrit au programme de randonnée

**Le prix ne comprend pas :**

- Les repas de midi
- La formule en hôtel
- Les transferts non prévus au programme
- Les boissons et les dépenses personnelles
- L'équipement individuel
- Le transport aller et retour jusqu'au lieu de rendez-vous
- Les assurances
- Les frais de dossier de 12 €
- Tout ce qui n'est pas dans "le prix comprend"

Minimum 2 participants

Ce séjour est réalisé en collaboration avec nos partenaires