ETE 2027

RANDO & BIEN ETRE EN VAL D'AOSTE
Alpes Italiennes et Cervin
Séjour Randonnée en étoile en hôtel***
6 jours / 5 nuits / 5 jours de marche



Au cœur des Alpes, cette vallée authentique, dominée par les plus grands sommets des Alpes – Mont-Blanc, Cervin, Grandes-Jorasses –, offre des paysages de carte postale. De merveilleuses excursions à la découverte de la culture montagnarde des Valdôtains, depuis un hébergement confortable.

ESPACE EVASION Agence de voyage – IM.074.10.0036
50, rue de la Chapelle 74160 BEAUMONT - Tel : **00 33 (0)4 50 31 03 65**
Fax : 00 33 (0)4 50 31 03 67 - E.Mail : info@espace-evasion.com
www.espace-evasion.com

PROGRAMME

JOUR 01 : LE FAYET (St Gervais) – TORGNON – COL DE SAINT PANTALEON
Rendez-vous à **9h30** à la gare ferroviaire du Fayet à St Gervais.
Transfert jusqu'au village de Torgnon (1550 m) situé sur le versant sud de la vallée du Cervin. Juste le temps de déposer vos affaires personnelles à l'hôtel et nous partons directement pour une randonnée de mise en jambes !
Nous cheminons en direction du col de Saint-Pantaléon (1648 m) pour finalement rejoindre la chapelle de Saint-Evence (1674 m).
Nous jouissons de beaux panoramas sur la vallée centrale d'Aoste et sur le mont Zerbion (2720 m) avant de revenir tranquillement à pied à l'hôtel pour notre installation.
D+ 450 m / D- 500 m Horaire : 3h30 de marche
Transfert de 2h00 à 2h30

JOUR 02 : CHENEIL – SANCTUAIRE CLAVALITE – COLLE DI FONTAINES
Transfert au-dessus du village de Valtournenche au cœur de la vallée du Cervin. Nous partons en direction de Cheneil (2097 m), magnifique hameau restauré où nous prenons le temps d'admirer l'architecture montagnarde valdôtaine.
Belle et longue montée jusqu'au sanctuaire de Clavalité (2535 m) où un panorama exceptionnel à 360° s'offre à nous. En ligne de mire, le fameux Cervin !
Puis nous contournons la punta Falinère pour pénétrer dans un splendide vallon sauvage avant de remonter vers la colle di Fontaines (2695 m).
Nous descendons dans un bel alpage resté encore intact et préservé pour rejoindre Cheneil.
Transfert à l'hôtel.
D+ 670 m / D- 670 m Horaire : 5h30 de marche.
Transfert 30 minutes

JOUR 03 : TORGNON – COL FENETRE – BECCA D'AVER – COL D'AYER
Nous partons à pied de Torgnon pour rejoindre le col Fenêtre (2 175 m) qui domine le village. De là, par un beau sentier en balcon, nous rejoignons le sommet de la Becca d'Aver (2 469 m) où un panorama splendide sur le Valtournenche, la vallée de Saint-Barthélemy et Verrayes s'offre à nous.
Nous rejoignons ensuite rapidement le col d'Ayer (2 330m), puis, le col des Bornes (1781 m) par une descente forestière facile.
Retour à pied à l'hôtel.
D+ 950 m / D- 950 m Horaire : 6h00 de marche.

JOUR 04 : VALTOURNENCHE - LAGO DI CIGNANA - FINESTRA DI CIGNANA
Transfert jusqu'au fameux village de Valtournenche qui a vu naître des figures emblématiques de l'alpinisme. Nous montons jusqu'au lac artificiel de Cignana (2 149 m), entouré d'alpages et de cimes imposantes telles que la pointe de Tsan et le château des Dames. Nous poursuivons la montée jusqu'à la fenêtre de Cignana (2 445 m), d'où l'on a une vue imprenable sur le Cervin. Selon notre forme, nous pourrons aller jusqu'au Monte Pancherot (2 641m), point culminant de la journée. Nous descendons face à ce sommet mythique jusqu'au hameau de Perrere (1 845 m).
Transfert à l'hôtel
D+ 950 m / D- 650 m Horaire : 6h00 de marche.
Transfert 30 minutes.

