



SÉJOUR - RAQUETTES À NEIGE

UBAYE - FOUILLOUSE HAUTES-ALPES

Organisé pour s'évader l'esprit, ce séjour en raquettes à neige va se dérouler dans la vallée de l'Ubaye, dans le vallon de Baragne.

Nous serons hébergés dans le hameau de Fouillouse, à 1910 mètres d'altitude, durant 4 nuits dans un gîte authentique de cette vallée.

Pendant 5 jours, nous randonnerons en utilisant des itinéraires originaux, avec nos raquettes à neige, dépaysement garanti ! Dans cette zone préservée, les milieux naturels se laisseront observer : la faune, la flore, le ciel nocturne, etc.

5 JOURS, 4 NUITS
835 €/PERS TOUT COMPRIS

SECTEUR	Ubaye, Fouillouse, Hautes-Alpes
DÉPART DE LA RANDONEE	Hameau de Fouillouse
PUBLIC	Adultes (groupe restreint)
DÉNIVÉLÉE POSITIVE	650 mètres par jours environ
ALTITUDE MAXIMALE	2550 mètres
DISTANCE	10 kilomètres par jour environ
DURÉE	5 jours, 4 nuits
DIFFICULTÉ TECHNIQUE	Marcheur occasionnel

UNE QUESTION? 06 75 08 04 79



Encadrant et organisateur

Sylvain REED - Accompagnateur en

Montagne (Diplôme d'État d'Alpinisme)

PLÉNITUDE DÉCOUVERTE

Poteau Saint Luc - Quartier La Beaumette 05140 Aspres sur Buech

N°SIRET: 811 753 292 00036 | N°Carte Professionnelle: 06416ED00087 | Immatriculation au registre des opérateurs de voyages et de séjours: IM005190004 Garantie financière: GROUPAMA ASSURANCE-CRÉDIT & CAUTION, 8-10 RUE D'ASTORG, 75008 PARIS, France Assurance de responsabilité civile professionnelle: MMA IARD, 14 BOULEVARD MARIE ET ALEXANDRE OYON, 72030 LE MANS, France























JOUR 1

Le rendez-vous est fixé au gîte « Les Granges », hameau de Fouillouse, à 11h. Depuis notre refuge, nous partirons « raquettes aux pieds ».

Dans une zone totalement préservée, le parcours original du premier jour permet de découvrir des paysages, une faune et une flore exceptionnels.

En fin d'après-midi, nous rejoindrons notre gîte.

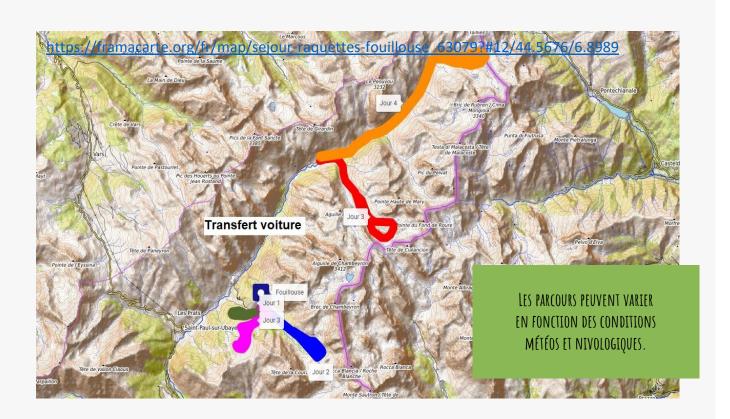
JOUR 2

Depuis notre refuge, nous randonnerons. Le parcours original de ce deuxième jour offrira des découvertes surprenantes (chamois, paysages...).

En fin d'après-midi, nous rejoindrons notre gîte.

