RANDONNEE ACCOMPAGNEE 2024

OXYGENE ET RANDONNEE DANS LE MASSIF DE BELLEDONNE

Randonnée en étoile en hôtel ***

6 jours / 5 nuits, 5 jours de randonnée, terrasse et piscine

Idéalement situé dans le plus secret des massifs alpins, le petit village de la Ferrière accueille ce charmant hôtel entièrement rénové avec tous les services confort. Le séjour vous propose une vraie découverte de ce massif alpin resté sauvage et préservé. Entre torrents de montagne, lacs d'altitude, grandes forêts d'épicéas, c'est une véritable invitation au voyage nature au pieds des grands sommets de Belledonne, avec en toile de fond le massif du Mont Blanc et les grandes Alpes Dauphinoises.

Venez vibrer à chaque instant dans cet univers que vous dévoilera Jean-Louis, votre accompagnateur, enfant du pays et amoureux de ses montagnes, faites lui confiance, il partagera à chaque instant le plaisir de randonner, d'observer, de contempler en accédant à des itinéraires de grande qualité.

PROGRAMME

Jour 01 :
Accueil à la Ferrière à l'hôtel Le Madame à partir de 17h. Si vous arrivez en train, le rendez-vous est fixé à la gare de Pontcharra-sur-Bréda à 18h30. En cas de retard merci de contacter l'hôtel le Madame au 04.58.47.01.00

Apéritif de bienvenue, installation, dîner.

Jour 02 : Le Lac du Léat (1720 m)
Au départ de Gleyzin (1100 m), nous nous élevons en forêt pour gagner le Refuge du Bout (1390 m), niché au creux d'une clairière. Non loin de là, se situent les deux impressionnants Sapins Henri IV (30 mètres de hauteur, 400 ans d'âge et 5,20 m de circonférence). La montée se poursuit sur la crête et le sentier sort ensuite de la forêt pour atteindre la quiétude du petit Lac Léat (1720 m). Le site est magnifique avec son petit refuge. Les plus courageux pourront monter jusqu'à la Croix du Léat (1825 m), belvédère sur les massifs d'Allevard, des Sept Laux, de la Chartreuse et du Grand Rocher.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique
11 km, + 630m / - 630m

Jour 03 : Le crêt du poulet depuis Montarmand
C'est une belle randonnée avec un panorama exceptionnel qui vous attend pour cette crête située sur le versant Grésivaudan des montagnes de Belledonne. Un haut lieu de pastoralisme chargé d'histoire liée à la grande époque de la sidérurgie. De petits lacs d'altitude ponctue cette itinérance sous le regard des falaises du massif de Chartreuse et du lac du Bourget un peu plus loin. Et là, tiens c'est le Mont Aiguille !

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique
11 km, + 600m / - 600m

Jour 04 : Les lacs des Sept Laux
Le départ de la rando se situe à 10 minutes de l'Hôtel. En route pour cette balade incontournable en Belledonne à la rencontre de ces fameux lacs d'altitude, les Sept Laux, un univers minéral au pieds des grands sommets de Belledonne dont le célèbre Pic de la Belle Etoile à près de 3000 m. Même si l'ascencion est soutenue l'effort sera récompensé par une vue et une ambiance à couper le souffle. C'est une randonnée en boucle où les panoramas se succédent à chaque virage pour atteindre cet univers où l'homme a mis sa patte pour permettre le développement de l'Hydro électricité.
Bienvenue à la montagne !
Pour cette randonnée, l'accompagnateur saura vous motiver et vous aider dans cette belle aventure d'un jour.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique
13 km, + 1000m / - 1000m

Jour 05 : La boucle des chalets de la Valloire

Encore du beau et des panoramas pour cette randonnée sur les combes escarpées de Belledonne. Une randonnée quasi au départ de l'hôtel qui nous permet d'atteindre un balcon sur la vallée et aller à la rencontre de l'agriculture de montagne et l'estive au chalet de la Valloire, torrent fougueux du massif. Le monde végétal est important et permet de découvir la flore et peut être la faune de ce massif.