JOUR 05 : BUISSON - CHAMOIS - LACS DE CHAMPLONG
Transfert en fond de vallée à Buisson (1 120m).
Depuis ce hameau, nous empruntons le téléphérique qui nous mène au village de Chamois (1 812 m).
Ce dernier n'est pas accessible par la route et pourtant encore habité à l'année par une poignée d'irréductibles Valdôtains.
Nous partons pour une randonnée en boucle, en direction du Colle Champlong (2 400m) puis des lacs éponyme (2 321m).
En option, et si la forme du groupe le permet, nous aurons la possibilité de nous rendre au col Pillonet, culminant à 2 696m.
Cette randonnée inoubliable nous permettra encore une fois de profiter des vues du Cervin et de la chaine du Gran Paradisio ! La boucle se termine par un sentier en forêt proche du Lago Charey nous offrant de beaux belvédères sur les alentours avant de reprendre la remontée mécanique qui nous ramène à Buisson.
D+ 550 m à 900 m / D- 550 m à - 900 m Horaire : 4h30 ou 5h00 de marche.
Transfert : 15 minutes

JOUR 06 : HAMEAU DE PETIT-MONDE - SANCTUAIRE DE GILLIAREY – LE FAYET ST GERVAIS
Randonnée au départ du hameau de Petit-Monde (1600 m). Nous suivons le torrent de Petit-Monde pour atteindre, à travers les mélézins, les magnifiques alpages de Chancevella (1840 m) qui nous ouvrent la vue sur la "conque" du mont Méabé (2566 m).
Un dernier effort mène au sanctuaire de Gilliarey (2174 m) où nous découvrons le Cervin, sommet de légende des Alpes ! Retour à l'hôtel par le même itinéraire, récupération des affaires et transfert à la gare ferroviaire de St Gervais.
Séparation vers 17h30.
D+ 550 m / D- 550 m Horaire : 5h00 de marche.
Transfert de 2h30 à 3h00

NB : Afin d'assurer la sécurité du groupe, ce programme peut être modifié par le guide en fonction du niveau des participants et des conditions nivo-météorologiques.

Les temps de marche (ou autre activité) sont donnés à titre indicatif et peuvent varier en fonction de plusieurs éléments (ex : conditions météorologiques, état du terrain…). Les temps de transferts peuvent également varier suivant la condition des routes et de la circulation. Si nécessaire (ex : conditions climatiques, aléas aériens, décision des autorités locales), nous pouvons aussi être amenés à adapter le programme pour le bon déroulement de votre voyage et dans l'intérêt des participants.

Un centre bien-être a récemment été construit au sein de l'hôtel. Il comprend une zone d'hydromassage et un coin détente accueillant et spacieux pour récupérer après une journée de randonnée. Un lit spécial pour les massages décontractants et relaxants vous attend. Le centre dispose aussi d'un sauna, d'un hammam et d'une douche d'hydromassage.

Une entrée au centre bien-être pour 1 h 30 (savates et peignoir fournis) est incluse au séjour.

Si vous souhaitez profiter davantage du centre bien-être, nous proposons une option "bien-être", voir la rubrique Services plus.

POINT FORTS

• Des vues extraordinaires sur les plus hauts sommets des Alpes, notamment le Cervin
• Un hébergement *** disposant d'un espace bien être sur les versants ensoleillés du village de Torgnon
• La découverte de la culture valdôtaine et des spécialités locales.
• Un petit groupe limité à 8 participants

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Rendez-vous le dimanche à 9h30 à la gare ferroviaire de Le Fayet St Gervais

Accès train : GV jusqu'à Saint-Gervais-le-Fayet
Horaires à vérifier au numéro court de la SNCF 3635 (0,34 €/min) ou sur le site de la SNCF.

Accès voiture : Autoroute Blanche E 25-A 40 Lyon-Chamonix, sortie Saint-Gervais-Le Fayet,

A noter : la plupart des parkings de Chamonix sont désormais payants et nous avons fait le choix de faire le Rendez-vous au Fayet afin de faciliter le parking (spacieux et gratuit).
- Parking du stade au Fayet (nommé aussi "parking TMB") : très grand parking gratuit (200 places, parking longue durée maximum 7 jours) d'où vous pouvez rejoindre la gare à pied (700 m environ).

DISPERSION

Séparation le vendredi vers 17h30.

Hébergements avant ou après la randonnée :
Si vous arrivez la veille ou souhaitez prolonger votre séjour, il est impératif de réserver votre hébergement. Nous pouvons réserver pour vous une ou plusieurs nuits dans un hôtel partenaire.

NIVEAU

Pour marcheurs sportifs
Randonneur niveau 3 sur une échelle de 5.
Randonnée : pour aborder une région ou un pays en profondeur. Marches en traversée ou en boucle, faciles d'accès.
Marche de 5 heures par jour sur sentier et/ou 600 à 800 mètres de dénivelée positive environ et/ou 15 kilomètres.

