

Dominique CHABAL  
6 allée des groseilliers-Saint Blaise  
BRIANCON 05 100  
tel:/fax : 04 92 21 12 60  
e-mail : [contact@dominiquechabal.com](mailto:contact@dominiquechabal.com)  
site : [dominiquechabal.com](http://dominiquechabal.com)

« FUGUES EN MONTAGNE »  
encadrement  
raids et séjours en montagne  
à pied, en skis de fond, en raquettes  
opérateur de voyage n°IM005120002  
sophrologue

**RANDO NORDIQUE HIVER 2021**  
**„à saute frontière“ entre Cervières et l'Italie**  
**Proposition Isabelle Manchon**  
**(3j, 2 nuits, 3 randos journée)**

**LIEU** : c'est à **Cervières**, (1600m) authentique village de montagne sur les hauteurs de Briançon que commence notre périple loin de l'agitation des stations de ski voisines. En hiver, l'enneigement y est toujours excellent et le temps le plus souvent sec et lumineux. Nous commençons par une rando à la découverte du célèbre col d'Izoard, hivernal et sauvage. Puis à « saute frontière » jusqu'en Italie nous ferons nos propres traces en neige vierge à la rencontre du lièvre blanc et du chamois. Côté italien, une halte confortable nous attend au refuge de Mautino au milieu des champs de neige et des pins cembro (refuge chauffé, repas préparés par le gardien, douches chaudes). Dépaysement et ambiance assurés !

**DATES** : du vendredi 12 mars 9h00/10h00 au dimanche 14 mars 15h30/16h00

**NIVEAU** : skieurs ayant l'habitude de pratiquer le ski de fond ou ayant un niveau moyen de ski alpin ou de randonnée (nous appeler pour précisions si vous hésitez sur votre niveau), 4h30 à 5h30 de ski, énivelé 450 à 700 mètres en montée et en descente (par jour). Les randonnées sont menées à un rythme tranquille qui permet à chacun de s'adapter à l'effort en altitude et de contempler sereinement les paysages. Sac à dos léger ne contenant que vos affaires de la journée pour le premier jour et un surplus d'un kg maxi pour la nuit en refuge J2 au soir.

*En cas d'intempéries il y a toujours des solutions de repli et nous vous proposerons une sortie adaptée aux conditions. Et puis nous sommes dans les Hautes Alpes, le beau temps est « presque » garanti !*

**HEBERGEMENT**

**J1** : gîte en dortoirs de 4 à 6 personnes

**J2** : typique **refuge italien** à Mautino en pleine nature, dortoirs de 4 à 8, douches chaudes et sanitaires, refuge chauffé et gardé où nous prendrons notre repas du soir, petit déjeuner et pique-nique préparés par les gardiens italiens.

**ENCADREMENT** : accompagnatrice (teur) en **montagne diplômée d'état** (BE montagne, option « montagne hivernale » et ski nordique de fond) **connaissant parfaitement la région et le manteau neigeux**.

**ACCES** : Briançon - **Gare SNCF** puis taxi pour monter à Cervières (10km). Vous pouvez me contacter avant votre arrivée et si nos horaires coïncident, je me ferai un plaisir de vous véhiculer jusqu'au lieu de RDV du séjour (15 minutes depuis la gare).

**En voiture** : 10 km de Briançon (voir GPS) direction col d'Izoard. Attention si vous arrivez par le Sud, le col est enneigé et fermé à la circulation, c'est une piste de ski de fond en hiver !! Vérifiez toujours les indications facétieuses ou fantaisistes de vos GPS ! Si vous venez par le col du Lautaret renseignez -vous sur l'état des routes sur le site dédié et pensez aux équipements spéciaux.

# Raquettes 2021 Proposition Isabelle Manchon

(3j, 2 nuits, 3 randos journée)

## DEROULEMENT

**J1 :** accueil au gîte de Terre Rouge (3km avant le village de Cervières) ou directement au hameau du Laus pour une première balade en raquettes. **Le col d'Izoard (2360m) et son jumeau, le col des Ourdeis (2400m), constituent les plus mythiques** itinéraires de raquettes et de ski de fond des Alpes tout en restant très accessibles. Nous vous ferons découvrir chaque détour secret de ces magnifiques vallons, en neige poudreuse, hors des « traces battues », passant de la forêt de pins et de mélèzes aux immenses espaces sauvages d'altitude. En circuit, *Sac à dos journée*

