

CANYONING + SPELEO EN HAUTE SAVOIE

Week end Sportif
2 jours / 1 nuit



Le plateau du Parmelan est un immense massif calcaire dans lequel coule une rivière souterraine. Cette rivière forme un véritable canyon sous terre. Samedi nous effectuons la remontée de cette rivière en utilisant des techniques simples de spéléologie, le dimanche nous revenons à la surface pour descendre le canyon d'Angon au bord du lac d'Annecy

PROGRAMME

Jour 01 : Samedi - Grotte de la Diau

Courte marche d'approche, puis nous pénétrons par un vaste porche d'où la rivière s'écoule. Puis remontons une grande galerie encombrée de blocs de toutes tailles ! Le fil conducteur est cette rivière souterraine que l'on remonte. Lorsqu'une cascade nous interdit le passage, Philippe trouve une galerie annexe pour la contourner. Les formes des galeries, les couleurs, l'ambiance des grandes salles sont vraiment magiques. Au menu : montée à l'échelle, passage de main courante, descente en rappel de faible hauteur (8 à 10 mètres max). (30 mn de marche d'approche, 2h00 d'exploration et 15 mn de marche retour)

Jour 02 : Dimanche - l'Intégrale du canyon d'Angon

9h00 départ pour le canyon d'Angon, très beau parcours au cœur de l'érosion tourbillonnaire. Sauts dans les marmites de géants, descentes en rappel de 15 à 35 m (60 m si tout le monde est partant), toboggans à faire et à refaire !

(30 mn de marche d'approche, 5h00 de descente et 15 mn de marche retour)

Pique-nique dans le canyon, sur un caillou au bord de l'eau, dans une partie où le lit du torrent s'élargit. Le canyon d'Angon se terminant dans le lac, pourquoi ne pas terminer la journée par une petite baignade ?

| |
|--|
| Ce programme est indicatif, il peut être modifié par votre guide pour s'adapter aux conditions hydrologiques et météorologiques. |
|--|

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Samedi à 13h30 à Thorens-Glières, (gare TGV d'Annecy à 20 km).

Accès voiture :

Venant du Nord : Prendre l'autoroute A6, direction Genève, Lyon, Chalon sur Saône, Beaunes-Hospices. Ensuite l'autoroute A40, direction Milan, Genève, Bourg en Bresse. Puis Annecy, Genève, Oyonnax. Sortir à la sortie 18 Cruseilles. Puis continuer en direction de Villy le Peloux, Groisy, Thorens les Glières.

Accès en train : gare SNCF d'Annecy

Le vendredi

Paris Gare de Lyon 18h45 – Annecy 22h29

DISPERSION

Vers 17h00 le dimanche à Talloires.

Retour en Train

Annecy 17h31 – Paris Gare de Lyon 21h18

Annecy 18h31 – Paris Gare de Lyon 22h13

Hébergements avant ou après le séjour :

Nous contacter.

NIVEAU

Niveau découverte : il faut savoir nager et ne pas être claustrophobe (les galeries sont assez grandes et la progression ne se fait jamais en rampant). Vous serez plus à l'aise si vous avez déjà pratiqué l'une de ses 2 activités : le canyoning ou l'escalade.

HEBERGEMENT

Formule Auberge de Jeunesse : Une nuit en chambre de 4 à 5 lits (lits superposés). Une douche et 2 lavabos dans chaque chambre, WC sur le palier. Les draps et les couvertures sont fournies, prévoir le linge de toilette. Idéalement placé pour profiter de la ville d'Annecy : 10 mn à pied du lac et de la vieille ville.

Repas : dîner à 19h15 (entrée, plat chaud, fromage et dessert). Bar ouvert jusqu'à minuit. Petit déjeuner de 07h30 à 09h00 (jus d'orange + café, thé ou chocolat, céréales, pain beure et confiture). La chambre doit être libérée à 10h00, mais une bagagerie permet de laisser un bagage et il est possible de prendre une douche le soir en repassant.

Formule Hôtel : Une nuit en hôtel logis de France en chambres de 2. Salle de bain dans la chambre et draps fournis. Cet hôtel familial est situé au cœur du village de Thorens-Glières. Il est réputé pour ses pâtisseries maisons.

Le samedi nous prenons le dîner à l'hôtel, c'est l'occasion de goûter la cuisine locale. Le petit déjeuner est adapté à la pratique d'activité sportive.

TRANSFERTS INTERNES

Véhicule personnel.

GROUPE

De 4 à 9 personnes/guide.

ENCADREMENT

Philippe, moniteur spéléo/canyon diplômé d'état.

L'ESPRIT

La descente de canyon permet de découvrir des univers superbes où l'eau a sculpté la roche pendant des siècles : parois lisses aux couleurs ocres, marmites de géant, cascades, toboggans naturels !

D'une manière générale nous aimons les beaux canyons, ludiques, avec une eau de qualité ! Nous sommes dans les Préalpes, l'altitude des canyons est donc peu élevée : en moyenne 500 m. Il y a toujours suffisamment d'eau, plutôt tempérée (10 à 15 °C). Certains parcours sont sous couvert forestier et la roche est bien sûr calcaire !

Au menu : marche le long des berges, courtes désescalades, rappels dans les cascades, sauts dans les vasques d'eau profonde, nage, bains dans les biefs, ...

La spéléologie est une activité sportive qui explore un monde souterrain et mystérieux ! Découvrir les richesses minérales, observer l'érosion en son cœur, comprendre comment cela a pu se former, voilà quelques unes des motivations qui nous poussent à descendre sous terre et à vous y entraîner.