Nos dénivelées sont calculées par des différences d'altitudes données sur les cartes et non par des GPS qui, pour des raisons techniques (imprécision de l'altitude GPS + dispersion statistique), donnent très souvent des dénivelées surestimées, parfois jusqu'à 20%.

Pour profiter pleinement de votre voyage, n'oubliez pas d'entretenir votre forme une fois par semaine en marchant (15 km environ) si possible
sur un parcours avec dénivelée (250 m/h) ou en pratiquant une activité sportive (1h00 à 1h30).

HEBERGEMENT

Base chambre double/twin
L'hôtel Zerbion, qui appartient à la famille Chatrian depuis 1961, a été conçu dans le style montagnard. Vous y trouverez un bar où déguster des spécialités locales et valdôtaines. Également à disposition, une salle où regarder la télévision ou jouer aux cartes et une terrasse. Chaque jour, un menu différent et riche de spécialités régionales. Liam, l'un des propriétaires, sélectionne le vin qui accompagne le mieux votre menu.
La cave est bien fournie et recèle des crus valdôtains parmi les plus prestigieux.

Les repas
Les petits déjeuners et dîners sont servis chauds dans les hébergements.
Les pique-niques sont consommés froids sur le terrain. Dégustation de Fontine, charcuterie de Torgnon.
Les vivres de course sont remis à chacun au début du séjour.

TRANSFERTS INTERNES

Tout au long du séjour, votre guide disposera d'un minibus pour les transferts. Cette solution

offre beaucoup de souplesse dans les déplacements. Le guide pourra ainsi intervertir les journées plus facilement en fonction de la météo.
Jour 1 : transfert entre St Gervais Le Fayet et Torgnon
Jour 2 - transferts en Torgnon et le hameau de Cheneil
Jour 4 - transferts entre Torgnon et Valtournenche
Jour 5 - transferts entre Torgnon et Buisson
Jour 6 - transferts entre Torgnon, le hameau du petit monde et St Gervais le Fayet

En fonction des plannings de nos minibus et des impondérables, le groupe pourra également effectuer les déplacements en taxi ou navette locale.
Nous attirons votre attention sur le fait que le port de la ceinture de sécurité est obligatoire à l'avant comme à l'arrière dans tous les véhicules que vous emprunterez au cours du voyage, lorsqu'ils en sont équipés, et ce quelle que soit la réglementation en vigueur dans le pays visité. En vous inscrivant sur un séjour, vous vous engagez à respecter cette obligation. Notre responsabilité ne saurait être retenue en cas de dommage(s) corporel(s) et/ou matériel(s) s'il s'avérait que cette disposition n'était pas respectée de votre fait.

PORTAGE DES BAGAGES
Votre sac à dos contient le pique-nique et les affaires pour la journée.

GROUPE
Les groupes sont constitués de 4 à 8 personnes.
Exceptionnellement, s'il ne reste qu'une place et qu'un couple vient à s'inscrire en dernière minute, ou en cas d'inscriptions simultanées, le groupe pourra alors être composé d'une personne supplémentaire

ENCADREMENT
Un accompagnateur en montagne spécialiste de la région

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR
Vous trouverez cet équipement dans les magasins de notre partenaire :
www.auvieuxcampeur.fr
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.

Chaussures et matériel technique
Des chaussures légères, aérées, avec une bonne adhérence sur les différents terrains.
Des chaussures imperméables, à tige montante et semelle offrant une bonne adhérence

Votre équipement (circuit sans portage)
1 sac à dos de 30 l environ pour porter vos affaires de la journée
1 sac de voyage souple 15 kg maximum pour vos affaires de rechange

Une paire de chaussures de randonnée imperméables à tige montante
Un chapeau ou casquette et un bonnet
Des lunettes de soleil (indice 3)
Des T-shirts respirants
Une veste légère de type polaire
Une veste chaude
Une veste étanche et respirante de type Goretex
Une paire de gants
Un short
Un pantalon de montagne
Un pantalon étanche de type Goretex
Des bâtons de marche télescopiques (fortement conseillés)
Protections solaires (crème et stick)
Une gourde (ou poche à eau) de 2 L minimum
Votre pharmacie individuelle, du papier toilette
Un couteau de poche, une cuillère et une boîte en plastique
Une trousse de toilette et une serviette
Des vêtements de rechange
Des chaussures de rechange
Un maillot de bain
Compléments conseillés : une cape de pluie, des bouchons d'oreille

Attention, le poids est l'ennemi du randonneur. Pour votre confort, votre sac quotidien ne devrait pas dépasser 6 à 8 kg.

