



Générations  
**NATURE**

prendre soin du vivant

# Ubaye

## *Stages de jeûne en itinérance*

---

Du dimanche 28 juillet au  
vendredi 2 août ; et du  
dimanche 4 au vendredi 9 août  
13 juin 2024

**Jeûner en immersion en pleine nature  
pour mieux se relier à soi-même, aux  
autres, et à plus grand que soi.**

- > Stages de 6 jours
- > Niveau 2
- > petit groupe (2 à 4 pers.)
- > Tarif à partir de 480€  
/pers.

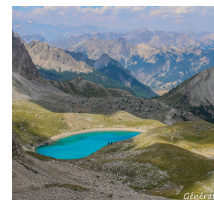
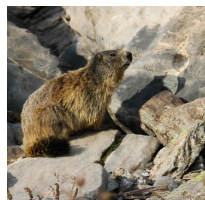
06 61 09 70 23

generationsnature@orange.fr

www.generations-nature.org

## Présentation :

A 1h de Gap, nous flirtons ici avec les hauts sommets de plus de 3000m d'altitude ! Mais pour autant les chemins empruntés demeurent tout à fait accessibles, dans des longs vallons de toute beauté où les torrents bondissants traversent les alpages et les lacs d'altitude invitent à la rêverie ... et à la baignade ! L'Ubaye est aussi le nom d'une rivière qui prend sa source au col du Longet, où vous pourrez admirer le Mont Viso qui culmine à 3841 m.



## Rendez-vous et accès :

Nous nous retrouverons à St Paul sur Ubaye (04530) le dimanche matin, sur le parking en haut du camping.

### - En voiture :

#### • Vous arrivez par le Sud :

Via Aix-en-Provence, autoroute A51 jusqu'à Tallard, direction Barcelonnette / Vallée de l'Ubaye.

Depuis Gap et Tallard : 1h (~60km) ; Depuis Marseille : 2h30 (~210km) ; Depuis Nice : 4h (~240km) via Digne-les-Bains ou via Aix-en-Provence via A51

#### • Vous arrivez par le Nord :

Via Lyon, autoroute A43 jusqu'à Grenoble puis autoroute A51 jusqu'à Monestier de Clermont, suivre Gap, Barcelonnette / Vallée de l'Ubaye. Depuis Lille : 10h (~960 km) ; Depuis Paris : 8h (~740 km) ; Depuis Lyon : 4h (~280 km) ; Depuis Grenoble : 3h (~160 km)

### - En train :

Train jusque Barcelonnette puis

Navette bus entre Barcelonnette et St Paul sur Ubaye.

## Sur place :

### Office du tourisme :

Tél. : 04 92 81 04 71

<https://www.barcelonnette.com/nous-contacter.html>

### Hôtels :

Sur Barcelonnette (30 mn environ) :

<https://www.barcelonnette.com/hebergement/hotels.html>

### Camping :

Camping Bel Iscle à St Paul sur Ubaye

Tél : 04 92 84 38 31

### Gîtes :

La Souste (+ épicerie) 04 92 84 32 99 / 07 69 75 90 81

[lasoustegite@gmail.com](mailto:lasoustegite@gmail.com)

<http://www.gitelasouste.com/>

La Cure : 04 92 84 31 15

<http://www.maljassetgite.fr/>

Les Granges (à Fouillouse) 04 92 84 31 16 - 06 86 67 38 73

<https://www.gite-les-granges.com/>

### Commerces :

L'épicerie attenante au gîte La Souste, sinon ville la plus proche : Jausiers à 10mn en voiture (magasin de producteurs, ou plus loin à Barcelonnette (notamment un Biocoop)

## Votre séjour en quelques mots :

Massif de l'Ubaye,  
au départ de St Paul sur Ubaye (04530)  
du 28 juillet au 2 août ou  
du 4 au 9 août 2024

Jeûne (eau de montagne)  
Portage du sac à dos,  
Bivouac en autonomie (nuit sous tente)  
Groupe : 2 à 4 personnes

Temps de marche : 3 à 5 h par jour  
D+ : 300 à 500 m par jour  
Altitude maxi : 3100m

Horaaires indicatifs :  
Départ: 11h le premier jour,  
Fin : 17h le dernier jour

Tarif : à partir de 480€ /personne

