

# SUR LES HAUTEURS

## RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED

v o t r e t r e k c o m m e n c e i c i . . .

### L'UBAYE, DÉCOUVERTE D'UNE VALLÉE SAUVAGE

Randonnée en étoile et en hôtel

Séjour 6 jours, 5 nuits, 5 jours de randonnée

				Saison			Départ garanti 			
2 Chaussures	Hôtel 2★	En étoile	Portage de vos affaires personnelles pour la journée	J	F	M	A	M	J	À partir de 6 personnes
				J	A	S	O	N	D	



La vallée de l'Ubaye, sauvage et encore préservée, vous invite à découvrir son caractère unique au cœur des Alpes de Haute-Provence. Ce séjour en étoile, depuis un hébergement confortable et authentique à Jausiers, propose chaque jour une nouvelle aventure : paysages montagneux immenses, villages suspendus dans le temps, lacs d'altitude mystérieux, et vallées façonnées par l'histoire. Loin des itinéraires battus, les chemins parcourent des sites peu fréquentés, parfaits pour les randonneurs en quête de nature brute et de calme alpin. Après chaque journée de découverte, retrouvez le plaisir d'une auberge douillette et de la cuisine généreuse de Céline et Lionel.

Ce séjour est idéal pour plonger au cœur d'une vallée aussi belle qu'inexplorée, avec une touche de confort

## NOS POINTS FORTS :

- Auberge accueillante avec chambres doubles et cuisine de terroir généreuse.
- Une vallée méconnue offrant calme et nature intacte.
- Les villas mexicaines et l'histoire unique de cette région.
- Une immersion dans des paysages sauvages pour les randonneurs avides de tranquillité.

## DATES & TARIFS 2025 :

Du dimanche au vendredi de début juin à fin septembre

14/07/2025 au 19/07/2025*	895€	17/08/2025 au 22/08/2025	895€
21/07/2025 au 26/07/2025*	895€	24/08/2025 au 29/08/2025	895€
27/07/2025 au 01/08/2025	895€	31/08/2025 au 05/09/2025	895€
03/08/2025 au 08/08/2025	895€	08/09/2025 au 13/09/2025	895€
10/08/2025 au 15/08/2025	895€	14/09/2025 au 19/09/2025	895€

\*séjour exceptionnellement du lundi soir au samedi après la randonnée.

### Option

Option pour la semaine : Chambre individuelle : **150 € / pers**

Nuits supplémentaires en 1/2 pension :

En chambre de 2 : **75€ / personne**

En chambre individuelle : **115 € / pers**

### LE TARIF COMPREND :

- ✚ La pension complète du dimanche soir au vendredi après-midi
- ✚ L'encadrement par un professionnel de la montagne diplômé d'État
- ✚ Le transfert Aller entre la gare et le lieu du séjour
- ✚ La taxe de séjour.

### LE TARIF NE COMPREND PAS :

- ✚ Les boissons et le vin pendant les repas
- ✚ Le transfert retour de l'hébergement à la gare (navette locale)
- ✚ Les assurances

### POURBOIRES :

Aujourd'hui, le pourboire est généralement facultatif et est laissé à votre libre appréciation, selon votre satisfaction à la fin de votre voyage.

Il est d'usage de donner un pourboire à votre guide et à l'équipe locale. Il doit être adapté en fonction du niveau de vie du pays et de la durée de votre voyage. C'est un geste symbolique qui récompense une prestation de qualité par rapport à la prestation reçue.

### RÈGLEMENT :

**À l'inscription :** Acompte de 30 % du prix du séjour

**Un mois avant le départ :** Le solde sans appel de notre part

Chèques vacances acceptés et paiement par carte bancaire possible

## **LES ASSURANCES :**

Nous vous proposons 3 formules d'assurances :

**Assurance Annulation** + bagages + extension pandémie et épidémie (**3,4%** du montant du séjour).

**Assurance Assistance Rapatriement** + RC + pandémie et épidémie (**2%** du montant du séjour).

**Assurance Multirisques** : Annulation, Assistance Rapatriement, bagages, Retard transport + interruption séjour + extension pandémie et épidémie : (**4,8%** du montant du séjour).

