



VTT B.U.L. autour de Briançon

Bivouac Ultra Light

VTT itinérant encadré

3 jours, 2 nuits, 3 jours de VTT



© Sébastien RENAUD



© Sébastien RENAUD



© Sébastien RENAUD

GEO-LOCALISATION

C'est au cœur des Alpes autour du 45° parallèle, à égal distance du Pôle Nord et de l'Equateur, que se cache des vallées épargnées par les affres de la vie contemporaine. Les usines à ski défigurant les paysages, détruisant la faune et la flore n'ont pu s'installer ici. Entre Queyras et Clarée la nature est partout, et l'habitat traditionnel est resté intact, à croire que le temps s'est arrêté pour préserver ces espaces.

ESPRIT DU SEJOUR

Découvrez durant le temps d'un week-end les us et astuces pour voyager léger à vélo. Quel matériel choisir, comment organiser son sac, et ne garder que l'indispensable. Sur un itinéraire adapté, vous apprendrez à vous familiariser avec ce concept, et apprécierez la liberté qui en découle.

POINTS FORTS

- Randonnées VTT & bivouac d'altitude !
- Un itinéraire proche des grands cols
- Au cœur d'un massif sauvage
- Piste, single...tout y est !
- Altitude entre 1200 et 2600m
- Entre Ecrins & Vanoise

PROGRAMME

JOUR 1

Départ de la gare sncf de Briançon, préparatif et organisation du sac, direction les pistes et singles de la Vallée de la Clarée. Nous rejoindrons le hameau du Granon par sa piste militaire et ses chalets d'alpages. Au cours de cette journée d'acclimatation il nous faudra gérer efficacement l'effort car, même si nous voyageons léger, il y a malgré tout plus à porter que lors d'une virée à VTT classique. Avec la montée en altitude les paysages s'ouvrent pour laisser apparaître les sommets des massifs Italiens tout proche. En fin d'après-midi, installation du bivouac, préparation du repas et repos bien mérité !

+ 1000m / ≈ 30km

JOUR 2

Traversée par le chemin du Roy, itinéraire en balcon avec une vue imprenable sur l'ensemble du massif des Ecrins. Arrivée sur l'Alpes du Lauzet par une série de single track. Au cours de cette journée, il n'est pas rare d'être accompagné par les chamois et bouquetins très présents sur les hautes parois de l'Aiguillette du Lauzet. Installation du bivouac à côté d'un lac.

+ 700m - 500m / ≈ 30km

JOUR 3

A vos montures, direction le col de la Ponsonnière 2613m, et descente sur le lac des Cerces. Après ce court passage en Maurienne, nous remonterons au col des Rochilles 2496m et ses nombreux lacs, dont la source de la Clarée, pour une descente de 35km sur Briançon.

+ 300m - 1450m / ≈ 45km

Le programme proposé est la ligne de conduite majeure de ce séjour. Nos moniteurs peuvent être amenés à modifier quelque peu l'itinéraire, pour pallier à d'éventuels imprévus, tels que : la dégradation d'un sentier, des conditions météo défavorables, etc.

Faites-nous confiance, toute modification, est toujours faite dans votre intérêt, pour votre sécurité et pour un meilleur confort !



FICHE PRATIQUE

DEBUT DE SEJOUR

Accueil à Briançon à 9h et présentation du séjour par votre moniteur.

FIN DE SEJOUR

A Briançon en fin d'après-midi.

ACCÈS

- Par le train : www.voyages-sncf.com

Depuis Paris Gare Austerlitz jusqu'à la gare SNCF de Montdauphin Guillestre (sur la ligne Briançon).

Depuis Paris Gare de Lyon jusqu'à la gare TGV de Oulx ou de Bardonecchia en Italie, vous empruntez les navettes 05 Voyageurs - Tél : 04 92 502 505.

Depuis Lyon Gare Part Dieu jusqu'à la gare TGV de Oulx ou de Bardonecchia en Italie, vous empruntez les navettes 05 Voyageurs - Tél : 04 92 502 505.

Depuis Grenoble à la gare TGV, en TER jusqu'à Guillestre ou en car, renseignements à la Scal - Tél 04 92 21 12 00.

Depuis Marseille St Charles jusqu'à la gare SNCF de Montdauphin Guillestre.

- Par la route : www.viamichelin.fr ou www.covoiturage.fr

Depuis Paris : A6 jusqu'à Lyon puis A48 jusqu'à Grenoble.

Depuis Grenoble : RN91 puis RN94 jusqu'à Montdauphin Guillestre.

Depuis Marseille : A51 puis RN94 jusqu'à Montdauphin Guillestre.

