

Dominique CHABAL
6 allée des groseilliers-Saint Blaise
BRIANCON 05 100
tel:/fax : 04 92 21 12 60
e-mail : contac@dominiquechabal.com
site : dominiquechabal.com

« FUGUES EN MONTAGNE »
encadrement
raids et séjours en montagne
à pied, en skis de fond, en raquettes

Sophrologue

RANDONNEES en SUISSE 2018

Saas Fee - Saas Grund - Saas Almagell

LIEU : la vallée de la Saas est située au sud de la Suisse, au pied du col du Simplon, en frontière italienne et au coeur des plus hautes montagnes valaisannes dont **18 prestigieux sommets glaciaires culminant à plus de 4000m**. Saas Grund (1500m), chef lieu de la vallée au milieu des mélèzes et des pâturages, bénéficie d'un climat sec et ensoleillé. Ce village animé a su garder son caractère typique valaisan avec ses vieux « racards » (chalets- grange) superbement conservés et entretenus. Il sera notre point de départ pour des randonnées sur de légendaires sentiers d'altitude offrant des panoramas somptueux en balcon sur les glaciers tout proches. L'accès en altitude ou au départ des randonnées est souvent facilité par des remontées mécaniques (téléphériques, télécabines, **tarif compris dans le prix de la pension avec une carte d'hôte**) ainsi que le déplacement en car postal vers Saas Fee (interdit aux voitures) ou le fameux barrage de Mattmark. Pour les amateurs, chacun des villages de la Saas offre la possibilité de spa, espaces bien-être et massages facilement accessibles (en sus du prix du séjour).

DATES : dimanche 19 août au repas du soir au samedi 25 août après le petit déjeuner.

NIVEAU :

moyens marcheurs « contemplatifs » : randonnées de 4h00 à 4h30, dén. 350 à 500m

Bons sentiers confortables...mais tout de même des montées et des descentes et quelques cailloux, c'est du terrain de montagne !! De très beaux parcours d'altitude, faciles et panoramiques sont accessibles en utilisant les **remontées mécaniques gratuites comprises dans le prix de la pension à l'hôtel**. A la montée ou (et!) à la descente.

HEBERGEMENT

J1 à J7 après le petit déjeuner : hôtel** de montagne (« Adler » ou équivalent) à Saas Grund (4km de Saas Fee) au pied des glaciers. Chambres confortables de deux personnes (ou trois si nombre impair dans le groupe). Salle de Bains, WC, jardin, parking privé, salon, bar. Etablissement familial, cuisine de qualité, copieuse et soignée, bien adaptée au public randonneur. Une à 2 single maxi avec supplément.

Attention : aucune inscription ou demande de votre part et concernant l'hébergement ne sera prise en compte directement par l'hôtel.

ENCADREMENT : accompagnatrice(teurs) en montagne diplômée(s) d'état connaissant parfaitement la région.

ACCES : par la vallée du Rhône, Martigny, Sion, Sierre (autoroute possible, n'oubliez pas la vignette, sinon sur route) puis alternance route/autoroute jusqu'à 5Km avant Visp. Un tunnel évite cette ville. Prendre direction Zermatt, vallée de Saas. A Stalden, bifurquez vers vallée de Saas jusqu'à Saas Grund. L'hôtel Adler se trouve à 1km sur la route de Saas Almagell, dans un espace plat très dégagé, en retrait de la route à droite en remontant la vallée. Accès voiture jusqu'au pied de l'hôtel (parking privé).

