



## Informations séjour randonnée à Arvieux février 2026

**Organisation du départ le lundi 02 février 2026 et du retour le vendredi 06 février 2026**

Départ du **parking du Cimetière des Glaisins** (Annecy le Vieux) le 02/02/2026 à **06h15**

**Venir au plus tard à 06h00** pour chargement des valises, sacs à chaussures de randonnée, sacs à dos, raquettes et bâtons.

Pour diminuer le nombre de voitures sur le parking, pensez à faire du **covoiturage**.

Si imprévu, merci de prévenir Bernard THOMAS au 06 99 30 11 59.

Nous vous demandons à l'aller et au retour de donner vos bagages aux personnes chargées de les ranger et de monter aussitôt dans le car après pointage par Thérèse PARAVY :

- Michel PACHOUD, Pierre PARAVY, Philippe BLOOTACKER et Pierre POUILLAT

Vers 08h45, nous ferons une pause de 45 minutes à La Table de Sylvie à La Mure.

Le car stationnera en face sur le grand parking.

Nous devrions arriver à Arvieux vers 12h45 et après le repas au village de vacances (pas de pique-nique), nous déposerons nos bagages à la bagagerie.

A 14h15 nous aurons rendez-vous devant le centre avec nos accompagnateurs pour une première sortie raquette.

Il faudra donc se présenter au car le matin en tenue de randonnée avec sac à dos (léger avec un peu d'eau), chaussures, raquettes et bâtons séparés des autres bagages.

Vers 17h30, nous devrions avoir les clés de chambre (*1 clé par chambre à laisser au tableau à l'accueil avant de sortir*) et vers 18h30 un pot d'accueil nous sera offert.

Les chambres sont à l'étage sans ascenseur, nous avons demandé d'attribuer en priorité celles du 1<sup>er</sup> étage aux plus âgés d'entre nous et celles avec wc séparé aux chambres twin.

Pour le **retour le vendredi 06**, nous devons rendre les clés et déposer nos bagages à la bagagerie.

Le car partira à 08h45 pour une visite guidée de Saint-Véran.

Vous pouvez prévoir de prendre un peu d'eau.

Nous déjeunerons vers 12h15 et récupérerons nos bagages.

**Le car partira à 13h45, présentez-vous pour charger au plus tard à 13h30.**

Nous devrions arriver vers 20h15 à Annecy le Vieux parking du Cimetière des Glaisins, après une pause de 45 minutes, vers 16h30 à La Table de Sylvie à La Mure.

### Repas

Les repas sont à heure fixe selon l'horaire convenu avec la Direction, pour tout le groupe et à des tables réservées et servis sous forme de buffet.

- Petit déjeuner à 7h30.

Le pique-nique sous forme de buffet sera à prendre au moment du petit déjeuner.

Prenez vos boîtes (contenants), couverts, gobelets et gourde ou poche pour l'eau ou thermos comme vous avez l'habitude de le faire lors de nos sorties hebdomadaires.

La directrice nous recommande, pour raison d'hygiène, de déposer le soir pour la vaisselle, vos contenants avec votre nom noté de façon indélébile.

Vous les récupérerez au petit déjeuner.

- Déjeuner à 12h00 pour celles et ceux qui ne randonneront pas.

- Dîner à 19h30.
- Petit déjeuner
  - o 1 distributeur de boissons chaudes
  - o 2 cafetières
  - o 1 pot de lait froid, 1 de lait chaud, plusieurs de jus de fruits
  - o Œufs frais avec choix du mode de cuisson
  - o 3 bouilloires avec eau chaude pour ne pas monopoliser le distributeur
  - o Prévoir éventuellement sachets de tisane, des bouilloires seront laissées à notre disposition après le dîner, il n'y en a pas dans les chambres
- Pique-nique
  - o Crudités, charcuterie, fromage et desserts
- Pas de Goûter
- Dîner
  - o Crudités et charcuterie
  - o 2 choix de plat chaud
  - o Adapté aux personnes végétariennes, crudités et légumes
  - o Pas adapté aux régimes spécifiques, voir avec la Direction
  - o Vin inclus selon contrat
- Dîner régional mercredi soir
  - o Tartiflette a priori
  - o Sans viande sur demande

## **Vie aux ESQUIROUSSES**

Coordonnées :

Village de vacances VTF – Les Esquirosses (Alt 1780m)

Téléphone : +33 (0)4 92 46 76 19

Mail : [vtfarvieux@vtf-vacances.com](mailto:vtfarvieux@vtf-vacances.com)

Dans les chambres, les draps et le linge de toilette (sauf gant) sont fournis.

