

ÉTÉ 2020

COCKTAIL MONTAGNE A NEVACHE EN FAMILLE

Séjour multi-activités, accompagné et en étoile

6 jours 5 nuits 5 jours d'activités

Des vacances actives mais en douceur dans les Hautes-Alpes, qui se veulent « l'Eldorado » des activités de pleine nature, la randonnée, le VTT, l'eau et l'escalade. Et c'est au départ de la vallée que vous "zapperez" sur notre programme : escalade et biathlon d'été, lacs d'altitude en Clarée, VTT de Fontcouverte à Briançon pour terminer comme le Tour de France dans la Vieille Ville fortifiée, rafting sur la Durance et découverte d'un refuge de montagne avec vue sur les glaciers de la Meije et des Ecrins. Ce séjour se veut sportif mais les activités seront adaptées au niveau de chacun et partiront du niveau « découverte ».

Ce séjour peut être combiné avec notre « Découverte montagne » pour les plus petits (à partir de 5 ans).



SUD RANDOS Association déclarée en sous préfecture de Millau n° W341005290 - Immatriculation au Registre des Opérateurs de Voyages et de Séjours avec le n°IM034110035 - Agence sud Aveyron dont le siège est à : rue du pontil, 12490 Saint Rome de Cernon - Garant : Groupama Assurance Crédit et Caution, Siège social 8_10 rue d'Astorg 75008 PARIS. RCP : MMA Mutuelles du Mans Assurances, SARL SAGA, BP 27 - 69921 OULLINS - Assistance voyage : Europ-Assistance, 1, promenade de la Bonnette 92230 Gennevilliers - N° SIRET: 414 040 428 00032 - N° TVA intracommunautaire : FR1841404028

Conditions de vente mises à jour le 1er juillet 2018 disponibles sur simple demande ou sur notre site internet : <https://www.sudrandos.com/condition-de-ventes>

PROGRAMME

Jour 1 : Accueil à l'hôtel

Accueil à l'Échaillon dans l'après-midi. Le soir, lors d'un pot d'accueil, une réunion d'information a lieu pour vous présenter les activités de votre semaine avec les moniteurs.
Dîner à l'hôtel.

Jour 2 : Randonnée en Haute Vallée de la Clarée

Pour commencer ce séjour, nous vous proposons une randonnée à pied, pour mieux nous connaître. Découverte des lacs de la Haute Vallée de la Clarée. Nous abordons plusieurs thèmes : orientation, faune, flore, les glaciers des Hautes-Alpes et l'histoire, avec les Forts de Vauban. Vous apprécierez l'Espace Bien Être, pour vous délasser au retour de cette randonnée.

Pique-nique le midi et dîner à l'hôtel.

4 à 6 heures de marche, 500 à 800 m de dénivelé.

Jour 3 : Escalade et rafting en option

Le matin, au cours de l'activité d'escalade, vous apprenez ou revoyez les manipulations des cordes. Votre guide vous aide chacun individuellement selon votre niveau.

Déjeuner à l'hôtel

Dans l'après-midi, nous vous suggérons un bon rafraîchissement avec 2h de rafting sur la Durance (activité en option).

Dîner à l'hôtel.

Jour 4 : VTT le long de la Clarée

C'est parti pour un journée de descente à VTT (avec quelques faux plats et petites montées!) le long de la Clarée jusqu'à Briançon, où nous visitons sa vieille ville, sa gargouille et ses forts. Plusieurs arrêts permettent aux plus aguerris de s'essayer sur du parcours « bosses et creux ».

Pique-nique le midi.

L'Espace Bien-Être est encore très attendu après cette journée de vélo.

Dîner à l'hôtel.

Jour 5 : Biathlon d'été et nuit au refuge du Chardonnet

A Névache, nous avons des moniteurs de ski passionnés de biathlon, et ils vous feront découvrir cette activité l'été ! Sans les skis et sur l'herbe. Ambiance ludique assurée sur le pas de tir comme les champions. Pique-nique dans la vallée puis vous récupérez votre sac à dos à l'hôtel pour monter au refuge du Chardonnet dans un magnifique cirque au milieu des alpages.

