

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 à NEVACHE - Vallée de la CLAREE de lacs en torrent été 2021

LIEU : la vallée de la Clarée et son village de Névache (alt. 1650m, 21 km au nord de Briançon) nous offrent une nature intacte, grandiose et préservée dans véritable havre de paix au coeur des Hautes Alpes. Au pays de la « soupe au herbes sauvages » on entend encore murmurer les truites au fond des torrents et chanter la bise dans les aiguilles de mélèzes. Nous vous convions à randonner dans ce Paradis pour amoureux d'espaces sauvages, en prenant le temps de savourer le calme et de retrouver vos âmes de nomades. Douces prairies d'altitude émaillées de fleurs, ribambelles de lacs enchanteurs, torrents fougueux ou paisibles, serpentant toute l'année : tout est là pour d'intenses émotions dans la lumière légendaire des Alpes du Sud ! Pour couronner le séjour : deux nuits en auberges d'altitude très confortables et conviviales, d'un accès facile, pour profiter des sites de montagne exceptionnels.

DATES : toute date sur demande de juin à fin octobre 2021 (7 jours, 6 nuits ou moins)

NIVEAU : moyens à bons marcheurs, dénivelé 650 à 900m (+ variantes possibles facultatives, + ou - 200m à 300m chaque jour), 5h00 à 6h00 de marche. Altitude moyenne de 1600 à 2900m. Les randonnées seront menées à un rythme tranquille faisant une large part à la découverte. Tous les parcours peuvent s'adapter en cas de mauvais temps, d'enneigement tardif (début d'été) ou simplement à la demande du groupe ! **De J1 à J5** : randonnées à la journée (**sac dit « léger »** contenant uniquement un vêtement chaud, cape de pluie, pique-nique et boisson). Pour **J6**, sac dit « léger » comme les autres jours avec en plus les affaires de rechange **pour un soir seulement** (sac à viande, un change, petit nécessaire toilette = 2kg maxi). Le reste de vos affaires restera en vallée en lieu sûr. Tous les repas sont fournis par les refuges y compris le pique-nique de J6 à midi.

HEBERGEMENT : 4 nuits au départ d'un gîte tout confort en vallée et 2 nuits dans de confortables refuges d'altitude à 2100m environ.

J1 à J5 au matin : **gîte tout confort** situé au cœur de la vallée et à proximité des départs de randonnées. Chambres de 4 à 6 pers. avec douches et WC sur le palier. Possibilité en chambre de deux avec supplément et suivant disponibilités. Terrasse, jardin, cuisine familiale et généreuse.

J5 au soir à J7 au matin : **refuges de la Clarée** très confortables. Ce sont de véritables auberges d'altitude (2000 à 2150m) où l'on nous servira le repas du soir et le petit déjeuner. Douches chaudes et sanitaires. Petits dortoirs. Couettes sur les lits, ambiance « montagne coconing » ! Ils sont tous situés à moins de 2h00 de la route en cul de sac de fond de vallée donc facilement accessibles. Ce sont de magnifiques points départ pour explorer les hauts alpages situés au-dessus de la vallée.

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

ACCES : en train gare de Briançon ou d'Oulx TGV Italie puis navette bus jusqu'en gare de Briançon. Suivant votre heure d'arrivée à cette gare nous pouvons venir vous chercher pour vous acheminer jusqu'à Névache. **En voiture** : col du Lautaret, Briançon puis direction Italie. Bifurcation pour Névache sur la gauche, 3km après la sortie de Briançon. Ou bien : tunnel du Fréjus (attention il est très cher !), Bardonnecchia, col de l'Echelle ou du Montgenèvre.

RANDONNEES à NEVACHE - Vallée de la CLAREE de lacs en torrent été 2021

DEROULEMENT :

J1 : accueil à Névache à 18h30 (coordonnées de l'hôtel ou du gîte communiquées à l'inscription). Accueil, Installation, présentation du séjour, repas du soir. *NUIT à Névache*

J2 : le plateau des Thures (2105m) et le lac Chavillon (2200m). Par une très belle forêt de pins méditerranéens nous montons par le chemin des bergers qui permet d'accéder en Italie. Nous traversons un plateau tranquille et fleuri au milieu des alpages et des troupeaux jusqu'au lac Chavillon où se reflètent le Mont Thabor et les Rois Mages. Nous sommes en frontière italienne. Variantes possibles vers l'Aiguille Rouge (2600m) ou la Pointe Muratière (2380m) et le lac Bellety