Si vous avez votre assurance, il nous faudra une photocopie de votre attestation.

### **FIDÉLITÉ :**

Nous vous offrons une réduction de 4% dès votre 3<sup>ième</sup> voyage ou séjour dans les deux années civiles qui suivent la date du départ de votre premier séjour.

#### **RÉDUCTIONS SUR LE PRIX DU SÉJOUR :**

**\*5 mois avant** la date de départ, **4%** (pour un montant inférieur à 1200 €) ou 50 € pour un montant supérieur à 1200 €).

**\*4 mois avant** la date de départ, **3%** (pour un montant inférieur à 1200 €) ou 30 € pour un montant supérieur à 1200 €).

# Déroulement du séjour

## Jour 1 : ACCUEIL ET PRÉSENTATION DU SÉJOUR

RDV le dimanche soir à votre hébergement à Jausiers.

## Jour 2 : LARCHE : LES LACS DE L'ORONAYE ET ROBURENT

Direction les portes du Piémont et du Mercantour. Cette journée sans grandes difficultés nous fera prendre de l'altitude pour découvrir deux beaux lacs répartis de chaque côté de la frontière italienne. Nous marchons dans les alpages au rythme des marmottes et des sonnailles des troupeaux de moutons qui parsèment la montagne.

Dénivelé : + 510 m ; - 510 m ; 4 h 30

## Jour 3 : FOUILLOUSE AU PIED DU BREC DE CHAMBEYRON

Sous la face imposante du Brec de Chambeyron qui culmine à 3389 m dans l'Ubaye et à proximité de nombreux lacs glaciaires, nous irons découvrir une nature préservée, sans oublier le refuge de Chambeyron, hébergement étape de nombreux treks !

Dénivelé : + 640 m ; - 640 m ; 5 h 00

## Jour 4 : L'UBAYE, UNE TERRE D'EAU ET D'HOMME : DES TORRENTS DE MONTAGNE AUX VILLAS MEXICAINES DE BARCELONNETTE

L'Ubaye tire son nom de la rivière qui coule dans la vallée, véritable bijou pour les sports d'eau-vive. La randonnée du jour fera découvrir cette ressource que l'homme a dû apprendre à dompter depuis de nombreuses années. Après la randonnée, nous irons visiter Barcelonnette et ses villas mexicaines témoins de la réussite économique et sociale de certains habitants partis au siècle dernier à la conquête du Mexique.

Dénivelé : + 430 m ; - 430 m ; 3 h 30 + visite de Barcelonnette

## Jour 5 : MALJASSET : LES LACS MARINETS

Bienvenue au bout du monde, ici même le réseau téléphonique n'est pas encore arrivé... Cette journée est un incontournable... Nous prendrons le temps de remonter le vallon de Mary pour atteindre les lacs Marinets aux couleurs magnifiques blottis au pied des Aiguilles de Chambeyron. Nous allons en prendre plein les yeux !

Dénivelé : + 630 m ; - 630 m ; 5 h 30

## Jour 6 : LES FORTS DE L'UBAYE

Pour terminer la semaine, nous allons parler architecture militaire : de partout dans les alpes, en particulier le long de la frontière italienne, sommets et vallées ont toujours été un enjeu politique. La vallée de l'Ubaye ne fait pas exception. Notre itinéraire du jour nous mènera à la découverte de ces forts qui parsèment la montagne. Fin de la randonnée vers 16 h 00

Dénivelé : + 535 m ; - 535 m ; 5 h 00

## À NOTER

- Indépendamment de sa volonté, votre guide peut être amené à modifier quelque peu les itinéraires indiqués en fonction des conditions météorologiques, du niveau et de la forme des participants.
- Les durées de nos randonnées sont données à titre indicatif. Elles peuvent varier en fonction de plusieurs éléments lors du déroulé de notre séjour (niveau des participants, météo, état du terrain, etc...). Les durées de transfert peuvent aussi fluctuer en fonction des conditions climatiques et de l'état des routes.