- Prévoir savon
- Sèche-cheveux à disposition à l'accueil

Le centre met à notre disposition :

- Livres et jeux de société
- Salon TV
- Sauna
- Grande salle avec cheminée, proche du bar, pour les soirées
- Bar
  - o Consommations à payer à la commande

Le vendredi 06 matin pour départ du car à 08h45 :

- Draps et serviettes de toilette à déposer dans le couloir au pied de chaque logement
- Poubelle sdb à vider dans la poubelle à chaque étage
- Restitution des clés dans une corbeille à l'accueil
- Dépose des bagages à la bagagerie

## **Planning des soirées**

Le programme sera affiché chaque jour.

A ma demande, une soirée sur la faune et la flore sera proposée par notre accompagnateur Nicolas CRUNCHANT en accord avec la directrice Marya LAKHNATI, mardi ou mercredi.

### Planning des randonnées

Le programme par journée a été établi par Nicolas et pourra varier en fonction des conditions météorologique et nivologique (voir « séjraq26-programme\_proposé.pdf »)

Les 4 randonnées du lundi au jeudi sont sous la responsabilité de Nicolas et de 3 accompagnateurs montagne (AMM).

3 groupes de niveau : 2, 3a, 3b et 4.

Les caractéristiques de nos 3 groupes sont :

2	<i>Dénivelé positif de 500 à 550 m</i>	<i>Distance 10 à 14 km</i>
3	<i>Dénivelé positif de 400 à 450 m</i>	<i>Distance 8 à 12 km</i>
	<i>Selon le programme, le 3b devrait faire un peu moins de dénivelé</i>	
4	<i>Dénivelé positif de 300 à 350 m</i>	<i>Distance 6 à 10 km</i>

Nous n'emprunterons pas les remontées mécaniques.

Les courts déplacements se feront avec les 2 minibus de notre équipe d'accompagnants.

De ce fait, les groupes seront limités à 16 personnes.

A toutes fins utiles, vous pouvez prendre vos crampons sans oublier vos raquettes et bâtons.

Dans les minibus, il faudra mettre raquettes et bâtons sans sac et monter avec les chaussures de randonnée.

**La réussite du séjour sera fortement liée à l'écoute et au respect des consignes** données, dont la ponctualité. Lors de la prise du petit déjeuner, du déjeuner et du diner, merci de **prendre le juste nécessaire** pour éviter de **jeter** et également **d'en laisser pour les autres**.

# À la découverte du Queyras... V4

Le massif du Queyras est un véritable paradis pour tous les amateurs de balades à raquettes, avec une possibilité étonnante d'itinéraires plus ou moins faciles... Dans la seule vallée d'Arvioux, au départ du centre VTF Les Esquirousses, de nombreuses randonnées sont possibles. Il ne s'agit donc là que de propositions qu'il sera facile de modifier sur place selon nos souhaits et les conditions de la montagne.



## PROPOSITION DE PROGRAMME

Pour toutes les randonnées ci-dessous, il est possible de rallonger ou de réduire les parcours en fonction de la forme et des souhaits du groupe, sur le terrain.

### Lundi après-midi – balades découverte

#### Pour les 3 groupes

Au départ du centre des Esquirousses, plusieurs itinéraires de balades de mise en jambe sont possibles, du côté du site du Planet, facile, du vallon du Partus, plus sauvage ou encore, si les conditions de neige le permettent, vers un point de vue déjà très ouvert sur le Queyras !

Dénivelée : entre 100 et 250 mètres selon l'itinéraire retenu.

### Mardi

#### Groupe 2 : Les alpages de Clapeyto

Pas de déplacement, départ du centre.

Célèbre dans toute la région, l'alpage de Clapeyto abrite une trentaine de chalets d'estive de toute beauté. Sous leur couverture de neige, ils sommeillent durant l'hiver et composent un paysage harmonieux qui attire beaucoup de raquettistes... C'est une balade assez longue en distance, mais avec peu de difficultés techniques et des pentes raisonnables. Et le paysage mérite amplement la visite ! En option, selon la forme du moment, il sera possible de traverser les grands alpages situés au-dessus des chalets, voire d'atteindre le lac glacé de Néal mais pour celui-ci, la randonnée devient plus ardue...

