

RANDO DOUCE EN VERCORS : LES MERVEILLES DU VERCORS : RANDO ET BIEN-ETRE

Séjour en étoile accompagné
6 jours, 5 nuits, 5 jours de marche

Cet été partez à la découverte d'un massif singulier et haut en couleurs !

Situé à cheval sur les départements l'Isère et la Drôme, le Vercors, classé **Parc Naturel Régional** est particulièrement apprécié des randonneurs pour ses paysages contrastés de moyenne montagne. Les alpages d'altitude et sommets alpins sont à portée de main. La faune trouve cet espace naturel et sauvage à son goût puisqu'on y retrouve tous les animaux emblématiques des Alpes comme le bouquetin, le chamois ou encore les aigles et vautours. Nous aurons l'occasion de les observer.

A l'image du Vercors, ce circuit propose des randonnées accessibles et dépayssantes. Avec notre guide local, nous foulerons les grandes prairies fleuries nichées au cœur de vastes forêts luxuriantes. Nous aurons aussi l'occasion d'admirer le caractère alpin de ce massif à travers ses falaises hissées vers les cieux, ses gorges mythiques et ses crêtes panoramiques. Nous élargirons nos horizons avec des visites, dont celle de la **Grotte de Choranche**. Avec son décor cristallin et féérique, c'est l'une des plus réputées des Préalpes.

Côté hébergement : vous serez confortablement installés dans notre **gîte-hôtel 4 épis** situé à **Méaudre**, petit bourg accueillant niché au **Pays des Quatre Montagnes**. Dans cette jolie maison aux volets rouges, l'espace bien-être et la table d'hôte raviront votre séjour. Avec notre guide passionné et au sein d'un groupe permettant la convivialité et le partage, c'est une semaine riche en découvertes dans un écrin de nature authentique qui vous attend !

PROGRAMME

Jour 1 : ACCUEIL À MÉAUDRE, AU CŒUR DU PAYS DES 4 MONTAGNES

Accueil au Gîte-hôtel, à Méaudre, entre 17 h et 19 h.

Autour d'un apéritif de bienvenue, nous vous présenterons le programme de la semaine et partagerons notre premier dîner ensemble.

Jour 2 : LA DOUCE PLAINE D'HERBOUILLY & LE HAMEAU DE VALCHEVRIÈRE

Avant d'enfiler nos chaussures de randonnée, une journée de vacances commence toujours par un petit-déjeuner copieux, où les produits locaux sont mis à l'honneur.

Notre guide nous mène au Col d'Herbouilly, point de départ idéal pour apprécier l'étendue des paysages de ce massif des Préalpes. Un

superbe sentier en balcon file le long de **Roche Rousse** et nous permet de comprendre la formation de ce promontoire calcaire garni de falaises admirables.

Plus loin, nous cheminons dans les forêts verdoyantes où nous passerons de la Drôme à l'Isère. Dans ce secteur, les paysages s'ouvrent toujours sur de belles surprises: ici, la **plaine d'Herbouilly**, très singulière et typique du Vercors.

Elle nous conte l'histoire rurale des paysans d'autrefois.

Après un pique-nique gourmand, nous ferons une halte au hameau oublié de **Valchevrière**, lieu emblématique de l'histoire de la Résistance.

Seule sa chapelle faisant face aux Coulmes est encore debout pour témoigner des incidents tragiques de juin 1944 et de l'échec du «Plan Montagnard».

De retour au gîte-hôte l: place à la détente grâce à notre bain nordique et relaxation au cœur du grand jardin fleuri.

Distances - Dénivelée - Temps de marche

8 km - + 300m / - 300m - 4h00

Jour 3 : CAP SUR LES CONTREFORTS D'AUTRANS !

Aujourd'hui, cap sur la prairie de **Nave**, sa merveilleuse forêt d'épicéas et sa petite cabane rustique où les randonneurs peuvent se reposer.

Nous irons chatouiller les crêtes qui bordent l'extrémité Nord du massif. Un fabuleux dédale de sentiers se faufile dans une végétation luxuriante et très typique des Préalpes.

Ils nous mènent rapidement à notre objectif du jour : de superbes panoramas sur la Chartreuse et la vallée de l'Isère.

Notre guide nous contera l'histoire de ces «pas» qui permettaient jadis de faire passer les grumes de bois dans la vallée.

Nous observerons la géologie du Vercors pour comprendre le pouvoir d'érosion de l'eau et du temps sur la roche calcaire.