RANDONNEES en SUISSE 2018

Saas Fee - Saas Grund - Saas Almagell

DEROULEMENT

- J1** : accueil à l'hôtel** **Adler** (ou équivalent suivant disponibilités) à **Saas Grund** à partir de 18h00. Installation, présentation du séjour. Repas. nuit à **Saas Grund**
- J2** : au départ du barrage de Mattmark (2200m) le vallon de l'Offental, vue sur le lac immense enchâssé au milieu des glaciers, col du Monte Moro, vue sur la face nord du Mont Rose
- J3** : depuis Saas Balen, de forêt en pâturages nous rejoignons les alpages de Grüebe, ses charmants chalets et ses vaches noires d'Hereins. Les plus courageux iront jusqu'au pied du Fletschhorn. Quelle que soit la balade choisie, les dômes glaciaires des Mischabel nous accompagneront dans ces périple panoramiques. Un magnifique itinéraire en balcon nous permet de rejoindre le téléphérique de Kreuzboden pour une descente ...toute en douceur.
- J4** : Journée « relax » : le téléphérique du HochSaas permet de monter à 3200m d'altitude où nous attend un sentier « à grand spectacle » (une heure de marche environ) depuis lequel nous prenons le temps d'admirer les fameux 18 sommets glaciaires du Valais à plus de 4000m en fond de paysage. Tout proche de nous, à moins de 200m de distance, le glacier du Weissmies nous livre ses secrets. A la station intermédiaire du téléphérique (2600m) un charmant aménagement permet un pique-nique champêtre au bord du lac, toujours face aux glaciers ou bien un repas chaud sur une terrasse panoramique.
Après-midi : visite de Saas Fee (montée en car postal), descente à pied par le sentier des chapelles (1h00 de marche) ou en car. **Possibilités à Saas Fee** : visite du village (1h30 à pied), musée des traditions, montée au restaurant tournant du Mittelallalin (métro alpin) et visite de la grotte de glace. Possibilité d'aller à Zermatt (non encadré) 80km + train payant.
Ou bien randonnée à la journée : les grands passages traditionnels du Piémont au Valais depuis Saas Almagell : col d'Antrones (2838m) , Passo di Cingino (3081m).
- J5** : à l'**entrée de la vallée de Zermatt**, de nombreuses randonnées permettent de voir le mythique Mont Rose et tous ses « satellites » en évitant les nombreux aménagements de la célèbre station de ski. Depuis les bisses, intarissables sources de vie, jusqu'aux refuges d'altitude du massif du Dom, il y en aura pour tous les goûts et toutes les motivations.
- J6** : situé dans un cirque au milieu des plus hautes montagnes des Alpes, **Saas Fee** est surnommé « la perle des Alpes ». Les glaciers embrassent la forêt et l'alpage à quelques centaines de mètres au-dessus du village. La randonnée proposée domine cet ensemble majestueux dans le souffle des glaciers environnants tout proches : Allalin, Alphubel, Täschhorn et Dom par le sentier du Gletschersee. Et pour une descente en douceur si besoin, le téléphérique du Hannig.
- J7** : fin de séjour après le petit déjeuner à Saas Grund.

NB : les lieux de randonnées, temps de marche et dénivelés sont donnés à titre indicatif et n'ont pas valeur de contrat. L'organisation se réserve le droit de modifier ce programme quelle qu'en soit la cause (météo, niveau technique des participants, conditions exceptionnelles liées au milieu visité, etc...) et l'accompagnateur du séjour reste le seul juge des conditions extérieures qui peuvent l'amener à changer l'itinéraire à tout moment dans un souci de qualité du séjour et de sécurité.



RANDONNEES à Saas Fee - Saas Grund - Saas Almagell

Tarif du séjour tout compris (hébergement+encadrement) :

710€ minimum à 750€ maximum par pers./séjour

suites variations du taux de change lorsque je paierai l'hôtel. Il va sans dire que je guetterai le moment le plus favorable pour que le prix total du séjour soit au plus bas pour nous !

Ce tarif se décompose en :

1) HEBERGEMENT : **547CHF** soit **480 € à 520€**/pers./séjour **suivant le taux de change**

2) ENCADREMENT, PREPARATION et COORDINATION du SEJOUR

un accompagnateur 13 à 16 participants* **230 €**/pers. pour le séjour *1 groupe*

Ce tarif comprend :

- * l'hébergement en **demi-pension** de J1 au repas du soir à J7 après le petit déjeuner dans les conditions stipulées au § « hébergement » soit 6 nuits en hôtel en chambres de 2
- * la taxe de séjour obligatoire et **la carte d'hôte donnant accès à toutes les remontées mécaniques de la vallée (sauf métro alpin) et les cars postaux.**
- * l'encadrement de J1 à J6 par des accompagnateurs en montagne diplômés d'état aux conditions stipulées aux § encadrement et « tarifs ».
- * les frais de déplacement, de pension et repas de midi des accompagnateurs en montagne
- * les frais de préparation, réservation et coordination du séjour

Ce tarif ne comprend pas :

- * les boissons et autres dépenses personnelle ainsi que les **pique-niques** à la charge de chacun : commerces situés à 1km, pique-nique complet (12CHF) ou sandwich à commander à l'hôtel au jour le jour.
- * **tout transport** pour aller sur les départs de randonnée si l'on n'utilise pas les cars postaux.
- * le supplément single : 30CHF/pers./séjour
- * les prestations de **visites patrimoine**, toute animation non prévue au programme.
- * **l'assurance secours en montagne et rapatriement.** attestation d'assurance obligatoire avec votre bulletin d'inscription.