Dén. 600m minimum + et -, 5h00 de marche. Variantes + ou - 200 à 350m *NUIT à Névache*

J3 : navette locale (5km) jusqu'au hameau de Basse Sausse (1800m). Montée à pied vers le vallon du Chardonnet jusqu'au refuge du même nom (2220m) : cascades, marmottes, fleurs, petits lacs glaciaires, chalets d'alpages. Le lieu est paradisiaque et offre de quoi s'emplier les yeux. Depuis le refuge, les possibilités de randos sont innombrables : col du Chardonnet (2638m) avec vue magnifique sur les Ecrins, lacs sauvages de la Casse Blanche (2680m). Toutes les balades sont en circuit, nous pourrions choisir notre destination en fonction des conditions du moment. Chamois, bouquetins...peut-être !

Dén. 450m minimum + et -, 4h00. Variantes vers cols et lacs : +420m, +2h30 *NUIT à Névache*

J4 : la vallée Etroite (1765m) fait partie de la commune de Névache mais elle offre un paysage tout autre et une ambiance très italienne. Entre de majestueuses parois calcaires et le Mont Thabor (3200m) coule un torrent impétueux que nous longerons jusqu'aux fameux lac Vert. Plus haut, après les vestiges d'une ancienne mine de fer, au pied d'une cascade immense, nous arrivons au royaume des alpages. Le pique-nique au bord du lac Lavoir (2281m) et de ses satellites pourrait s'avérer un moment de pur bonheur. Au retour, nous ne manquerons pas la halte au refuge I Re Magi pour déguster quelques spécialités italiennes !

Dén. 600m + et -, 5h30 de marche *NUIT à Névache*

J5 : transfert tôt le matin en véhicules jusqu'au hameau de Laval au bout de la vallée (10km) avec nos affaires pour les deux nuits en refuge. Pour cette journée nous les laisserons dans la voiture et randonnerons sacs et pieds légers de lac en lac soit vers les sources de la Clarée soit vers les lacs Long et Rond. Ce secteur de la vallée compte plus de trente lacs, nous vous emmènerons voir les plus beaux bien sûr ! En fin de randonnée nous arrivons directement au très confortable refuge Laval à 5 minutes à pied du lieu où seront garés nos véhicules. NB : le reste de vos bagages peut rester au gîte en lieu sûr.

Dén. 550m à 600m + et -, 5h30 de marche, variantes possibles *NUIT à Laval*

J6 : se réveiller à Laval en pleine montagne et assister à l'arrivée du soleil sur ce site magnifique est un véritable enchantement. Après un solide petit déjeuner préparé par nos gardiens, nous démarrons tranquillement à pied, dans le calme du matin pour explorer de nouveaux vallons qui nous mèneront jusqu'au refuge de Ricou sur le versant sud de la vallée. Le Pic du lac Blanc (3000m) domine une spectaculaire série de lacs où nous nous attarderons : la Cula, Laramon, Serpent et Gardioles. Dans une ambiance « haute montagne » nous parcourons les méandres sauvages dessinés et creusés par les glaciers qui recouvraient la vallée en des temps reculés. Vue splendide sur les Ecrins dès le premier lac. Arrivée fin d'après-midi au charmant refuge Ricou (2115m) où nous passerons la dernière nuit en pleine montagne.

Dén. 550m à 600m + et -, 5h30 de marche, variante + ou - 300m *NUIT à Ricou*

J7 : après un dernier coup d'oeil aux cîmes de la Clarée dans la lumière du matin, nous rejoignons le hameau de Foncouverte (25 mn en descente). Une navette sera organisée pour vous permettre de récupérer les véhicules laissés au Parking de Laval 4km plus haut. Fin de séjour vers 10h30/11h00 à Névache, à l'hébergement de départ.

RANDONNEES à NEVACHE - Vallée de la CLAREE de lacs en torrent été 2021

A PROPOS du PROGRAMME

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.

Pour les déplacements entre Névache et la Haute vallée (maxi 10km), si vous ne souhaitez pas prendre votre propre véhicule, il est possible de prendre des navettes locales (environ 2,30€/trajet). Certains jours c'est même obligatoire, la circulation des véhicules de tourisme étant réglementée dans la Haute Vallée de la Clarée. Votre voiture pourra sans problème rester au parking de l'hébergement de départ (gratuitement).