DÉNIVELÉE POSITIVE	200 mètres
DÉNIVELÉE NÉGATIVE	- 200 mètres
ALTITUDE MAXIMALE	1900 mètres
DISTANCE	4 kilomètres
DURÉE	4 heures

DÉNIVELÉE POSITIVE	600 mètres
DÉNIVELÉE NÉGATIVE	- 600 mètres
ALTITUDE MAXIMALE	2550 mètres
DISTANCE	10 kilomètres
DURÉE	6 heures





JOUR 3

Nous débuterons la randonnée de ce jour n°3 à partir du gîte.

Une forêt de mélèze se laissera découvrir avant de rejoindre une bergerie située en pleine montagne.

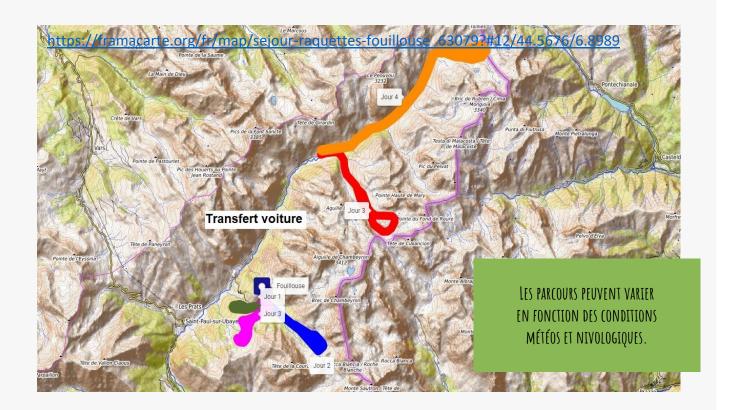
DÉNIVELÉE POSITIVE	500 mètres
DÉNIVELÉE NÉGATIVE	- 500 mètres
ALTITUDE MAXIMALE	2450 mètres
DISTANCE	9 kilomètres
DURÉE	5 heures

JOUR 4

Depuis le hameau de Maljasset, ce quatrième jour nous permettra de découvrir des lacs d'altitude glacés, dépaysement et découverte dans ce vallon très préservé.

Départ hameau de Maljasset (transfert en voiture 15 minutes).

DÉNIVELÉE POSITIVE	650 mètres
DÉNIVELÉE NÉGATIVE	- 650 mètres
ALTITUDE MAXIMALE	2550 mètres
DISTANCE	12 kilomètres
DURÉE	6 heures

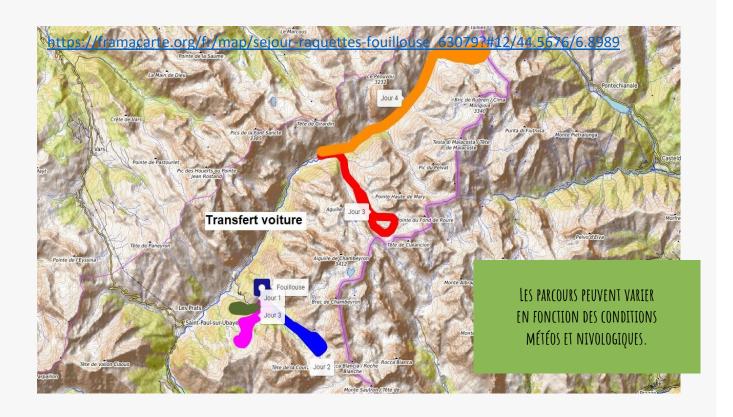




JOUR 5

Depuis le hameau de Fouillouse, ce cinquième jour nous permettra de découvrir un vallon préservé situé audessus de ce hameau. En fin d'après-midi, nous rejoindrons notre gîte pour finaliser ce séjour.

