

RAID NORDIQUE EN VERCORS

Randonnée itinérante en ski
Hébergement en gîte d'étape et refuge
6 jours, 5 nuits



Au cœur du Parc Naturel Régional du Vercors, les Hauts Plateaux désertiques, à 1600m d'altitude moyenne, constituent la plus grande réserve naturelle en France : un enneigement exceptionnel, un des derniers véritables terrains d'aventures en France pour le ski nordique, plaisir absolu et cadre grandiose... Pour vous mettre en jambe, vous explorerez la très belle zone nordique du Vercors Central, attenante ; une région également restée très sauvage.

Une randonnée sauvage, hors traces, un cadre naturel « hyper » préservé, un relief de hauts plateaux et moyenne montagne, parfaitement adapté au ski nordique. Place au plaisir et à l'émerveillement : nous sommes là pour vous guider en toute sécurité. Une progression harmonieuse dans le déroulement de la semaine vous permettra de découvrir de vous perfectionner en ski nordique sans subir.

Vous passerez 3 nuits confortables, et deux nuits plus rustiques, dans des refuges non gardés mais réservés au groupe, dans des sites exceptionnels, sur la réserve naturelle. Vous transporterez alors vos affaires à l'aide de pulkas. Ces étapes en refuge resteront pour vous un souvenir et une expérience inoubliables, en-dehors de notre quotidien et particulièrement chaleureux.

PROGRAMME

Jour 01 : Col du Rousset - Vassieux en Vercors

Accueil au col du Rousset. Si vous n'êtes pas équipés en skis nordiques et chaussures adaptées, il est possible d'en louer au col du Rousset. Court transfert ensuite à Vassieux, un petit village à proximité des Hauts Plateaux du Vercors, à 8 km du col.
Nuit à Vassieux en hôtel ou en gîte confortable.

Jour 02 : Font d'Urle – Vassieux

Court transfert au col de la Chau, à 1310m d'altitude, d'où nous commençons notre randonnée de la journée en direction du plateau de Font d'Urle, un site hors du temps, un plateau lunaire, dominant la vaste forêt de Lente. Nous passerons sous les crêtes de la Gagère, jusqu'au col de Font Payanne (1410m), avant de redescendre à Vassieux, où nous passerons une 2^{ème} nuit.
Nuit à Vassieux en hôtel ou en gîte confortable.
Temps : 5h30 (rien à porter)

Jour 03 : Les crêtes de Vassieux et le col de Chironne – Rousset en Vercors.

Nous aborderons les crêtes de Vassieux, un itinéraire qui nous permettra de découvrir la beauté sauvage du Vercors sud. Le col et les crêtes de Chironne s'ouvrent sur le Diois, véritable barrière climatique, dégagant des espaces nordiques magnifiques, avant de descendre vers le col St Alexis puis le col du Rousset.
Temps : 5h30 (rien à porter).
Dîner et nuit en gîte d'étape à Rousset.

Jour 04 : Col du Rousset – Chaumailoux (Pas de l'Aiguille)

Court transfert au col du Rousset, au départ de la mythique traversée du Vercors, offrant des vues splendides sur les hauts-plateaux. L'itinéraire par le Pas des Econdus nous conduira jusqu'au Pas de l'Aiguille, dans un décor splendide (un des must de la randonnée nordique !), tirant nos pulkas sur un relief pas trop agité.
Temps : 5 à 6h selon les conditions, avec les pulkas.
Nuit à la Bergerie des Chaumailoux, refuge non gardé fermé, bien équipé et superbement situé, face au Mont Aiguille.

Jour 05 : Traversée du Pas de l'Aiguille au refuge de pré Grandu

Cette grande traversée passe par le col du Pison et nous conduit vers la bergerie de Pré Peyret, face à la Dent de Die. Traversée via la bergerie de la Grande Cabane, jusqu'au refuge ONF de Pré Grandu, à 1400m, situé en pleine solitude des Hauts Plateaux et bien aménagé. Là encore, nous nous installons, faisons le feu et faisons fondre la neige pour obtenir de l'eau, avant un dîner chaleureux.
Temps : 5 à 6h avec les pulkas.
Nuit au refuge ONF de Pré Grandu, refuge non gardé fermé, bien équipé.