De retour à notre camp de base : relaxation musculaire dans le sauna ou repos bien mérité dans le filet de détente du jardin.

Distances - Dénivelée - Temps de marche

11 km - + 440m / - 440m - 4h30

Jour 4 : VISITE DE LA GROTTE DE CHORANCHE & LE « BIENVILLEUR DU BOURNILLON »

Changement de décor ! Notre programme du jour nous fait découvrir une nouvelle facette de ce massif enchanteur. Le Vercors «Drôme» si proche et pourtant si différent, plus rural et confidentiel.

Le matin : nous nous rendons dans les **Gorges de la Bourne** où une visite souterraine nous attend. La grotte de Choranche nous réserve quelques merveilles géologiques : lacs intérieurs cristallins, stalactites fistuleuses féériques, et curieuses petites créatures cavernicoles !

Nous poursuivons notre découverte du canton à **St Julien-en-Vercors**, un charmant village tout habillé de vieilles pierres.

D'ici, nous irons à la rencontre d'un curieux habitant qui veille paisiblement sur les majestueuses **gorges de la Bourne** depuis son promontoire rocheux de la **Cornouze**.

Nous traversons le **bois de l'Allier** pour un nouveau point de vue spectaculaire sur le **cirque d'Echevis**. Ce sera également l'occasion de parler des charbonniers du Vercors et de la vie d'antan construite autour de l'exploitation des forêts.

En fin de journée : sauna, bain nordique, ou encore apéritif local aux couleurs du Vercors.

Distances - Dénivelée - Temps de marche

8 km - + 300m / - 300m - 3h00

Jour 5 : VALLONS ENCHANTEURS ET CABANES DE VILLARD-DE-LANS

Pour cette nouvelle journée au grand air du Vercors, nous nous rendons à **Villard de Lans**. De là, nous empruntons les sentiers d'alpages nous menant dans un écrin de verdure luxuriant. À cette saison les prairies de **la Fauge** s'habillent de mille et une fleurs pour notre plus grand plaisir !

Progressivement l'ambiance devient plus alpine. Le Vercors c'est aussi une histoire de cabanes ... sur notre chemin nous en découvrons plusieurs. Celle de **Roybon**, nichée sous les spectaculaires **arêtes du Gerbier** sera propice pour notre pause pique-nique. De là, nous admirons la vue panoramique sur l'ensemble des montagnes du Vercors.

Suggestion pour la fin de journée: lancez une partie de Mölkky ou un jeu de société, autour d'une bière bio locale.

Distances - Dénivelée - Temps de marche

10 km - + 400m / - 400m - 4h00

Jour 6 : L'ALPAGE ET LES CRÊTES DE LA MOLIÈRE

Nous profitons de cette dernière randonnée au Pays des Quatre Montagnes pour réviser notre géographie alpine ! En effet, de par sa position d'avant-poste des Alpes, le Vercors offre de superbes points de vue sur toute cette vaste chaîne de montagnes. De la Chartreuse, au Mont Blanc, de Belledonne aux Écrins, en passant par le Dévoluy et les Alpes du Sud, c'est un vrai promontoire ! Et le meilleur *spot* pour apprécier ce spectacle des géants : **l'alpage de la Molière** ... Les marmottes nous accueillent en sifflant et les génisses partagent volontiers leurs loges au premier rang.

Et pour compléter cette journée idyllique: dégustez une délicieuse tarte aux myrtilles ou un citronnade maison au gingembre dans l'un des refuges d'alpages perchés tout là-haut.

Dispersion après la randonnée, pour 16h30 à Lans en Vercors.

Possibilité de prolonger votre séjour d'une nuitée et de partir le samedi matin (contactez-nous!).

Distances - Dénivelée - Temps de marche

11 km - + 490m / - 490m - 4h00

COMPLEMENT DE PROGRAMME

Nous pouvons être parfois amenés à modifier l'itinéraire indiqué soit au niveau de l'organisation, soit de la météo, du niveau du groupe, situation exceptionnelle de pandémie etc. Faites-nous confiance, ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et un meilleur confort !

BIEN-ÊTRE

L'ESPACE BIEN-ÊTRE :

LE SAUNA PANORAMIQUE :

Le Sauna tout le monde connaît. Oui, mais un sauna d'extérieur, en Red Cedar canadien et en forme de tonneau offrant une vue panoramique, original non ? Un vrai moment de quiétude, si proche de la nature... Notre recommandation : alternez avec une douche froide selon la pure tradition scandinave ! C'est excellent pour la circulation !

