



Toutes en ♥ dans les Alpes

Séjour 5 : De Maljasset à Colmars les Alpes entre Ubaye et Mercantour

Séjour privatisé, France



FICHE DESCRIPTIVE DU SEJOUR

Vanoise Voyages, Association loi 1901- APE 7912Z Activités des Voyageurs - SIRET 799 932 207 00019

3 rue Saint-Pierre 73700 SEEZ - Mobile : 06.40.06.05.32. E-mail : contact@vanoise-voyages.com

Association de Tourisme inscrite au registre national ATOUT FRANCE affiliée à l'APRIAM IM073.10002 / ALPESPACE Le Neptune 50 Voie Albert Einstein 73800 FRANCIN
Assureur R.C.P. MMA IARD - 10 bd Marie et Alexandre Oyon 72000 LE MANS Contrat n° 3.056.234 /Garantie Financière : GROUPAMA 4000713451/0 - 8-10 rue d'Astorg 75008 PARIS



5ème partie de ce grand périple exclusivement féminin avec l'association Cœur Vanessa , qui part de Maljasset à travers les massifs de l'Ubaye et du Queyras pour arriver à Colmars les Alpes. Au programme grands cols alpins, paysages minéraux et architecture militaire ainsi que la traversée du Parc National du Mercantour.

Dates et heures	Début du séjour : le 9/09/2025 à 18 h Fin du séjour : le 17/09/2025 à 9 h																																											
Niveau technique requis	<p>Niveau technique : 3 + sur une échelle de 1 à 5 Niveau physique : 3 + sur une échelle de 1 à 5 Niveau minimal exigé : 3. Capable de marcher entre 5 et 6 heures sur sentier soit 600 à 900 m de dénivelé positive et environ 15 km. Cela suppose une pratique sportive d'endurance régulière (au moins une à 2 fois/semaine). Sentiers parfois raides, au profil irrégulier, quelques passages ariens possibles. Cela suppose une expérience de la randonnée en montagne. Certaines étapes peuvent être longues. Consulter https://www.vanoise-voyages.com/quel-est-mon-niveau/ pour comprendre le niveau attribué.</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Jour</th> <th>Distance (km)</th> <th>Denivelé + (m)</th> <th>Denivelé - (m)</th> <th>Temps marche (h)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>2</td> <td>12</td> <td>700</td> <td>700</td> <td>5</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>16,67</td> <td>1321</td> <td>597</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>11,1</td> <td>424</td> <td>1367</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>19,16</td> <td>1172</td> <td>968</td> <td>7</td> </tr> <tr> <td>6</td> <td>15,77</td> <td>692</td> <td>776</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>7</td> <td>14,5</td> <td>885</td> <td>440</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>8</td> <td>14,23</td> <td>484</td> <td>1475</td> <td>6</td> </tr> </tbody> </table> <p>Portage des bagages : marche avec sacs légers contenant nos affaires pour une journée de marche, à l'exception des jours 6 et 7, où il faudra porter vos affaires pour une nuit en refuge (nuit du jour 6). Le véhicule de l'association cœur Vanessa transportera les bagages d'une étape à l'autre.</p> <p>Un check-up médical est vivement recommandé avant de s'inscrire.</p>				Jour	Distance (km)	Denivelé + (m)	Denivelé - (m)	Temps marche (h)	2	12	700	700	5	3	16,67	1321	597	6	4	11,1	424	1367	6	5	19,16	1172	968	7	6	15,77	692	776	6	7	14,5	885	440	6	8	14,23	484	1475	6
Jour	Distance (km)	Denivelé + (m)	Denivelé - (m)	Temps marche (h)																																								
2	12	700	700	5																																								
3	16,67	1321	597	6																																								
4	11,1	424	1367	6																																								
5	19,16	1172	968	7																																								
6	15,77	692	776	6																																								
7	14,5	885	440	6																																								
8	14,23	484	1475	6																																								

Encadrement	Nom : NULLANS Marie-Paule Diplôme : BE Accompagnatrice en Montagne, professeur de yoga diplômée FFHY. Tél. mobile : 06 20 27 47 84 E-mail : map.nullans@gmail.com
Taille du groupe	Nombre minimum requis : 5 participantes Nombre maximum requis : 10 participantes Départ du séjour assuré si les 7 séjours prévus sur l'été 2025 avec les membres de l'association Cœur Vanessa ont leur nombre minimum de participantes.
Type d'hébergement	Hébergements comme indiqués dans la description de l'itinéraire : Jours 1 et 2 : refuge (dortoirs, si possible privatisés). Sanitaires et douches partagées (les douches sont parfois payantes – non incluses dans le séjour, l'eau est précieuse en montagne, économisons-la) Jour 3 : gîte-auberge, en dortoir privatisé dans la mesure du possible. Jour 4 : gîte d'étape, en dortoir privatisé dans la mesure du possible Jour 5 : gîte d'étape, en dortoir privatisé dans la mesure du possible Jour 6 : refuge, en dortoir privatisé, dans la mesure du possible Jour 7 : hôtel**, en chambre double ou triple.
Repas	- Demi-pension dans les refuges et hôtel. - Pique-nique fournis par votre accompagnatrice.
Moyens de transport	Pas de transport inclus dans le séjour. A titre d'information, à l'initiative des bénévoles de l'association Cœur Vanessa, une voiture suivra le parcours et dans la mesure du possible, rejoindra le groupe quand c'est possible. Elle transportera bagages, vivres et pourra véhiculer les participantes fatiguées si nécessaires et si possible. Sauf changement, elle sera présente à toutes les étapes de ce séjour. Cette disposition n'est pas incluse dans le séjour.
Formalités	Formalités de police : - pièce d'identité obligatoire en cours de validité