Jour 06 : Pré Grandu – Rousset en Vercors

Nous regagnons tranquillement le hameau isolé de Rousset en Vercors.
Temps : 2h30 de ski avec les pulkas.
Dernier brunch tous ensemble au gîte, douches et fin du séjour vers 12h45.

*Nous pouvons parfois être amenés à modifier quelque peu l'itinéraire indiqué : soit au niveau de l'organisation (pb de surcharge des hébergements, dédoublement des groupes, modification de l'état du terrain ...), soit directement du fait du guide (météo, niveau du groupe).
Faites-nous confiance, ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et un meilleur confort.*

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Le Lundi à 15h00 au col du Rousset

Accès train : Gare de Die, puis :

Très facile au départ de la gare de Die (idem retour) ; le conseil départemental de la Drôme a mis en place un système pratique et avantageux de transport à la demande : du lundi au samedi, de 6h à 21h, vous pouvez commander un transport de / vers la gare de Die, vers / de une commune du Vercors Drôme. Prix par trajet : 5€ pour un trajet <= à 30km, 10€ entre 31 et 60km.

Rousset en Vercors et le Col du Rousset sont à peu près à la limite (28 et 33km) ; le trajet aller retour devrait vous coûter 15€ ; 20€ au pire !

Réservation obligatoire au moins 48h avant le trajet ; Office de Tourisme de La Chapelle-en-Vercors - 04 75 48 22 54

Pour tout renseignement, consulter : <http://www.vercors-drome.com/fr/comment-venir/>

Attention ! Informations et prix hiver 2014/2015 ; ceux-ci sont à vérifier !

Accès voiture :

Autoroute Lyon-Grenoble, sortie Veurey, puis direction Villard de Lans (par Sassenage)

Gorges de la Bourne, St Julien, St Martin, St Agnan, Rousset puis col du Rousset.

En Venant de Valence : direction Crest, Die, puis col du Rousset.

Si vous venez en voiture, vous pouvez laisser votre véhicule sur le parking de Rousset en Vercors.

DISPERSION

Le Samedi vers 12h30 à Rousset en Vercors

Hébergement avant ou après la randonnée :

Nous contacter.

NIVEAU

Niveau Technique 3 sur 4

Niveau Physique 3 sur 5

Bon skieur (ski de fond ou ski de randonnée). Une bonne condition physique est nécessaire. Il est nécessaire de maîtriser les freinages (chasse-neige et demi chasse-neige,). La distance varie de 15 et 20 km par jour, la plupart du temps hors piste, soit 5h à 6h possible de ski possible chaque jour.

FORMALITES

Carte d'identité ou passeport en cours de validité.

HEBERGEMENT

-2 nuits en gîte confortable ou hôtel à Vassieux, en chambre de 2 à 4 ou petit dortoir.

-1 nuit en gîte à Rousset en Vercors, en chambre de 2 à 4 ou petit dortoir.

-2 nuits en refuges non gardés, mais réservés et fermés sur les hauts plateaux (2 refuges différents : Bergerie de Chaumailoux et refuge ONF de Pré Grandu).

Dans ces refuges non gardés, rustiques, mais chaleureux, les toilettes sont à l'extérieur à Pré Grandu, dans la nature aux Chaumailoux, et il faut faire fondre la neige ou transporter de l'eau pour se faire à manger et éventuellement faire un brin de toilette ! Les lingettes sont aussi un bon compromis. La solidarité entre tous les membres du groupe est un gage de réussite de la

semaine. Au refuge de Pré Grandu, nous avons une réserve de nourriture de base que nous laissons tout l'hiver.

Nourriture : elle est adaptée au raid nordique.

Petit déjeuner et dîner servis chauds, pique-nique à midi, vivres de course.