# Info trek

## **NIVEAU: 2 CHAUSSURES**

### **Pour marcheurs contemplatifs.**

Randonneur niveau 2 sur une échelle de 5.

Itinéraire de montagne avec des dénivelées de 400 à 600 m de moyenne.

Ce séjour est accessible aux marcheurs n'ayant jamais pratiqué la randonnée itinérante, mais pratiquant régulièrement des randonnées d'une journée. Le programme présente des temps forts avec l'ascension de beaux sommets et des journées plus calmes pour ménager la troupe. En plus il est toujours possible de se reposer pour reprendre des forces.

Dénivelée moyenne : 500 m                      Maximum : 600 m

Horaire moyen : 5 h 00 mn                      Maximum : 6 h 00 mn

	Niveau	Dénivelé	Temps de marche
	1	Jusqu'à 400 m	4 à 5h
	<b>2</b>	<b>300 à 600 m</b>	<b>3 à 5h</b>
	3	600 à 800 m	5 à 6h
	4	700 à 1200 m	5 à 7h
	5	1000 m et +	7h et +

## **ACCUEIL :**

Le rendez-vous est fixé à votre hébergement à 19 h 30 le jour 1, à Jausiers.

Rencontre avec votre accompagnateur et présentation du séjour.

Si vous arrivez en retard : en cas de retard de train ou sur la route, vous disposerez d'un numéro d'urgence sur votre convocation.

Lors de votre réservation, ou au plus tard une semaine avant votre arrivée, merci de nous communiquer impérativement les informations suivantes :

- Votre mode d'arrivée : train ou voiture...
- Votre horaire d'arrivée si vous arrivez en train. Si vous arrivez en journée : il faudra nous préciser si vous prenez la navette locale ou si vous attendez l'heure de rendez-vous en gare.
- Votre lieu d'arrivée : hôtel ou gare

## **Arrivée en train**

Il n'existe plus de liaison ferroviaire allant directement jusqu'à Barcelonnette.

Vous devez vous arrêter en gare de Gap, puis prendre ensuite un autocar LER.

Pour rejoindre Gap :

En venant du nord : liaison quotidienne par train couchette : Paris (gare d'Austerlitz) Gap ou

liaison par TGV Paris-Valence ou Paris-Grenoble puis correspondances TER pour Gap

En venant du sud : TER ligne Marseille-Gap, ou ligne autocar Zou n°37 Marseille à

Barcelonnette

### **De Gap à Barcelonnette :**

Depuis Gap, prendre la ligne autocar Zou n°535. Correspondance régulière avec les trains de nuit en provenance de Paris uniquement. Arrêt à Barcelonnette.

Horaires à consulter sur: <http://www.autocars-scal.fr/reseau-ler>

Réservation obligatoire : <https://zou.maregionsud.fr/>

### **De la gare routière de Barcelonnette au lieu de RDV**

Votre accompagnateur vous accueille en gare routière de Barcelonnette à l'arrivée du car de Gap du dimanche, vers 19h00. L'heure précis sera confirmé sur la convocation

Attention, pour organiser ce transport vous avez l'obligation de nous réserver votre transfert au moins une semaine avant la date du séjour.

En cas d'arrivée en dehors de cet horaire, le transfert à Jausiers est à votre charge. Vous pourrez utiliser les navettes régulières en saison ou un taxi

### **Arrivée en voiture**

Depuis le Nord

Rejoindre Gap, traversez le centre-ville en gardant la direction Barcelonnette (N85) puis D9008.

Traversez Barcelonnette et rejoindre Jausiers (10 min)

Depuis le Sud

Prendre l'autoroute A51 qui relie Aix-en-Provence à Gap. Après la sortie du péage, prendre la direction de Barcelonnette. Traversez Barcelonnette et rejoindre Jausiers (10 min)

Autre possibilité en arrivant du sud en remontant les vallées (ouverture des cols entre fin mai et mi-juin)

:

Par la vallée de la Tinée et le col de la Bonette (2715m)

Par le Val d'Entraune et le col de la Cayolle (2326m)

Le Haut-Verdon et le Col d'Allos (2247m)

### **DISPERSION :**

Fin du séjour vendredi après la randonnée.