Jour 6 : Randonnée et fin du séjour

Après un réveil matinal, nous partons plus haut pour pouvoir admirer de près les glaciers et peut-être apercevoir des chamois. Pique-nique le midi.

Nous redescendons sur Névache l'après-midi.

Le séjour s'achève vers 16h.

NB : l'encadrement se réserve le droit de modifier le programme quelle qu'en soit la cause (conditions météorologiques, disponibilité des activités, niveau technique des participants...) dans le souci d'un meilleur déroulement de votre séjour.

Code : 34NCMFA

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Le 1er jour, dans l'après-midi, à l'hôtel** l'Échaillon à Névache. Voir la rubrique Accès pour nous rejoindre en train ou par la route.

Un pot d'accueil est prévu à 19h, juste avant le dîner.

DISPERSION

Le jour 6, vers 16 heures au même endroit. Nous vous demandons de libérer les chambres le jeudi matin avant de partir au refuge. Vous pouvez laisser des affaires dans un local de l'hôtel et prendre une douche en rentrant le samedi après-midi.

Hébergement avant ou après la randonnée :

Si vous arrivez la veille ou repartez le lendemain, demi-pension de 63 € à 72 € selon la date, base chambre à 2 places avec salle de bain privative ou en suite.

Tél : 04 92 21 37 30.

Réservation avec acompte obligatoire directement à l'hôtel.

NIVEAU

Bonne forme physique requise et surtout être très motivé pour toutes les activités, qui seront adaptées au niveau de chacun pour la randonnée, l'escalade et la via ferrata.

Pour le VTT, en avoir déjà fait ou du moins savoir faire du vélo. Pour le rafting, il faut savoir nager au moins 25m et être capable de s'immerger. Séjour pour les jeunes, à partir de 10 ans.

HEBERGEMENT

L'hébergement peut se faire à l'hôtel** l'Échaillon ou dans les chalets Thabor.

Des chambres de 3 places avec un sanitaire (lavabo, wc, douche) par chambre, pour les familles de 3 personnes.

Des chambres 4 places (les 3èmes et 4èmes lits sont superposés en coin montagne) avec un sanitaire (lavabo, wc, douche) par chambre, pour les familles dont les enfants ont moins de 12 ans.

Des chambres de 2 places en suite pour les familles de 2 personnes : vous partagez la salle de bains avec une autre chambre de 1 ou 2 personnes.

Des suites de 2 chambres de 2 places séparées avec un sanitaire commun (douche, lavabo, wc) pour les 2 chambres, dans l'hôtel ou en chalet annexe, pour les familles composées de 4 à 5 personnes dont les jeunes ont plus de 12 ans.

Les dîners sont l'occasion de goûter aux spécialités locales. Les pique-niques sont copieux et accompagnés de vivres de course (fruits secs, chocolat, biscuits). Si le temps est mauvais, votre accompagnateur fera le maximum pour trouver un abri (chalet ou cabane) de manière à profiter du repas et de la pause de midi.

Une salle de restaurant, un salon avec cheminée, un coin bar, l'Espace Bien-Être avec sauna, Størvatt (jacuzzi extérieur), hammam, espace massage et détente au coin de la cheminée, une salle de séchage, une terrasse sont à votre disposition.

La nuit en refuge : le refuge en montagne est un hébergement plus rustique, où l'on partage des chambres de 4 à 8 lits. Le confort est sommaire mais l'ambiance conviviale et l'atmosphère magique à la fin de la journée. Vous y trouverez des sanitaires (douches chaudes payantes), des chaussons pour votre passage, une nourriture saine et copieuse, de bonnes boissons, des jeux de société et une bibliothèque...

Code : 34NCMFA

ESPACE BIEN-ÊTRE en fin d'après-midi de 17h à 19h

Sauna, hammam, Størvatt (jacuzzi extérieur en bois chauffé au feu de bois), salle de détente, bar, et espace massage au retour des activités. Dans votre forfait il est prévu 2 accès durant votre séjour.