Une belle virée aux odeurs de chez nous, dans l'ambiance et le décor des cartes postales de montagne.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique
11 km, + 800m / - 800m

Jour 06 : Dernière sortie : Crêt du Bœuf (1790 m)
Cette randonnée se déroule dans un décor forestier. L'ascension débute dans une belle forêt de résineux. Au bout d'une heure, le profil s'adoucit et le décor s'ouvre peu à peu. L'itinéraire se fait ensuite carrément débonnaire avant de rejoindre les grandes clairières du plateau sommital. Du sommet du Crêt du boeuf, la vue est splendide sur le massif alpin de Belledonne et les massifs préalpins du Vercors, de la Chartreuse et des Bauges. La descente sera, quant à elle beaucoup plus "sauvage", puisque nous essayerons de nous "perdre" sur le plateau avant de dénicher d'anciens chemins, inutilisés aujourd'hui, qui nous ramènent à notre point de départ.

Retour à l'hôtel pour 16h. Transfert à la gare de Pontcharra-sur-Bréda pour 17h.

Vous pouvez choisir lors de la réservation une nuit supplémentaire à l'hôtel.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique
10 km, + 650m / - 650m

COMPLEMENT DE PROGRAMME
Le séjour premet une approche de la montagne sur des sentiers escarpés avec un niveau soutenu. Dans un univers minéral, les randonnées ouvrent sur un décor unique qu'il faut parfois mériter, mais le séjour reste accessible à toute personne en bonne santé.
Nous pouvons être parfois amenés à modifier quelque peu l'itinéraire indiqué : soit au niveau de l'organisation (problème de surcharge des hébergements, modification de l'état du terrain, etc...), soit directement du fait de l'accompagnateur (météo, niveau du groupe, etc...). Faites-nous confiance, ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et un meilleur confort !

Notez bien : les itinéraires de randonnées peuvent évoluer en fonction du niveau du groupe et de la météo, l'accompagnateur saura être l'animateur et vous proposera une randonnée adaptée chaque jour.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

A l'hôtel le Madame à La Ferrière, Le Haut Bréda à partir de 17 heures, si vous venez en voiture. L'adresse de l'hôtel est 1030 route du haut bréda, le Curtillard, 38580 LE HAUT BREDA.
Merci de préciser votre mode d'accès à l'inscription.

Arrivée en train
Le rendez est 18 h 30, si vous avez opté pour le transfert assuré par nos soins.
Gare de Pontcharra sur Breda Allevard.
Horaires indicatifs à vérifier auprès de la SNCF au 36 35 ou www.oui.sncf.
Nous pouvons vous proposer un transfert pour vous amener à l'hôtel depuis la gare de Pontcharra. Tarif : **20 €** par personne aller et retour à réserver à l'inscription.

Arrivée en voiture
La Ferrière 38, Commune le Haut Bréda.
Itinéraire : www.viamichelin.fr
Prendre la sortie Pontcharra n°22 sur l'autoroute A41 entre Grenoble et Chambéry. Prendre ensuite la D523b, puis la D925b jusqu'à Détrier et enfin la D925, puis la D525 jusqu'à Allevard, continuer sur la D525a jusqu'au village de la Ferrière à la sortie du hameau du Grand Thiervoz, l'hôtel se trouve sur la droite.
Parking
Vous pouvez garer votre véhicule sans souci près de votre hébergement.
Infos accueil
Si vous arrivez en retard : Le jour même, en cas de retard de dernière minute, laissez nous un message au 04.51.20.50.50. ou directement à l'Hotel au 04.58.47.01.00

Dispersion

Le Jour 06 à 16 heures à votre hébergement ou à 17h en gare de Pontcharra sur Bréda, si vous avez réservé le transfert.
Hébergement avant ou après la randonnée :
Si vous arrivez la veille ou repartez le lendemain, nous pouvons vous réserver une chambre à l'Hotel le Madame, la veille ou après votre séjour.

Retour en train
Gare de Pontcharra sur Breda Allevard
Horaires indicatifs à vérifier auprès de la SNCF au 36 35 ou www.oui.sncf.
Nous pouvons vous proposer un transfert pour vous amener à la gare. Tarif : 20 € par personne aller et retour à réserver à l'inscription.

FORMALITES

Durant la randonnée, vous devez être en possession des documents suivants :
- Carte d'identité en cours de validité ou Passeport.
- Dépliant de votre assurance voyage reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit l'assurance que nous proposons) ou de votre assurance personnelle (numéro de contrat + numéro de téléphone).
- Carte vitale.

NIVEAU

Dénivelée moyenne : 800 m Maximum : 1000 m
Longueur moyenne : 11 km Maximum : 14 km

Le rythme de marche est lent et régulier, l'aspect découverte est privilégié sur l'aspect sportif.
Le terrain de jeu est minéral dans un univers sur des sentiers balisés.