Bienfaits : Ce sont les populations nordiques qui ont mis au point cette technique de régénération des fonctions sudatoires. En effet, dans les pays froids, le corps cherche à économiser ses dépenses en calories, c'est pourquoi la sudation est limitée au minimum.

Le sauna (bain de chaleur sèche ou peu humide) permet une réouverture des capillaires d'où une meilleure élimination des toxines. Il active la circulation sanguine à travers tout le corps, ce qui entraîne une tonification générale.

LE BAIN STØRVATT

Le Størvatt (prononcez "Chtourvatt"), authentique spa en Red Cedar chauffé au feu de bois, est lui aussi en plein air. Appelé également « bain nordique », il sera le bienvenu pour vous relaxer après la balade du jour.

Bienfaits : Le spa réduit le stress, stimule la circulation sanguine, détend et calme les douleurs musculaires sans oublier le plaisir que cela procure. Outre son aspect apaisant, c'est un merveilleux endroit de convivialité auprès d'un feu de bois grésillant en plein air...

LE NID

Ou petite alcôve de détente. Le temps d'une conversation, cette petite alcôve est la transition idéale entre le sauna et le Størvatt.

Bienfaits : Les Romains comme les Scandinaves, se rendaient aux thermes.

LES SOINS INDIVIDUELS (EN OPTION)

À réserver à l'inscription. Jour et heure de soin fixés selon votre programme de plein air, dans la mesure des disponibilités, et non modifiable.

LE MODELAGE BIEN-ÊTRE : Insistant tout particulièrement sur les zones les plus tendues, c'est la récupération active idéale ! Les crispations et lourdeurs se relâchent et le corps retrouve mobilité et légèreté. On a qu'une envie : que ça recommence ! Selon vos besoins et vos envies, votre intervenant.e pourra vous proposer un modelage « détente » visant à la relaxation complète du corps et de l'esprit ; ou une version plus « tonique » pour lever les tensions et s'énergiser.

Durée : 30 ou 45 minutes.

LE SHIATSU est une technique japonaise, issue des connaissances de la médecine traditionnelle chinoise. Une série de pressions le long des méridiens d'acupuncture favorise la détente en harmonisant la circulation de l'énergie ou Qi.

Durée : 45 minutes

LA RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE est une méthode manuelle ancestrale qui considère les deux pieds comme la représentation du corps humain et ses organes. C'est une réflexologie douce qui alterne pressions légères et modelage des différentes zones réflexes du pied. Cette pratique permet de libérer les tensions en activant la circulation sanguine et apporte à tout le corps une profonde détente.

Après une séance de réflexologie plantaire, vous ressentez un bien-être autant physique que mental.

Durée : 30 ou 45 minutes.

NB : ces soins participent au bien-être et à l'harmonie du corps et ne constituent en aucun cas une action thérapeutique.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Arrivée **le jour 1 entre 17 h et 19 h au gîte-hôtel à Méaudre.**

L'hébergement n'est pas au cœur du village mais à 3 km des commerces (env. 40 min à pied, 5 min. en voiture).

Accès en train et bus : Train/TGV jusqu'à Grenoble puis bus jusqu'à Méaudre :

Depuis la gare de Grenoble, prenez les bus régionaux Cars Région Auvergne-Rhône-Alpes : Ligne T64 jusqu'à Lans-en-Vercors - Office de Tourisme puis ligne T66 jusqu'à Méaudre - Place du Village.

Ce service est régulier et **non réservable** à l'avance.

Vous pouvez acheter votre billet sur **place uniquement** :

- sur le quai, dans l'heure qui précède votre départ, par SMS en envoyant 3Z au 93 222
- à une borne en gare (cliquez sur option « 3 zones »)
- ou, en dernier recours, directement auprès du chauffeur (prévoir l'appoint).

Nous venons vous chercher à la descente du bus qui part de Grenoble à 17h00 et arrive à 18h21 à Méaudre Place.

Prévenez-nous à l'avance si vous êtes amenés à prendre un autre bus.