Pour les participants venus en train, transfert en bus local à la gare routière de Barcelonnette.

Pour info, correspondances avec la ligne Barcelonnette / Gap et Barcelonnette / Marseille : ligne n°27 et n°30

Horaires à consulter sur: <http://www.autocars-scal.fr/reseau-ler>

**Retour train :** Transfert le Vendredi pour 17h00 à la gare de Thonon.

Horaires sur <https://www.oui.sncf/> ou sur [www.cff.ch](http://www.cff.ch).

### **Hébergements avant ou après la randonnée :**

Il est possible de séjourner une nuit avant ou après le séjour à l'hôtel, selon disponibilités : Voir rubrique « dates et prix ».

### **HÉBERGEMENT :**

Hébergés en chambre de deux personnes, vous êtes accueillis dans une auberge de située au cœur du village de Jausiers.

Chaque chambre dispose de sa salle de bain privative, le linge de toilette et les draps sont fournis

### **REPAS :**

La nourriture est essentielle lors des randonnées pour maintenir l'énergie et le moral. Nous choisissons des partenaires qui partagent nos valeurs éthiques et écoresponsables et les encourageons à adopter des pratiques durables. Nous privilégions les produits frais, locaux et de saison, souvent biologiques, pour offrir une cuisine généreuse et traditionnelle aux saveurs du Sud.

**PORTAGE :**

Votre sac à dos contient le pique-nique et les affaires pour la journée.

**GROUPE :**

De 6 à 12 participants.

**ENCADREMENT :**

Par un accompagnateur en montagne diplômé connaissant bien le pays, le massif et les parcours. Professionnel enthousiaste, il sera à même de vous faire partager ses connaissances et son engouement pour le milieu naturel et ceci en toute sécurité. Sa passion du métier l'engage à s'adapter aux conditions météorologiques, aux contraintes du terrain et autres aléas, à gérer le rythme et la condition physique de chacun, tout en restant disponible.

**ÉCORESPONSABILITÉ :**

En tant que professionnels du tourisme, nous sommes engagés dans la transition vers un avenir durable. Nous souhaitons reconnecter les gens avec la nature tout en préservant la beauté des lieux que nous explorons. Il est essentiel de protéger notre environnement, car nos actions influencent son équilibre.

Nous vous encourageons à réduire votre empreinte écologique et à devenir des acteurs responsables de cette transition.

**ZÉRO DÉCHET :**

Dans notre démarche zéro déchet, nous mettons l'accent sur la qualité des repas et la réduction du plastique. À votre arrivée, nous vous offrons un sac en coton réutilisable pour vos pique-niques. Nous vous conseillons d'utiliser des emballages en papier et des solutions réutilisables comme le bee-wrap. Investir dans une gourde réutilisable aide également à réduire les déchets. Ensemble, prenons soin de notre planète et laissons les paysages propres pour les générations futures.

# Nécessaire et Indispensable

La météo peut vite changer. Un équipement adéquat vous permettra de passer ce séjour dans les meilleures conditions.

## Pour l'hôtel

- Un sac de voyage ou une valise pour vos affaires, durant le séjour (pas de bagage trop encombrant)
- Vos affaires de rechange
- Une trousse de toilettes
- Une paire de chaussures légères, pour le soir
- Pour les lunettes de vue, pensez à prendre une paire de rechange.

## POUR LA RANDONNÉE : Équipement vestimentaire et matériel

La technique des 3 couches permet de rester au chaud et au sec.

