

## **Les 5 vallées du Queyras en ski de fond**

**Hébergement en gîte en chambre partagée ou en chambre confort, en pension complète, 7 jours, 6 nuits, 5 jours de ski de fond**



Le Parc Naturel Régional du Queyras, véritable écrin de nature encore préservé, nous transporte dans un univers où les traditions ancestrales vivent au rythme des saisons. Nous évoluons dans cet environnement baigné par la lumière unique des Alpes du Sud, un soleil généreux qui sublime les paysages et réchauffe les cœurs. Loin du tumulte des grandes stations alpines, le Queyras se distingue par son faible développement des remontées mécaniques et du ski alpin, laissant toute la place à une nature sauvage et accessible. Les vallées du Queyras deviennent alors notre terrain de jeu privilégié, où nous traçons nos sillons dans la neige fraîche, explorant forêts, vallons et crêtes avec la sensation d'être seuls au monde. Le Queyras, avec ses étendues enneigées, est un paradis pour les passionnés de ski de fond, où la lumière se reflète sur les crêtes scintillantes, rendant chaque sortie inoubliable.

Les points forts

- Hébergement dans un chalet authentique
- Apprentissage des techniques du ski de fond
- Une nature préservée, sauvage et accessible

### **Jour 1 :**

#### **ACCUEIL ET PRÉSENTATION DU SÉJOUR AUTOUR DU POT DE BIENVENUE**

Accueil à partir de 16h30 à Prats Hauts. Présentation du séjour par ton accompagnateur vers 19h30 autour du pot de bienvenue. Pour ceux venant en train, navette possible à 18h30 à la gare de Montdauphin Guillestre sur réservation obligatoirement

### **Jour 2 et 3 :**

#### **APPRENTISSAGE DES TECHNIQUES DE SKI DE FOND**

Ces deux journées seront entièrement consacrées à la maîtrise des techniques du ski de fond, dans des décors toujours changeants. Les matinées, sous l'œil attentif du moniteur, seront dédiées à l'apprentissage des mouvements de base et à la progression sur différentes pistes du domaine nordique. Après un déjeuner convivial en pleine nature ou dans une auberge chaleureuse, nous mettons en pratique les techniques apprises lors de balades plus décontractées à travers forêts et plateaux enneigés. Selon le niveau du groupe, nous adapterons le parcours pour garantir une expérience optimale à chacun. Les pistes serpentent de village en village, vous offrant des points de vue uniques et authentiques du Queyras

### **Jour 4**

#### **VALLEE DE L'IZOARD**

Aujourd'hui, cap sur la majestueuse vallée de l'Izoard, où nous partons pour une journée de randonnée mémorable. Depuis la Chalp d'Arvieux, nous suivons un itinéraire en balcon qui dévoile de superbes panoramas sur les impressionnantes gorges du Guil. Le lac de Roue, gelé en cette saison, ajoute une touche de magie à ce décor déjà féerique. Nous atteignons ensuite le hameau pastoral de Souliers, où nous dégustons un pique-nique dans le refuge local, réchauffés par la convivialité des lieux.

## Séjour accompagné Les 5 vallées du Queyras en ski de fond

### Jour 5 LE HAUT GUIL

La vallée du Haut-Guil nous dévoile aujourd'hui ses trésors lors d'une randonnée à la journée. Aiguilles, Abriès, Ristolas... autant de villages pittoresques qui se succèdent dans cette vallée sauvage et préservée. Pour les plus aventureux, l'itinéraire peut se prolonger jusqu'à l'Échalp ou la Monta, offrant une vue spectaculaire sur le fond de la vallée. La randonnée est facile mais longue, une exploration en douceur, accompagnée par le murmure du torrent bordé de mélèzes. Selon la météo, nous savourons notre pique-nique dans un refuge accueillant ou bien en plein soleil, face aux montagnes.

**Jour 6**  
Cette journée nous mène vers l'un des plus célèbres panoramas du Queyras : le col Agnel ou le col d'Izoard. Ces lieux mythiques, connus pour être des étapes incontournables du Tour de France, nous offrent un spectacle grandiose. L'altitude et la qualité de la neige de ces cols garantissent une expérience inoubliable. Nous glissons en silence sur ces pentes douces, autrefois des routes carrossables, aujourd'hui des terrains de jeu immaculés et déserts en hiver. Au sommet, un panorama époustouflant s'offre à nous, un instant suspendu dans l'immensité des cimes.

### Jour 7 PETIT DEJEUNER ET FIN DE SEJOUR

Nous terminons cette belle aventure par un dernier petit déjeuner partagé au chalet. C'est avec des souvenirs plein la tête et le cœur que nous nous disons au revoir, en espérant se retrouver bientôt pour d'autres aventures dans ce paradis du ski de fond qu'est le Queyras.

#### **NIVEAU** : Moyen

Ce stage s'adresse aux personnes ayant déjà pratiqué le ski de fond récemment, ou bien ayant un niveau en ski alpin. 5 h de ski en moyenne par jour avec un dénivelé positif moyen : 500 m par jour à 800 m par jour  
Nature du terrain : Pistes de ski damées, pistes forestières et sentiers

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.

#### **CIRCUIT** : en étoile

NB : les temps sont donnés à titre indicatif.

Ce programme peut être modifié par votre accompagnateur pour assurer la sécurité du groupe en fonction du niveau de chacun et des conditions météorologiques ou pour une surcharge d'un hébergement

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 décembre à mars

**ACCUEIL** : L'accueil se fait à partir de 17h00 au chalet Le Vie Sauvage à Prats Hauts dans le Queyras, ton accompagnateur te présentera le séjour vers 19h00.

