



Week-end refuge et raquettes dans la Clarée

Activité: **Rando (raquettes)**

Lieu : **Briançon**

Durée : **2 jours**

Groupe : **4-8**

Prix : **250€**

1. Randonner en raquettes dans la plus belle vallée des Alpes
2. La nuit dans un refuge typique et le gros gueuleton montagnard
3. Observer les empreintes des bouquetins et le panorama depuis le refuge

Une envie subite d'être au coeur de la nature ? On vous emmène faire un tour chez Tanguy dans la vallée de la Clarée : c'est simplement la plus belle du monde ! Même les moins chauvins vont tomber le cul par terre en le suivant à travers forêt enneigées, alpages et plateaux gelés. Tanguy a choisi un itinéraire accessible uniquement en raquettes et loin du tourisme de masse : on est seul au monde au coeur des Alpes. Ou presque... Ayez les mirettes aux affûts : empreintes de chamois, de lièvre ou renards à gogo, Tanguy vous apprend à les reconnaître. En arrivant au refuge, on découvre un panorama impressionnant sur les sommets enneigés avant de se mettre au chaud. Une bonne tambouille de spécialités locales, quelques histoires de montagne arrosées de génépi et on file au dodo. Demain y a rando !

PROGRAMME

JOUR 1

Pour ceux qui prennent le train de nuit depuis Paris, l'aventure commence la veille en mode Alpes Express ! Rendez-vous à la gare de Briançon à 8h30 (heure d'arrivée du train de nuit) avec Tanguy et les autres membres du groupe, pour un rapide transfert. Si vous êtes en voiture, rendez-vous directement à Névache à 9h. Au lieu de départ de la rando, petit brief sur le matos et chaussage des raquettes. La rando commence en longeant les rives de la Clarée puis en s'enfonçant dans la forêt et enfin à travers les alpages enneigés en altitude. De beaux panoramas et une arrivée au refuge en fin de journée, pour profiter d'un bon dîner tous ensemble et d'une nuit au chaud.

Sur la journée, 10 km avec environ 680m de D+ et 50m de D-

JOUR 2

Réveil, petit-déjeuner au refuge et préparation des sacs. Départ pour la rando raquettes. Au programme, un joli itinéraire en balcon surplombant la vallée, pour descendre doucement. L'occasion de profiter des connaissances de Tanguy pour apprendre à reconnaître les empreintes d'animaux dans la neige : bouquetins, chamoix, renard... Vous saurez bientôt les différencier ! Les panoramas sur les cîmes des Alpes sont grandioses et le chemin longeant la Clarée gelée sublime. La randonnée se finit en fin d'après-midi vers 16h30 quand le soleil disparaît et Tanguy redépose à Briançon vers 17h ceux reprenant le train (train de nuit pour Paris à 20h). Un dernier godet tous ensemble ou un bon resto pour ceux qui veulent avant de repartir !

Sur la journée, 9 km avec environ 180m de D+ et 810 de D-

LOCALISATION

Hautes-Alpes > Sud-PACA

Un accès génial avec le train de nuit ! □ Pour ceux venant en train depuis Paris, on vous conseille l'aventure du train de nuit. Le billet à prendre est le suivant vendredi soir : Paris Austerlitz 20h52 > Briançon 8h25. Après un bon gros dodo, votre Captain vous récupère en sortant de la gare à Briançon. Au retour, c'est tout pareil : Tanguy vous dépose à Briançon et train pour Lyon ou Paris (train de nuit, arrivée 6h30 lundi matin). □ Pour ceux en voiture, rdv directement à Névache à 9h et vous la récupérez vers 16h30 le lendemain.