	<p>Formalités sanitaires : Afin de réaliser ce séjour dans les meilleures conditions, nous vous conseillons d'effectuer au préalable un bilan médical chez votre médecin généraliste pour confirmer votre aptitude aux activités pratiquées pendant le séjour.</p> <p>Informations à communiquer à Vanoise Voyages avant le séjour à votre inscription sur votre compte en ligne :</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Nom / Prénom / Adresse postale / adresse e-mail <input type="checkbox"/> Numéro de téléphone portable que vous aurez lors du séjour <input type="checkbox"/> Nom et numéro de la personne à contacter en cas d'urgence <p>Documents à transmettre à Vanoise Voyages avant le séjour :</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Copie document d'identité <input type="checkbox"/> Si non souscrite auprès de Vanoise Voyages, copie attestation d'assurance Rapatriement (avec nom de l'assurance, numéro du contrat, numéro de téléphone 24/24)
Date, lieu et heure du rendez-vous	Le mardi 9 septembre 2025 à 18 h à Maljasset.
Moyen d'accès au rendez-vous	Par vos propres moyens.
Date, lieu et heure de dispersion	Le mercredi 17 septembre à 9 h à Colmars-les-Alpes. Retour au point de départ possible en train + bus (par vos propres moyens).
Description de l'itinéraire	<p>Jour 1 (mardi 9 septembre 2025) : arrivée au hameau de Maljasset, nous retrouvons le groupe du séjour 4 de la Grande Traversée. Briefing sur le déroulement de la semaine. <i>Nuit en Demi-pension dans notre hôtel</i></p> <p>Jour 2 (mercredi 10 septembre 2025) : Randonnée avec les participantes du séjour 4 dans le beau vallon de Mary, jusqu'au Bergeries et pour les plus courageuses vers les lacs de Marinet. <i>Nuit en demi-pension en refuge (dortoirs), pique-nique le midi.</i></p> <p>Jour 3 (jeudi 11 septembre 2025) : Nous descendons la vallée de Maljasset le long de l'Ubaye et franchissons le pont du Châtelet avant de rejoindre le hameau de Fouillouse. <i>Nuit en Demi-pension en gîte (dortoir), pique-nique le midi.</i></p>

	<p>Jour 4 (vendredi 12 septembre 2025) : Remontée du vallon de Plate Lombarde pour franchir le col du Vallonet (2509 m), puis par une ancienne route militaire, franchissons le col de Mallemort (2558m). Descente plein sud sur le hameau de Larche où nous passons la nuit. <i>Nuit en Demi-pension en gîte (dortoir), pique-nique le midi.</i></p> <p>Jour 5 (samedi 13 septembre 2025) : Longue remontée du torrent de l'Ubayette puis du vallon du Lauzanier, nous longeons des lacs sauvages avant de franchir le pas de la Cavale (2671 m). Nous rejoignons le camp des fourches, au bord de la route du col de la Bonette, avec ses barraques aux fresques évocatrices. Descente vers le petit hameau de Bousiéyas, bien contentes après une longue étape ! <i>Nuit en demi-pension en refuge (dortoirs), pique-nique le midi.</i></p> <p>Jour 6 (dimanche 14 septembre 2025) : Remontée du col de Colombart (2539 m) puis sentier balcon sur le versant sud de la cime de la Bonette. Nous enchainons dans le vallon de la Moutière vers le hameau de Bayasse. <i>Nuit en demi-pension en refuge (dortoirs), pique-nique le midi.</i></p> <p>Jour 7 (lundi 15 septembre 2025) : Montée au col de la Cayolle (2329 m), puis vers le col de la petite Cayolle (2639 m) et son lac. Par une belle crête, nous rejoignons le pas du Lausson (2602 m), avant de descendre sur le magnifique lac d'Allos. Nous sommes au cœur de la partie Nord du Parc National du Mercantour. <i>Nuit en demi-pension en refuge (dortoirs), pique-nique le midi.</i></p> <p>Jour 8 (mardi 16 septembre 2025) : Remontée en forêt vers le col de l'Encombrette (2527 m) puis passage du Pas de l'échelle avant de rejoindre le GRP du Haut Verdon qui rejoint la petite ville de Colmars les Alpes, arrivée de ce long périple n°5.</p> <p>Jour 9 (mardi 16 septembre 2025) : séparation en début de matinée.</p> <p>Il nous faudra nous adapter aux aléas de la météo ainsi qu'aux conditions de la montagne et des participants. En dernier ressort, l'encadrant reste seul juge du programme qu'il peut modifier en raison d'impératifs de sécurité.</p>
Prix total	1280 € par personne