**Groupe 2 (le plus sportif) :** traversée de la forêt du Planet, Pra Premier, passage de deux petits cols pour rejoindre les chalets de Clapeyto puis retour par une petite boucle. 500 m de dénivelée jusqu'aux chalets.

#### Groupe 3 a : crête de Catinat et lac de Roue

Déplacement avec le minibus du guide (2 aller-retours) ou avec la navette gratuite inter-villages jusqu'à La Chalp à 1,5 Km du centre VTF.

Pour cet itinéraire, le départ s'effectue du village de la Chalp. D'abord par le GR5 puis hors sentier par de belles clairières et la forêt de mélèzes, il est possible de rejoindre le lac du Laus puis la crête de Catinat, panoramique, que l'on redescend tranquillement jusqu'au lac de Roue. Après la visite des deux belvédères, retour par le GR 5 à la Chalp, retour en minibus pour 1,5 Km (2 aller-retours).

**Groupe 3 a** : 450 m de dénivelée.

### **Groupe 3 b : le vallon de Furfande**

Déplacement avec les minibus des guides jusqu'à Arvieux (2 allers-retours) ou avec la navette inter-villages selon les horaires de celle-ci.

Au départ d'Arvieux, cet itinéraire permet de faire une boucle dans le très long vallon de Furfande qui conduit au col du même nom. C'est une zone fréquentée par les mouflons et le pique-nique est sympathique au niveau de la cabane du Vallon, avant un retour par la rive gauche du torrent.

**Groupe 3 b** : remontée du vallon de Furfande pour un pique-nique avant le Plan du Vallon, 350 m de dénivelée.

### **Groupe 4 : Pra Premier**

Pas de déplacement, départ du centre

Montée jusqu'à Pra Premier pour un pique-nique au soleil ou si le niveau du groupe le permet poursuite de la montée jusqu'aux chalets d'alpage du Collet avant un retour par les chalets de l'Échaillon.

**Groupe 4** : 240 mètres de dénivelée seulement jusqu'au Pra Premier et en option 160 de plus pour atteindre le Collet.

## **MERCREDI**

### **Groupe 2 : Vallon de Furfande**

Déplacement avec le minibus du guide jusqu'à Arvieux (2 allers-retours) ou avec la navette inter-villages selon les horaires de celle-ci.

Remontée du vallon un peu au-delà du Plan du Vallon pour le pique-nique.

**Groupe 2** : 550 m pour le vallon de Furfande.

### **Groupe 3 a et 3 b : Clapeyto, les chalets du Collet**

Pas de déplacement, départ du centre.

**Groupe 3 a et 3 b** : traversée du Planet, Pra Premier, les chalets du Collet soit 400 m de dénivelée + 100 m supplémentaires **en option** pour atteindre les chalets de Clapeyto. Retour direct par la trace par les chalets de l'Échaillon.

### **Groupe 4 : le lac de Roue**

Déplacement avec le minibus du guide (2 aller-retours) ou avec la navette gratuite inter-villages jusqu'à La Chalp à 1,5 Km du centre VTF.

Le site du lac de Roue s'atteint depuis la Chalp par le tracé du GR5, à travers une jolie forêt de mélèze puis par des espaces plus dégagés au-dessus du hameau des Maisons. Du lac, il est possible de découvrir deux belvédères avant le retour à la Chalp par un autre itinéraire sans difficulté.

**Groupe 4 (plus tranquille) :** la Chalp (1690 m), les Maisons, lac de Roue (1840 m), belvédères et retour, environ 300 m de dénivelée.

## **JEUDI**

### **Groupe 2 : col Tronchet**

Pas de déplacement, départ du centre. Retour de la Chalp en minibus ou avec la navette gratuite inter-villages selon les horaires.

D'abord dans une belle forêt de mélèzes et de pins à crochets, puis en alpage dans le secteur du col Tronchet, à l'est de Brunissard, cette randonnée peut se décliner de nombreuses façons en fonction de l'enneigement et du niveau du groupe. Le plus beau consiste à rejoindre le col avant de traverser la crête des Gleigeaces pour revenir par la Chalp d'Arvieux,

**Groupe 2 :** 600 m de dénivelée. Retour de la Chalp soit avec la navette inter-villages soit avec l'un des minibus des guides (2 aller-retours pour 1,5 Km).

