

Dominique CHABAL

6 allée des Groseilliers - Saint Blaise

05100 BRIANCON

Tel : 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

Les Vallons de la CLAREE 2022

Randonnées en raquettes, hôtel + un gîte**

(7 jours, 6 nuits, 6 randos)

LIEU véritable joyau des Hautes-Alpes, la **vallée de la Clarée** et son village de **Névache** (21 km au nord de Briançon) vous accueillent pour un séjour tout en beauté et en douceur à la découverte d'un site désormais classé et protégé. Vallons suspendus, grands espaces enneigés débouchant sur des cols au panorama époustouflant, chapelet de hameaux d'estive nichés au cœur de l'hiver et baignés de lumière, voilà les vrais terrains sauvages de la raquette à neige ! Chaque jour une balade inoubliable au départ d'un confortable hôtel** en vallée (spa, sauna, bain norvégien dans l'hôtel). Une dernière nuit en gîte-refuge d'altitude pour couronner le séjour et profiter des étoiles tout là-haut ! (sacs légers)

DATES : du dimanche 20 mars au repas du soir au samedi 26 mars vers 10h30/11h00
toute autre date sur demande

NIVEAU : moyens à bons marcheurs habitués aux randonnées à pied (ou en raquettes) de 4h30 à 5h00. Sac à dos léger (vêtement chaud + pique-nique et boisson, le repas de midi pouvant être pris en refuge ou à l'hôtel en cas d'intempéries). La technique de marche à raquettes est facile, il suffit de... savoir marcher. Cependant nous sommes en montagne avec de l'altitude et quelques montées et descentes. Nous en tiendrons compte dans les rythmes de marche qui seront doux et respectueux de chacun-e.

ENCADREMENT : accompagnateur (trice) en montagne diplômé(e) d'état, titulaire d'une qualification spéciale pour la raquette et connaissant parfaitement la région en hiver comme en été. La moyenne montagne enneigée est un univers particulier qui requiert expérience et connaissances spécifiques. La présence d'un(e) encadrant(e) expérimenté(e), **spécialiste du milieu hivernal** vous permettra de vivre ce séjour en toute tranquillité.

HEBERGEMENT

J1 à J6 au matin (5 nuits) : Hôtel** de montagne au coeur du village de Névache, cuisine familiale bien adaptée aux activités sportives, espace remise en forme (en sus), coin salon, salle de jeux, ambiance conviviale. **Chambres à 2** avec salle de bains +WC ou suite comprenant 2 ch de 2 personnes (2x2) avec une salle de bains/WC pour les 2 chambres (un peu moins cher !). Single sur demande avec supplément dans la limite des disponibilités .

J6 au soir (1 nuit) : chalet-refuge d'altitude, tout confort, très bien équipé, chauffé, sanitaires avec eau chaude, petits dortoirs, couettes. Le gardien du gîte nous prépare le repas du soir et le petit déjeuner. Sac à dos léger, le reste de vos bagages restera à l'hôtel dans une bagagerie gardée jusqu'à notre retour le lendemain matin.

LES VALLONS DE LA CLARÉE EN RAQUETTES 2022

PROGRAMME sur 7 jours, 6 nuits, 6 randos

J1 : accueil en gare de Briançon à partir de 18h00 ou directement à Névache à 18h30 à l'hôtel (précisions à l'inscription). Installation, matériel, présentation de la semaine, repas.

nuît à Névache

J2 : balades de mise en jambes en deux demies journées, raquettes au pied au départ de l'hôtel à la découverte des recoins secrets de la vallée (**les Arras et Plampinet**) : village de Névache en tenue hivernale (architecture de montagne) ou combes sauvages au-dessus du village (chevreuils, chamois, faune d'hiver). Repas de midi à l'hôtel pour ce premier jour.

dén. 200m à 350m maxi, 8 à 10km, 4h00 à 4h30

nuît à Névache

J3 : départ par les « chemins de traverse » vers la Haute Vallée, l'un des domaines les plus préservés des Alpes. Nous irons de chalets d'alpage en forêts de mélèzes jusqu'au hameau de Fontcouverte. Le parcours le long du torrent de la Clarée est un véritable enchantement.

