



ENDURO TRIP® - Alpes du sud

3 ou 4 jours - niveau *Initié à Expert*

ENDURO TRIP® QUEYRAS

Vars/Risoul, cols d'Izoard, Agnel
St Véran, vallée du Guil

**le Parc naturel régional du Queyras ...
... les pentes ensoleillées du sud !**

Une compilation des plus beaux itinéraires descendants pour vététistes qui aiment le pilotage VTT sur terrain ludique, dans des spots sauvages.

Assistance et déposes avec un système efficace de navettes en 4x4, fourgon.

Le Queyras est un spot où les vététistes sont privilégiés... des sentiers exceptionnel nous permettent de naviguer à volonté dans cet univers efficacement préservé.

Haute-montagne, vallées ensoleillées, cols et villages haut perchés, alpages intacts, les lieux regorgent de trésors mis en valeur par un terroir à l'identité forte et attachante.

Tout est là pour que les adeptes du VTT enduro s'expriment pleinement.

Le véritable Enduro Trip®... marque déposée par Camino™, afin d'identifier clairement son concept de raid enduro. Y'a plus qu'à !



L'équipe Camino™

"VTT enduro, autrement dit : *endurer à VTT*.

Pour vous régaler durant ce trip vous devez être capable de rouler toute la journée sur des sentiers techniques et parfois usants (concentration, degré de pente, pierres). le programme de ce trip est déclinable du niveau *Initié à Expert*. "

Grégory

"Pour **endurer** mieux vaut avoir un VTT qui vous permet de vous sentir à l'aise sur des sentiers étroits, techniques et en descente, puis qui monte plutôt bien."

Joaquim



Sur place

Situation Géographique

Le Parc naturel régional du Queyras est dans le département des Hautes Alpes (05), à proximité donc de Gap et Briançon et du lac de Serre-Ponçon. Limitrophe de l'Italie, le Parc national des Ecrins est proche et le Parc national du Mercantour est à peine plus loin. Autrement dit ces montagnes regorgent tout simplement d'un patrimoine impressionnant aussi bien au point de vue humain (culture, terroir, ...) que naturel.

Hébergement et repas

Hébergement collectif tout confort (chambres ou dortoirs) en pension complète... bonnes tables et bonne humeur ! Pique-niques le midi à base de produits frais de qualité.

Portage et assistance

Vos affaires personnelles restent au gîte. Vos affaires de VTT vous suivent toute la journée. Un petit sac à dos suffit pour rouler (nécessaire de réparation). Un atelier mobile, un stock de pièces et un *VTT mulet* sont chargés dans le véhicule.

POUR PLUS DE SÉCURITÉ ET DE CONFORT, LIAISON RADIO ENTRE LE GROUPE ET L'ASSISTANCE.

Dates

À définir avec Camino™.

De juin à octobre. Se mettre en contact avec **Camino™** pour connaître les départs garantis.

RDV / Dispersion

RDV

Le premier jour à 09h00 à Guillestre (05) sur le parking du supermarché *Champion*, proche de l'office de tourisme dans le centre du village.

Dispersion

Le dernier jour à Guillestre.

Effectif

Le Groupe

De 5 à 7 personnes. Groupes à partir de 8 se mettre en contact avec **Camino™**.

Encadrement

Guides et moniteurs de VTT **Camino™** diplômés d'état, spécialistes des Enduro Trips® et du raid en montagne.



Ressources

L'enduro sauvage - S. Kiefer

VTTMagazine n°186 octobre 05

Cols...issimo - S. Kiefer

VTTMagazine n°202 avril 07

Parc régional du Queyras

guides Gallimard

www.pnr-queyras.com

Sur un Enduro Trip®, **Camino™** ne compte pas les rotations, autrement dit vous êtes venus pour rouler, toute l'équipe travaille à vous en donner un max. C'est vous qui donnez le tempo.

Bien entendu le guide, garant de votre intégrité physique, saura faire évoluer le parcours de façon à vous combler et chez **Camino™** nous avons de la marge...

... vous allez vous gaver !



Niveau

Technique

Vous avez déjà une expérience personnelle de l'enduro à la montagne. Rouler dans la pente au cœur d'un univers vertical ne vous effraie pas.

Physique

Vous êtes en forme et êtes capable d'enchaîner de longues descentes avec un rythme soutenu.

En bref

Vous éprouvez du plaisir à évoluer dans une descente accidentée et vous ne fuyez pas les passages nécessitant une relative habileté, quitte à descendre ponctuellement de vélo. Peut être pas super à l'aise dans les épingles, vous n'hésitez pas à vous engager en espérant être plus fluide un jour (et si le déclic arrivait avec nos guides ?)

PROGRAMME

3 et 4 JOURS

Pour tous les Enduro Trips® l'itinéraire est évolutif en fonction du niveau et de la motivation des participants. Bien entendu les conditions météorologiques sont un facteur à ne pas négliger dans les choix du guide. Nombre illimité de navettes.

3 ou 4 journées ▶ 20 à 40 km Dén. ▲ 200 à 500 m. ▼ 2500 à 4500 m.

