



Fiche Technique 2011

COCKTAIL MONTAGNE À NÉVACHE

Randonnée accompagnée en 7 jours - 6 nuits – 5 jours d’activités

Des vacances actives dans les Hautes-Alpes, qui se veut "l'ELDORADO" des activités de pleine nature, randonnée, VTT, l'eau et l'escalade. Et c'est au départ de la vallée que vous "zapperez" sur notre programme : escalade et via ferrata à la frontière italienne, gelati à Bardonecchia, lacs d'altitude en Clarée, VTT de Foncouverte à Briançon pour terminer comme le Tour de France dans la Vieille Ville fortifiée, rafting en Durance et découverte d'un refuge de montagne avec vue sur les glaciers de la Meije et des Ecrins.

LES POINTS CLÉS DU SÉJOUR

La durée :

7 jours, 6 nuits, 6 jours d'activités.

Le niveau :

A partir de 10 ans.

Il faut être en bonne forme physique et surtout 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.

Le portage :

Uniquement vos affaires de la journée et le pique-nique de midi. Jour 6 et 7 : vous portez de quoi passer la nuit en refuge.

L'hébergement :

En gîte-hôtel** en chambre de 2 à 4 places avec une salle de bain pour 3/4 personnes.

La restauration sera soignée et adaptée aux sportifs. Le vendredi soir, une nuit en refuge de montagne en Haute Clarée au refuge du Chardonnet (dortoirs).

L'encadrement : est assuré

- par un accompagnateur en montagne diplômé d'état, pour les 3 jours de randonnée,
- par 1 ou 2 Guides de Haute Montagne pour la Via Ferrata selon le nombre de personnes,
- par un moniteur breveté d'Etat ou guide pour l' Escalade
- par des moniteurs brevetés d'Etat pour le rafting (activité en option)

Nombre de participants :

Le groupe sera constitué de 7 à 14 participants environ.

Le rendez-vous :

Le 1^{er} jour à partir de 14h, au gîte-hôtel, à NÉVACHE. Réunion d'information à 19 heures.

La dispersion :

Le Jour 7, vers 15 heures au même endroit. Nous vous demandons de libérer les chambres le vendredi matin avant de partir au refuge. Vous pourrez laisser des affaires dans un local du gîte-hôtel et prendre une douche en rentrant samedi.

LES POINTS CLÉS DU SÉJOUR

Transferts locaux :

Un minibus sera utilisé sur place, complété par les voitures personnelles à tour de rôle.

Animaux :

Votre animal domestique (un seul) est accepté s'il est propre et silencieux et si vous ne partagez pas votre chambre avec d'autres personnes. Il ne pourra pas être accepté en salle à manger et devra être tenu en laisse.

Nous comptons sur votre attention à faire ce qu'il faut pour qu'il ne gêne pas les autres personnes, car certaines personnes n'aiment pas les animaux et d'autres en ont peur. Une caution de 50 € vous sera demandée à votre arrivée et rendue à la fin de votre séjour si votre compagnon n'a causé aucun dégât.

Attention : votre animal ne pourra pas vous accompagner lors de vos randonnées en groupe.

Linge de maison :

Nous vous prêtons 1 serviette de toilette et 1 drap de bain par personne pour la semaine. Supplément de 1 € par linge changé.

Entretien des chambres :

Une personne passe tous les jours pour nettoyer la salle de bain, vider les poubelles et passer l'aspirateur si besoin. Par contre, nous ne faisons pas les lits sauf sur demande et avec un supplément de 5 € par jour et par chambre.

Forfait tout compris excepté : les jetons de douche (nuitée en refuge), le rafting (supplément de 25 €), les transferts locaux possibles en plus du minibus, les boissons, l'assurance et les frais d'inscription.

LE PROGRAMME

Voici un exemple de programme : certaines activités peuvent se faire un autre jour de la semaine.

Jour 1 : accueil au gîte-hôtel l'Echaillon dans l'après-midi. Installation. Réunion d'information à 19h avec votre accompagnateur.