TARIF tout compris (hébergement 7 jours, 6 nuits +encadrement) à partir de 6 participants :

en gîte J1 à J5 (en ch de 2 suivant disponibilité à l'inscription) + refuge J6 : **670€/pers./séjour**

en gîte J1 à J5 (en dortoir de 4 à 6 pers.) + refuge J6 : **635€/pers./séjour**

Pour un groupe de 4 à 5 participants : supplément de 50€/pers./séjour

Ce tarif comprend

* l'hébergement en demie pension de J1 au repas du soir à J7 après le petit déjeuner dans les conditions stipulées au § « hébergement » soit **4 nuits en gîte (dortoirs ou chambres de 2 à supplément suivant disponibilités à l'inscription) ET deux nuits en auberge d'altitude en dortoir.**

* le pique-nique de J6

* la taxe de séjour obligatoire

* l'encadrement de J1 à J7 par un(e) accompagnateur(trice) en montagne diplômés d'état connaissant parfaitement la région, aux conditions stipulées aux § encadrement et « tarifs ».

* les frais de déplacement, de pension et repas de midi de l'encadrant(e)

* les frais de préparation, réservation et coordination du séjour

Ce tarif ne comprend pas

* les boissons, le vin à table et autres dépenses personnelles ainsi que les **piques-nique** à la charge de chacun **sauf J6 où il est inclus dans le tarif**. Epicerie et dépôt de pain situés à proximité du gîte OU pique-nique (11 à 12 €) à commander au gîte au jour le jour.

* le transport aller et retour de votre domicile à Névache ainsi que **tout transport** pour aller sur les départs de randonnée (voitures personnelles + mon véhicule, navettes locales)

* les prestations de **visites patrimoine le cas échéant**, toute animation non prévue au programme.

* **l'assurance secours en montagne et rapatriement.** attestation d'assurance obligatoire avec votre bulletin d'inscription.

ACOMPTE : 200€/pers. à l'ordre de Dominique CHABAL, Fugues en Montagne

Solde à l'arrivée en deux chèques séparés un pour l'hébergement et un pour l'encadrement ou en espèces. Une facture globale de votre séjour vous sera remise à ce moment-là. Nous ne sommes pas équipés sur place pour le règlement par carte bancaire, merci de votre compréhension.

Déroulez la page ci-dessous pour accéder au bulletin d'inscription, aux conditions générales de vente du séjour, à la liste de matériel préconisé.

BULLETIN D' INSCRIPTION

Clarée de lacs en torrents été 2021



NOM :

PRENOM :

ADRESSE :

.....

Tel/Fax :

Adresse mail :

Je désire m'inscrire au raid ou séjour suivant :

Dates du séjour : Tarif :

ACOMPTE 200 €:LE.....

OPTIONS* (**Rayez les mentions inutiles*) pour J1 à J5 au matin

1) je réserve une chambre avec lit de couple en gîte (suivant disponibilités) OUI-NON

2) je réserve une chambre à deux lits séparés en gîte (suivant disponibilités) OUI-NON

3) je réserve une place en dortoir de 4 à 6 personnes OUI-NON

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

Pour faciliter l'organisation, merci de préciser le nom de la (des) personnes qui partagent votre chambre si vous avez choisi la formule chambre à 2 :

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.

ASSURANCE secours : j'ai vérifié que mon assurance me couvre bien pour les activités choisies dans leur pratique (responsabilité civile) et pour les éventuels frais de secours et recherche en montagne ainsi que le rapatriement. Je joins à mon bulletin d'inscription une photocopie de mon contrat d'assurance.

ASSURANCE annulation : j'ai bien noté qu'une assurance annulation facultative m'est proposée par l'organisateur (3,9 % à 5,5 % du prix du séjour). Nous contacter plus d'un mois avant le début du séjour.

Je, soussigné(e), Mr ou Mme.....donne mandat à D. CHABAL (accompagnatrice en montagne) pour engager pour moi les frais annexes (hébergement et autres) afférents au séjour 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

LISTE de MATERIEL PRECONISE

Séjour en gîte ou hôtel 4 nuits + 2 nuits en refuge

Le « contenant » : un sac à dos à armature souple muni d'une ceinture ventrale (contenance 30 à 35 litres) pour vos affaires de la journée. Vous devez pouvoir y loger des vêtements chauds, veste goretex, cape de pluie, bonnet, gants lunettes de soleil, foulard, gourde, petit matériel personnel + un pique-nique. Garnissez l'intérieur d'un sac poubelle pour l'étanchéité. **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 de préférence et semelles vibram**. Guêtres ou stop -tout peuvent servir si vous randonnez en chaussures basses..