Dans les gîtes, le groupe est en demi-pension ; dans les refuges, les dîners sont confectionnés par le groupe et le guide.

TRANSFERTS INTERNES

Comme mentionnés au programme.

PORTAGE DES BAGAGES

Vous n'avez rien à porter les J1, J2 et J3, à part votre pique-nique et les affaires de la journée.

Les J4, J5 et J6 matin, vous portez vos affaires dans des pulkas (luges scandinaves) prévues à cet effet et tirées par les participants ; 1 luge pour 2 personnes, à se passer alternativement. La pulka glisse sur la neige et demande moins d'efforts que de porter un sac à dos chargé. Vous portez également un sac à dos (30 litres maxi) dans lequel vous aurez vos affaires de la journée.

GROUPE

De 6 à 11 personnes

ENCADREMENT

Moniteur de Ski de Fond ou Guide de Haute Montagne diplômé d'Etat.

MATERIEL FOURNI

Pour ces randonnées en raquettes il vous sera fourni une paire de raquettes très performantes. Leur système de fixation s'adapte à tous les types de chaussures (si vous avez un doute appelez-nous). Pour compléter l'équipement nous vous proposons des bâtons de ski.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vêtements :

Les principes :

Pour le haut du corps, le principe des 3 couches permet de gérer quasiment toutes les situations :

- un sous-pull à manches longues en matière respirante (fibre creuse).
- une veste en fourrure polaire chaude.
- une veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex.

En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie, neige ou vent, il suffit de rajouter la veste imperméable. Par grands froids ou lors des pauses, la veste polaire est un complément indispensable.

Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc proscrire le coton. Préférez la laine, la soie et les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible.

Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud. La sueur est l'ennemi du randonneur à raquettes, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. Ainsi, il est très rare d'effectuer une ascension vêtu d'une veste polaire.

Eviter les anoraks et proscrire les combinaisons de ski, trop chauds et encombrants.

Pour transporter vos affaires

-Un sac à dos confortable de 30 à 40. litres pour porter sur votre dos. Les sacs pour les pulkas sont fournis par nous de façon à ce qu'ils soient adaptés aux pulkas. Vous emmenez un duvet et quelques affaires de rechange. Le poids des affaires personnelles dans les pulkas ne doit

pas dépasser 6kg par personne.

-Vous pouvez laisser des affaires au gîte de Rousset en Vercors et les retrouver le dernier jour.

Equipement de ski de fond

-Une tenue de randonneur hiver adaptée à la randonnée nordique :

-Une veste en fourrure polaire

-Sweet chaud (en polaire ou laine)

-Une veste Goretex

-Un pantalon souple mais chaud adapté à la pratique d'un sport de plein air en hiver.

Collants haut et bas : nous vous conseillons les sous-vêtements en laine, comme ceux de la marque Icebreaker : toujours chauds et (presque) sans odeur

-3 paires de chaussettes adaptées à la montagne en hiver

-Une paire de gants de ski de fond + une paire de moufles (obligatoire)

-Un bonnet chaud ou un passe-montagne

-Une paire de guêtres (facultatif)

Matériel de ski nordique

-Skis à écailles solides et glissants à carres (skis de randonnée nordique)

-Peaux de phoques, si vous en avez (sinon, nous vous les prêtons)

-Bâtons métalliques (sinon, gare à la casse), de type Zycral de préférence (légers et solides)

-Chaussures de ski de fond montantes, chaudes et imperméables adaptées aux skis de randonnée nordique.

-Nous vous prêtons une pulka pour 2 personnes, pour transporter vos affaires avec moins d'efforts les J 4, 5 et 6

Pour les repas pique-niques

-Bol, assiette ou boîte en plastique

-Couverts (cuillère, fourchette, couteau)

-Gourde thermos 1 litre (minimum) ou 2 litres

Contre le soleil

-Lunettes de soleil (type glacier) + masque de ski alpin (lunettes)

-Crème solaire (indice 30 minimum)

Après l'effort

-Vêtements de rechange et linge personnel séchant rapidement

-Linge et serviette de toilette, mouchoirs et papier toilette

-Une mini trousse de toilette

-Une mini pharmacie : médicaments personnels, Elastoplaste, biogaze ou "2^{ème} peau", gaze, désinfectant, arnica en granules et aspirine en cas de petits bobos, etc.

