

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
Opérateur de voyage n°IMM005120002

RAQUETTES à PUY ST VINCENT 2022

au pied du Glacier Blanc, Parc national des Ecrins

séjour en hôtel** (6j, 5 nuits)

LIEU : aux portes de la plus belle vallée d'accès au **Parc national des Ecrins** de typiques villages vous attendent : **Vallouise** (1 100m), **Puy Saint Vincent**, **Pelvoux**. Vous y trouverez une vie locale authentique et animée ainsi qu'un superbe patrimoine religieux et historique installés au cœur d'une nature généreuse. Dans ce grand massif sauvage cher à Samivel, la haute montagne omniprésente rythme les modes de vie des habitants et de leurs visiteurs au pied des prestigieux sommets glaciaires du massif des Ecrins, convoitise de tous les alpinistes du XIXème siècle à nos jours : la **Barre des Ecrins** (4 100m), le **Pelvoux** (3 900m), les **Bans** (3 670m), **Roche Faurio**. Nos randonnées en raquettes dans la neige vierge sont menées à un rythme tranquille. Elles vous donneront à contempler ces grandioses paysages dans la lumière légendaire des Alpes du Sud

DATES : du dim. 6 mars vers 18h30 au vendredi 11 mars vers 15h30/16h00. Toute autre date sur demande de février à avril.

NIVEAU : bons marcheurs habitués aux randonnées en montagne de 4h30 à 5h30 en raquettes ou à pied. **Dénivelés moyens** 450 à 600 m maxi en montée, altitude des randonnées de 1400m à 2200 m. Le retour vers 16h30/17h00 permet de profiter du soleil sur les terrasses, de l'espace spa/sauna de l'hôtel ou des richesses patrimoniales de la vallée. Le contenu du sac à dos est limité aux **affaires de la journée** (veste chaude, pique-nique, boisson) car nous retournons chaque soir au même hôtel. La région permet tout d'innombrables variantes de randonnées et nous laisse toute possibilité d'adaptation en cas de fatigue ou d'intempéries ou même des journées de repos complet à l'hôtel pour ceux qui le souhaitent.

HEBERGEMENT : **Confortable Hôtel **** logis de France au village de **Puy Saint Vincent** (1384m). Chambres de deux personnes tout confort et très calmes, WC, salle de bains, cuisine terroir, commerces à proximité, WIFI. Espace détente sauna, jacuzzi, hammam (en sus du tarif), Prévoyez un maillot de bain. Quelques chambres single disponibles avec supplément.

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 des connaissances et de l'expérience. La présence d'un accompagnateur (trice) expérimenté(e), **spécialiste du milieu hivernal** vous permettra de vivre ce séjour en toute tranquillité. Il vous sera toujours proposé le meilleur choix possible pour chaque journée en fonction **des conditions nivologiques**, de la météo et de votre forme physique.

ACCES : **Gare SNCF de l'Argentière les Ecrins** puis navettes régulières pour la vallée de Vallouise et Puy Saint Vincent. Renseignements compagnie RESALP <https://www.autocars-resalp.com> , 04 92 20 47 50.. En voiture : L'hôtel se trouve à Puy Saint Vincent **1400m** au niveau de l'ancien village de Puy Saint Romain (et non pas tout en haut à la station).

RAQUETTES à PUY ST VINCENT (2022)

DEROULEMENT

J1 : accueil à l'hôtel** au village de Puy Saint Vincent 1400m, à partir de 18h30. Installation, présentation du séjour, matériel. Repas du soir

NB : les coordonnées de l'hôtel vous seront communiquées avant le séjour. A utiliser uniquement pour une urgence pendant votre séjour. Merci de votre compréhension.

J2 : au départ de l'hôtel en raquettes, nous partons en exploration sur le plateau de Puy Saint Vincent : chapelles perchées, villages traditionnels, anciens canaux d'irrigation offrent une randonnée panoramique, lumineuse, au profil peu pentu et permet, sur cette première journée, une acclimatation en douceur à la montagne hivernale et à l'activité raquettes.

Dén. : environ 400 à 450m, 10 km, 4h30 de marche, variantes possibles plus longues ou plus courtes en cours de balade

J3 : au départ de l'hôtel, le vallon de **Narreyroux** est une belle randonnée en terrain sauvage, à l'écart de la station de ski de Puy Saint Vincent. Protégé du vent, il conserve longtemps une belle neige poudreuse. Nous y accédons par une magnifique forêt de mélèzes qui nous offre de belles échappées sur la vallée et les grands sommets du Montbrison à plus de 2800m. Un peu plus haut, des chalets d'alpages d'une belle architecture montagnarde témoignent de la vie pastorale de ces vallées avant le développement du tourisme.