Les itinéraires vont s'enchaîner et ne pas se ressembler.

En effet grâce à notre connaissance du Queyras, vous roulez dans les moindres recoins et savourez les multiples facettes de ce parc régional idéal pour le VTT et exceptionnel pour l'enduro.

Grands itinéraires qui partent en altitude pour finir parfois 1500 m. plus bas au bord du Guil.

Bien entendu, l'incontournables : col d'Izoard, col Agnel.

Les autres parcours moins renommés voir inconnus n'en sont pas moins important pour la qualité de ce trip.

Alternance des terrains : minéral en altitude, souple dans les mélézins, le Queyras reste un must pour élargir votre palette de pilote enduro.

Une nuit en refuge ajoutera une touche au charme de ce trip.



Équipement technique individuel

VTT

VTT de qualité bien entretenu et révisé
modèle d'enduro obligatoire :
mini. 150-160 mm de débattement
et des freins au moins de 180 mm de Ø.

Accessoires

pièces et produits nécessaires
à l'entretien de votre VTT
1 sac à dos (15-20 litres),
avec poche à eau.

Protections

OBLIGATOIRES

protections genoux-tibias, coudières,
gants longs, short et maillot épais,
bon casque enduro (intégral en option)
lunettes ou masque.

FACULTATIVES

protection dorsale, plastron, condoms,
protections de maléoles.

Le corps

1 coupe vent léger,
imperméable, type Gore-tex.

Les pieds

chaussures de VTT à semelles crantées,
type randonnée, pour pédales automatiques
ou plates selon vos goûts.

Les affaires du soir

vos fringues + linge de toilette,
les gîtes ne le fournissent pas.

Le lit

1 duvet ou 1 sac à viande (draps),
les gîtes fournissent la couette.

Divers

1 lampe frontale + 1 canif (pique-niques),
pharmacie individuelle.



Quelques conseils

pour rouler serein lors d'un Enduro Trip®

- J'ai un blocage rapide pour le serrage de la tige de selle, et même mieux une tige- télescopique.
- Je roule toujours avec dans mon sac à dos : 1 paire de plaquettes et 1 patte de dérailleur + au moins 1 chambre à air avec valve Presta (même en tubeless).
- Mes pneus sont costauds et m'assurent un bon grip (2,3 est un minimum pour l'avant). Tubeless ou non, au choix... le débat est encore bien animé.
- J'aime les poignées type *Lock On*.
- J'ai toujours avec moi ma pompe haute pression pour ajuster les suspensions de mon VTT.
- J'ai aux pieds des chaussures de VTT qui me permettent de poser le pied de façon stable et sûre, même d'urgence... et avec lesquelles je marche confortablement.

TARIFS 2010

à partir de 485 €

Les prix indiqués sont valables pour des départs à partir de 5 participants. Un supplément sera demandé pour tout départ à moins de 5.

3 JOURS

485 €

Le prix comprend,

l'encadrement de l'activité VTT par un moniteur diplômé d'état, les navettes et l'assistance technique, l'hébergement, la pension complète du pique-nique de J1 au pique-nique de J3.

Le prix ne comprend pas,

le VTT, le matériel VTT individuel (casque, sac à dos...), les produits et les pièces pour l'entretien et les réparations du vélo. Les encas et les vivres de courses, les boissons pendant les repas et toutes dépenses d'ordre personnel, le voyage A/R pour rejoindre le séjour, l'assurance individuelle Responsabilité civile et Rapatriement.

Et tout ce qui n'est pas indiqué dans **Le prix comprend**.

4 JOURS

665 €

Le prix comprend,

l'encadrement de l'activité VTT par un moniteur diplômé d'état, les navettes et l'assistance technique, l'hébergement, la pension complète du pique-nique de J1 au pique-nique de J4.

Le prix ne comprend pas,

idem que pour le séjour 3 jours.



Matériel	1 jour	2 jours	3 jours	4 jours	5 jours	6 jours
VTT	55 €	105 €	155 €	205 €	250 €	295 €
Casque ou protections	10 €	18 €	25 €	32 €	38 €	44 €
Pack Enduro	70 €	135 €	195 €	255 €	310 €	365 €

VTT : vélo de freeride ou enduro Casque : intégral
 Protections : coudières + protections genoux-tibias Pack Enduro/FR: VTT + casque + protections

Participant n° 2

Melle Mme M.

Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT

Casque intégral Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 3

Melle Mme M.

Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT

Casque intégral Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 4

Melle Mme M.

Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT

Casque intégral Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 5

Melle Mme M.

Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT

Casque intégral Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 6

Melle Mme M.

Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT

Casque intégral Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 7

Melle Mme M.

Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT

Casque intégral Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 8

Melle Mme M.

Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT

Casque intégral Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 9

Melle Mme M.

Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT

Casque intégral Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 10

Melle Mme M.

Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT

Casque intégral Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 11

Melle Mme M.

Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT

Casque intégral Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 12

Melle Mme M.

Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT

Casque intégral Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 13

Melle Mme M.

Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT

Casque intégral Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections)

Régime alimentaire particulier