Votre pharmacie individuelle
Votre guide disposera d'une TROUSSE DE PREMIERE URGENCE pour le groupe. Mais vous devez vous munir d'une pharmacie individuelle contenant notamment vos médicaments personnels et la liste suivante que nous vous recommandons (à valider avec votre médecin) :
- Des antalgiques.
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).
- Un anti-diarrhéique
- Un désinfectant, des pansements (tailles variées) et des « double peau »
- Une couverture de survie

DATES ET PRIX

Du 20/06 au 25/06/2027 :	**1 195 €** / personne
Du 04/07 au 09/07/2027 :	**1 275 €** / personne
Du 18/07 au 23/07/2027 :	**1 275 €** / personne
Du 01/08 au 06/08/2027 :	**1 395 €** / personne
Du 22/08 au 27/08/2027 :	**1 395 €** / personne
Du 05/09 au 10/09/2027 :	**1 195 €** / personne

- Option bien être : **150 €** / personne (sous réserve de disponibilité)
- Option chambre individuelle : de **325 €** / personne à **355 €** / personne selon la date et / ou la prestation choisie.

Nuits supplémentaires avant ou après votre voyage.
Chamonix (B&B)
Hôtel 3 étoiles : de 145 à 240 € (selon la saison et/ou prestation choisie)
Chambre double (lit double), individuelle, twin (lits jumeaux)
Saint-Gervais-les-Bains (B&B)
Hôtel 2 étoiles : de 60 à 125 € (selon la saison et/ou prestation choisie)
Chambre double (lit double), individuelle, quadruple, triple, twin (lits jumeaux)
Torgnon (Demi-pension)
Hôtel 3 étoiles : de 125 à 220 € (selon la saison et/ou prestation choisie)
Chambre double (lit double), individuelle, twin (lits jumeaux)

LE PRIX COMPREND

- L'organisation et l'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé d'Etat
- L'hébergement pendant la durée du circuit.
- Les repas (petit-déjeuner, pique-nique de midi et repas du soir) du J1 au J6 en fin d'après midi.
- Les transferts prévus au programme.
- Une entrée à l'espace « bien être » de l'hôtel.
- Les vivres de course remis dans un sac individuel.
- Le matériel collectif spécifique au circuit.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les assurances
- L'acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation.
- Les boissons et dépenses personnelles.
- Les visites et transferts non prévus au programme
- Le supplément chambre individuelle
- Les nuits supplémentaires
- L'équipement individuel
- Les séances supplémentaires à l'espace « bien être » de l'hôtel
- D'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique précédente.
- Les pourboires

Les pourboires Vous avez été satisfait de votre voyage. Un geste de remerciement fera plaisir à votre guide.

POUR EN SAVOIR PLUS

Pour les ressortissants français, belges, luxembourgeois et suisses : carte nationale d'identité ou passeport valide.
Pour les personnes majeures de nationalité française, les cartes nationales d'identité délivrées entre le 2 janvier 2004 et le 31 décembre 2013, même si elles présentent une date périmée ont, sans modification du document, une validité de 15 ans.
Dans ce cas, nous vous recommandons de télécharger la fiche d'information multilingue expliquant ces règles et de l'emporter avec vous.

Conseil : privilégiez l'utilisation d'un passeport valide à une carte d'identité portant une date de validité dépassée, même considérée comme valide.
Pour les ressortissants canadiens, veuillez consulter le site du gouvernement canadien http://voyage.gc.ca/voyager/avertissements.
Pour les autres nationalités, veuillez-vous renseigner auprès des autorités consulaires d'Italie dans votre pays.
Les passeports doivent être en parfait état (pas de taches, agrafes, trombones, marques, déchirures…). France
Pour les ressortissants français, belges, luxembourgeois et suisses : carte nationale d'identité ou passeport valide, et couvrant la durée du séjour.

Pour les personnes majeures de nationalité française, les cartes nationales d'identité délivrées entre le 2 janvier 2004 et le 31 décembre 2013, même si elles présentent une date périmée ont, sans modification du document, une validité de 15 ans.
Pour les ressortissants canadiens : passeport valide 3 mois après la sortie prévue de l'espace Schengen (visa inutile pour un séjour inférieur à 90 jours).
Pour les autres nationalités, veuillez-vous renseigner auprès des autorités consulaires françaises dans votre pays.
Les passeports doivent être en parfait état (pas de taches, agrafes, trombones, marques, déchirures…).

