

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

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

Sophrologue

QUEYRAS, Panorama Viso 2022

3 jours en étoile et 3 jours itinérants

LIEU : le Queyras est un pays d'exception réputé pour ses espaces naturels, ses traditions, son calme et une authenticité surprenante. Tout à fait à l'est, aux confins du pays, il est dominé par le Mont Viso (3900m). Ce géant de pierres vertes venues du fond d'un océan aujourd'hui disparu apporte une dimension mystérieuse et grandiose au randonneur à pied. Par des itinéraires sauvages, variés, nous irons à la découverte des mille secrets de ces montagnes dont nous connaissons chaque détour. Vous serez surpris par la beauté et l'ambiance particulière du versant transalpin avec sa romantique « nebbia » (brume légère de vallée) qui plane parfois sur les lacs d'altitude au passage des grands cols ! Marmottes, bouquetins, faune endémique (comme la salamandre de Lanza qui n'existe nulle part ailleurs sur Terre !) nous attendent là-haut ainsi qu'une flore riche et l'accueil toujours souriant de nos amis, gardiens de refuges.

DATES : 24 au 29 Juillet 2022 et toute date sur demande en individuel ou groupes constitués de 2 à 12 maxi, durée au choix (de 3 à 6 jours), tarif étudié. Nous contacter : contact@dominiquechabal.com
Programme proposé dans cette fiche : 3 jours en étoile et 2j en itinérance soit 6 jours, 5 nuits, 5 randos dont 2 en Italie, hébergements en gîtes et refuges de bon confort.

NIVEAU : moyens à bons marcheurs 600 à + ou - 950 m de dénivelé par jour (5h00 à 6h30 de marche). Quelle que soit la longueur des étapes, les randonnées sont menées à un **rythme tranquille** permettant la découverte et la contemplation des sites traversés. Possibilités de **variantes facultatives** pour les insatiables ! Altitude moyenne des randonnées comprise entre 1700 et 2950m sans difficulté technique.
Sacs à dos légers pour la journée de J1 à J4 au matin. Pour J5 et J6, vous ne rajouterez qu'un change pour le soir et un sac à viande à votre sac à dos habituel. Le reste de vos bagages restera en lieu sûr au gîte de l'Echalp pour ces deux jours.

HEBERGEMENT : gîtes d'étape J1 à J4 de très bon confort en chambres de quatre à cinq personnes (deux suivant disponibilité et avec supplément). J5 et J6 gîtes de montagne, confortables, ambiance italienne en fin de séjour. Accueil convivial, cuisine familiale, sanitaires et douches. Pour les séjours « à la carte », hébergement privatif possible dans le Queyras. . Donc « en étoile » avec aménagement du programme.

ENCADREMENT : accompagnatrice (teur) en montagne diplômée d'état, connaissant parfaitement la région (un encadrant pour dix personnes maximum).

ACCES SNCF : gare d'Eygliers (anciennement Montdauphin Guillestre) puis navette devant la gare direction vallées du Queyras. Renseignements : www.05voyageurs.com. Nous pouvons aussi vous accueillir à la gare **J1** à partir de 17h30. Nous contacter à l'inscription.

Voiture : depuis Grenoble, col du Lautaret, Briançon, Guillestre ou Tunnel du Fréjus, col de l'Echelle, Briançon, Guillestre ou
par le Sud : col de Lus la Croix Haute, Gap, Guillestre puis GPS. Attention parking obligatoire dans le bas de Saint Véran, le 2ème à droite en arrivant. Accès à pied au gîte.

QUEYRAS, Panorama Viso 2022

3 jours en étoile et 2 jours itinérants

DEROULEMENT

J1 : accueil à partir de 18h00 soit à Saint Véran soit au **gîte des Gabelous ou de Gaudissard à Molines** (ou équivalent) au cœur des villages. Attention parking obligatoire dans le bas de Saint Véran, le 2ème à droite en arrivant. Puis accès à pied

nuite en gîte à St Véran ou Molines (2000m)

J2 : au départ de la Chalp, par un très beau chemin en forêt de mélèzes, nous atteignons la chapelle Saint Simon, lieu de pèlerinage traditionnel puis les alpages fleuris du col **des Prés de Fromage** où paissent des vaches laitières. Le sommet Bûcher (2254m) domine ces lieux bucoliques et nous offre un panorama sur le massif glaciaire des Ecrins, la vallée du Guil, L'Aigues Blanche et le Mont Viso. Cette balade facile permet aussi la mise en jambe et l'acclimatation à l'altitude.

Dén. : montée et descente 600m, 5h00 à 5h30

nuite en gîte à Saint Véran ou Molines

J3 : depuis Saint Véran, court transfert jusqu'aux vestiges de l'ancienne mine de cuivre (2300m). Notre début de parcours se déroule de La Chapelle de Clausis au refuge de la Blanche, au milieu d'immenses alpages peu pentus où batifolent les marmottes. Puis le chemin s'élève vers **les lacs Blanchet** nichés sur d'anciens sites glaciaires à 2800m d'altitude. Ambiance « premier matin du monde » ! Nous revenons par le col de Saint Véran, toujours par de larges prairies faciles malgré la haute altitude. Variante possible (pour les amateurs) vers le Pic Caramantran (3000m), belvédère sur le Mont Viso.

Dén. : montée, descente 600m (variante possible + 250m), 6h00 *nuite en gîte à ST Véran ou Molines*

J4: depuis Saint Véran, la **Croix de Curlet** et le pic de Cascavelier constituent l'un des plus beaux belvédères sur la vallée de l'Aigue Blanche et Saint Véran. Il est possible de faire un circuit passant par la pointe des Marcelettes (2900m) avec vue Viso. En fin de journée, transfert au gîte d'Echalp au fond de la vallée du Guil, au pied du Mont Viso. Véhicules personnels ou co-voiturage (25km).