INFOS PRATIQUES

CE QUE LE PRIX COMPREND :

- La prestation du guide
- L'hébergement en refuge de montagne (dortoir mixte)
- La pension complète (dîner, petit-déjeuner et pique-nique du 2ème jour)
- Le matériel de rando individuel (raquettes et bâtons)
- Le matériel de sécurité individuel (DVA, pelle, sonde)
- Le prêt d'un filtre à eau pour un sac plus léger
- L'observation des empreintes de la faune locale
- Le transfert aller-retour entre la gare de Briançon et le lieu de départ en raquettes

CE QU'IL FAUT APPORTER :

- Indispensable : 1 veste type gore-tex, 1 paire de chaussures imperméables, montantes et chaudes, 1 sac de rando de 30-40L, 1 pantalon de randonnée hivernale
- Pour le reste, la liste du petit matériel à avoir sera fournie après inscription (gourde, lampe frontale, gants, t-shirt...)

CE QUE LE PRIX NE COMPREND PAS :

- Le transport jusqu'au lieu de rendez-vous
- Le pique-nique du 1er jour
- L'assurance facultative couvrant l'annulation

NIVEAU

2 belles journées de randos ! Pas de grande difficulté (technique, cardio) mais il faut être capable de marcher plusieurs heures en raquettes, en portant votre sac et avec du dénivelé assez raide le premier jour. 860m de dénivelé positif sur les deux jours, avec 10 km le 1er jour et 9 km le second. Une découverte accessible pour toute personne en bonne forme physique.

PETIT ÉQUIPEMENT

Sur soi :

- sac à dos de randonnée d'une contenance de 30 à 40L
 - l'équipement le plus important : une paire de chaussures de marche réellement imperméables, montantes et chaudes. Les chaussures d'alpinisme pas trop rigides sont efficaces. Possibilité d'en louer dans les magasins spécialisés à Briançon.
 - chaussettes épaisses en laine, si possible à bouclettes pour plus de confort et une meilleure gestion de l'humidité (comme les Teko summit heavyweight trekking par exemple)
 - en première couche: T-shirt en matière synthétique, soie, lin, bambou ou laine mérinos. Éviter absolument le coton qui garde l'humidité lors de l'activité physique
 - en seconde couche: une épaisseur chaude et respirante type polaire ou doudoune
 - en troisième couche: une veste coupe-vent imperméable et respirante type Gore-Tex ou équivalent
 - pour les pauses et pour admirer les étoiles le soir autour du refuge : une doudoune épaisse en duvet
- la doudoune + la gore-tex peuvent être remplacées par une veste de ski isolée, mais c'est plus difficile de gérer les différentes épaisseurs en fonction des températures
- 1 pantalon de randonnée hivernale et 1 legging lors des journées ventées, ou à défaut 1 pantalon de ski mais il risque d'être trop chaud pour les montées
 - 1 sur-sac imperméable pour protéger le sac en cas de mauvais temps. Ou un sac intérieur étanche (ou un sac poubelle) pour protéger les vêtements dans le sac

- une paire de gants medium et une paire épaisse

Dans le sac :

- votre pique-nique du 1er jour

- une gourde ou poche à eau de 1L
- un thermos par groupe de 2 personnes
- une boîte étanche type Tupperware et vos couverts pour les pique-niques
- crème solaire et stick lèvres
- paire de lunettes de soleil indice UV 4
- lampe frontale
- chargeur de téléphone, d'appareil photo, éventuellement une batterie externe
- pharmacie personnelle réduite (pansements type Compeed pour les ampoules éventuelles, bande adhésive type Elastoplast, paracétamol...). En cas de traitement médical, mettre l'ordonnance du médecin dans sa trousse à pharmacie
- trousse de toilette réduite : un morceau de savon, un flacon de shampoing ou mieux un morceau de shampoing solide, petite serviette de bain, brosse à dent et échantillon de dentifrice
- sous-vêtements, chaussettes et T-shirt de rechange
- drap de sac type "sac à viande" (pas besoin de duvet, les couettes sont fournies dans les refuges). Prêt possible sur demande.
- une paire de bouchons d'oreille pour bien dormir s'il y a des ronfleurs à proximité
- quelques feuilles de papier toilette et un mini sac poubelle pour ne rien laisser derrière nous.