### **Groupe 3 a : Vallon de Furfande**

Déplacement avec le minibus du guide jusqu'à Arvieux (2 allers-retours) ou avec la navette inter-villages selon les horaires de celle-ci.

Remontée du vallon jusqu'un peu en-dessous du Plan du Vallon pour le pique-nique.

**Groupe 3a :** 500 m pour le vallon de Furfande.

### **Groupe 3 b : Vers le col Tronchet**

Départ du centre pour une balade vers le col Tronchet.

**Groupe 3 b :** 450 m de dénivelée.

### **Groupe 4 : Vallon de Furfande (ou 2 balades ½ journée au départ du centre avec repas chaud au centre)**

Déplacement avec le minibus du guide jusqu'à Arvieux (2 allers-retours) ou avec la navette inter-villages selon les horaires de celle-ci.

**Groupe 4 :** 350 m de dénivelée pour une balade tranquille dans le vallon de Furfande sans chercher à atteindre le Plan du Vallon.

**Petit rappel !** N'oubliez pas que votre accompagnateur pourra à tout moment changer un programme ou modifier un itinéraire en fonction des conditions météorologiques ou nivologiques, du niveau du groupe ou pour tout autre raison. Dans tous les cas, ce sera pour assurer votre sécurité ou vous permettre d'effectuer une randonnée qui répondra au mieux à vos attentes et à vos possibilités !

## **INFORMATIONS PRATIQUES**

### **L'esprit des randonnées**

Durant toutes ces sorties à raquettes, l'accent sera mis sur la découverte du milieu naturel et du patrimoine humain du Queyras. Ce côté découverte sera toujours privilégié à l'aspect purement sportif de l'activité !

### **Matériel prêté**

Des raquettes TSL et des bâtons pourront être prêtés aux participants qui n'en n'auront pas. De plus, du matériel de sécurité (pelle, sonde, DVA...) sera fourni pour les randonnées même si nos AMM ne prennent naturellement aucun risque dans le choix des itinéraires. Le Queyras étant un massif résolument alpin, l'obligation de moyens impose aux professionnels de partir avec le matériel de sécurité réglementaire pour la plupart des sorties à la journée... même s'il ne sert jamais, bien heureusement !

**Groupes** Les groupes seront constitués de 15 personnes au maximum par accompagnateur en montagne. Attention à ne pas dépasser 16 personnes par groupe pour des impératifs d'organisation !

Deux minibus seront mis à disposition pour faciliter les déplacements dans la vallée d'Arvioux.

**Sécurité** : votre accompagnateur sera équipé d'une radio directement réglée sur la fréquence des secours en montagne car dans les montagnes du Queyras, nous nous trouvons parfois dans une zone d'ombre pour les portables.

**Cartographie** : Cartes TOP 25 3537, 3637 OT et carte LIBRIS « Queyras Ubaye » au 1/60 000.

**Bibliographie** : Pour préparer votre séjour, de nombreux guides sont disponibles en librairie. Vous pouvez par exemple consulter *Parc Naturel Régional du Queyras* aux éditions Gallimard, bien illustré et facile à lire.

Dans la remarquable collection « Les Cahiers du Patrimoine », aux Éditions du Queyras, plusieurs titres permettent de se familiariser avec les spécificités du patrimoine local (*Dentelles du Queyras et des vallées voisines, Ceillac au fil du temps, Fort Queyras, Cadrans Solaires du Queyras...*).

Quelques ouvrages rédigés par des anciens du pays évoquent également la vie de la région, hier et aujourd'hui, à l'image du livre de Philippe Lamour, personnage emblématique du Queyras, intitulées *Le Cadran Solaire*, ou du recueil de souvenirs *Les Pieds en Queyras* d'Albert Borel.

Enfin pour les amateurs de littérature, les vallées queyrassines ont servi de cadre à de nombreux romans. Citons par exemple *Les Hauts Pays* de Philippe Lamour, ou, pour la période actuelle, *Le vol du Faucon, L'Automne des Bouquetins, La Guerre des Tétrats* ou *Mortelle Traversette, Hors sentier fatal* et *Les pilleurs du Viso* de Nicolas Crunchant, tous publiés aux éditions du Queyras, mais aussi *J'ai écouté les Alpes* du même auteur.