**dén : 675m à 800m, 5h30 de marche**

**NUIT À CERVIERES**

**J2 :** départ à skis depuis Cervières en direction de **la frontière italienne par les alpages du col Bousson**, site protégé. La montée est tranquille, on découvre de nouveaux paysages très ouverts avec des échappées panoramiques jusqu'aux Ecrins. L'arrivée sur l'Italie se fait toute en douceur, le refuge (2100m) est là tout proche au milieu des pins cembro : lieu magique s'il en est ! *Sac à dos avec change pour une nuit, le surplus de vos affaires restera dans les véhicules ou au gîte en lieu sûr.*

**dén. : 550 m à 700m, 4h30 à 5h30 de marche (+variantes facultatives)**

**NUIT À MAUTINO**

**J3 :** se réveiller le matin dans un grandiose décor de neige, prendre son petit déjeuner face au soleil levant sur les paysages immaculés, partir dans la douceur ouatée de la poudreuse et les traces fraîches des animaux nocturnes : voilà notre programme italien ! Nous restons sur le versant italien vallonné, facile et tout en douceur par les replis secrets du col Chabaud. Puis un dernier coup d'oeil sur le Grand Rochebrune et la vallée de Suze et Sestrières (Italie) pour clôturer cette escapade italienne, passer à nouveau la frontière et rentrer sur Cervières. Fin de séjour 15h30/16h00.

**dénivelé :**

**450 à 550m , 5h00 à 5h30 de marche**

*NB : l'organisation se réserve le droit de modifier ce programme quelle qu'en soit la cause (météo, état du manteau neigeux, 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.*

**TARIF GLOBAL :** **350€** /pers./séj. (3 j, 2 nuits, 3 randos) pour 3 pers. en gîte et refuge comme précisé au § hébergement (**310€**/pers. à partir de 5 pers.)

### **Ce tarif comprend**

- l'hébergement en **pension complète** de J1 au repas du soir à J3 après le pique-nique de midi en gîte et refuge comme décrit au § hébergements. Les repas de midi sont des piques-niques. Si intempéries nous ferons notre possible pour manger dans de bonnes conditions.
- L'encadrement de J1 au matin à J3 vers 15h30/16h00
- La taxe de séjour obligatoire

### **Ce tarif ne comprend pas :**

- les dépenses personnelles, le vin à table et toute autre boisson.
- Le pique-nique du premier jour J1
- le transport AR de votre domicile au lieu de rendez-vous et pour aller sur les départs de randos.
- la location du matériel : skis , bâtons, chaussures, kit sécurité **obligatoire (DVA)** Location possible sur place avec réservation à l'inscription. Voir tarifs indicatifs ci-dessous.
- L'assurance frais de secours en montagne et rapatriement. Si vous en possédez une, merci de fournir l'attestation au moment de l'inscription
- L'assurance annulation (facultative, 3,9 % du prix du séjour)

# Raquettes 2021 Proposition Isabelle Manchon

(3j, 2 nuits, 3 randos journée)

ARRHES à l'inscription par virement ou chèque bancaire : **150 €**/pers. à l'ordre de Dominique CHABAL (encaissement fin janvier 2021 ou mi février sur demande).

**SOLDE** : au vu de la situation incertaine liée à la crise du Covid, nous vous indiquerons à quel moment vous pourrez régler le solde du séjour. Si, entre ce moment là et le 12 mars, **le séjour devait être annulé pour cause de réglementation interdisant son maintien ou pour cause de nième confinement (et uniquement pour ces raisons-là)**, nous vous proposerons un report de dates du même séjour si possible ou bien nous vous rembourserons les arrhes. Pour tout autre motif, ce sont les conditions générales du séjour qui seront appliquées (voir en fin de cette fiche technique)

## **TARIF INDICATIF des LOCATIONS (en 2021)**

Attention ces tarifs préférentiels sont inférieurs de moitié à ceux du commerce en station. Nous pouvons vous les louer à ce prix-là **dans la limite de nos stocks disponibles**. Si indisponibilité, ce matériel sera loué en magasin au tarif du commerce.

Location possible sur réservation à l'inscription (voir bulletin). Paiement séparé du prix du séjour en espèces ou en chèques.

**RAQUETTES à plaques + BÂTONS 3jours : 15€**

**CHAUSSURES** : nous vous conseillons de prendre vos chaussures personnelles de randonnée avec des guêtres si elles manquent d'étanchéité. Vos pieds apprécieront mieux cette formule !

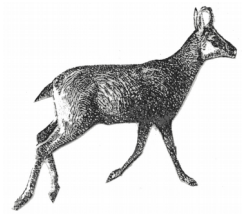
**SKIS de RANDO NORDIQUE** : non connu à ce jour

**KIT SECURITE obligatoire (DVA, Pelles, sondes) 3 jours : 25€/pers.** (un kit complet obligatoire par personne)

Ci dessous (déroulez la page) :

**Bulletin d'inscription, conditions générales et liste matériel en pages suivantes**

**BULLETIN D' INSCRIPTION**  
**RAQUETTES groupe I. Manchon**  
**12 au 14 mars 2021**



NOM : .....