Consigne bagages à Grenoble : vous pouvez déposer vos bagages au bureau de tabac **Le Cigarillo**, à 150 m de la gare. Ouvert tous les jours de 7 h à 21 h. Env. 7 € la valise. Réservation en ligne possible sur nannybag.com

Profitez-en pour découvrir le centre-ville de Grenoble : quartier piéton autour de place Grenette, magnifique musée des Beaux-Arts de Grenoble, balade à pied (ou avec les « œufs ») jusqu'au Fort de la Bastille pour admirer la ville d'en haut et son passionnant Musée Dauphinois sur le patrimoine alpin.

Accès en voiture

- **Depuis le Nord - Grenoble** : depuis l'A48 en direction de Grenoble, sortie n°14 "St Egrève Sassenage Villard-de-Lans". À Lans-en-Vercors, prendre la direction d'Autrans. En bas du Col de la Croix Perrin, tourner à gauche pour Méaudre et continuer sur 1 km.
- **Depuis le Sud - Valence** : depuis l'A49 en direction de Grenoble, sortie n°8 « Aire Royans-Vercors, Villard de Lans ». Suivre Villard-de-Lans. À la fin des gorges de la Bourne, tourner à gauche direction Méaudre. Le gîte se situe 3 km après le village.

Le gîte-hôtel dispose d'un parking privé et gratuit.

Accès en voiture

- **Depuis le Nord - Grenoble** : depuis l'A48 en direction de Grenoble, sortie n°14 "St Egrève Sassenage Villard-de-Lans". À Lans-en-Vercors, prendre la direction d'Autrans. En bas du Col de la Croix Perrin, tourner à gauche pour Méaudre et continuer sur 1 km.
- **Depuis le Sud - Valence** : depuis l'A49 en direction de Grenoble, sortie n°8 « Aire Royans-Vercors, Villard de Lans ». Suivre Villard-de-Lans. À la fin des gorges de la Bourne, tourner à gauche direction Méaudre. Le gîte se situe 3 km après le village.

Le gîte-hôtel dispose d'un parking privé et gratuit.

DISPERSION

Le jour 6, à 16 h 30 après la randonnée à Lans en Vercors.

(Possibilité de prolonger votre séjour jusqu'au samedi matin. Voir options).

Retour en bus et en train

Par les bus réguliers "CARS RÉGION" T64.

Lans-en-Vercors - Office du Tourisme : 17 h 00 - 17 h 48.

HEBERGEMENT AVANT OU APRES LA RANDONNEE

Si vous désirez arriver la veille ou prolonger votre séjour dans le Vercors, réservez à l'avance nous vous offrons l'accès à l'espace bien-être ! Voir options.

NIVEAU

Parcours sans difficulté technique dans un environnement de moyenne montagne.

Randonneur niveau 2 sur une échelle de 5 :

Dénivelée moyenne : 390 m Maximum : 490 m

Longueur moyenne : 9 km Maximum : 11 km

Horaire moyen : 4 h Maximum : 4 h 30

HEBERGEMENT

Vous serez accueilli(e) au sein de notre Gîte-hôtel (4 épis) établi dans une Maison de Pays coquette et conviviale du petit village de Méaudre

Vous serez logé(e) en chambre confortable (avec salle d'eau et WC privés).

Les draps sont fournis ainsi qu'une serviette de toilette.

Sous réserve de disponibilité au moment de la réservation, je choisis :

- formule à 3 : je partage une chambre de 3 personnes - mixte - avec 3 lits simples,
- formule à 2 :
 - je partage une chambre de 2 personnes avec 2 lits simples (non mixte),
 - je choisis une chambre pour 2 personnes avec 1 lit double (couple),
- possibilité de chambre individuelle (voir la rubrique « Options »)

Repas

Nous accordons une place essentielle à notre table d'hôtes et à la qualité de la restauration. Tout au long de votre séjour, notre chef vous invite à savourer une cuisine **équilibrée, généreuse et authentique**, inspirée des richesses de notre région.

Au rythme des saisons, nous composons des menus mettant à l'honneur des produits frais et locaux, sélectionnés avec le plus grand soin. Viandes, fromages et spécialités du terroir proviennent tout droit des fermes voisines. Miel, confitures, céréales, tisanes et bien d'autres

gourmandises répondent en grande partie au label biologique.
Chaque soir, le repas se prolonge autour d'une savoureuse infusion digestive dont les parfums seront à deviner !

Petit-déjeuner : un généreux buffet sucré-salé, varié et complet.

Pique-nique à midi : salade composée, charcuterie ou tartinable, fromage et dessert.

Dîner : entrée, plat et dessert (toujours « maison » !).

