

Dominique CHABAL
6 allée des groseilliers-Saint Blaise
BRIANCON 05 100
tel:/fax : 04 92 21 12 60
e-mail : contact@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 2021

Club M-F. Hurtaut/ J-C. Hamoneau

(fiche technique définitive tenant lieu de contrat)

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 : une nuit en auberge d'altitude très confortable et accessible en véhicule pour profiter d'un site exceptionnel en bord de Clarée.

DATES : du dimanche 12 septembre au repas du soir au vendredi 17 septembre 2021 vers 15h00.

NIVEAU : moyens marcheurs, randonnées de 4h00 à 4h30, dén. 450 à 550m, + variantes facultatives .

Les randonnées s'effectuent sur du terrain de montagne c'est à dire de bons sentiers confortables...mais tout de même des montées et des descentes et quelques cailloux !! Altitude moyenne de 1600 à 2200m.

Le rythme sera tranquille laissant une large place à la découverte. Nous marcherons 4h00 à 4h30 maximum à un rythme lent mais régulier avec de petites pauses. Une grande pause est prévue pour le pique-nique et l'incontournable sieste au bord des lacs. Donc, même si vous n'êtes pas montagnard(e) dans l'âme, vous êtes bienvenu(e) sur le séjour. Afin que vous puissiez en profiter pleinement, nous vous conseillons un minimum d'entraînement avant votre départ : effectuer vos petits déplacements quotidiens à pied, y compris monter vos escaliers, marcher à bonne allure dans un parc une à deux fois par semaine, nager si cela vous est possible ou tout autre pratique sollicitant un minimum l'activité cardio respiratoire. **Pendant tout le séjour, vous ne porterez que vos affaires de la journée dans votre sac à dos.**

HEBERGEMENT proposé de J1 à J6 après le petit déjeuner.

J1 à J4 : **chambres d'hôtes** à Plampinet (3km de Névache), **groupe de 8 personnes** réparties en 1 chambre de 40m² pour 4 personnes avec salle de bains et WC et 2 chambres de 2 avec SdB et WC . Un salon avec un excellent canapé lit est à disposition pour une 9ème personne le cas échéant.

J5 : refuge de montagne tout confort, accessible par la route (donc pas de portage de sac pour le soir). Nous y serons accueillis suivant le protocole sanitaire en vigueur pour limiter la propagation du virus Covid 19 à savoir : dortoir réservé à notre groupe, distanciation dans le refuge, désinfection quotidienne des parties communes et de la literie. Prévoir un duvet léger pour ce soir-là, les couettes ayant été supprimées depuis l'été dernier. Vous pouvez visiter le refuge sur : refugelaval.com.

Attention : afin de ne pas interférer sur l'organisation, aucune inscription ou demande de votre part ne sera prise en compte directement par les hébergements qui ne sont pas en charge du planning de ce séjour. Merci de contacter l'organisatrice du séjour Dominique CHABAL à contact@dominiquechabal.com pour toute demande concernant l'hébergement. Merci de votre compréhension.

RANDONNEES à NEVACHE - Vallée de la CLAREE

De lacs en torrent 2021

(fiche définitive tenant lieu de contrat)

ENCADREMENT : accompagnatrice (teurs) en montagne diplômée(s) d'état 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, Bardonnecchia, col de l'Echelle ou du Montgenèvre. Plampinet se situe dans la vallée de la Clarée, 4 km avant d'arriver au village de Névache.

DEROULEMENT :

J1 dim 12 sept : accueil à Plampinet à partir de 18h30, chambres d'hôtes D'Anavo, maison montagnarde de caractère à l'entrée du village. Accueil, Installation, repas du soir. **nuit à Plampinet**

J2 lundi 13 sept : **plateau des Thures (2105m) et lac Chavillon**. Montée dans une très belle forêt de pins méditerranéens permettant d'accéder en Italie par le chemin des bergers. Nous traversons ensuite 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.

Dén. 480m (+80m de variantes facultative)

nuit à Plampinet

J3 mardi 14 sept : le refuge Ricou est dominé par le Pic du lac Blanc (2950m) sur le versant sud de la vallée, et une spectaculaire série de lacs d'altitude, vestiges et témoins des glaciers qui recouvraient les Alpes en des temps reculés. Vue splendide sur les Cerces et le massif des Ecrins dès le premier lac (Laramon). Possibilités de variante jusqu'au lac du Serpent ou des Gardioles.

Dén : 500m (+90m à 200m variantes facultatives)

nuit à Plampinet

J4 mercredi 15 sept : **la vallée Etroite** fait partie de la commune de Névache mais elle offre un paysage tout autre et une ambiance très italienne. De majestueuses parois calcaires et le Mont Thabor (3200m) abritent un torrent impétueux que nous longerons jusqu'au fameux lac Vert. Plus haut, après les vestiges d'une ancienne mine de fer, au pied d'une immense cascade, 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 + ou - 5h30 de marche

nuit à Plampinet

J5 jeudi 16 septembre : départ de Fontcouverte (cascade) vers le **vallon et le refuge du Chardonnet**. Marmottes, fleurs, petits lacs glaciaires, chalets d'alpages, le lieu est paradisiaque et offre de quoi s'emplir les yeux et le coeur. Pour les amateurs, la randonnée peut se poursuivre jusqu'au col du Chardonnet (2670m) d'où la vue sur le massif des Ecrins est magnifique. En fin de randonnée nous rejoindrons nos véhicules pour nous rendre au refuge Laval à 5km de là. C'est le dernier hameau de la vallée situé à 2000m d'altitude au coeur du massif des Cerces. Ce site exceptionnel est un véritable enchantement

Dén : 370m jusqu'au ref. du Chardonnet, 780m jusqu'au col du même nom.

nuit à Laval

J6 : Nous démarrons tranquillement à pied, dans le calme du matin en direction du lac Long. Si le coeur vous en dit, nous pourrions pousser jusqu'au lac Rond et revenir par les Drayères, un très beau circuit facile pour clôturer notre semaine de rando vers 15h00/15h30. Fin de séjour.