VOTRE INSCRIPTION est prise en compte à réception du présent bulletin d'inscription daté, signé et accompagné des chèques d'arrhes (merci de lire les conditions générales).

Arrhes : un chèque de 300 €/pers. à l'ordre de » **Dominique CHABAL** »

comprenant les arrhes de l'hôtel (avancés pour vous par l'organisatrice) et l'encadrement

Solde à l'arrivée 410 € à 520€/personne

suites le taux de change au moment du séjour ainsi que vos boissons, extras en cours de séjour et pique-niques.

Déroulez cette page pour trouver le bulletin d'inscription et les conditions générales ainsi que la liste de matériel préconisé

BULLETIN D'INSCRIPTION - Vallée de SAAS-FEE 2018

NOM :
PRENOM :
ADRESSE.....
date de naissance (pour la carte d'hôte).....
e-MAIL.....
Tel/Fax :

Je désire m'inscrire au séjour suivant : HAUT VALAIS SUISSE, SAAS FEE-SAAS GRUND 2018

Dates : du dimanche 19 août 18h00 au samedi 25 août 2018 (après le petit déjeuner)

Tarif : 710 €/pers/séjour (sous réserve du taux de change)

ARRHES : 300€ à l'ordre de D. CHABAL, Fugues en Montagne

*je règle *:* 1) par chèque

2) par virement bancaire

OPTIONS * : (*rayer les mentions inutiles)

- 1) je réserve une chambre avec lit de couple (« matrimoniale »)
- 2) je réserve une chambre à deux lits séparés
- 3) je réserve une chambre à trois lits séparés

Pour faciliter l'organisation, merci de préciser le nom de la personne qui partage votre chambre :

.....
4) je réserve une chambre single (avec supplément)

5) je réserve le pique-nique de J2 (premier jour de rando) : NON - OUI (précisez le nombre

Je reconnais avoir pris connaissance des conditions générales de déroulement et de vente du séjour ou du raid choisi et je les accepte. Mon état de santé me permet de participer à ce séjour ou raid dans les conditions stipulées sur la fiche technique.

Je, soussigné(e), Mr ou Mme.....

donne mandat à D. CHABAL (accompagnatrice en montagne) pour engager pour moi les frais annexes (hébergement et autres) afférant au stage choisi.

DATE et SIGNATURE précédées de la mention manuscrite "lu et approuvé"

Le présent bulletin tient lieu de contrat. A retourner à :

"FUGUES en MONTAGNE"

Dominique CHABAL, 6 allée des groseilliers - Saint Blaise

05 100 BRIANCON - Tel/fax : 04 92 21 12 60

e-mail : contact@dominiquechabal.com

Site : dominiquechabal.com

CONDITIONS GENERALES

SEJOURS et RAIDS

LES TARIFS : Conformément à la législation en vigueur en France pour les opérateurs de voyage (n°IM005120002) , les prix sont indiqués en « tout compris ». Ce qui est compris dans le tarif et ce qui ne l'est pas est spécifié à la page « tarifs » de la fiche technique. Le **tarif** comprend aussi les frais de pension, de préparation et les frais de déplacement de l'encadrant. Une assurance annulation peut vous être proposée sur demande.

CONDITIONS D'INSCRIPTION

Pour réserver votre séjour, vous devez au préalable **vérifier les disponibilités par téléphone** ou courrier et prendre une option valable huit jours. La réservation n'est effective qu'à réception du présent bulletin d'inscription daté et signé accompagné d'un acompte dont le montant est libellé à l'ordre de : * **Dominique CHABAL, "Fugues en Montagne"**

ARRHES : voir fiche technique surlignage jaune. Les arrhes peuvent être réglés par chèque à l'ordre de « Fugues en Montagne, D. CHABAL » ou par virement bancaire à :

DOMINIQUE CHABAL Fugues en Montagne

Code SWIFT : CCBPFRPPGRE

IBAN : FR76 1680 7001 3431 8230 7821 651

Code banque 16807 Code guichet : 00134 n° de compte : 31823078216 clé RIB 51

Domiciliation : BPA BRIANCON

VERSEMENT du SOLDE : voir fiche technique

ANNULATION

De notre part : si le séjour doit être annulé, remboursement de la totalité des sommes versées sans ouvrir droit à indemnité supplémentaire.