Espace Bien-Être (accès libre et illimité)

Vivez une expérience nordique insolite en plein air !

Le Gîte-Hôtel possède un Espace Bien-Être extérieur avec un bain nordique chauffé au bois et un sauna.

L'accès est inclus dans votre séjour tous les jours à votre retour d'activité.

Soins individuels (en option)

Offrez-vous un moment de détente rien qu'à vous !

Les soins sont proposés en 30 ou 45 minutes :

- Modelage Bien-Être
- Réflexologie plantaire
- Shiatsu

ENCADREMENT

Marie-Odile, Delphine, Laurent... Tous nos accompagnateurs sont des diplômés d'État, passionnés et amoureux du Vercors ! Ils ont à cœur de partager avec vous leurs connaissances sur notre beau plateau.

GROUPE

Les groupes sont constitués de 6 personnes minimum et limités à 14 personnes.

TRANSFERTS INTERNES

Notre minibus pouvant transporter 8 personnes en plus de l'accompagnateur, si le groupe dépasse ce nombre, nous pouvons vous demander d'utiliser votre propre véhicule.

Dans ce cas-là, vous serez défrayés en fin de séjour.

PORTAGE DES BAGAGES

Rien à porter, excepté vos affaires de la demi-journée ou de la journée avec le pique-nique.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vous trouverez cet équipement dans les magasins de notre partenaire :

www.auvieuxcampeur.fr

Il est important de bien appréhender l'environnement montagnard avec ses aléas climatiques qui peuvent passer d'un extrême à l'autre rapidement. Bien équipés, vous profiterez d'autant mieux de vos vacances !



Vêtements, les principes :

Pour le haut comme pour le bas du corps, privilégiez le « multi-couches ». C'est-à-dire

plusieurs épaisseurs de vêtements que vous ôterez ou ajouterez au gré de la température et de l'effort.

Par exemple :

- Un sous-pull thermique à manches courtes ou longues en matière respirante (fibre creuse).
- Une veste en polaire chaude ou une doudoune.
- Une veste coupe-vent imperméable et respirante type Gore-Tex.

Par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie ou vent, il suffit d'ajouter cette veste imperméable ou cape de pluie. Même l'été, en montagne il peut faire froid ou lors des pauses, la veste polaire ou la doudoune est un complément indispensable.

Prévoir des **vêtements qui sèchent rapidement** et donc proscrire le coton. Préférez les fibres synthétiques ou le mérinos 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'ennemie du randonneur, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. Ainsi, il est très rare d'effectuer une ascension vêtu.e d'une veste polaire.

Dans votre sac pour la journée :

- 1 petit sac à dos (35 à 40 L) muni d'une ceinture ventrale.
- 1 thermos ou une gourde de préférence isotherme (2 litres conseillés).
- Nécessaire pour le pique-nique : 1 couteau de poche, 1 fourchette-cuillère.
- Des vivres de course (barres énergétiques, fruits secs ou chocolat pour les gourmands).
- 1 petite pochette étanche avec carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance reçu lors de votre inscription si vous avez souscrit cette assurance ou celui de votre assurance personnelle.
- 1 trousse de pharmacie personnelle (voir suggestion de trousse complète ci-dessous)
- 1 paquet de mouchoirs.
- 1 paire de lunettes de soleil + crème solaire.
- 1 chapeau de soleil ou casquette.
- 1 foulard ou un « buff » (tour de cou) permet de parer à toutes les solutions pour couvrir le cou et la tête, qu'il fasse chaud ou froid.
- 1 sur-sac pour le protéger de la pluie + 1 sac plastique solide (permettant de protéger l'intérieur)
- Éventuellement : 1 paire de bâtons de randonnée + 1 frontale ou lampe de poche + 1 couverture de survie.

Votre bagage complet (liste à adapter suivant la saison) :

- 2 tee-shirts manches courtes en matière respirante.
- 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise.
- 1 veste polaire ou 1 doudoune.
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type Gore-Tex avec capuche.
- 1 cape de pluie.
- 1 pantalon de trekking ample et confortable.
- 1 surpantalon imperméable et respirant type Gore-Tex surtout au printemps ou à l'automne.
- Des chaussettes de marche. Privilégiez la laine ou les chaussettes spécifiques randonnée type "bouclette" qui vous éviteront l'échauffement prématuré des pieds. Gare au coton pour les ampoules.