Carte Européenne Assurance Maladie (CEAM)
Carte européenne d'assurance maladie
Vous voyagez dans un Etat de l'Union européenne, de l'Espace économique européen (UE/EEE) ou en Suisse.
Avant votre départ, procurez-vous la carte européenne d'assurance maladie (CEAM). Elle vous permettra d'attester de vos droits à l'assurance
maladie et de bénéficier d'une prise en charge de vos soins médicaux, selon la législation et les formalités en vigueur dans le pays du séjour.
Nominatif et individuel, le formulaire est à demander auprès de www.ameli.fr.

Informations concernant les mineurs
Vous voyagez avec des enfants : Les mineurs français sont soumis aux mêmes obligations que les personnes majeures (visa, passeport…) : voir ci-dessus.
Formalités de sortie du territoire français
Depuis le 15 janvier 2017, pour sortir du territoire, tous les mineurs résidant habituellement en France (quelle que soit leur nationalité), s'ils ne sont pas accompagnés par un titulaire de l'autorité parentale, devront présenter les trois documents suivants :
• pièce d'identité : carte d'identité ou passeport selon les exigences du pays de destination ;
• autorisation de sortie du territoire signée par l'un des parents titulaires de l'autorité parentale (formulaire Cerfa n° 15646*01 à imprimer depuis le site www.service-public.fr et à compléter) ;

Avant votre départ, procurez-vous la carte européenne d'assurance maladie (CEAM). Elle vous permettra d'attester de vos droits à l'assurance maladie et de bénéficier d'une prise en charge de vos soins médicaux, selon la législation et les formalités en vigueur dans le pays du séjour.
Nominatif et individuel, le formulaire est à demander auprès de www.ameli.fr.

LES DEVISES
Italie
L'Italie fait partie de la zone euro.
Les guichets automatiques permettent de retirer de l'argent en toute facilité.
Prévoir des espèces pour vos dépenses personnelles dans les zones plus isolées (boissons, par exemple) et les refuges de montagne.
France
La France fait partie de la zone euro.
Les guichets automatiques permettent de retirer de l'argent en toute facilité.
Prévoir des espèces pour vos dépenses personnelles dans les zones plus isolées (boissons en refuges de montagne, par exemple).

PAYS
Alpes françaises - France
Les Alpes, chaîne de montagnes majestueuses et imposantes, recèlent bien des trésors : sentiers dans des massifs secrets, grands tours à ne pas manquer, hautes routes en randonnée glaciaire ou à ski de randonnée, alpinisme pour atteindre les sommets.
Dans l'un des derniers bastions sauvages d'Europe, nos voyages alpins sont aussi une aventure humaine. Au-delà de la nature, de grands moments de convivialité et de plaisir, de partage des émotions avec ses compagnons de marche laissent des souvenirs impérissables. Approcher les voies de Whymper, suivre les sentiers de Terray, fouler les montagnes de Lafaille… Les plus grands noms de la montagne ont marqué nos itinéraires.
Implantés dans les Alpes, nous innovons pour vous permettre de passer de l'apprentissage à la réalisation de parcours prestigieux. Avec une passion intacte et une attention sans cesse renouvelée, nous vous emmenons toujours plus loin, jusqu'aux confins des Alpes orientales.
Partez à la découverte des plus beaux sites des Alpes, des plus classiques aux plus intimistes. Nul doute que vous trouviez avec nous de quoi vous éblouir !

GEOGRAPHIE
Principal système montagneux d'Europe, l'arc alpin s'étend sur 1 500 km, couvre 190 000 km2 de la Méditerranée à l'Autriche – du col d'Altare (Italie) à Vienne –, et est partagé par l'Italie, la France, la Suisse (60 % du territoire), l'Autriche, le Liechtenstein, l'Allemagne et la Slovénie.

Larges d'au maximum 200 km, les Alpes culminent à 4 810 m au sommet du Mont-Blanc et comptent plus de 80 sommets dépassant l'altitude mythique de 4 000 mètres.
Les Alpes peuvent être subdivisées en trois parties, les Alpes occidentales, de la Méditerranée au massif du Mont-Blanc, les Alpes centrales, de la Vallée d'Aoste au col du Brenner, et les Alpes orientales, du Brenner à la Slovénie. L'authenticité des paysages, la faune et la flore alpines sont les e ces régions d'altitude où perdurent encore des traditions ancestrales bien préservées.
Les Alpes françaises couvrent une superficie d'environ 35 000 km2. Plusieurs sommets culminent à plus de 4 000 m d'altitude, dont le mont Blanc (4 810 m), la barre des Écrins (4 103 m). Loin de constituer une barrière, en dépit de leur masse et de leur altitude, les Alpes françaises constituent un massif montagneux ouvert sur le sillon rhodanien par des cluses et aéré par de profondes vallées glaciaires : sillon alpin dans les Alpes du Nord, vallée de la Durance dans les Alpes du Sud, Tarentaise, Maurienne, Romanche, facilitant les communications et des implantations urbaines très précoces.