Dén. : montée, descente 730m (300m suivant variante) 5h30 à 6h00

nuite au gîte à L'Echalp

J5 : au départ à pied de l'Echalp (1650m) nous nous engageons dans un vallon secret qui nous permettra de rejoindre le riant Val Pellice en Italie en passant par le **col Nalbert** (2576m). Les échappées sur le Mont Viso sont spectaculaires et la flore en juillet, exceptionnelle. Notre fin de périple est un vrai dépaysement : nous irons à la découverte de magnifiques hameaux aux maisons de pierres, habités l'été par les familles d'alpagistes piémontais. C'est un vrai régal de voyager à pied dans cette ambiance pastorale jusqu'au refuge Jervis à 1750 d'altitude !

Dén. : montée 926m, descente 850m, 6h30

nuite au refuge Jervis en Italie

J6 : Notre retour vers la France passe par une très ancienne forêt de mélèzes et cembro où nous rencontrerons peut être la salamandre de Lanza endémique de cette région. Nous traversons le **Col Lacroix (2299m)** par un beau chemin entretenu de tous temps car il s'agit d'un itinéraire de pèlerinage protestant entre la France et l'Italie. Nous ne manquerons pas de vous conter cette incroyable épopée protestante à travers les Alpes. Au programme : un dernier coup d'oeil sur le Mont Viso, chamois et flore alpine notamment une magnifique étendue de Rhododendrons et une forêt peuplée de très anciens pins cembros. Fin de séjour à l'Echalp en milieu d'après-midi.

Dénivellation : montée 500m, descente 650m Horaire : 4h30 à 5h00

NB : les étapes 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 du groupe.

QUEYRAS, Panorama Viso 2022

3 jours en étoile et 2 jours itinérants

TARIF GLOBAL : 620€/pers. tout compris (6 j., 5 nuits, 5 randos) à partir de 6 participants de 3 à 5 participants le s séjour sera assuré avec un supplément de 35€/pers/séjour

Pour les séjours « à la carte » au conditions spéciales déconfinement (hébergements privés) : les tarifs seront étudiés au cas par cas suivant la durée et le nombre de participants. Nous consulter.

Ce tarif comprend :

- l'hébergement en pension complète J1 au repas du soir à J6 après le pique nique de midi dans les conditions stipulées au § « hébergement ». Pique-nique à midi. Taxes de séjour incluses.
- Le transfert prévu dans le programme J3.
- l'encadrement de J1 à J6 inclus, par une accompagnatrice (teur) diplômée, ainsi que sa pension ses frais de déplacement, frais de préparation et de réservation du séjour.

Ce tarif ne comprend pas :

- * les dépenses personnelles, le vin à table et les boissons
- * le supplément chambre à deux dans la mesure des disponibilités pour J1, J2, J3. (à partir de 30€/pers. suivant le gîte choisi)
- * l'assurance frais de recherche et secours en montagne. Merci de fournir une photocopie de votre attestation d'assurance avec votre bulletin d'inscription. Si vous ne possédez pas d'assurance couvrant ces garanties, nous pouvons vous en proposer une au tarif de 22€ par personne valable 2 saisons. Accès direct et renseignements en suivant le lien : <https://www.passeportmontagne.com/sassurer-en-ligne-en-3-clics/>

INSCRIPTION et REGLEMENT du SEJOUR à l'aide du présent bulletin, daté et signé accompagné :

- 1) d'un chèque d'acompte de 200 €/pers. à l'ordre de Dominique CHABAL
- 2) d'une attestation d'assurance secours rapatriement.

SOLDE : le jour de l'arrivée en chèque ou en espèces uniquement, nous ne sommes pas équipés pour les cartes bancaires (merci de votre compréhension) ou avant le début du séjour par virement (les coordonnées bancaires vous seront communiquées à réception de votre bulletin d'inscription).

Voir dans les trois pages suivantes :

- * bulletin d'inscription
- * liste de matériel préconisé
- * conditions générales.

Lisez bien jusqu'au bout !

"DOM 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

OPÉRATEUR DE VOYAGE N° : IM005120002

BULLETIN D' INSCRIPTION

Queyras, Panorama Viso été 2022



NOM :

PRENOM :

ADRESSE :

.....

.....

.....

Tel :

Adresse mail :

Je désire m'inscrire au raid ou séjour suivant :

.....

Dates du séjour : Tarif :

ACOMPTE 200 €: **LE**

OPTIONS : chambre à 2 avec supplément J1 à J3 OUI- NON (dans la mesure des disponibilités)

Afin de faciliter la répartition merci de préciser la personne avec laquelle vous partagez la 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 % 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 :

"DOM 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 + 1 nuit 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 :

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).

*** Une cape de pluie légère INDISPENSABLE ! (même si vous avez une veste coupe-vent)**

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

* **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 le refuge le dernier soir. Les draps ne sont pas fournis par le gîte ni le linge de toilette. Cependant nous pouvons vous dépanner en cas d'oubli ! Il y a des couettes et couvertures.

Pour la nuit en refuge d'altitude J5 :

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 contenant :

* 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 légères..

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'organisatrice Dominique CHABAL. 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** 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). En cas d'accident ou de maladie grave datant de moins de 2 ans, nous vous demandons de fournir un certificat médical d'aptitude à la randonnée en montagne telle que définie dans la fiche technique du séjour que vous avez choisi.

"DOM 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