dén. 250 à 300m, 12 km, 4h30 à 5h00

nuît à Névache

J4 : le col de l'Echelle est une belle randonnée facile. On chausse à la porte de l'hôtel. Chamois et parfois traces de loups peuplent ce vallon qui est une voie de passage connue vers l'Italie. Suivant la motivation du groupe, cette randonnée peut occuper toute la journée ou seulement la demie-journée permettant l'après-midi de profiter de l'espace bien-être de l'hôtel (spa, sauna, bain norvégien en extérieur, hammam) ou de la station thermale de Monêtier et ses eaux chaudes naturelles minéralisées (tarif et déplacements en sus du tarif du séjour). Patrimoine possible : Monêtier, Briançon ou Névache

dén. : 200m, 6 à 8 km avec variantes supplémentaires possibles

nuît à Névache

J5 : le plateau des Thures ou le Granon (court déplacement). Nous vous proposerons la randonnée la plus adaptée au niveau et à la motivation du groupe en tenant compte des conditions de neige et de la météo. Quel que soit le choix, vous serez en montagne dans de magnifiques vallons avec des panoramas exceptionnels et très ouverts.

dén : 500 à 650 m, 5h00 à 5h30

nuît à Névache

J6 : vallon de Buffère où nous irons passer la nuit. Belle montée le long des cascades gelées de la Clarée et une forêt de mélèzes où la neige reste poudreuse très longtemps. Magnifique coup d'œil sur la vallée. Le hameau de Buffère avec son refuge accueillant dominé par de hauts sommets nous propulse dans un autre monde ! Nous arrivons au refuge en début d'après-midi. Variante supplémentaire dans le haut du vallon pour les insatiables ou repos au coin du feu ou de la terrasse pour les...contemplatifs

dén : 450m, 4h30 (+ variantes facultatives)

nuît à Buffère

J7 : retour par des itinéraires de notre crû jusqu'à Névache où vous retrouvez vos bagages. Fin de séjour vers 10h30 du matin. Transfert à Briançon pour l'horaire de votre train. Si horaire de train tardif, je peux prévoir un encadrement jusqu'en début d'après-midi (repas de midi à votre charge) avant le retour à la gare en fin de journée. A voir sur place ensemble !

L'organisation se réserve le droit de modifier le programme annoncé quelle qu'en soit la cause (météo, niveau des participants) dans un souci de qualité du séjour et de sécurité des participants. Dans tous les cas, l'accompagnateur reste le seul juge des décisions à prendre concernant l'itinéraire en fonction de la météo et des conditions nivologiques.

ACCES : Briançon - Gare SNCF puis navette pour monter à Névache (à réserver à www.05voyageurs). Il est possible de vous récupérer à la gare de Briançon à 18h00. M'en informer à l'inscription. Pour le trajet retour Névache-Briançon, nous pourrions faire la réservation de la navette directement via l'hôtel en cours de séjour avec un horaire en fonction de votre train retour.

En voiture prendre direction Montgenèvre puis Vallée de la Clarée. L'hôtel** se situe à Névache, dans l'un des hameaux (précisions au moment de votre inscription).

LES VALLONS DE LA CLAREE 2022

EN RAQUETTES (7jours, 6 nuits, 6 randos)

TARIF GLOBAL : 755 €/pers./séj. en ch. de 2
740 €/pers./séj. en ch à 2x2, salle de bains partagée

Tarif sur la base de 7 participants minimum. De 5 à 6 participants, le séjour sera maintenu avec un supplément de 25€/pers./séjour. Nous consulter pour un engagement de 1 ou 2 personnes.

Si l'accès au chalet-refuge n'est pas possible pour la nuit de J6 et J7 nous resterons à l'hôtel à Névache. Supplément:17€/pers.

Ce tarif comprend :

- * l'hébergement en pension complète de J1 au petit déjeuner à J7 après le petit déjeuner en hôtel**et une nuit en gîte d'altitude comme décrit au § hébergements. Les repas de midi sont des piques-niques. En cas d'intempéries possibilité de pique-niquer à l'intérieur d'un chalet ou repas de midi à l'hôtel.
- * l'encadrement sur cette durée par un(e) accompagnateur (trice) en montagne diplômée d'état pour la randonnée hivernale (6 randonnées)
- * les frais de préparation, de pension et de déplacement de l'encadrant.
- * la taxe de séjour obligatoire

Ce tarif ne comprend pas :