-Une lampe de poche ou une frontale

-Bougie, allumettes ou briquet

-Un duvet chaud mais pas trop volumineux (pensez que vous allez le porter) ; les 2 refuges sont chauffés par le poêle à bois, mais il peut faire frais au petit matin

DATES ET PRIX

Du Lundi au Samedi	Prix par personne
Du 25 au 30 Janvier 2016	635 €
Du 01 au 06 février 2016	635 €
Du 08 au 13 février 2016	635 €
Du 15 au 20 février 2016	635 €
Du 22 au 27 février 2016	635 €
Du 29 février au 05 mars 2016	635 €

Si vous êtes 5 personnes à réserver ensemble une date qui n'est pas programmée, et ce, avant la mi-décembre, et quoiqu'il en soit, à plus de 2 mois du départ, nous nous engageons à assurer le départ et à ouvrir cette nouvelle date auprès de nos clients ; valable évidemment si vous ne demandez pas de groupe fermé. Sous réserve de validation de notre part, concernant la disponibilité des hébergements.

LE PRIX COMPREND

- les frais d'organisation et l'encadrement
- la nourriture et l'hébergement en pension complèt
- les transferts internes,
- le prêt du matériel spécifique (pulkas, sacs étanches pour les pulkas, les peaux de phoques synthétiques)

LE PRIX NE COMPREND PAS

- les boissons et dépenses personnelles
- la location du matériel de ski
- le moyen de transport jusqu'au lieu de rendez vous
- l'équipement individuel
- l'assurance annulation - assistance - rapatriement, interruption de séjour 3.9%
- tout ce qui n'est pas mentionné dans le prix comprend

LOCATION DE SKIS

Possible au col du Rousset chez Algoud Sport au 04.75.48.25.03. Vous effectuez la réservation vous-même directement par téléphone ou par mail : resa@algoudsports.fr (www.algoudsports.fr)

Prévoir de louer le pack «ski de randonnée nordique» comprenant la location des skis, des chaussures et des bâtons, environ 18€ / jour ou 15€ / jour au-delà de 2 jours de location. Nous vous prêtons les peaux de phoque.

Merci de penser à réserver votre matériel à l'avance ! Quand vous arrivez, nous pourrons vous accompagner pour vérifier le matériel.

Attention ! Informations et prix hiver 2014 – 2015 ; ceux-ci sont à revérifier !

Merci de nous indiquer lors de votre inscription, votre mode d'accès (train ou voiture), et si vous louez ou pas votre matériel.

POUR EN SAVOIR PLUS

LE SKI DE RANDONNEE NORDIQUE, C'EST QUOI ?!

On peut faire le même parallèle entre le ski alpin et le ski de randonnée alpine, ou entre le vélo de route et le VTT.

Le ski de fond permet d'évoluer dans les traces ; le ski de randonnée nordique, aussi appelé Backcountry, permet de se balader hors traces, et sur des reliefs un peu plus accidentés, sans pour autant aller sur les terres du ski de randonnée alpine, beaucoup plus abruptes.

Par rapport au ski de fond, le ski de randonnée nordique est plus large et équipé de carres, ainsi que d'écaillés pour le système anti-recul ; à la montée, on l'équipe de peaux de phoque pour alléger l'effort. Les chaussures sont plus hautes et plus rigides que celles pour les skis de fond classiques. L'ensemble est plus lourd que l'équipement de ski de fond, mais il est plus stable et permet de se balader en toute neige. Chaussures et fixations laissent le talon libre et permettent la flexion naturelle du pied.

Le ski de randonnée nordique permet de parcourir d'immenses espaces et des hauts-plateaux, là où le ski de randonnée alpine n'est plus adapté ; il ouvre une autre dimension hivernale à la moyenne montagne ou aux pays scandinaves.