CLIMAT
Un climat de montagne caractérise ces régions élevées, qui se traduit par des températures fraîches et des précipitations relativement abondantes.
En haute montagne, le nombre de jours de gel peut dépasser 150 par an et le manteau neigeux peut persister durant six mois.
Le relief a une incidence majeure sur les changements de temps et joue sur l'organisation de la vie sociale, culturelle et économique de chaque région. Les montagnes, par leur altitude, ont le pouvoir de retenir les nuages, de forcer les précipitations dans certaines vallées et d'en préserver d'autres. Ainsi nous parcourons des vallées verdoyantes et arrosées, et d'autres plus sèches. Nous rencontrons des microclimats étonnants qui protègent des espèces de plantes et d'animaux remarquables. D'un versant à un autre, dans le même massif, les conditions météorologiques peuvent être radicalement différentes sous l'influence du relief, de la direction du vent et des températures. Ce qui peut sembler un inconvénient peut se transformer en atout pour le randonneur ou le skieur. Il suffit parfois de basculer dans la vallée voisine pour trouver des conditions agréables, totalement opposées.
Les Alpes françaises du Nord, où se situent les plus beaux glaciers, sont les plus arrosées : là coulent de splendides cours d'eau, torrents providentiels qui transportent l'eau des glaciers et charrient les roches. Les Alpes françaises du Sud, sous l'influence de la Méditerranée, offrent un climat plus doux, un univers plus minéral.

METEO
Dans les Alpes, le temps change vite, c'est un élément à prendre au sérieux dans l'organisation de votre voyage et dans le choix de vos randonnées.
Au cours d'une même journée, et selon l'altitude, vous pouvez bénéficier d'un splendide soleil et d'une température estivale, mais aussi subir une tempête de neige et des températures glaciales. Soyez prévoyant, un brusque changement de température au cours d'une randonnée est toujours possible. Lorsque vous partez en montagne, vous devez impérativement emporter dans votre sac à dos un minimum d'affaires pour vous protéger du froid ou du soleil. Votre guide sera de bon conseil, mais avant de partir, nous vous suggérons de bien lire les informations données dans les fiches techniques (rubrique "Equipement").
Le numéro court de Météo France est le 3250 (0,34 € la minute).

ECONOMIE
Caractérisés pendant des siècles par une économie agricole de subsistance, les massifs alpins sont entrés dans l'économie mondialisée du XXe siècle selon des rythmes divers. En effet, les conditions climatiques et d'accès ne sont pas les mêmes pour toutes les régions.
Cultures maraîchères, vergers, vignes se sont développées dans les vallées et sur les côteaux ; élevages bovin et ovin tiennent une place importante dans les hautes vallées avec une production de fromages d'appellation contrôlée ; les équipements hydroélectriques ont permis le développement de la chimie, des constructions mécaniques. Aujourd'hui, la recherche scientifique (nanotechnologies) est une très belle source de revenus pour la région, et ce que l'on nomme le sillon alpin, qui relie Genève, Annecy, Chambéry et Grenoble, est un espace

économique et démographique en plein essor ; les hautes vallées ont trouvé dans le tourisme hivernal et estival un remède au dépeuplement.
La Convention alpine, qui réunit huit Etats (Allemagne, Autriche, France, Italie, Liechtenstein, Monaco, Suisse et Slovénie) est un traité qui a pour but la sauvegarde de l'écosystème naturel ainsi que la promotion du développement durable des Alpes.

SOCIETE
Plus de 12,5 millions d'habitants résident dans l'arc alpin, qui n'en est pas pour autant un territoire unifié. En effet, au-delà du point de vue géographique, chaque massif constitue une entité, un ensemble territorial "autonome" où prévaut le sentiment d'appartenance à une communauté.
1,2 millions d'habitants peuplent les Alpes françaises, dont 500 000 résidents dans l'agglomération grenobloise.