- * les dépenses personnelles, le vin à table et toute autre boisson.
- * le supplément chambre single J1 à J5 dans la limite des disponibilités 180€/pers/5 nuits. **Nous contacter à :** contact@dominiquechabal.com avant toute inscription pour connaître les disponibilités.
- * tout transport non prévu dans la fiche technique (par ex. inhérent à un manque de neige)
- * le transport pour accéder de votre domicile au lieu de RDV le premier jour.
- * la location des raquettes et du matériel de sécurité obligatoire (DVA). Location possible sur place avec réservation à l'inscription. A titre indicatif ; raquettes+bâtons à partir de 10€/jour, DVA + kit sécurité à partir de 13€/jour (tarifs dégressifs pour la semaine).
- * l'assurance facultative frais de secours en montagne et rapatriement (22€ valable hiver et été 2022). Sinon, nous fournir à l'inscription l'attestation de votre propre assurance (privée ou celle d'un club ou association)
- * L'assurance annulation facultative = 3,9 % du prix du séjour.

NB : ces assurances sont facultatives. Cependant si vous souhaitez les prendre n'hésitez pas à nous contacter Auparavant regardez bien vos propres contrats, en général vous êtes largement assurés sauf pour l'annulation d'un séjour.

- * l'accès aux Bains de Monêtier ou à l'espace remise en forme de l'hôtel (facultatif)

ACOMPTE : 200€/pers. par chèque à l'ordre de Dominique CHABAL, Fugues en Montagne ou par virement bancaire (voir intitulé à la page « conditions générales » ci dessous)

SOLDE : un mois avant le début du séjour par chèque, espèces ou virement bancaire. Attention pas de carte bancaire ou carte bleue, je ne suis pas équipée sur place pour ce type de règlement , merci de votre compréhension. Une facture du total de votre séjour vous sera remise à l'encaissement.

Ci-dessous : la liste de matériel préconisé, le bulletin individuel d'inscription, les conditions générales

LISTE INDICATIVE DE MATERIEL ET EFFETS PRECONISES POUR (LES 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 enfile 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. A éviter : jeans ou combinaisons de ski trop chaudes
- * Un collant de laine (genre collant de gym) si le pantalon de ski n'est pas assez chaud.
- * Eventuellement un surpantalon léger et étanche.
- * deux ou trois sous-vêtements techniques légers à manches longues (chez Ice Breaker Mérino, Odlo, Millet, Salomon, Damart, Solfinlaine et soie, mérinos etc...). *Evitez le coton qui est glacial une fois mouillé.*
- * 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.*
- * Un pull fin et un pull épais ou deux pulls fins en micro fibre polaire. Ou encore un pull de laine fin et une chemise chaude (laine) à manches longues. OU pulls cashmire ou laine et soie
- * Un bonnet *couvrant les oreilles* (+un bob au printemps) et un foulard léger (la soie est idéale).
- * Un anorak ou une veste de montagne *(attention le K-Way est insuffisant).*
Ou mieux : une veste coupe-vent (genre gore-tex) + une doudoune légère et chaude.
- * Une paire de lunettes de glaciers + une paire de lunettes de vue de rechange
- * Crème solaire écran total (visage et lèvres).
- * Une paire de guêtres (des sacs en plastique font l'affaire)
- * 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, des lacets.
- * un duvet léger et compressible ou « sac à viande » chaud pour la nuit en gîte d'altitude. Si les conditions sanitaires changent seul le drap sac léger sera demandé. Nous vous informerons avant le début du séjour.

Et pour votre confort au gîte ou en hôtel 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 (facultatif)
- * Une trousse de toilette + un petit linge de toilette pour le refuge (un carré 30 cmx30cm et un gant suffisent)
- * Vos instruments de musique et autres spécialités que vous aimez partager. *Et aussi pourquoi pas ? Une petite fiole de votre boisson préférée ou autre gâterie de votre cru ou 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 aussi acheter sur place du matériel ou des vêtements techniques, nous vous conseillerons avec plaisir.

BULLETIN D' INSCRIPTION

Raquettes VALLONS de la CLAREE 2022

7jours, 6 nuits, 6 randos



NOM :

PRENOM :

ADRESSE :

.....
.....

Mail :

Tel/ :

Je désire m'inscrire au raid ou séjour suivant

Dates du séjour : Tarif :

ACOMPTE 200 € : 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, kit sécurité OUI - NON

Une chambre single à supplément (suivant disponibilité) OUI - NON

Une chambre à deux (précisez avec qui vous partagez la chambre) OUI - NON

Une suite à 2x2 personnes OUI - NON

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 pour la partie « hébergement » du séjour (3,9 % du prix de l'hébergement).

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

CONDITIONS GENERALES 2022

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 préciserons 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