Ces dernières années, les fabricants de ski ont mis sur le marché de nouveaux matériels performants, donnant une nouvelle jeunesse au ski de randonnée nordique, cependant peu connu en France.

Le ski de randonnée nordique ne nécessite pas de technique particulière, par rapport à celle du ski de fond ; un bon skieur alpin s'adapte par ailleurs rapidement, surtout s'il a déjà fait du ski de randonnée alpine.

Plus d'infos sur <http://www.skirandonneenordique.com/>

CARTOGRAPHIE

Cartes utilisées : IGN, top 25 : 3136 ET, 3236 OT, 3235 OT.

BIBLIOGRAPHIE

A la découverte du Vercors: Parc Naturel Régional par François Ribard (Accompagnateur Grand Angle)

Le Parc Naturel du Vercors a édité un recueil de photos sur la réserve des Hauts Plateaux, intitulé Vercors d'en Haut, commenté par Daniel Pennac.

Enfin, si l'histoire vous intéresse, l'association d'Histoire locale de Lans en Vercors a édité 3 numéros des Cahiers du Peuil, dans une collection intitulée Jadis, au pays des Quatre Montagnes, au prix indicatif de 13 euros le numéro. Tous ces ouvrages, et beaucoup d'autres, sont disponibles dans les offices de tourisme et les librairies du Vercors.

PHOTOS

Vous faites de belles photos ! N'hésitez pas à nous envoyer un CD de vos plus belles photos réalisées lors de votre voyage. Le fait pour vous de nous communiquer des photos implique que vous acceptez que vos photos soient utilisées à titre gracieux sur nos différents supports (catalogue, site internet, fiche technique, etc.).

INSCRIPTION, ANNULATION & ASSURANCES

INSCRIPTION

En ligne sur notre site internet www.espace-evasion.com , ou en renvoyant la fiche d'inscription signée et un acompte de 30%, vous recevrez alors une confirmation d'inscription.

Inscription à plus de 22 jours du départ : aucun frais de dossier

Inscription entre 21 jours et 8 jours du départ : frais de dossier : 10 € (20 € pour les voyages et les séjours en liberté)

Inscription à moins de 8 jours du départ : frais de dossier : 20 € (30 € pour les voyages et les séjours en liberté) (le paiement doit être obligatoirement effectué par carte de crédit)

ANNULATION

De notre part :

ESPACE EVASION se réserve le droit d'annuler un séjour en cas d'insuffisance de participants (6 minimum, sauf cas particuliers précisés) ou par suite de conditions particulières qui risqueraient de compromettre le bon déroulement du séjour.

En cas d'insuffisance de participants, ceux-ci seront prévenus dans un délai minimum de 21 jours. Il vous sera proposé plusieurs solutions de remplacement. Si aucune solution ne vous convient, vous serez remboursé intégralement.

De votre part :

En cas de désistement de votre part (sauf si vous trouvez un remplaçant), les frais d'annulation à votre charge sont les suivants (la date prise en compte est celle à laquelle ESPACE EVASION a pris connaissance du désistement) :

- Jusqu'à 30 jours du départ : 10 % du montant du séjour, avec un minimum de 30 €.
- Entre 30 et 21 jours : 25 % du montant du séjour.
- Entre 20 et 8 jours : 50 % du montant du séjour.
- Entre 7 et 2 jours : 75 % du montant du séjour.
- A moins de 2 jours du départ : la totalité du montant du séjour.

Pour la prise en charge de ces frais, nous vous conseillons vivement de souscrire une assurance annulation.

Tout participant abrégant un séjour, ne respectant pas les lieux, dates ou heures de rendez-vous, ne pourra prétendre à aucun remboursement, de même qu'une exclusion décidée par votre accompagnateur, pour niveau insuffisant ou non respect des consignes de sécurité.