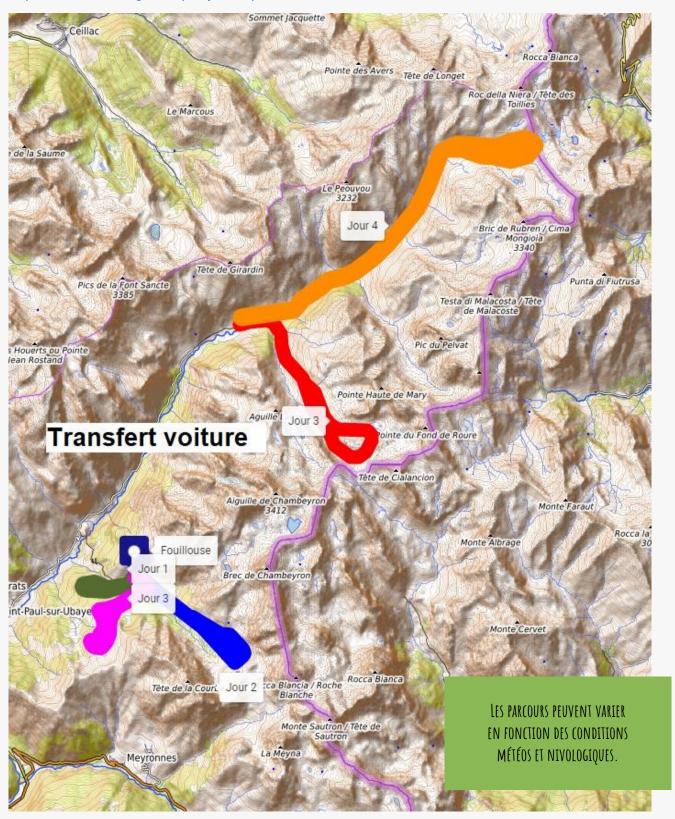
DÉNIVELÉE POSITIVE	600 mètres
DÉNIVELÉE NÉGATIVE	600 mètres
ALTITUDE MAXIMALE	2450 mètres
DISTANCE	6 kilomètres
DURÉE	6 heures





CARTE, SECTEUR

https://framacarte.org/fr/map/sejour-raquettes-fouillouse_63079?#12/44.5676/6.8989





RENDEZ-VOUS

Le rendez-vous est fixé au gîte « Les Granges », hameau de Fouillouse. à 11h00.

https://goo.gl/maps/Wiq9vfNfmqzedaZs7

Accueil par votre accompagnateur, présentation du séjour, distribution du matériel, installation dans le refuge, etc. En cas de problème (retard), merci de me prévenir. Si les conditions de route sont difficiles (neige, etc.). Le rendez-vous sera fixé dans la vallée. Vous serez prévenu avant le séjour.

FIN DU SÉJOUR

Le séjour s'achèvera vers 16h au gîte Les Granges, Fouillouse

ACCÈS

EN TRAIN / Nom de la gare : Gap

Informations et horaires : https://www.oui.sncf/ La gare SNCF la plus proche : Gap, puis liaison en bus ou taxi.

Sylvain, le guide du séjour peut éventuellement venir à la gare de Gap le matin du premier jour et vous véhiculer jusqu'au lieu de rendez-vous. A confirmer.

EN VOITURE

En venant du nord :

Depuis Grenoble par la Mure et Gap. Ensuite, direction « Barcelonnette », puis « Saint Paul d'Ubaye » et « Maljasset ».

En venant du sud ou de l'Ouest :

Valence ou Sisteron - Gap – Ensuite suivre la direction « Barcelonnette », puis « Saint Paul d'Ubaye » et « Maljasset ».

Si les conditions de route sont difficiles (neige, etc.). Le rendez-vous sera fixé dans la vallée. Vous serez prévenu avant le séjour.

EN COVOITURAGE

Vous pouvez utiliser le site « Blablacar » pour organiser votre covoiturage (chauffeur ou passager).

Dans tous les cas, si vous rencontrez des difficultés pour organiser votre trajet, contactez Sylvain.

DÉPART GARANTI

À partir de 3 personnes.

TAILLE DU GROUPE

6 personnes maximum.

HÉBERGEMENT

EN PENSION COMPLETE:

Gîte « Les Granges », hameau de Fouillouse. https://www.gite-les-granges.com/

En dortoir de 6 personnes réservé aux membres du groupe. Cet hébergement est situé à 1900 mètres d'altitude, nous partirons « raquettes aux pieds » tous les jours pour réaliser les randonnées (sauf les jours 4 et 5, transfert en voiture de 15 minutes).

