



Reisinformatie

Huttentrektocht Vallée de la Clarée

Donderdag 18 t/m zaterdag 27 juli 2024



verbindt jongeren



Verblijf

Vier nachten verblijf je in een berghut, o.b.v. halfpension en een meerpersoonskamer. De vijf andere nachten verblijf je op een camping.

Omgeving

De [Vallée de la Clarée](#) is misschien wel één van de meest onbekende massieven van de Franse Alpen. Onze tour (Tour du Mont Thabor) gaat dwars door het wilde hart van de deze vallei en de Cerces, daar waar wolven, moeflons en steenbokken leven. Het gebied kenmerkt zich door [ongerepte natuur](#), een frisse berglucht, uitgestrekte weides, spiegelgladde bergmeren en ruige bergtoppen. De vallei heeft haar naam vooral te danken aan de helderheid van de rivier, la Clarée, die erdoorheen stroomt. 'Claire' betekent 'helder' in het Frans en zo ontstond de naam 'Clarée'. Je kunt er niet omheen, om deze schitterende, kraakheldere rivier. En heel hoog in de vallei, bevind je je in een adembenemend maanlandschap en steile kalkwanden.



Reisprogramma	
Donderdag 18 juli	Vertrek vanuit NL
Vrijdag 19 juli	Vrije dag
Zaterdag 20 juli	Vrije dag
Zondag 21 juli	Vrije dag
Maandag 22 t/m vrijdag 26 juli	5-daagse huttentrektocht
Zaterdag 27 juli	Vertrek naar NL

De huttentrektocht van dag tot dag

Dag 1 : voorbereiden huttentocht en aanloop 1^e hut Névache (1550m) – Refuge de Ricou – Refuge de Drayères (2170m)

1060 m omhoog, 490 m omlaag, 18km, 6hr00 (optioneel in te korten)

Dag 2 : Refuge de Drayères (2170m) – Lac Rond – Lac Grand Ban – Lac Vert – Refuge du Terre Rouge (2163 m)

930 m omhoog, 940 m omlaag, 16,5km, 6hr30

Dag 3 : Refuge du Terre Rouge (2163 m) – Col des Marches – Col de Battalières – Refuge de Mont Thabor (2496m)

1230 m omhoog, 920 m omlaag, 17 km, 6hr30

Dag 4 : Refuge de Mont Thabor (2496m) – Mont Thabor (3172m) – Granges de la Vallée Étroite/ Terzo Alpina (1764m)

760 m omhoog, 1480 m omlaag, 17km, 7hr00

Dag 5 : Granges de la Vallée Étroite (1764m) – Névache (1550m)

870 m omhoog, 1050 m omlaag, 14 km, 5hr30

Vervoer

Je reist vanuit Nederland en tijdens het verblijf met huurauto's en/of -busjes.

Bijzonderheden

Reispapieren

- Voor deze reis heb je een geldig paspoort of ID kaart nodig. Deze moet tenminste nog 3 maanden geldig zijn op de datum dat je vertrekt.

Verplichte uitrusting

- Voor deze tocht heb je vanwege de veiligheid en ter voorkoming van blessures verplicht goede bergschoenen en rugzak nodig. In de voorbereiding van de reis is hier aandacht voor.

Gezondheid

- Let op, een [goede en gezonde conditie](#) is een vereiste! De huttrektocht heeft een zwaarte van 3-4 van de 5 sterren conditiezwaartes. Zie onderstaande beschrijving.

Conditie zwaarte 3

Wandelingen van 6 – 8 uur per dag met hoogteverschillen van 1000 meter over bergpaden met wortels, rotsen, soms losse stenen, puinhellingen en soms moeilijk begaanbare paden.

Jij bent fit! Je leeft enigszins bewust met aandacht voor beweging, gezond eten en voldoende slaap. Je beweegt minimaal twee momenten per week in de vorm van wandelen, fietsen, hardlopen, zwemmen of een andere sport. Als je samen met anderen beweegt merk je dat het je weinig moeite kost om mee te komen. En tegelijkertijd een praatje maken gaat ook prima.

Heb je dit 'niveau' nog niet, dan kan je jouw conditie 2 maanden voor de reis flink verbeteren door 3x per week: een uur te wandelen, een half uur te gaan hardlopen óf een uur te fietsen.

Conditie zwaarte 4

Wandelingen van 6 – 9 uur per dag met hoogteverschillen vanaf 1000 meter over moeilijk begaanbare en/of steile paden vooral boven de boomgrens.

Je houdt van avontuur en een fysieke uitdaging. Het is geen probleem als de tocht een uur (of twee) langer duurt dan gepland. Waarschijnlijk krijg je er een mooie extra top of col op je netvlies voor terug en daarvoor ben jij graag langer onderweg.

In de hut help je graag een handje mee als dat nodig is. Sport en bewegen speelt een belangrijke rol in je leven en zo ben je eigenlijk het hele jaar fit. Met name duursporten zoals lange afstands wandelingen, hardlopen, fietsen of zwemmen passen goed bij jou.

Ben je nu ongeveer op het niveau van 3 sterren en wil je graag mee met een 4-sterrenreis? Dan kun je je conditie in 2 maanden flink verbeteren door 3x per week een uur te gaan hardlopen of 1,5 uur te fietsen.



Reiskosten

Inclusief

- Voorbereidingsbijeenkomst in Nederland
- Huurauto's (incl. brandstof- en tolgkosten heen- en terugreis)
- Vier overnachtingen in berghutten, o.b.v. halfpension en een meerpersoonskamer
- Vijf overnachtingen op een camping
- Begeleiding door een (UIMLA) International Mountainleader
- Workshops in o.a. weerkunde, kaart/kompas en tochtenplanning
- Gebruik benodigde materialen (o.a. kaart/kompassen, bivakzakken)

Exclusief:

- Proviand (ca. €125,-)
- Excursies en excursiekilometers (ca. €125,-)

Exclusieve kosten zijn zeer afhankelijk van wat je als groep kiest in wat en waar je eet en welke excursies je kiest te gaan doen.