1. Couche respirante
2. Couche isolante
3. Couche protectrice



### ÉQUIPEMENT VESTIMENTAIRE

- Tee-shirts manches longues ou courtes et respirants (pas de coton)
- Veste chaude ou sweat polaire type Polartec
- Une doudoune légère ou une micropuff
- Gilet sans manche coupe-vent
- Veste imperméable, respirante et coupe-vent avec capuche. (Le Gore-tex reste le matériau de référence)
- Un pantalon de randonnée léger et stretch ou un pantalon transformable
- Un surpantalon imperméable
- Une cape de pluie (facultative)
- Un short
- Paires de chaussettes de marche, semi montantes ou basses, en laine ou spécifique rando (à bouclettes)
- Casquette ou chapeau de soleil
- Tour de cou
- Bonnet
- Gants légers ou sous-gants en soie.



### MATÉRIEL

- Un sac à dos de 30/50 litres avec **une ceinture ventrale** avec une housse de protection
- Une paire de chaussures imperméables avec un bon maintien de la cheville
- Une paire de bâtons de marche
- Une poche plastifiée pour protéger vos affaires à l'intérieur du sac à dos (facultatif)
- Protection solaire (crème 50+ et stick à lèvres)
- Lunettes de soleil catégorie 2, 3 ou 4
- Une gourde si possible isotherme
- Une boîte alimentaire avec un couvercle étanche
- Couverts, couteau et gobelet
- Petit tapis de sol (pour vous asseoir pendant la pause déjeuner)
- Papier toilette avec une petite poche (*pour ne pas le laisser dans la nature*)
- Une lampe frontale
- Un briquet (facultatif)
- Une couverture de survie
- Une paire de lacets de rechange



## Une petite pharmacie personnelle (Votre guide à une pharmacie pour le groupe)



- Vos médicaments si traitement
- Aspirine / Paracétamol
- Un antiseptique
- Médicament antalgique (douleurs et fièvre), anti diarrhéique, anti-inflammatoire et un antispasmodique
- Pansements et double peau type Compeed
- Antihistaminiques contre les piqûres d'insectes par exemple (facultatif)
- Pastilles contre le mal de gorge (facultatif)
- Bande adhésive élastique en 5 ou 8 cm de large x 2,5 m (facultatif)
- Bande de strapping
- Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- Collyre (en cas de poussières ou irritation/sécheresse oculaire)
- Pince à épiler (facultatif)
- Petits ciseaux (facultatif)
- Micropur (pour les destinations à l'étranger)
- Pince à tiques
- Un répulsif anti-moustique
- Gel hydroalcoolique antibactérien utile pour se laver/désinfecter les mains.

## Pour en savoir plus

### L'UBAYE

Carrefour entre l'Italie à l'est, la Haute-Provence à l'ouest, l'Embrunais et le Queyras au nord, le Verdon et la Tinée au sud, la vallée de l'Ubaye jouit d'une position stratégique. Ceci lui vaut d'avoir été, de tous temps, convoitée par les escadrons militaires. On dit qu'Hannibal aurait traversé les Alpes via le Col de Larche, dont la relative faible altitude comparé aux autres cols frontaliers facilite le passage en hiver. Afin de protéger ce point de passage privilégié entre la France et l'Italie, de nombreuses fortifications et batteries furent érigées au XIX<sup>e</sup> siècle. La vallée fut hors de danger vis à vis des invasions italiennes, notamment grâce à la construction du fort de Tournoux, le « Versailles militaire du XIX<sup>e</sup> siècle », véritable château-fort bâti à flanc de montagne sur plus de 700m de dénivelé ! Dans les années 1930, les forts se modernisent et de nombreux ouvrages de béton armé, souvent enterrés, virent le jour le long de la fameuse ligne Maginot (André Maginot).

Au cours de ce séjour, vous aurez l'occasion d'appréhender ce riche passé militaire, ses vestiges et ses forts, au détour des sentiers. Vous pourrez, l'espace d'un instant, laisser vos pensées vagabonder et imaginer les terribles combats ayant eu lieu au milieu de ce cadre grandiose...