REPAS

Pension complète, tous les repas sont compris. **Repas du soir et les petits déjeuners :** ils seront pris dans le gîte. La cuisine traditionnelle sera vous régaler.

Pique-niques: les repas du midi seront pris au cours des randonnées, en pleine montagne, dans des lieux aux paysages remarquables.

UNE QUESTION?
06 75 08 04 79





MATÉRIEL À EMPORTER

ÉQUIPEMENTS

- Sac à dos (> 55 litres)
- Sur-sac à dos imperméable
- Bâtons de randonnée (PRÉT)
- Raquette à neige (PRÉT)
- Lunettes de soleil
- Gourde
- Couteau
- Papiers d'identité
- Téléphone portable
- Drap pour le couchage (type sac à viande)

VÊTEMENTS

- Chaussures de randonnée d'hiver (chaudes et imperméables)
- Chaussettes de marche (+ paires de rechange)
- Pantalon d'hiver (type d'alpinisme)
- Guêtres
- Sous-pantalon (type caleçon long)
- T-shirt (+ rechange)
- Veste polaire
- Veste type « doudoune »
- Veste coupe-vent / imperméable
- Chapeau / Casquette
- Bonnet chaud
- Paire de gants chaude (+1 paire de rechange)
- Paire de sous-gants (+1 paire de rechange)

DIVERS

- Barres céréales, fruits secs, etc.
- Crème solaire (peau et lèvre)
- Mouchoirs et papier toilette
- Lampe frontale
- Mini-trousse de toilette (brosse à dent...)
- Mini trousse à pharmacie
- Appareil photos
- Kit DVA (Dispositif détection Victime d'Avalanche).
- DVA+Pelle+Sonde. (PRÊT)

MATÉRIEL DE SÉCURITÉ

- Votre accompagnateur disposera d'une balise satellitaire pour alerter les secours si besoin.
- Une trousse de premiers secours sera en sa possession. Elle ne remplace pas la trousse que vous devez avoir avec vous (pansements, etc.)
- Tous les membres du groupe seront équipés d'un Kit DVA (Dispositif détection Victime d'Avalanche). DVA+Pelle+Sonde. (PRT)

ASSURANCE

Elle est facultative mais nous vous proposons l'assurance suivante :

- Annulation (de votre part, remboursement des sommes engagées)
- Assistance/Rapatriement
- Dommage bagages

Elle doit être souscrite et réglée en totalité aussitôt après l'inscription auprès de notre partenaire Europ Assistance.

Disponible lors de la réservation du séjour (les détails du contrat et la procédure à suivre en cas de besoin vous seront fournis par cet assureur).

INCLUS

- Séjour randonnée raquettes à neige guidée.
- Hébergement : en gîte, en petit dortoir.
- Matériel : raquettes à neige, bâtons et kit DVA.
- · Tous les repas.
- Adaptation des itinéraires de randonnée en fonction du groupe.
- Rythme de marche adapté au groupe.
- Explications et observations : faune, flore, patrimoine, géologie, comment vivre en montagne, etc.
- Taille du groupe 6 personnes maxi.
- Assurance secours/rapatriement de base.

PAS INCLUS

- Transport pour venir au lieu du rendez-vous.
- Assurance annulation (de votre part) / multirisque renforcée.
- Vivres à grignoter durant les randonnées (barres de céréales, fruits secs, etc.).
- Toutes les boissons autres que de l'eau.

UNE QUESTION? 06 75 08 04 79



https://www.plenitude-decouverte.com sylvain.reed@plenitude-decouverte.com



MARCHEZ AVEC VOS SENS.

Plénitude Découverte vous invite à revenir à l'essentiel, en petit groupe et à votre rythme : être en harmonie avec la montagne, s'émerveiller de sa faune et sa flore, vivre au rythme de la nature, dormir à la belle étoile ou en hébergement authentique, en prendre plein les yeux,