Dén : 380m (+100m de variantes facultative)

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, 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 en Clarée, de lacs en torrents 2021

Club M-F. Hurtaut/ J-C. Hamoneau

(fiche définitive tenant lieu de contrat)

Tarif du séjour tout compris 595€/pers./séjour à partir de 7 participants

en chambres d'hôtes de 4 et de 2 personnes et une nuit en refuge très confortable (accessible en véhicule) comme décrit au § hébergement. Séjour limité à 8/9 participants, donc l'hébergement est privatisée pour notre groupe.

Supplément : +30€/pers pour un groupe de 5 à 6 participants.

Ces tarifs comprennent

- * l'hébergement en **pension complète** de J1 au repas du soir à J6 après le pique-nique de midi dans les conditions stipulées au § « hébergement » soit 4 nuits en chambre d'hôtes et une nuit en refuge gardé.
- * la taxe de séjour obligatoire
- * l'encadrement de J1 à J6 par un(e) accompagnateur(trice) en montagne diplômée d'état 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

Ces tarifs ne comprennent pas

- * les boissons et toute autre dépense personnelle.
- * **tout transport** pour aller sur les départs de randonnée (voitures personnelles + mon véhicule, navettes locales)
- * les prestations de **visites patrimoine**, toute animation non prévue au programme.
- * **l'assurance rapatriement et secours en montagne**. Merci de fournir à l'inscription, une photocopie de votre attestation d'assurance. Vérifiez que celle-ci vous couvre dans toute la zone Europe pour le secours en montagne. A défaut nous pouvons vous en procurer une, contactez-nous.
- * **l'assurance annulation (facultative)** : +3,9% du prix du séjour. Merci de nous en faire la demande avant toute inscription si vous êtes intéressé(e).

ACOMPTE : 200€/pers. à l'ordre de votre club de randonnée accompagné du bulletin d'inscription daté et signé.

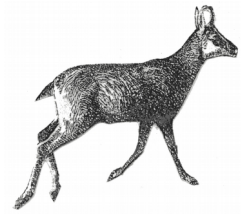
Un acompte de 650€ sera demandé au club à la mi-août par l'organisatrice Dominique CHABAL. (chèque au nom de Dominique CHABAL ou virement bancaire

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 (par chèque, par virement ou éventuellement à votre arrivée en espèces).

Si, entre ce moment là et le début du séjour, celui-ci **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 l'acompte. Pour tout autre motif, ce sont les conditions générales du séjour qui seront appliquées (voir page 6 de cette fiche technique)

Attention : si vous prenez l'assurance annulation (3,9 % du prix total du séjour), **le solde devra être réglé en totalité au plus tard un mois avant le début du séjour** afin que vous puissiez bénéficier de l'assurance le cas échéant.

BULLETIN D' INSCRIPTION
Clarée de lacs en torrents 2021
club MF. Hurtaut/JC Hamoneau



NOM :
PRENOM :
ADRESSE :
.....
Tel :

Adresse mail :

Je désire m'inscrire au raid ou séjour suivant :

Dates du séjour : Tarif :

ACOMPTE 200 €: LE

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

- | | |
|---|-----------|
| 1) je réserve une chambre avec lit de couple (« matrimoniale ») | OUI-NON * |
| 2) je réserve une chambre de 2 à 4 pers. à lits séparés | OUI-NON * |

Pour faciliter l'organisation, merci de préciser le nom de la (des) personnes qui partagent votre chambre :
.....

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 prix total du séjour). Dans ce cas le séjour sera soldé un mois avant le début.

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 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 6
e-mail : contact@dominiquechabal.com
Site : dominiquechabal.com

LISTE de MATERIEL PRECONISE

Séjour « en étoile »

(séjours de 4 à 6 nuits en chambres d'hôtes, gîtes ou hôtel)

Le « contenant » : sac à dos 25 à 30 l pour porter vos affaires de la journée (pique-nique, boisson, vêtements chauds, cape de pluie). Pour l'étanchéité, il peut être doublé à l'intérieur d'un sac poubelle de la grandeur du sac. **Pas de sac plus petits** que 25/30 litres 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.**

* 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 plutôt 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 ou des guêtres

* 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 pour le pique-nique + **gourde d'un litre au moins.**

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

* un duvet léger pour le refuge ainsi qu'une petite serviette de toilette uniquement pour ce soir-là.

* 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.

Pour les séjours en gîte ou refuges **uniquement** : linge de toilette sauf précision contraire.

A propos du pique-nique : suivant le séjour choisi il est : soit fourni chaque jour par l'hébergement, soit préparé par l'accompagnatrice, soit acheté par vous-mêmes dans les commerces locaux. Cette précision vous est donnée dans la fiche technique du séjour. Prévoyez un sac en toile pour le transport de vos victuailles ou une boîte spéciale. Evitez, autant que faire se peut, les sacs en plastique en utilisant des contenants réutilisables, merci pour la Planète !

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

Site : dominiquechabal.com