HEBERGEMENT

Les inscriptions individuelles sont regroupées en chambre **non mixte de 2 à 3 personnes.**
Chambre individuelle (selon les disponibilités) : **A réserver à l'inscription.**
L'hôtel recemment rénové propose un service et un hébergement de qualité, avec une grande piscine d'été, un coin détente et un panorama sur les montagnes.

Le jeudi soir, l'hôtel organise régulièrement un apéritif animé au cours duquel vous pourrez déguster planches et cocktails locaux. Réservation directe sur place à votre arrivée.
Cette prestation n'est pas comprise dans le prix du séjour.

Repas :
les repas sont préparés par l'Hôtel ainsi que les pique nique du Midi.
La cuisine du monde est faite maison.
En cas d'allergie ou d'intolérance particulière il est impératif de prévenir avant votre arrivée les différentes contraintes.

TRANSFERTS INTERNES

L'accompagnateur utilisera un minibus. Nous pouvons vous demander d'utiliser votre propre véhicule si le groupe est plus important. Dans ce cas-là, il est bien évident que vous serez défrayés des frais engagés.

PORTAGE DES BAGAGES

Séjour en étoile : vous ne portez qu'un sac comportant les effets pour la journée et le repas de midi fourni par l'Hôtelier.
Prévoir des couverts dans votre sac à dos pour le pique nique, une gourde et une thermos si vous souhaitez avoir de l'eau chaude le matin.

GROUPE

De 6 à 15 personnes.

ENCADREMENT

Accompagnateur en montagne diplômé d'Etat, spécialiste de la région .
Professionnel de la montagne, il s'engage à :

- Gérer au mieux le déroulement de votre randonnée en toute sécurité : choix de l'itinéraire, rythme de progression, logistique, santé, adaptation aux aléas météorologiques et à la nivologie.
- Assurer la dynamique et la cohésion du groupe.
- Vous faciliter l'approche du milieu montagnard et vous faire partager avec passion ses connaissances pour la nature.
- Etre disponible et à votre écoute.

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 (les sous-vêtements en laine mérinos sont confortables et génèrent peu de mauvaises odeurs), 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, 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.

La liste idéale : (à adapter suivant la randonnée et la saison)
- 1 chapeau de soleil ou casquette.
- 1 foulard ou tour de cou.
- T-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 à 3 jours de marche).
- 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise.
- 1 veste en fourrure polaire.
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex avec capuche.
- 1 cape de pluie ou un sursac
- 1 pantalon de trekking ample.
- 1 short ou bermuda.
- 1 paire de chaussures de randonnée montantes tenant bien la cheville et imperméables à semelle type Vibram. Pensez à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps.
- Un maillot de bain.

Equipement :
- 1 sac à dos de 35/40 litres à armature souple, muni d'une ceinture ventrale.
- Un grand sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos.
- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité avec protection latérale.
- une gourde (1,5 litre minimum).
- 1 couteau de poche type Opinel.
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent, carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance.
- Crème solaire + écran labial.
- 1 couverture de survie.
- Appareil-photo, jumelles (facultatif).

Pour le soir à l'hébergement :
- 1 pantalon confortable.
- 1 paire de chaussures de détente légères.
- Nécessaire de toilette (privilégiez l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyages).

- Boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).
- 1 frontale ou lampe de poche.

Pharmacie personnelle :

- Un tire-tique.
- Vos médicaments habituels.
- Bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large.
- Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes.
- Double peau (type Compeed ou SOS ampoules).
- 1 pince à épiler.

Et puis…

- une dose de bonne humeur et pourquoi pas une petite spécialité de chez vous à partager lors d’un pique-nique ou d'une soirée !

DATES ET PRIX

Tarif : **845.00 € / personne**

OPTIONS

Chambre individuelle en formule standard : **240 € par personne.**
Nuit supplémentaire en formule chambre + petit déjeuner deux personnes : **145.00 € par nuit**
Nuit supplémentaire en formule chambre + petit déjeuner 1 personne **: 130.00 € par nuit**

Transfert aller-retour depuis la gare de Pontcharra sur Bréda : **20 € par personne à réserver à l'inscription.**
(le jour 1 pour l'arrivée et le dernier jour du séjour, le vendredi)

Fabienne, notre masseuse de l'hôtel peut vous prodiguer un massage de 30 minutes ou d'une heure selon vos envies. Cette prestation est à réserver lors de votre inscription dans les différentes options du séjour.