- 1 paire de chaussures de randonnée en bon état, à tige haute, tenant bien la cheville et imperméables, à semelle type Vibram. Pensez à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps (vérifiez notamment si la colle de la semelle tient encore et ré-imperméabilisez-les).
- 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir.
- 1 tenue confortable pour le soir.
- Vos sous-vêtements.
- 1 maillot de bain + 1 drap de bain pour l'espace bien-être. Dans la chambre, vous trouverez une serviette de toilette pour la douche.
- Nécessaire de toilette (privilégiez l'indispensable et les petites contenances).
- Boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).
- Si vous portez des lunettes de vue, pensez à prendre une paire de rechange.

Suggestion de trousse à pharmacie personnelle

- Vos médicaments habituels.
- Médicaments contre la douleur : Paracétamol de préférence.
- Bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large.
- Compresses désinfectantes.
- Pansements adhésifs.
- Double peau (type Compeed ou SOS ampoules).
- Pastilles contre le mal de gorge.
- Vitamine C.
- 1 pince à épiler.
- 1 tire-tiques.
- Gel hydroalcoolique et lingettes désinfectantes.

Et puis

- Une dose de bonne humeur !
- Votre jeu de société préféré si vous souhaitez partager un moment convivial après le dîner.
- Et si vous êtes musicien(ne), n'hésitez pas à apporter votre instrument de prédilection ou vos partitions, le piano de la maison vous attend.

DATES ET PRIX

Date Début	En chambre de 2 personnes	Si vous venez à 3 pers. et plus
16/05/2027-21/05/2027	990,00	940,00
23/05/2027-28/05/2027	975,00	925,00
30/05/2027-04/06/2027	975,00	925,00
06/06/2027-11/06/2027	990,00	940,00
13/06/2027-18/06/2027	990,00	940,00
04/07/2027-09/07/2027	1 010,00	960,00
18/07/2027-23/07/2027	1 010,00	960,00
01/08/2027-06/08/2027	1 010,00	960,00
15/08/2027-20/08/2027	1 010,00	960,00
29/08/2027-03/09/2027	990,00	940,00
12/09/2027-17/09/2027	975,00	925,00
19/09/2027-24/09/2027	965,00	915,00

Tarif sur la base de la chambre triple. Chambre à 2 et chambre individuelle en option.

OPTIONS

Hébergement :

- Chambre à 2 (couple ou individuels non mixte) : + 50 €
- Chambre single : 210 €

Soins individuels : à réserver à l'inscription

- Modelage Bien-être ou Réflexologie plantaire :
 - 30 minutes : 67 €
 - 45 minutes : 83 €
- Shiatsu :
 - 45 minutes : 83 €

Jour et horaire fixés par nos soins selon votre programme et dans la mesure des disponibilités. Nous attirons votre attention sur le fait que vous ne pourrez pas ajouter cette option sur place

HEBERGEMENT AVANT OU APRES VOTRE RANDONNEE

Si vous désirez arriver la veille ou prolonger votre séjour dans le Vercors, réservez à l'avance nous vous offrons l'accès à l'espace bien-être !

- ½ pension en chambre partagée : 92 € / pers.
- ½ pension en chambre individuelle : 117 € / pers.

LE PRIX COMPREND

- L'hébergement pour 5 nuits en chambre, selon votre choix de formule
- La pension complète
- La tisane après le repas
- L'encadrement de 5 belles journées de randonnée
- L'accès libre et illimité à l'espace bien-être
- La taxe de séjour
- La visite de la Grotte de Choranche

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les boissons
- Les soins proposés en option
- Les assurances
- Les options
- Le transport du lieu de domicile au point de départ, et retour
- Les visites suggérées au programme
- Tout ce qui n'est pas mentionné dans le prix comprend

LE VERCORS

DÉCOUVREZ LE VERCORS !

Envie d'en apprendre plus sur le massif du Vercors ? Ça tombe bien, vous êtes au bon endroit ! Bienvenue dans les **Préalpes** ! À cheval sur les départements de l'Isère et de la Drôme, entre Grenoble et Valence, le Vercors vous ouvre ses portes.

Le Vercors en 5 mots-clés : convivialité, nature, sport, détente, patrimoine !

Ce **massif calcaire** composé de roches sédimentaires, s'est formé il y a plusieurs millions d'années, en même temps que la chaîne des Alpes. Au fil du temps, il s'est façonné, dessiné, et a trouvé ses courbes qui le rendent si beau. Un élément clé de cette transformation : L'**EAU**. Et oui, goutte après goutte, la roche s'est sculptée pour nous offrir un véritable trésor souterrain avec d'innombrables grottes et gouffres, dont l'un des plus célèbres au monde, le gouffre Berger (1 000 m de profondeur !).