Dén. : environ 600m, 5h00 de marche

J4 : nous nous déplaçons un peu (transfert 30mn) pour explorer la vallée de Freissinières, restée à l'écart du développement touristique jusqu'à ces dernières années...pour notre plus grand bonheur ! Le hameau de **Champcella**, niché sur un plateau dominant la vallée de la Durance, est entouré d'anciens champs, hameaux, dédale de clairières et de forêts de mélèzes qui sont les témoins d'une vie paysanne ancestrale. Raquettes aux pieds, nous explorons ces terrains vierges jusqu'à l'alpage de Tramouillon. La randonnée sera choisie en fonction des meilleures conditions de neige et de soleil ce jour-là pour accéder à de magnifiques points de vues. *Dén. : environ 500m à 600m, 4h30 à 5h00*

J5 : au départ de l'hôtel, un dernier grand circuit par monts et par vaux, vers le **col de la Pousterles** et le **plateau d'Oréac** (2088m). Ce parcours très panoramique nous permet de faire un tour d'horizon de tous les beaux sommets de la vallée notamment le Pelvoux et avec en prime, le coup d'œil sur la vallée de la Durance et celle du sauvage Fournel. *Dén. : environ 650 m, 5h30 à 6h00*

J6 : randonnée à Puy Aillaud face à de magnifiques parois dolomitiques. Les deux sites offrent des ambiances à la fois méditerranéennes et alpines suivant le versant que l'on emprunte. Pique-nique au soleil (du moins on l'espère mais ce n'est pas rare à cette époque). Un vrai beau tour panoramique pour clôturer cette semaine ! Fin de séjour vers 15h30/16h00 ou plus tôt si vous le souhaitez.

Dén. : environ 300 à 400m, 4h00

Tout au long de la semaine, au retour d'une randonnée il est possible de découvrir le patrimoine local village de Vallouise et des Vigneaux avec leurs églises, chapelles décorées de fresques et une architecture d'habitat montagnard très pittoresque

NB : l'organisation se réserve le droit de modifier ce programme quelle qu'en soit la cause (météo, niveau technique des participants, nivologie, conditions exceptionnelles liées au milieu visité, etc...) et l'accompagnateur-trice du séjour reste le seul juge des conditions extérieures qui peuvent l'amener à changer l'itinéraire à tout moment ou renoncer à une randonnée dans un souci de qualité du séjour et de sécurité.

RAQUETTES à PUY SAINT VINCENT

Séjour en hôtel** 2022

6 jours, 5 nuits, 5 randos

TARIF GLOBAL : 620€/pers./séjour en hôtel** en ch. de deux (6 j., 5 nuits, 5 randos)

Single avec supplément (135€/séjour) dans la limite des disponibilités (réservation à l'avance)

comprenant : * l'hébergement en **pension complète** de J1 à 18h30 à J6 après le pique-nique de midi en hôtel**, ch. de 2 comme décrit au § hébergements. Pique-nique à midi.

- l'encadrement de J1 à J6 par un(e) accompagnateur (trice) en montagne diplômé(e) d'état pour la randonnée hivernale en raquettes.
- Les frais de préparation, de pension et de déplacement de l'encadrant.

ne comprenant pas :

- * les dépenses personnelles, le vin à table et toute autre boisson.
- Les transferts locaux en cours de séjour et tout autre transport non prévu dans la fiche technique (par ex. inhérent à un manque de neige)
- le transport aller et retour de votre domicile au lieu de RDV, J1.
- Le supplément single (135€/pers./séjour)
- Les prestations de l'espace détente de l'hôtel
- la location du matériel de sécurité obligatoire (DVA, pelles, sondes). Location possible sur place avec réservation à l'inscription. Tarif : kit sécurité pour 4jours = 36€, raquettes 5jours = 30€. Je peux m'arranger pour louer à des collègues pour un tarif un peu plus bas.
- L'assurance frais de secours et recherche en montagne et rapatriement. Merci de fournir une attestation de votre assurance à l'inscription. Nous pouvons vous fournir cette prestation si vous le désirez.

ARRHES : à l'inscription 200€/pers. à l'ordre de Dominique CHABAL

SOLDE : un mois avant le début du séjour par chèque ou virement bancaire (coordonnées bancaires transmises à l'inscription)

Ci-dessous : Le bulletin individuel d'inscription
Les conditions générales
La liste de matériel préconisée

BULLETIN D' INSCRIPTION 2022

RAQUETTES à PUY ST VINCENT- ECRINS

6 jours, 5 nuits, 5 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 chambre à 2 en hôtel** OUI - NON

une Single en hôtel** dans la limite des dispo. OUI - NON

une paire de raquettes OUI - NON

une paire de bâtons OUI - NON

un kit de sécurité (DVA, pelle, sonde) OUI - NON

* rayer la mention inutile **Locations en sus du prix du séjour.*

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 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. **La fiche technique définitive du séjour et le bulletin d'inscription tiennent lieu de contrat.** Une assurance annulation ainsi qu'une assurance rapatriement, frais de secours en montagne peuvent vous être proposées sur demande

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 et à votre arrivée. Prévoir espèces ou chèque.

ANNULATION de séjour et ASSURANCE ANNULATION (facultative)

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

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 enfille 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, crocks 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.
 - * 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.
 - * une ou deux paires de gants légers 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 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.

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.
- * Une trousse de toilette et du linge de toilette
- * 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 ainsi que le kit de sécurité obligatoire. 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.