* 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 (voir § ci-dessous)

Notre conseil pour le haut du corps : le principe des 3 couches superposables permet de gérer quasiment toutes les situations, à savoir:w

1) T-shirt technique en matière respirante (fibre creuse) ou laine et soie à manches longues ou courtes genre Odlo, Icebreaker, Millet etc. Préférez la laine, la soie et les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible. Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc **proscrire le coton**. OK pour le débardeur en été mais ayez un vrai Tshirt en plus au fond du sac..

2) Une veste en fourrure polaire chaude **ou** un pull de laine fin + une doudoune légère sans manche, complément très appréciable en cas de froid, fréquent et parfois intense en montagne même en été.

3) Une veste coupe vent imperméable genre Kway ample et de préférence en matière respirante (Gore tex). **Attention ce vêtement ne remplace pas la cape de pluie légère INDISPENSABLE !**

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

* **Chaussettes de marche** (1 paire pour 2 à 3 jours de marche). Privilégiez les chaussettes techniques et spécifiques (avec maintien de la voûte plantaire, protection malléoles...) en laine. Evitez le coton. Vos pieds vous en remercieront ! Prévoyez une paire de chaussettes douillettes pour le soir dans vos crocks ou baskets.

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

* Médicaments personnels, élastoplaste et double peau pour les ampoules + vos ordonnances médicales en cas de traitement, lunettes de vue de rechange.

* 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.

Tenue pour le soir au gîte J1 à J5 au matin : la décontraction est de rigueur, nous sommes en montagne ! Le confort avant tout, un peu douillet et chaud. Prévoyez des vêtements de rechange confortables avec un petit pull pour le soir, pantoufles ou mules pour reposer les pieds, baskets pour marcher autour du gîte, parapluie. Une paire de sandales ou de tongues pour aérer les pieds et accéder à la douche ou des crocks. Vous en trouverez à disposition dans les refuges les deux derniers soirs. Les draps sont fournis par le gîte mais pas le linge de toilette. Cependant nous pouvons vous dépanner en cas d'oubli !

Pour les nuits en auberge d'altitude J5 et J6 :

Votre voiture sera garée à 300m maxi du refuge. Vous pourrez y laisser sans problème vos affaires personnelles et prendre pour le refuge dans un petit sac plastique ou toile prévu à cet effet :

* un sac à viande

* des vêtements de rechange pour le soir. Un collant fin et un Tshirt coton peuvent servir de pyjama.

* vos affaires de toilette dont une PETITE serviette et un gant pour vous sécher

* vos papiers et argent, de la lecture et une lampe de poche.

Les refuges sont chauffés au bois et vraiment confortables. Il y a des crocks pour marcher dans le refuge mais vous pouvez aussi apporter vos pantoufles.

CONDITIONS GENERALES 2021

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 montant des frais de réservation du séjour est avancé pour vous par l'organisateur Fugues en Montagne. 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 ainsi qu'une assurance rapatriement, frais de secours en montagne.

La fiche technique définitive du séjour et le bulletin d'inscription tiennent lieu de contrat.

CONDITIONS D'INSCRIPTION

Pour réserver votre séjour, **vous devez au préalable vérifier les disponibilités par téléphone ou par mail** 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 (voir ci-dessous)

ACOMPTE : pour le montant voir les mentions particulières portées sur la fiche technique de chaque séjour. Il peut être réglé par chèque bancaire à l'ordre de : **Dominique CHABAL, Fugues en Montagne** ou par virement bancaire . Nous vous précisons les coordonnées bancaires à réception de votre bulletin d'inscription.

VERSEMENT du SOLDE : un mois avant le début du séjour ou à votre arrivée (suivant les indications portées sur la fiche technique). Le paiement peut se faire par chèque ou virement bancaire. Les coordonnées bancaires vous seront précisées à réception de votre bulletin d'inscription. Pas de paiement par carte possible pour le moment. Merci de votre compréhension.

ANNULATION de séjour

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 **70€** pour frais de dossier. Report possible sur un autre séjour dans les 12 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.

Une assurance annulation facultative vous est proposée sur demande (en sus). Elle coûte 3,9 % à 5,5 % du prix du séjour tout compris suivant conditions Covid imposées par l'assureur..

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 SECOURS-RAPATRIEMENT : 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. Une assurance annulation peut vous être proposée par l'organisateur sur simple demande.

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

Site : dominiquechabal.com