Massage 30 minutes : 55 euros - "Délassant jambes, pieds" ou "Relax dos, bras et mains" : Après une randonnée, rien de mieux que délasser et rebooster le corps avec l'huile des vaillants et des mains expertes habituées aux sportifs de Belledonne !
Massage 1 heure : 90 euros - Massage personnalisé réalisé sur l'ensemble du corps qui permet d'apporter un rééquilibrage en associant massage et thérapie manuelle Poyet. Communément appelé "La révision" il est une remise en forme idéale pour les tensions physiques et nerveuses !
Les réservations de prestations supplémentaires doivent se faire à l'inscription et être spécifiées sur le bulletin de réservation.

LE PRIX COMPREND

- Les frais d'organisation.
- L'encadrement des sorties en montagne avec un accompagnateur local
- La nourriture et l'hébergement pension complète.
- Les transferts prévus au programme.
- Accès libre à la piscine de l'Hôtel
- L'Apéritif de bienvenue

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le vin lors des repas.
- Les boissons et dépenses personnelles.
- L'équipement individuel.
- Les trajets jusqu'au lieu d'accueil et à partir du lieu de dispersion.
- Les différentes assurances : Annulation ou/et Frais de recherche et secours - Assistance - Rapatriement - Interruption de séjour.
- Tout ce qui n'est pas dans "Le prix comprend".

POUR EN SAVOIR PLUS

DESCRIPTION

NOS POINTS FORTS

- La découverte du massif secret de la chaîne de Belledonne.
- Des randonnées accessibles dans une ambiance « Haute Montagne ».
- Un groupe limité à 12 personnes pour une meilleure convivialité.
- Séjour en étoile permettant de modifier le programme en cas de mauvaise météo.
- le confort de l'hôtel rénové aux couleurs d'aujourd'hui

L'ESPRIT DU SÉJOUR

Randonner, c'est se mettre à l'écoute de son corps et de tout ce qui l'entoure mais c'est aussi s'arrêter pour s'émerveiller, s'ouvrir à la nature.
Randonner, c'est aller à la rencontre de l'autre au détour d'un sentier ou d'un village, rencontre apportant la dimension humaine à la découverte d'un pays.
Pour comprendre et mieux découvrir le massif de Belledonne, il faut en connaître les nombreuses particularités. C'est cet aspect culturel de la randonnée que votre accompagnateur saura partager avec vous.
Pendant plusieurs jours, vous allez évoluer au sein d'un groupe de personnes réunies autour d'une passion commune pour la nature et de l'envie de découvrir un massif. Votre randonnée est l'occasion de partager des moments forts, en faisant preuve de convivialité, d'ouverture d'esprit et d'entraide à l'égard de vos compagnons de voyage.

CARTOGRAPHIE

1 / 50 000 Didier Richard "Chartreuse-Belledonne-Maurienne"
1 / 60 000 IGN 03 " Chartreuse Bauges Belledonne Maurienne "
1 / 25 000 IGN 3433 OT Allevard Belledonne Nord

PARTENARIAT

Raidlight Vertical
Pour vos équipements et votre matériel, Randhorizons fait confiance à notre fournisseur local installé en Chartreuse : RAIDLIGHT VERTICAL. Bénéficiez de**20%**de réduction avec le code**RANDHORIZONS2023**.
Rendez-vous sur le site internetwww.raidlight.com.

RESEAU

Vagabondages

VAGABONDAGES est un réseau de spécialistes de la randonnée et des vacances actives non motorisées unis par une même éthique professionnelle. Signataires de la présente charte, ils s'engagent :

- À assurer directement, ou en priorité par l'intermédiaire du réseau VAGABONDAGES, l'organisation des séjours qu'ils proposent,
- À offrir un encadrement professionnel compétent spécialiste du milieu ou du thème abordé,
- À constituer des groupes de dimension humaine, et valoriser, à travers leurs formules, l'authenticité et la convivialité de leur terroir d'ancrage ou de passion,
- À respecter l'environnement et les patrimoines historique, culturel et humain rencontrés dans l'exercice de leur profession,
- À honorer leurs engagements contractuels dès acceptation d'une inscription, tant sur le plan des prix que sur celui de la qualité des prestations, à prendre en compte vos remarques et suggestions, notamment par la remise systématique d'un questionnaire de satisfaction, dans un souci constant de perfectionnement de la qualité des séjours.