FAUNE ET FLORE
Les variations climatiques liées à l'altitude entraînent un étagement de la végétation. Ainsi, les feuillus laissent progressivement la place aux conifères qui s'effacent à leur tour au profit de la pelouse alpine au-dessus de 2 000 m. De grandes différences apparaissent cependant entre les versants en fonction de leur exposition. Les adrets exposés au sud constituent un cadre privilégié pour l'implantation des villages et des cultures alors que les ubacs, tournés vers le nord, restent souvent boisés.
Nous aimons tous avoir la surprise d'un bouquetin au détour d'un chemin, évitons de les faire fuir. La marmotte est proche, mais ce n'est pas une raison pour la nourrir. Ne vous approchez pas trop des animaux, même pour une meilleure photo. Et plutôt que de cueillir l'edelweiss caché ou le parterre de gentianes printanières, mieux vaut les laisser sur pied et les prendre en photo. Le manque de nourriture et le froid rendent les animaux sauvages très vulnérables. Quelques faits marquants :
- un cerf de 90 kg dérangé fuit pendant 10 minutes, reste en état d'excitation pendant une heure et utilise 21 % d'énergie de plus que s'il n'avait pas été perturbé. Une fuite à la montée dans une couche de neige de 50 cm nécessite environ 50 fois plus d'énergie qu'en terrain plat ;
- un tétras-lyre dépense tant d'énergie à fuir qu'il meurt au bout du troisième dérangement ;
- un chamois qui tente de fuir en neige profonde dépense 50 fois plus d'énergie que s'il reste calme. Si l'animal prend la fuite à quatre reprises, il est en danger de mort.
Nos séjours vous emmènent souvent à la découverte de parcs nationaux et réserves : ce sont des espaces protégés et réglementés. A chacun d'y être attentif !

SITES INTERNET
http://www.anena.org, Association nationale pour l'étude de la neige et des avalanches.
http://www.routard.com/guide/code_dest/alpes.htm.
http://fr.wikipedia.org/wiki/Alpes.
http://www.france-pittoresque.com/.

BIBLIOGRAPHIE
Guides
La Vie de la montagne, Bernard Fischesser, éditions de la Martinière.
Les Alpes, collectif, sous la direction d'Armand Fayard, Delachaux et Niestlé.
Les Sports de neige, Jean-Paul Zuanon, Les guides du CAF, Seuil.
Les Traces d'animaux : 100 vertébrés dans votre poche, Jacques Morel, coll. Guide naturaliste, Delachaux et Niestlé.
La neige. Connaître et observer la neige pour mieux prévoir les avalanches, Robert Bolognesi, Nathan.
Tout savoir (ou presque) sur la neige et les avalanches, édité par l'Anena.
DVA mode d'emploi, édité par l'Anena.
Dans le secret des avalanches, guide pratique pour l'estimation du risque, François Sivardière, Glénat.
S'orienter facilement et efficacement, Jean-Marc Lamory, Glénat.
Découvrir la neige au travers d'un DVD, Neige et Avalanches, édité par le CRDP-Grenoble.

Alpes italiennes - Italie

Les Alpes italiennes constituent la partie méridionale du massif à l'exception du Tessin qui est un canton suisse. Au nord, et d'ouest en est, les Alpes soudent l'Italie au continent européen en formant une frontière naturelle en arc de cercle, de Vintimille en Ligurie à Gorizia, en Frioul-Vénétie-Julienne, sur une longueur d'environ 1 200 km.

CARTOGRAPHIE
L'escusionnista editore : n° 7 Valtournenche Monte Cervino Val d'Ayas ouest.

ADRESSES UTILES
Itinéraire : www.viamichelin.fr
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
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 14 jours. Il vous sera proposé plusieurs solutions de remplacement. Si aucune solution ne vous convient, vous serez remboursé intégralement.

ANNULATION 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) :

Dans le **cas général**.
- Jusqu'à 31 jours du départ : 10 % du montant du séjour, avec un minimum de 30 €.
- Entre 30 et 21 jours : 35 % du montant du séjour.
- Entre 20 et 14 jours : 50 % du montant du séjour.
- Entre 13 et 2 jours : 75 % du montant du séjour.
- A moins de 2 jours du départ : 100 % du montant du séjour.

Dans le cas particulier de séjour incluant l'émission d'un **billet d'avion non remboursable** ou **l'affrêtement d'un bateau**.
De 90 à 45 jours avant le départ : 1 000 €
De 44 à 31 jours avant le départ : 60 % du montant du séjour
A 30 jours et moins du départ : 100 % du montant du séjour

Pour les **groupes constitués auxquels il est proposé un tarif par personne**, le désistement d'une partie seulement des participants entrainera une modification du tarif pour les autres participants, ou sera soumise à des frais d'annulation de 100% quelque-soit la date de l'annulation.

Pour la prise en charge de ces frais, nous vous conseillons vivement de souscrire une assurance annulation. **L'assurance n'entre en vigueur que si votre voyage est soldé**.