ASSURANCE MULTI-RISQUES ANNULATION, FRAIS DE RECHERCHE ET SECOURS, ASSISTANCE - RAPATRIEMENT- INTERRUPTION

Nous proposons une assurance multirisques. Elle est facturée séparément (3,9 % du coût du voyage). Ce contrat d'assurance est souscrit auprès de MMA Europ Assistance.

Les garanties détaillées et les exclusions sont portées sur le fascicule : Assistance – Annulation – Interruption de séjour Open Odyssée Vagabondages n° 58 223 429 joint à votre dossier.

Il est disponible sur www.espace-evasion.com ou sur simple demande.

Attention, ce contrat s'adresse uniquement aux personnes dont le domicile principal est situé en France, dans un autre pays de l'Union Européenne, ou en Suisse.

L'ASSURANCE ANNULATION

La garantie de l'assuré prend effet dès son inscription et cesse lors de son départ.

Les évènements garantis sont :

- Maladie, accident ou décès
- La mutation professionnelle, la modification ou le refus des dates de congés payés du fait de l'employeur
- Vol de la carte d'identité, du passeport
- ...

Les frais d'annulation restant à votre charge vous seront remboursés par l'assureur, déduction faite de franchise, des frais de dossier, de visa, des taxes portuaires et aéroportuaires et du montant des assurances. Ils sont calculés en fonction de la date de constatation médicale ou de l'évènement qui entraîne l'annulation.

Dans les cas de mutation professionnelle, de modification ou de refus des dates de congés payés, de vol de la carte d'identité ou du passeport, une franchise de 20 % est applicable avec un minimum de 30 € par personne.

Dans les autres cas, une franchise de 30 € par personne est déduite par l'assureur.

Cas Particuliers concernant les voyages à l'étranger

Dans le cas d'un billet d'avion émis à l'avance, que ce soit à votre demande ou en raison de la politique de certaines compagnies aériennes pour certains types de tarif, il sera facturé des frais d'annulation égaux à 100 % du prix du billet, quelle que soit la date de l'annulation.

L'ASSURANCE FRAIS DE RECHERCHE ET SECOURS, ASSISTANCE RAPATRIEMENT, INTERRUPTION DE SEJOUR :

La garantie de l'assuré prend effet dès le départ du séjour et cesse lors du retour du voyage.

Les évènements garantis par notre contrat souscrit pour vous auprès d'Europ Assistance sont :

- les frais de recherche et secours en montagne jusqu'à un plafond de 15 300 €,
- le rapatriement avec assistance en cas d'atteinte corporelle grave,
- les frais médicaux complémentaires à l'étranger,
- l'assistance en cas de décès,
- l'avance sur caution pénale à l'étranger,
- la prise en charge d'honoraires d'avocats à l'étranger jusqu'à un plafond de 3 100 €,
- l'assistance en cas de perte ou vol de papiers,
- l'interruption de séjour jusqu'à un plafond de 8000 € par assuré,
- ...

Nous déclinons toute responsabilité en cas de difficulté avec votre assureur si ces prestations ne couvrent pas les conditions ou les activités du voyage. Si des frais supplémentaires sont exposés de ce fait pour votre retour, nous nous réservons le droit de vous les facturer.

Pour les séjours à l'étranger, les participants possédant une assistance rapatriement personnelle devront nous fournir une attestation et nous signer une décharge. Il est notamment important de vérifier que votre destination ne fait pas partie des pays exclus.

Vérifiez notamment que vous possédez une garantie frais de recherche et secours avec un plafond suffisamment élevé. En particulier, les assurances des cartes bancaires couvrent l'assistance-rapatriement, mais les assurances des cartes bancaires de base (et certaines cartes bancaires haut de gamme) ne possèdent pas de garantie frais de recherche et secours.

ESPACE EVASION

Agence de Voyages – IM.074.10.0036

Garantie financière : Groupama – 5, rue du Centre - 93199 MOISY LE GRAND Cedex

Assurance responsabilité civile professionnelle : MMA Mutuelles du Mans Assurances –
Assurances Piquet-Gauthier – BP 27 – 69921 OULLINS Cède