De votre part : 61 jours avant le début du séjour, remboursement des acomptes moins **60€** pour frais de dossier. Report possible sur un autre séjour dans les 15 mois qui suivent.

De 60 à 30 jours avant le début du séjour, la valeur de l'acompte est retenue.

De 29 à 8 jours avant le début du séjour, 50% de votre séjour est dû.

Moins de 8 jours avant le début du séjour, la totalité du prix est due sauf si vous trouvez un remplaçant.

CHANGEMENT de PROGRAMME : l'organisateur se réserve le droit de modifier le programme quelle qu'en soit la cause pour l'intérêt et la sécurité des participants.

ASSURANCE : vous devez vérifier que votre assurance vous couvre bien pour l'activité choisie dans sa pratique (responsabilité civile) et pour les éventuels frais de secours et recherche en montagne (intervention de l'hélicoptère parfois payante), rapatriement, compléments aux soins médicaux. Une attestation d'assurance vous est demandée.

SANTE : vous devez vous assurer que votre état de santé vous permet de pratiquer l'activité pour laquelle vous êtes inscrit dans les conditions stipulées sur la fiche technique du séjour (notamment altitude, longueur des étapes, conditions d'hébergement).

"FUGUES en MONTAGNE"

**Dominique CHABAL, 6 allée des groseilliers - Saint Blaise
05 100 BRIANCON - Tel/fax : 04 92 21 12 60**

E-mail : contact@dominiquechabal.com

LISTE de MATERIEL PRECONISE

Séjour « en étoile »

(séjours de 4 à 6 nuits en gîte ou hôtel**)

Le « contenant » : sac à dos 25 à 30 l. doublé à l'intérieur d'un sac poubelle de la grandeur du sac.
Pas de sac plus petits car ils n'ont pas des bretelles adaptées à un portage (même léger) de randonnée à la journée en montagne.

Sur vous pour marcher : * chaussures à tiges montantes et semelles vibram.

* pantalon de toile ample coton léger ou bermuda, short.

*NB : si vous marchez en short ou bermuda, vous devez **impérativement** avoir un pantalon long dans le fond de votre sac à dos en cas de venue rapide du mauvais temps et du froid **même en plein été** !*

* T-shirt coton ou sous vêtements techniques (genre Odlo).

Contenu du sac à dos pour la journée :

* 2 sweats en tissu polaire léger (il en existe qui pèsent 200g, environ 25 € en magasin de sport) ou à défaut un pull de **lainage fin** + un sous - pull (thermolactyl, odlo, damart, ice-breaker) ou à défaut deux pulls de lainage fin. (de la vraie laine de mouton et pas du synthétique !

Il est préférable d'avoir deux vêtements fins « empilables » l'un sur l'autre qu'une grosse veste épaisse, lourde et souvent trop chaude.

Et si vous êtes frileux : une petite veste en **duvet légère**. Il en existe qui pèsent moins de 300g

* une cape de pluie **légère**. Facultatif : un sur-pantalon léger étanche.

* une veste coupe - vent : K-way ample (ne remplace pas la cape de pluie) ou veste en matière respirante (gore tex)

* un foulard+ un bonnet et des gants fins. Chapeau de soleil, verres et crème solaires.

* lunettes de vue de rechange.

* couteau+cuillère + boîte plastique hermétique+ **gourde d'un litre au moins**.

* Médicaments personnels, élastoplaste et double peau pour les ampoules.

* Une petite fiole de votre boisson préférée ou un échantillon de votre spécialité locale, histoire de partager ce qui est bon !

L'encadrement fournit : sa bonne humeur, cartes, boussole, matériel technique, pharmacie de base.

Tenue pour le soir : la décontraction est de rigueur même dans les hôtels, nous sommes en montagne ! Pensez au confort et un peu au duillet et chaud.

Vêtements de rechange, pantoufles, « crocks » ou mules pour reposer les pieds.

Linge de toilette.

Sac à viande ou drap pour les personnes hébergées en dortoir.

Le pique-nique sera fourni chaque jour par le gîte ou préparé par l'accompagnatrice. Prévoyez un sac en toile pour le transport ou une boîte en plastique hermétique destinée à cela.

Pour les séjours en gîte avec bagages sont transportés d'un hébergement à l'autre par un véhicule) : vos affaires personnelles devront tenir dans un sac de voyage de 60cm x 30 cm maxi. Les transporteurs refusent les sacs de dimensions supérieure !