

# QUEYRAS'96

## Encadrement :

Bruno GAUDIN  
Nicolas GAMBY  
Catherine MOLLARD  
Jean-Christophe GRENIER

initiateur de randonnée  
initiateur de randonnée

## LE PLANNING GLOBAL

Juillet 1996						
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
15	16	17	18	19	20	21
			Voiron 13 h arrivée au Champo	dérouillage	préparation	Souliers Col de Peas 2630m  Fonts Cervière 2050m
22	23	24	25	26	27	28
Grand Glaiza 3293m  Abriès 1550m	journee repos  Ristolas 1600m	Pain de Sucre 3209m  Col Agnel 2600m	Caramentran 3025m  lac Mongioia 3100m	Rubren 3340m  Maljasset 1900m	Tête Girardin 2870m  Ceillac 1600m	Col Estronques 2650m  St Véran gîte 2000m
29	30	31				
St Véran  Serre Ponçon  retour camp	repos  rangement	départ du Champo  Voiron 19 h				

## L'ITINERAIRE DETAILLE

L'itinéraire se déroule en Queyras et Haute Ubaye, en empruntant le GR 58 du tour du Queyras revu et amélioré par nos soins. Il culmine à 3340 m au Rubren.

Les altitudes sont celles indiquées sur les cartes de l'IGN ; les horaires sont indicatifs et ne comprennent généralement pas les pauses en tous genres.

### **Premier jour : 21 juillet.**

*Itinéraire* : Souliers (1844 m), vallon de Peas, Col de Peas (2629 m), les Fonts de Cervière (2040 m).

*Horaire* : 5 h.

*Dénivelée* : +785, -589.

*Commodités* : voiture. Une petite étape pour se mettre en jambes.

### **Deuxième jour : 22 juillet.**

*Itinéraire* : les Fonts de Cervière (2040 m), Col de Malrif (2866 m), [Pic du Grand Glaiza (3293m)], le Grand Laus, Abriès (1540 m).

*Horaire* : 6 h 45 [+ 1 h 15].

*Dénivelée* : + 866 m, - 1366, [+/- 433 m].

*Commodités* : camping, ravitaillement, artisanat local, voiture.

### **Troisième jour : 23 juillet.**

*Itinéraire* : Journée "repos". Liaison Abriès/la Monta. Ballade proposée : lac Lacroix (2383 m) depuis Ristolas (1600 m) ; le vallon aux mille chamois. Centre d'étude du grand tétras (coq de bruyère).

*Horaire* : libre !

*Dénivelée* : +/- 900 m, au maximum.

*Commodités* : camping, voiture.

### **Quatrième jour : 24 juillet.**

*Itinéraire* : la Monta (1660 m), lac Egorgéou, lac Foréant, Col Vieux (2806 m), Pain de Sucre (3208 m), parking au dessus du refuge Agnel (2600 m).

*Horaire* : 6 h.

*Dénivelée* : +1148 m, - 600 m.

*Commodités* : voiture.

Cinquième jour : 25 juillet.

*Itinéraire* : campement, Col de Chamoussière (2882 m), Pic de Caramentran (3025 m), Col Blanchet, Col Longet, vallon du Loup, lac de Mongioia (3100 m).  
*Horaire* : 7 h.  
*Dénivelée* : + 800 m, - 300 m.  
*Commodités* : sans doute le plus haut lac d'Europe. Et heureusement qu'on ne peut pas y amener la voiture !

#### **Sixième jour : 26 juillet.**

*Itinéraire* : lac de Mongioia, Bric de Rubren (3340 m), vallon de Rubren, Maljasset (1900 m).  
*Horaire* : 5 h.  
*Dénivelée* : + 240 m, - 1440 m.  
*Commodités* : restaurant.

#### **Septième jour : 27 juillet.**

*Itinéraire* : Maljasset, Col et Tête de Girardin (2870 m), lac Ste Anne, Ceillac (1630 m).  
*Horaire* : 6 h.  
*Dénivelée* : + 970 m, - 1210 m.  
*Commodités* : camping, tous commerces ; superbe église. Voiture.

#### **Huitième jour : 28 juillet.**

*Itinéraire* : Ceillac, le Villard, Col des Estronques (2661 m), St Véran (2020 m).  
*Horaire* : 6 h.

## **LE MATERIEL A EMPORTER**

Voici la liste que nous préconisons. Il est important de ne rien y rajouter : un sac léger, c'est tellement mieux !

Une paire de chaussures (type basket),  
une paire de chaussures de montagne,  
des grosses chaussettes (trois paires),  
des sous-vêtements pour neuf jours,  
deux pantalons : un chaud et un plus léger,  
deux shorts,  
deux chemises (ou sweat chaud),  
un pull,  
un anorak (si possible imperméable),  
une paire de lunettes de soleil,

*Dénivelée* : + 1180 m, - 870 m.

*Commodités* : gîte, tous commerces (surtout touristiques) ; architecture typique du Queyras. Voiture.

#### **Neuvième jour : 29 juillet.**

*Itinéraire* : journée de retour. Repas au lac de Serre Ponçon, éventuellement bain, retour au Champoléon.

Dans l'hypothèse où les conditions météorologiques nous contraindraient à décaler l'ensemble de l'itinéraire, il est prévu un retour anticipé sur St Véran pour le 28 juillet au soir depuis le lac de Mongioia.

#### **En un jour :**

*Huitième jour prime* : 28 juillet.

*Itinéraire* : Vallon de Rubren (min. 2250 m), Pas de la Cula, Tête du Longet (3151 m), St Véran (2020 m).

*Horaire* : 8 h.

*Dénivelée* : + 1000, - 2000 m.

#### **En deux jours :**

*Septième jour pprime* : 27 juillet.

*Itinéraire* : Vallon de Rubren, Col Sud de Christillan (2961 m), Rioufenc, Ceillac (1630 m).

*Horaire* : 7 h.

*Dénivelée* : + 600 m, - 2000 m.

*Huitième jour pprime identique au huitième jour.*

une casquette,  
une petite paire de gants,  
une cape de pluie,  
un tube de crème solaire,  
un petit nécessaire de toilette,  
une gourde (pas en "toc"),  
de la vaisselle personnelle (du solide),  
une petite lampe de poche,  
un duvet chaud et un matelas mousse.

Une voiture suiveuse, consacrée uniquement à l'intendance et au transport du matériel, permettra à chacun de s'alléger de quelques affaires et éventuellement de son duvet s'il y en a la place. Nous ne l'aurons cependant pas tous les soirs.