**DISPERSION** : Séparation et fin du séjour le jour 7 après le petit déjeuner

**HEBERGEMENT** : Dans des Chalets montagnards typiques exposés plein sud dans un petit hameau bordant une magnifique forêt de mélèze au cœur du Parc Naturel du Queyras. Accrochées aux pentes ensoleillées de Prats-Hauts, une vingtaine de mètres séparent les trois bâtiments offrant des chambres confortables de 1, 2, 3 ou 4 places. Une salle conviviale avec bar, musique et jeux de société permet la détente. Dans la salle à manger rustique, une grande cheminée anime les repas traditionnels et copieux. Également plusieurs salon et bibliothèque, terrasses plein sud, parking gratuit à proximité.

**Hébergement en chambre à partager** : il s'agit de chambres douillettes non-mixtes, avec sanitaires privés, à partager pour 3 ou 4 personnes.

**Hébergement en chambre de deux "standard"** : il s'agit de chambres douillettes avec sanitaires privés, situées dans le chalet historique de La Vie Sauvage. Supplément pour le séjour de 60€ par personne.

## Séjour accompagné Les 5 vallées du Queyras en ski de fond

Hébergement en chambre de deux "confort" : il s'agit de chambres spacieuses à la décoration épurée, avec sanitaires privatifs, situées dans le nouveau chalet de La Vie Sauvage. Supplément pour le séjour de 120€ par personne

Chambre individuelle : chambre avec un lit simple, avec sanitaire privatif. Supplément pour le séjour de 100€ par personne

Un espace bien-être est à disposition 2 jours dans la semaine (bains à remous, hammam et sauna)

**RESTAURATION** : Repas préparé chaque jour par "les patrons", à base de produits locaux. Petit déjeuner complet, pain, fromage du Queyras, fromage frais des Hautes Alpes, salade de fruits, confiture et miel maison, jus de fruits fabriqué au chalet, ...

Pique-nique composé d'une salade différente chaque jour, charcuterie de montagne, fromage du Queyras, pâtisserie maison, fruit, chocolat, barres de céréales ..

**ENCADREMENT** : par un moniteur de ski de fond de la Vie Sauvage

**TRANSFERTS INTERNES** : Les transferts prévus au programme sont assurés en minibus privé.

**PORTAGE DES BAGAGES** : Pas de portage de bagages, tu dois conditionner l'ensemble de tes affaires en 2 sacs : 1 sac à dos et 1 grand sac de voyage souple.

Le sac à dos : Sac à dos de randonnée d'une capacité de 35 litres environ, il te sera utile pour le transport de tes affaires personnelles durant la journée.

Le grand sac de voyage souple : Il doit contenir le reste de tes affaires.

**MATERIEL FOURNI** : Skis de fond de type classique à écailles pour tous niveaux de skieurs, - Bâtons, - Chaussures de ski, - Matériel de sécurité et pharmacie collective sous la responsabilité du moniteur.

### TARIFS

#### **DATES ET PRIX : hiver 2024/2025**

##### **Tarifs : 7 jours – 6 nuits – 5 jours de ski de fond**

A partir 750 € €/pers - en chambre partagée. Séjour du dimanche au samedi

Départ du 22 décembre et du 05 et 12 janvier : 750 € /pers

Départ du 29 décembre : 850 € /pers

Départs du 19 et 26 janvier - 02, 09, 16 et 23 février - 02, 09 et 16 mars : 790 € /pers

Suppléments

Hébergement en chambre de deux "standard" : il s'agit de chambres douillettes avec sanitaires privatifs, situées dans le chalet historique de La Vie Sauvage. Supplément pour le séjour de 60€ par personne.

Hébergement en chambre de deux "confort" : il s'agit de chambres spacieuses à la décoration épurée, avec sanitaires privatifs, situées dans le nouveau chalet de La Vie Sauvage. Supplément pour le séjour de 120€ par personne

Chambre individuelle : chambre avec un lit simple, avec sanitaire privatif. Supplément pour le séjour de 100€ par personne

#### **Le prix comprend :**

-l'hébergement en chambre partagée en pension complète du diner du jour 1 au petit déjeuner du jour 7 (pique-nique le midi)

-l'encadrement par un professionnel de la montagne

-le prêt de ski de randonnée nordique, des bâtons et du matériel de sécurité

-l'accès à l'espace bien-être 2 jours par semaine

#### **Le prix ne comprend pas :**

-les frais de dossier de 12 euros (obligatoire)

-le badge pour l'accès aux pistes (60 € /pers)

-les suppléments pour les chambres standards, confort ou chambre individuelle (selon les disponibilités au moment de la réservation)

-l'assurance annulation et interruption de séjour

-le transport aller et retour jusqu'au lieu de rendez-vous

-les boissons et les dépenses personnelles

## Séjour accompagné Les 5 vallées du Queyras en ski de fond

- l'équipement individuel
- les visites et transferts non prévus au programme
- tout ce qui n'est pas indiqué sous la rubrique 'le prix comprend'

**GROUPE** : Départ assuré à partir de 4 participants. Groupe limité à 14 personnes.  
Ce séjour est réalisé en collaboration avec nos partenaires

### Informations et réservation

Office du tourisme du Guillestrois et du Queyras  
Maison du Tourisme  
2535 route du Queyras  
05350 Château Ville Vielle  
+ 33 (0)4 92 46 89 31  
reservation@guillestroisqueyras.com  
<https://reservation.lequeyras.com>

Immatriculation IM00510009