Depuis Bardonecchia Italie : à la sortie du Tunnel de Fréjus, suivre la Direction Turin et sortir à Oulx. Puis suivre la direction France, Gap, via le Col de Montgenèvre. Traverser Briançon, suivre la direction Gap RN94 jusqu'à Montdauphin Guillestre.

PARKING

Vous pouvez laisser votre véhicule sans souci sur le parking gratuit. Nous n'avons jamais rencontré de problème.

NIVEAU PHYSIQUE



Niveau 5 sur une échelle de 5 :

- 5 à 6 h de VTT par jour.
- 300 à 1500 mètres de dénivelées cumulés en montée et/ou en descente.
- sac à dos pour les 3 jours.

NIVEAU TECHNIQUE



Niveau 4 sur une échelle de 5 :

- pistes forestières et single de montagne.
- court portage
- Il faut être capable de descendre un sentier monotrace et franchir de belles marches à la montée comme à la descente.

GROUPE

De 4 à 8 personnes.

ENCADREMENT

Par un moniteur VTT diplômé d'état connaissant bien le massif.

BIVOUAC

Le bivouac du soir se fait à proximité d'un point d'eau ! Une tente sera installée et un feu pour faire chauffer l'eau qui nous servira à réhydrater nos repas lyophilisés !.

Les pique-niques sont accompagnés de vivres de course (fruits secs, chocolat, biscuits). Si le temps est mauvais, votre moniteur fera le maximum pour trouver un abri (chalet ou cabane) de manière à profiter du repas et de la pause de midi.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR SUR VOUS et DANS VOTRE SAC A DOS

Le principe des multicouches permet de gérer quasiment toutes les situations. Ces couches doivent toujours être avec vous, car en montagne le temps change très vite. Privilégiez des vêtements qui sèchent rapidement.

SUR VOUS

- 1 t-shirt à manches longues en matière respirante (synthétique, soie, laine...).
- 1 veste polaire légère.
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex.
- 1 paire de gants de VTT.
- 1 cycliste de VTT avec renforts.
- 1 paire de chaussettes basses.
- 1 paire de basket ou vos chaussures de VTT (si elles sont automatiques pensez à vos pédales !).
- 1 casque VTT.
- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité. (indice 3 à 4)

DANS VOTRE SAC A DOS DE 35L

- 1 poche à eau ou gourde 1.5l minimum.
- 1 crème solaire et stick à lèvres protecteur.
- 1 kit réparation pour le VTT.
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent, carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance.
- 1 petit rouleau de papier toilette, mouchoirs.
- 1 petit appareil-photo. (facultatif)
- 1 sac plastique permettant de protéger le contenu du sac à dos ou 1 sur-sac.
- Prévoir de la place pour :
 - 1 partie du matériel tente à partager, un matelas gonflage ou un tapis de sol, un sac de couchage (fourni).
 - 1 partie des repas lyophilisé à partager (fourni).
- 1 trousse de premier secours :
 - votre traitement habituel (toujours sur vous, c'est impératif).
 - une bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8cm de large.
 - des jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes.
 - des anti-inflammatoires prescrit par votre médecin.
 - des médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence.
 - des médicaments contre la diarrhée.
 - une couverture de survie.

Pour plus de détail, nous vous invitons à consulter notre page conseils sur internet :

<http://www.latriburando.com/conseils-equipements.html>

DATES au choix & garantie !

Du vendredi 30 juin 2017
Du vendredi 7 juillet 2017
Du vendredi 25 août 2017
Du vendredi 1 septembre 2017

au dimanche 2 juillet 2017
au dimanche 9 juillet 2017
au dimanche 27 août 2017
au dimanche 3 septembre 2017

PRIX

Avec encadrement

Valeur séjour pour 2 gagnants 1170€ (soit 585/p tarif public)

Le prix comprend du début à la fin de séjour

- Les frais d'organisation,
- La mise à disposition d'une caisse à outils,
- Le matériel bivouac été : tente, tapis de sol, sac de couchage, feu !
- L'encadrement par un moniteur VTT,
- Les repas en lyophilisé,
- Les pique-niques,
- Les vivres de courses.

Le prix ne comprend pas

- Le VTT (location possible à 99€/p/3 jours).
- Les assurances facultatives :
 - annulation voyage
 - interruption séjour
 - bagages et effets personnels



© Sébastien RENAUD

RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTION



Vallée de la Clarée
05100 NÉVACHE

TÉL : 04 92.21.34.63

Site internet : www.latriburando.com / E-mail : info@latriburando.com

Edition 25 avril 2016