MATERIEL FOURNI

Pour chaque participant,

CANYONING : une combinaison néoprène intégrale avec cagoule (5,5 mm d'épaisseur), une paire de chaussettes néoprène, un baudrier spécial canyon avec longe double et descendeur, un casque, un sac à dos et un bidon étanche.

SPELEOLOGIE : un baudrier, une combinaison PVC et un casque avec éclairage acétylène. Ce matériel est aux normes UIAA (Internationales) et CE (Européennes).

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Nous vous conseillons d'emporter :

Equipement pour la descente de canyon (matériel non fourni)

- chaussures : certains fabricants de matériel sportif proposent des modèles de chaussures spécialement conçues pour le canyoning, ces chaussures possèdent des semelles très adhérentes idéales pour la pratique (quelques marques de fabricants : Five Ten et Salomon). A défaut, chaussures de randonnées légères ou baskets.
- couteau inox
- gourde d'un litre au moins (avec étui de protection si possible)
- sacs poubelles solides pour le matériel humide
- maillot de bain type "piscine" pouvant glisser sous la combinaison (pas de short)
- serviette de bain
- appareil photo aquatique

Equipement pour la spéléo (matériel non fourni)

- Chaussures qui va dans l'eau
- Gourde
- Pantalon léger pour mettre sous la combinaison
- Sweat ou polaire pour mettre sous la combinaison

Equipement pour le séjour (liste non exhaustive)

- T-shirt
- sous-vêtements
- chaussettes de rechange
- short
- pantalon
- sweat-shirt
- fourrure polaire
- veste coupe vent imperméable
- tennis de rechange pour l'après canyon/via ferrata et pour le soir
- chapeau ou casquette
- 2 maillots de bain
- couteau pliant
- lunettes de soleil à verres très filtrants
- attache lunette, élastique pour cheveux longs
- crème solaire
- pharmacie personnelle, Elastoplast large + double peau en prévention des ampoules
- lampe de poche avec une pile de rechange
- nécessaire de toilette léger
- papier toilette.

Appareil photo : nous vous recommandons de vous munir d'appareil photo étanche. Nous ne prenons aucune responsabilité concernant la fiabilité des bidons étanches fournis et le transport d'appareils non étanches dans le canyon.

NB : il existe des appareils photo jetables étanches très pratiques

DATES ET PRIX

Tous les WE du 15 juin au 29 septembre 2013, pour les groupes constitués de 4 personnes minimum.

Individuels, appelez nous pour savoir si il y a un groupe à compléter.

FORMULES

Deux formules au choix :

- hébergement en auberge de jeunesse (chambres de 2 à 5)
- en hôtel logis de France (chambres de 2)

En Auberge de Jeunesse (FORFAIT A) 195 €/personne

En hôtel (FORFAIT B) 219 €/personne

LE PRIX COMPREND

- les frais d'organisation
- l'hébergement (pension complète)
- le matériel technique
- l'encadrement par des moniteurs diplômés

LE PRIX NE COMPREND PAS

- les boissons et dépenses personnelles
- le transport
- l'équipement individuel
- l'assistance - rapatriement - interruption 1%
- l'assurance annulation 2%

POUR EN SAVOIR PLUS

ADRESSES UTILES

Itinéraire : www.viamichelin.fr

SNCF : Tel :0 892 35 35 35 ou <http://www.voyages-sncf.com>

Co-voiturage : www.covoiturage.fr www.123envoiture.com www.allostop.net

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 29 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 ANNULATION

Cette assurance est facturée séparément (2% du coût du voyage). Elle est facultative. Ce contrat d'assurance est souscrit auprès de AXA Assistance.

Les évènements garantis sont :

- Accident corporel grave, maladie grave ou décès.
- Dommages matériels importants, survenant au domicile de l'Assuré ou à ses locaux professionnels ou à son exploitation agricole.
- Licenciement économique de l'assuré ou de son conjoint.
- Vol au domicile de l'Assuré, dans ses locaux professionnels ou son exploitation.
- ...

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

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

Les garanties détaillées et les exclusions sont portées sur le livret : Garantie d'Assurance Annulation de voyage Vagabondages – Convention n° 0802130 joint à votre dossier, disponible sur www.espace-evasion.com (rubrique téléchargement) ou sur simple demande.

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.

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

Vous pouvez souscrire une assurance Frais de recherche et secours, assistance rapatriement, interruption de séjour auprès de ESPACE EVASION, moyennant 1 % du montant du voyage. 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.

Nous vous informons également que les assurances des cartes bancaires couvrent l'assistance-rapatriement, mais il faut vérifier auprès de votre banque qu'elle couvre en particulier les frais de recherche et secours en montagne (à hauteur de 5000 € environ).

Le contrat d'assistance rapatriement souscrit pour vous auprès de AXA Assistance couvre :

- les frais de recherche et secours en montagne jusqu'à un plafond de 20 000 €,
- 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 (plafond : 5 000 €),
- l'assistance en cas de perte ou vol de papiers,
- l'interruption de séjour (plafond 8000 € par assuré),
- ...

Les garanties détaillées et les exclusions sont portées sur le livret : Garantie d'assurance Assistance aux Personnes Vagabondages – Convention n° 0802129 joint à votre dossier, disponible sur www.espace-evasion.com (rubrique téléchargement) ou sur simple demande.

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.

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

ESPACE EVASION

Agence de Voyage – IM.074.10.0036

Garantie financière : Covea Caution – 34 Place de la République - 72013 LE MANS Cédex 2

Assurance responsabilité civile professionnelle : MMA Mutuelles du Mans Assurances –

Assurances Piquet-Gauthier – BP 27 – 69921 OULLINS Cédex