LES MASSAGES et SOINS (en option sur réservation)

Nous disposons d'une salle de massage, nos masseuses vous proposeront leur carte de massages aux huiles essentielles. Les massages sont en option et sur réservation.

Quelques exemples :

Le Récupérateur, modelage tonique qui permet la détente et la décontraction des jambes et du dos après une journée de sport.

Les Pierres Chaudes, modelage décontractant, la chaleur des pierres chaudes se diffuse lentement et profondément à travers les muscles.

Etc. ...

TRANSFERTS INTERNES

Nous utilisons la navette de la Haute Vallée, ou les voitures personnelles à tour de rôle, complétées par les véhicules de l'encadrement.

PORTAGE DES BAGAGES

Vous portez vos affaires de la journée et un pique-nique.

Du jour 6 au jour 7, vous portez en plus, un drap-sac et vos affaires pour une nuit en refuge (comme nécessaire de toilette : une petite serviette qui sèche rapidement et un échantillon de savon, suffiront largement pour une nuit).

ENCADREMENT

Groupe de 6 à 14 personnes

Un accompagnateur en montagne diplômé d'état pour les 3 jours de randonnée,

Un ou guides de Montagne pour la Via Ferrata,

Un moniteur diplômé d'état ou un guide de Haute Montagne pour l'Escalade

Des moniteurs diplômés d'état pour le rafting (activité en option)

Un moniteur VTT

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vêtements : 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.

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. Ces 3 couches doivent toujours être dans votre sac à dos car en montagne le temps change très vite.

Prévoir des vêtements qui séchent 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, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. Ainsi, il est très rare d'effectuer une ascension vêtu d'une veste polaire.

Eviter les anoraks : trop chauds et encombrants.

Dans votre sac à dos et sur vous

1 sac à dos de 40/45 litres à armature souple.

2 bâtons télescopiques.

1 grand sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos.

1 veste en fourrure polaire.

1 veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex avec capuche, ou une cape de pluie.

1 chapeau ou casquette contre le soleil

1 petit bonnet léger avec des petits gants en polaire pour se protéger du froid ou du vent

1 pantalon de trekking ample.

1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, à semelle de type Vibram. Penser à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps

1 paire de chaussons d'escalade ou des baskets adhésives

1 vieille paire de basket impérativement pour le rafting

1 paire de guêtre basse (facultative)

Obligatoire : 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité.

Obligatoire : 1 crème solaire et stick à lèvres protecteur.

1 maillot de bain (facultatif) et une petite serviette de toilette si vous pensez vous baigner dans un lac ou torrent

1 thermos ou une gourde de préférence isotherme (1,5 litre minimum).

1 couteau de poche de type Opinel

1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent, carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance.

1 petit rouleau de papier toilette, des mouchoirs

1 boîte plastique hermétique (contenance 0,3 litre minimum) + gobelet + couverts

1 lampe frontale ou lampe de poche.

1 couverture de survie.

1 appareil-photo et/ou jumelles (facultatif).

1 drap-sac pour la nuit en refuge. Les duvets sont inutiles

boules « Quies » ou les tampons « Ear ».

et pourquoi pas une petite spécialité de votre région à partager ?

Pharmacie personnelle :

vos médicaments habituels

des médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence

des pastilles contre le mal de gorge

Obligatoire : une bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8cm de large

des jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes

des doubles peaux (type Compeed ou SOS ampoules)

une pince à épiler

Code : 34NCMFA

DATES ET PRIX

Voir toutes les dates sur notre site internet : www.sudrandos.com

LE PRIX COMPREND

- les frais d'organisation et d'encadrement
- le prêt du matériel pour les activités
- la nuit en refuge
- la nourriture et l'hébergement en pension complète
- L'accès à l'Espace Bien Etre lundi et mercredi
- les transferts prévus au programme en complément des voitures personnelles

LE PRIX NE COMPREND PAS

- les boissons et les dépenses personnelles
- l'activité rafting en option environ 30 € à régler sur place
- les transports aller et retour jusqu'à Névache,
- l'assurance
- la carte passeport montagne facultative (jeune : 10 €, adulte : 18,50 €, famille : 39 €),

POUR EN SAVOIR PLUS

ACCÈS A NÉVACHE L'ÉTÉ

Attention : si vous devez prendre le train pour vous rendre sur place, attendez que le séjour soit confirmé (c'est à dire à 3 ou 4 semaines du départ) pour prendre votre billet, car certains ne sont pas remboursables ni échangeables.