PRENOM : .....

ADRESSE :  
.....  
.....

Mail : .....

Tel/Fax : .....

Je désire m'inscrire au raid ou séjour suivant .....

Dates du séjour : ..... Tarif : .....

ACOMPTE 150 €: .....LE.....

Je réserve\* :

une paire de raquettes OUI - NON

*\* rayer la mention inutile*

une paire de bâtons OUI - NON

*Location en sus du prix du séjour*

un DVA OUI - NON

matériel de ski : .....

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 % 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) afférent 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**

site : dominiquechabal.com

mail : contact@dominiquechabal.com

## LISTE INDICATIVE DE MATERIEL ET EFFETS PRECONISES pour RAIDS ou **SEJOURS** en ski de fond ou **RAQUETTES**

- \* Un sac à dos par personne d'une contenance de 25 à 35 litres minimum doublé d'un sac poubelle à l'intérieur. ***Il vaut mieux un sac un peu grand même pour des sorties à la journée faciles car il doit contenir l'anorak chaud que l'on enfle seulement à la pause, la bouteille thermos, le pique-nique et les gants de rechange.***
- \* pour marcher autour de l'hôtel ou des gîtes : chaussures de randonnée étanches ou bottes à neige. Attention les rues du village sont enneigées ! Et des chaussons ou ballerines pour l'intérieur.
- \* Un pantalon souple et chaud. Evitez les jeans ou les combinaisons de ski trop chaudes et inadaptées
- \* Un collant de laine (genre collant de gym) si le pantalon de ski n'est pas assez chaud.
- \* Eventuellement un surpantalon léger et étanche.
- \* 2 ou 3 sous-vêtements techniques légers à manches longues (chez Ice Breaker Mérino, Odlo, Millet, Salomon, Damart, Solfin laine et soie, mérinos etc...). ***Evitez le coton glacial une fois mouillé.***
- \* Un pull fin (cashmere ou laine et soie ou mérinos) + un pull épais ou deux pulls fins en micro fibre polaire. Ou encore une chemise chaude (laine) à manches longues + une doudoune sans manches. Vous devez pouvoir enlever et mettre des couches facilement au gré des changements de température extérieure mais aussi intérieure donc personnel. A vous de choisir la formule qui vous convient le mieux !
- \* Un anorak ou une veste de montagne (***attention le K-Way est insuffisant***). Ou mieux : une veste coupe-vent (genre gore-tex) + une veste en duvet ***légère*** et chaude.
- \* Un bonnet ***couvrant les oreilles*** (+un bob au printemps) et un foulard léger (la soie est idéale).
- \* deux ou trois paires de chaussettes de montagne en laine + une paire de chaussettes de laine fine.
- \* ***deux paires de gants ne serrant pas les mains et une paire de moufles chaudes.***
- \* Une paire de lunettes de glaciers + une paire de lunettes de vue de rechange si vous en portez
- \* Crème solaire écran total (visage et lèvres).
- \* Une paire de guêtres
- \* une gourde d'un litre au moins (***éventuellement isotherme ou thermos***), un canif et une boîte plastique pour le pique-nique de midi (salades)
- \* médicaments personnels, double peau pour les ampoules, 1,50 m d'élastoplaste, une paire de lacets.
- \* un draps sac ou « sac à viande » pour la nuit en refuge. Le duvet est inutile, il y a des couettes.

**Et pour votre confort au gîte, à l'auberge à l'hôtel ou au refuge le soir :**

- \* Tenue décontractée, douillette et chaude...mais pas de soucis c'est bien chauffé !
- \* Une paire de chaussons légers ou chaussures confortables d'intérieur
- \* Une lampe de poche.
- \* Une trousse de toilette et du linge de toilette
- \* Vos instruments de musique et autres spécialités que vous aimez partager. *Et pourquoi pas ? Une petite fiole de votre boisson préférée ou autre gâterie de votre pays, histoire de partager ce qui est bon !*

L'encadrement fournit : sa bonne humeur personnelle, cartes, boussole, matériel technique, pharmacie de base, radio pour les secours.

***Vous pouvez louer sur place : matériel de ski ou raquettes. Réservation nécessaire à l'inscription en précisant votre taille et votre pointure. Vous pourrez acheter sur place du matériel technique, nous vous conseillerons avec plaisir.***

# 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. La location de matériel le cas échéant se paie à part, à votre arrivée.

### 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 . Elle coûte 3,9 % du prix du séjour tout compris. En sus.**

**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](mailto:contact@dominiquechabal.com)**

**Site : [dominiquechabal.com](http://dominiquechabal.com)**