

## DES AUXILIAIRES POUR LA PROMENADE

### I--Dans son sac

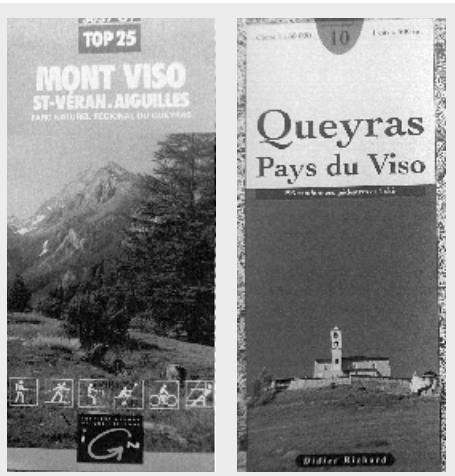
- Une boussole de poche avec, éventuellement, un viseur pour "relever" les massifs, les refuges, les hameaux.
- Un altimètre qui peut aussi servir de baromètre.

- des jumelles légères

- et, dans la musette, des vêtements chauds en cas de changement brusque de temps, un coupe-vent, une lampe (si possible frontale), un couteau et un ravitaillement tonique.

### I--Des cartes en poche

- IGN au 1/25000 (1-cm = 250-m). 3 cartes: MT VISO (St Véran, Aiguilles) n° 3637 OT. TOP 25 - Guillestre (Vars-Risoul) n° 3537 et TOP 25.
- Queyras pays du Viso au 1/50000, éd. Didier et Richard - I.G.N. 1-cm = 500-m itinéraires pédestres en bleu; de ski en rouge 1994
- I.G.N. Grenoble-Gap au 1/100-000° (1-cm = 1-km) (série verte) N°54 (1985).
- "promenades pédestres dans le parc naturel régional du Queyras" éd. par le Parc et l'office de promotion du Queyras 1994.
- I.G.N. Savoie-Dauphiné au 1/250000 (1-cm = 2,5-km) comporte la délimitation des parcs nationaux et régionaux - N°112.
- Michelin au 1/200000 (1-cm = 2-km) N°77 (1993)



### I--Des guides

- Topoguide du Tour du Queyras GR, 58 et 541 édité par les Sentiers de grande randonnée (1991) (7<sup>e</sup> éd.)
- Topoguide GR5 Madame à Larche (1987).
- La grande traversée des Alpes (FAB and CO) (éd. 1983).
- "Queyras, pays du Viso", par R.H. Gros; 144 itinéraires de randonnées pédestres - Didier Richard 1993.
- "Massif du Queyras et de la Haute Ubaye," par J.Cadier et R.H. Gros, randonnées pédestres à skis - éd. Didier Richard (1983). Ce guide complète la carte au 1/50000.
- "Ballades et randonnées en Queyras" par Martine Canet et Pierre Putelat (1992). Ed Putelat.
- Circuits pédestres, Queyras par Martine Canet et Pierre Putelat, éd. Franck - Mercier, Annecy - 1992.

Outre les guides de randonnées proprement dit (voir page 119), on commence à trouver des guides de découverte du patrimoine, Comme celui ci-



### I--Des accompagnateurs et des guides du Queyras.

Si vous ressentez le besoin de vous écarter des sentiers balisés pour une journée ou pour un raid de plusieurs jours, les accompagnateurs vous seront des auxiliaires indispensables et vous raconteront le Queyras (faune, flore, histoire, vie rurale). Institués depuis 1971, ils vous ouvriront le chemin à votre rythme.

Les guides du Queyras pourront progressivement vous initier en toute sécurité aux joies de l'escalade en école (Roche écroulée, Réotier, Pierre Grosse, Emblanche), puis en grande course (Mont Viso, tête des Toillies). L'hiver, ces mêmes guides vous emmèneront en randonnée à peaux de phoques, vers des sommets d'où vous pourrez dévaler les pentes dans un nuage de neige poudreuse.