Le prix comprend	Les éléments décrits ci-dessus concernant : l'hébergement en demi-pension à partir du dîner du jour 1 au jour 7 après le petit-déjeuner, les pique-niques des jours 2 à 6, l'encadrement.
Le prix ne comprend pas	Les assurances personnelles, le transport (de personnes, de bagages...), les douches en refuges si payantes, les boissons, l'équipement personnel, les frais de formalités de police et sanitaires et tout ce qui n'est pas mentionné dans le descriptif du séjour.
Modalités et mode de paiement / Révision prix	Acompte de 30 % à l'inscription Solde à 30 jours du départ Règlements acceptés par virement bancaire, carte bancaire, ou « chèques-vacances » ANCV.
Assurances	<p>Chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant la randonnée ou le voyage.</p> <p>Si nécessaire, nous vous proposons plusieurs formules d'assurances, sous réserve que votre domicile est en Europe Occidentale ou dans les Dom :</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> ASSISTANCE : rapatriement / frais de secours et de recherche à 1 % du montant du voyage, <input type="checkbox"/> ANNULATION à 3,5 % du montant du voyage <input type="checkbox"/> Dans le cas d'achat des deux formules, Assistance + annulation à 4,5 %, vous serez également couvert pour l'interruption de séjour, en cas de rapatriement par notre contrat Europ Assistance. <p>Dispositions Générales d'Assurance sur brochures Europ Assistance, visibles en ligne sur la page des conditions des assurances.</p> <p>Aucune assurance annulation ne pourra être souscrite après votre inscription en ligne, assurez-vous d'avoir les assurances souhaitées avant de continuer votre inscription. Renseignez-vous auprès de votre carte bancaire avant inscription pour en connaître les conditions d'annulation et de rapatriement incluses. Toute déclaration d'assurance annulation devra faire l'objet de documents à fournir demandés par l'assurance, et si paiement par carte bancaire une attestation de non prise en charge par la banque.</p>
Matériel fourni	<p>Votre accompagnatrice disposera pour le groupe :</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> D'une trousse de premiers secours <input type="checkbox"/> D'une radio pour contacter les services de secours sur le réseau des Alpes françaises

Équipement personnel à prévoir	<p>Votre équipement personnel contiendra :</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Un sac à dos de 30 litres minimum pour porter vos affaires pour la journée et 2 jours en autonomie. <input type="checkbox"/> Un sac de voyage léger et le moins encombrant possible (50 l /8kg maximum pour y mettre vos affaires de rechange et du soir qui seront transportées par les bénévoles de l'association cœur Vanessa. <input type="checkbox"/> Une paire de chaussures de randonnée imperméable à tige montante, avec une semelle disposant d'une bonne accroche. <input type="checkbox"/> Un chapeau ou casquette et un bonnet <input type="checkbox"/> Des lunettes de soleil (indice 3) <input type="checkbox"/> 1 T-shirt respirant (+ 1 rechange) <input type="checkbox"/> Une veste légère de type polaire <input type="checkbox"/> Une veste chaude (type petite doudoune) <input type="checkbox"/> Une veste étanche et respirante de type goretex <input type="checkbox"/> Une paire de gants <input type="checkbox"/> Un short <input type="checkbox"/> Un pantalon de montagne <input type="checkbox"/> Un surpantalon étanche de type goretex <input type="checkbox"/> Des bâtons de marche télescopiques (vivement conseillés) <input type="checkbox"/> Protections solaire (crème et stick) <input type="checkbox"/> Une gourde ou poche à eau de 1,5 l minimum <input type="checkbox"/> Votre pharmacie individuelle (voir ci-dessous) qui contiendra vos médicaments personnels, un désinfectant, des petits pansements et « double peaux » ainsi que recommandé, sous réserve de validation avec notre médecin, <input type="checkbox"/> Papier toilette, briquet et petit sac plastique, <input type="checkbox"/> Un couteau de poche et des couverts portables, <input type="checkbox"/> Un drap-sac pour les nuits en refuge, <input type="checkbox"/> Une lampe frontale, <input type="checkbox"/> Trousse de toilette et serviette individuelle, <input type="checkbox"/> Une couverture de survie, <input type="checkbox"/> Cable pour recharger votre téléphone portable
---------------------------------------	---

- Compléments conseillés : une cape de pluie, des bouchons d'oreille, une paire de sandales légères pour le soir (les refuges fournissent des sabots en général, mais pas es gîtes), quelques affaires de rechanges que vous pourrez déposer dans le sac qui sera transportés dans le véhicule suiveur de l'association.

Votre pharmacie individuelle contiendra :

- Vos médicaments personnels,
- Un désinfectant, des petits pansements et « double peaux »
- Sous réserve de validation avec notre médecin : des antalgiques, un anti-inflammatoire (comprimés et gel), un anti diarrhéique

Liste non exhaustive