Tout participant abrégeant 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.

ASSURANCES ANNULATION, FRAIS DE RECHERCHE ET SECOURS, ASSISTANCE - RAPATRIEMENT- INTERRUPTION

Nous vous proposons trois formules d'assurances au choix :
- **Assurance Annulation + Assurance Bagages + extension Epidémies (3,4 %** du montant du séjour).
- **Assurance Frais de Recherche et Secours + Assistance Rapatriement + extension Epidémies (2 %** du montant du séjour).
- **Assurance Multirisques Annulation + Assurance Bagages + Retard de transport, Frais de Recherche et Secours, Assistance Rapatriement, Interruption de Séjour + extension Epidémies (4.8 %** du montant du séjour).

Les garanties détaillées et les exclusions sont portées sur le fascicule : Annulation – Assistance Frais médicaux et Interruption de séjour et d'activités ASSURINCO MUTUAIDE Vagabondages contrat n° 4637 joint à votre confirmation d'inscription. Il est disponible sur www.espace-evasion.fr/telechargements ou sur simple demande. Attention, ce contrat s'adresse uniquement aux personnes dont le domicile principal est situé en France ou en Europe.

L'assurance Annulation

L'assurance entre en vigueur dès la souscription et si votre voyage est soldé. Les évènements garantis sont :
- L'annulation pour **motif médical** : maladie grave, accident corporel grave ou décès de vous-même, un membre de votre famille...
- L'annulation pour **causes dénommées** :
* Dommages graves ou vols dans locaux privés ou professionnel, convocation en tant que témoin ou juré d'assise, ..., une franchise de 30 € par personne est déduite par l'assureur.
* La mutation professionnelle, la suppression et la modification des dates de congés payés du fait de l'employeur, vol des papiers d'identité, ... (franchise de 100 € par personne).
- L'annulation toutes **causes justifiées** (franchise de 10 % du montant des frais d'annulation avec un minimum de 50 € par personne et 150 € par dossier).
- **Assurance Bagages** : plafond de 1500 €

Extension Epidémies :
- Annulation pour maladie en cas d'épidémie/pandémie, refus d'embarquement suite à prise de température, en cas d'absence de vaccination devenue obligatoire (franchise de 10 % du montant des frais d'annulation avec un minimum de 50 € par personne).

Les frais d'annulation restant à votre charge vous seront remboursés par l'assureur, déduction faite de franchise éventuelle, 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'événement qui entraîne l'annulation**.

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

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 de Mutuaide Assistance sont :
- les frais de recherche et secours jusqu'à un plafond de 10 000 €,
- le rapatriement avec assistance en cas d'atteinte corporelle grave,
- les frais médicaux hors du pays de résidence,
- la prolongation de séjour (10 nuits maximum)
- l'avance de fonds à l'étranger,
- la prise en charge d'honoraires d'avocats à l'étranger jusqu'à un plafond de 5 000 €,

- la responsabilité civile vie privée à l'étranger
- ...

Extension Epidémies :
Frais hôteliers suite à mise en quarantaine (80 €/nuit – maxi 14 nuits)
Soutien psychologique suite à mise en quarantaine
Frais médicaux sur place
Retour impossible suite à vol annulé par autorités ou compagnie aérienne (1000 €)
Frais hôteliers suite retour impossible (80 €/nuit – maxi 14 nuits)

L'Assurance Multirisques
Cette assurance reprend **les garanties des assurances annulation et assistance rapatriement**, elle est complétée par deux garanties :

Interruption de séjour : uniquement disponible dans la formule multirisques à 4.8 %.
La garantie de l'assuré prend effet dès le départ du séjour et cesse lors du retour du voyage.
Les évènements garantis sont :
- l'interruption de séjour jusqu'à un plafond de 30 000 € par évènement, ou d'activité 100 € par jour (maximum 3 Jours)

Retard de transport : uniquement disponible dans la formule multirisques à 4.8 %.
Si vous avez subi un retard de transport plus de 4 heures (avion, train, bateau), une indemnité avec plafond de 50 € par personne pour un retard de 4 à 8 h, de 100 € par personne pour un retard supérieur à 8 heures
Les indemnités sont cumulables si le retard est subi par le trajet aller, le trajet retour ou un trajet pendant le voyage.

Nous déclinons toute responsabilité en cas de difficulté avec votre assisteur 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 remplir un formulaire et nous fournir une attestation de leur assurance. 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 NOISY LE GRAND Cedex
Assurance responsabilité civile professionnelle : n°AU460941 - GENERALI –
BP 7 – 38530 CHAPAREILLAN