PAR TRAIN

Gare italienne de Bardonecchia

- TGV Paris-Milan. Arrêt à la gare de Bardonecchia 20mn après celui de Modane.
- Ou différents trains venant d'Italie.

L'Echaillon organise une navette pour venir vous chercher à la gare de Bardonecchia, uniquement pour le train qui arrive à 15h13. Si vos horaires sont différents, il vous faudra réserver un taxi.

Pour votre retour, il faudra prendre le train de 17h23 pour vous regrouper sur une navette ou un taxi.

Gare SNCF de Briançon

- Par le nord, sur la ligne Paris-Lyon-Valence-Briançon ou Grenoble-Gap-Briançon
- Les Trains de jour : TGV puis TER
- Le train de nuit direct à partir de Paris-Austerlitz est le plus pratique pour les personnes venant du nord de la France.
- Par le sud, sur la ligne Marseille-Briançon (TER)

A votre arrivée à la gare de Briançon, vous aurez 3 navettes par jour le samedi et le dimanche, qui vous monteront à Néevache. Le tarif est de 11€ par personne le trajet.

Les horaires 2018 étaient (attente de confirmation des horaires 2019) :

Départ de la gare à : 9h, 12h40 et 18h15 ; arrivée à l'hôtel 35 minutes après.

Départ de Néevache à : 9h40, 13h20 et 18h55 ; arrivée à la gare 35 minutes après.

En dehors de ces horaires, nous vous demanderons de réserver un taxi.

PAR ROUTE : Attention au GPS qui vous emmène sur d'autres petites routes !

- Par le nord, Grenoble - Col du Lautaret - Briançon ou St Jean de Maurienne – Col du Galibier – Col du Lautaret – Briançon.
- Par le sud, Valence ou Sisteron - Gap - Embrun - Briançon.
- Puis à Briançon, prendre la direction Col du Montgenèvre/Italie. A 3 km de Briançon, tournez à gauche vers la vallée de la Clarée, Néevache est à 16 km après avoir traversé plusieurs villages (La Vachette, Le Rosier, Val des Prés, Plampinet). Vous arrivez au niveau d'une intersection avec le Col de l'Echelle. Roulez doucement et continuez tout droit sur seulement 200 mètres. Le Hameau du Roubion est immédiatement à droite après le panneau Néevache, en face du camping. L'hôtel est en haut du hameau, accessible par la 2ème rue à droite.
- Autre possibilité, Chambéry - Tunnel du Fréjus (Le tarif 2019 de l'aller-retour valable 7 jours est au prix de 57.9 € pour un véhicule classique.)

Code : 34NCMFA

A la sortie du tunnel (vous êtes à 20 minutes de Névache), prendre immédiatement la direction de Bardonecchia. Attention ! Beaucoup de personnes vont trop vite et ratent cette sortie. Si c'est le cas prenez la 1ère sortie et faites demi-tour pour revenir sur Bardonecchia. Faire le tour par Montgenèvre est plus long.

Descendre jusqu'au rond-point, 1ère à droite, puis continuer de descendre direction Bardonecchia et en bas de la descente, prendre la 2ème sortie à droite. Attention ! Les panneaux sont petits, vous verrez Melezet et Colle de la Scala. Vous passez sous la voie ferrée et arrivez au centre de Bardonecchia, au rond-point. Vous prenez la 1ère à gauche et continuez tout droit cette rue principale qui vous emmène à la sortie de Bardonecchia en direction du village du Melezet et du col de l'Echelle.

Vous arrivez sur la route Briançon-Névache. Tournez à droite, roulez doucement et continuez tout droit sur seulement 200 mètres. Le Hameau du Roubion est immédiatement à droite après le panneau Névache, en face du camping. L'hôtel est en haut du hameau, accessible par la 2ème rue à droite.