### LA HAUTE VALLÉE DE L'UBAYE

Plus proche de l'Italie et plus haute en altitude, la haute vallée de l'Ubaye est un espace préservé où la nature recèle de trésors à découvrir. Isolée et sauvage, ce territoire profite d'un ensoleillement incroyable contre ses falaises escarpées. Niché contre l'Italie, le Massif du Chambeyron est un vaste terrain de jeu pour les amateurs de sports de montagne. Vous aurez la chance de découvrir le caractère authentique de ses petits hameaux tout au long du circuit.

### BARCELONNETTE

Véritable “Capitale de l’Ubaye”, Barcelonnette étonne par son histoire singulière, liée à son activité textile associant manufacture de laine et filatures de soie. Ainsi au XIX<sup>e</sup> siècle, nombre d’entrepreneurs Ubayens émigrent outre-Atlantique pour faire fortune au Mexique. Ils furent nommés les “barcelonnettes”. Une fois de retour dans la vallée, ces enfants du pays ayant brillamment réussi décident de se faire ériger des villas mexicaines. Ces palais modernes sont des chefs-d’œuvre architecturaux et rivalisent d’ambition et d’éclectisme.

Au-delà de son patrimoine architectural, Barcelonnette est également une porte d’entrée majeure dans le Parc National du Mercantour et accueille la Maison du Parc. La ville s’implique dans une forte démarche environnementale. Cette dynamique l’a conduite à demander l’adhésion au territoire du Parc, une première en France !

## **LE PARC NATIONAL DU MERCANTOUR**

Le Parc National du Mercantour a été créé en 1979. Ce statut est dû à sa beauté et sa valeur exceptionnelle, ainsi qu’à son caractère unique, à la frontière entre la France et l’Italie. Le but de ce classement est de protéger la biodiversité des écosystèmes et des espèces qu’ils contiennent. L’intérêt est aussi accès sur le patrimoine culturel avec en ligne de mire la préservation et la valorisation de l’histoire du territoire. Le Parc est composé d’une zone “Coeur de Parc”, avec une réglementation assez stricte, et d’une aire d’adhésion. Celle-ci tient compte également des enjeux économiques locaux et de l’équilibre entre impact des activités humaines et protection de l’environnement.

Le massif du Mercantour possède une position singulière, à l’extrémité sud de l’arc alpin, bordé par la mer méditerranéenne et la frontière italienne. Ce territoire des Alpes du Sud est composé de six vallées, ayant chacune une identité propre et un caractère bien marqué : Verdon, Var-Cians, Ubaye, Tinée, Vésubie et Roya-Bévéra. Riche de sa diversité, le Mercantour étonne par sa palette d’écosystèmes et sa faune et flore exceptionnelles.

Mais la protection de la nature ne connaît pas de frontières ! Par-delà la frontière, nos voisins italiens ont également à cœur de protéger ce territoire précieux, en créant le Parco Naturale Alpi Marittime en 1995, appartenant à l’aire protégée Alpi Maritime. Ces deux espaces protégés forment une entité écologique sans frontière physique, pour le bien de la nature.

## En vous souhaitant un agréable séjour ...

Si nous n'avons pas entièrement répondu à toutes vos questions sur ce voyage :

- Appelez nous au : 05 61 97 66 04
- Un e-mail à : [info@surleshauteurs.com](mailto:info@surleshauteurs.com)
- Ou bien un courrier à :

**SUR LES HAUTEURS**  
RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED  
v o t r e t r e k c o m m e n c e i c i . . .

23, Rue Gambetta  
31390 CARBONNE  
TEL : 05 61 97 66 04  
[www.surleshauteurs.com](http://www.surleshauteurs.com)  
[info@surleshauteurs.com](mailto:info@surleshauteurs.com)

Agence de voyage N° IM031170004  
SARL Sur Les Hauteurs au capital de 15 000€  
R.C.P : MMA entreprise, MMA BP27 69921 OULLINS  
Garantie financière : Groupama caution  
Code APE : 9329 Z SIRET : 828 692 442 000 19  
TVA intracommunautaire : FR27828692442