En surface, c'est un tout autre décor ! À une altitude moyenne de 1 000 m, les hauts plateaux se démarquent entrecoupés de gorges majestueuses. Forêts d'épicéas, alpages fleuris et crêtes vertigineuses, les paysages défilent telle une carte postale.

Vous côtierez les sommets les plus remarquables du Vercors comme la Grande Moucherolle, le célèbre Mont Aiguille ou encore le Grand Veymont (2 341 m), point culminant du massif.

Le Parc naturel régional du Vercors

Pour préserver cet écrin de nature, un Parc naturel régional est créé en 1970. Le tétras-lyre et la tulipe sauvage en sont les emblèmes. Sur les Hauts-Plateaux, s'étend **la plus grande Réserve naturelle de France**. Cet espace protégé permet de préserver et d'étudier la richesse de cette nature gardée à l'état sauvage.

Pour en savoir plus sur le Parc du Vercors : www.parc-du-vercors.fr.

Et si on parlait climat ?

À la transition des Alpes du Nord et du Sud, le Vercors nous offre une jolie palette de climats. Au nord, des hivers froids et des étés doux. Au sud, un climat plus méditerranéen qui adoucit les hivers et rend les étés chauds et secs. Grâce à ces nuances climatiques, la végétation varie et crée **des ambiances contrastées** qui dessinent les différents pays du Vercors : les Quatre Montagnes, le Royans, les Hauts-Plateaux, la Gervanne, les Coulmes, le Vercors drômois, le Diois et le Trièves.

Vercors rime avec "outdoor"

Le Vercors est un véritable terrain de jeu pour les amoureux de sport en **pleine nature**. Il se pratique en **toutes saisons**. De la randonnée au VTT en passant par le trail, le Vercors saura vous surprendre et vous fasciner. Terre nordique, souvent comparée aux pays scandinaves, le ski de fond et le biathlon sont les disciplines phares une fois l'hiver venu. Vous pourrez apercevoir nos champions s'entraîner comme Marie Dorin-Habert ou Emilien Jacquelin.

Après le sport, le réconfort ?

Au gré des aventures, vous découvrirez **un territoire vivant**. Dans les pâtures, vous pourrez admirer une des races bovines emblématiques du Vercors : "La Villarde", cette vache à la robe froment aujourd'hui élevée pour son bon lait. À vous le Bleu de Vercors, le Saint-Marcellin, et autres fromages du cru ! Ici, les habitants ont à cœur de mettre à l'honneur leurs savoir-faire et de partager leur passion en ouvrant les portes de leurs fermes : du pré à l'assiette, il n'y a qu'un pas ! Vous apprécierez aussi les succulentes raviolas du Royans, les

noix de Grenoble ou encore la pétillante Clairette de Die. De quoi vous régaler pendant vos vacances !

Et au fait, d'où vient le nom "Vercors" ?

Il viendrait du nom d'un peuple celte installé dans la région : les Vertacomiorii. Ses habitants sont donc les **Vertacomicoriens** !

La Résistance dans le Vercors : que s'est-il passé ?

Pendant la Seconde Guerre mondiale, le **maquis du Vercors** fut une importante base de la Résistance française. Sa position et son allure de forteresse naturelle firent de ce massif un refuge idéal pour ces hommes et femmes qui luttèrent ensemble pour la liberté de la France. Un épisode de notre histoire aussi passionnant que dramatique.

Pour en apprendre plus :

- Visiter le Musée de la Résistance et le Mémorial de la Résistance à Vassieux-en-Vercors
- Sur le site du Parc du Vercors

Quelques idées de visites :

- La Grotte de Choranche - Choranche
- La Maison du patrimoine - Villard-de-Lans

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'affrètement 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 entraînera 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 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.

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 avec un minimum de 4 €/personne).**
- **Assurance Frais de Recherche et Secours + Assistance Rapatriement + extension Epidémies (2 % du montant du séjour avec un minimum de 4 €/personne).**
- **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 avec un minimum de 11 €/personne).**

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 événements 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 événements 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 événements garantis sont :

- l'interruption de séjour jusqu'à un plafond de 30 000 € par événement, 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 assistant 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