Jour 2 : randonnée à pied pour mieux se connaître. Découverte des lacs de la Haute Clarée. Plusieurs balades au choix avec votre accompagnateur. 4 à 6 heures de marche, 500 à 800 m de dénivelés avec options.

- Lac de la Clarée (2433m) - Col des Rochilles (2496m) – Lac des Cerces (2410m)
- Lac rond (2446m) – lac long – vallon des Muandes.
- Chalets de Ricou (2115m) – Lac Laramon (2385m). En option, Lac du Serpent (2448m) Magnifique panorama sur le massif des Ecrins, la Barre et le Dôme des Ecrins.
- Vallon des Thures – col des Thures et lac Chavillon(2194m).

Jour 3 : Une demi- journée d'initiation ou perfectionnement en **escalade** en Clarée puis **rafting** sur La Durance l'autre demi-journée (activité en option).

Jour 4 : journée VTT : descente (avec quelques faux plats et petites montées!) de la Clarée à Briançon puis visite de la vieille ville, sa gargouille et ses forts.

Jour 5 : journée italienne avec la **Via Ferrata** del Rouas aux Melezets à Bardonecchia (Italie), rafraîchissement dans le torrent della Valle Stretta et pour terminer la journée, gelati et magasins à Bardonecchia.

Jours 6 et 7 : Découverte d'un refuge de montagne : Départ pour 2 jours de randonnée et une nuit au refuge du Chardonnet (2230m) dans ce magnifique cirque. Transhumance, marmottes, lagopèdes, chamois, bouquetins, glaciers et mines et orientation seront les thèmes de ces 2 jours.

JOUR 7 : Fin du séjour vers 15 heures à Névache.

L'encadrement se réserve le droit de modifier le programme quelle qu'en soit la cause (conditions météorologiques, nivologie, niveau technique des participants, surcharge éventuelle des hébergements dans le souci d'un meilleur déroulement de votre séjour.

PRÉPARER SES AFFAIRES

Si vous participez à un séjour où vos bagages sont transportés en véhicule par nos soins sur tout ou partie du séjour, vous n'aurez à porter sur votre dos qu'un sac comportant vos affaires de la journée et le pique-nique de midi.

Durant la semaine, nous vous demandons d'avoir **un bagage par personne** le moins volumineux possible, dont le **poids ne dépasse pas 10 kg**.

Nous nous déchargeons de toute responsabilité en cas de détérioration de tout objet fragile.

Par respect pour les personnes qui transportent vos bagages, pensez que vous êtes en montagne, que les abords des hébergements peuvent être malaisés (escaliers, neige ou glace en hiver), qu'il faut quelquefois parcourir des centaines de mètres entre le véhicule et l'hébergement. De même sur certains séjours en étoile ou semi itinérants qui impliquent quelques transferts en bus ou minibus, la place dans ces derniers n'est pas illimitée et les allées du bus doivent demeurer « libres ».

Avec un peu d'habitude, votre bagage ne devraient pas dépasser 8-10 kg :

- Les journées sont bien remplies, donc côté-lecture n'amenez pas une bibliothèque !
- Les vêtements mouillés peuvent quasiment sécher tous les soirs à l'hébergement...
- Votre trousse de pharmacie doit être réduite au strict nécessaire (voir liste). Votre accompagnateur est équipé d'une trousse de pharmacie avec ce qui est véritablement utile.
- Trousse de toilette réduite ; pensez petites contenances, échantillons et kits de voyages.
- Si vous partez pour plusieurs semaines, pensez à mettre dans un deuxième sac les affaires dont vous n'aurez pas besoin durant votre randonnée.

De retour chez vous, faites trois tas : ce que vous avez vraiment utilisé, ce que vous avez peu utilisé et ce que vous n'avez pas utilisé. Pour la prochaine randonnée, proscrire le troisième tas et posez-vous la question de la véritable utilité du deuxième.

Nul doute que ces bonnes habitudes vous seront utiles pour vos prochaines randonnées.

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 (ou courtes en fonction de la saison) 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 séchent rapidement**, proscrire le coton, préférez la laine, la soie et les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud.

Pensez à **vous découvrir avant d'avoir trop chaud** ; la sueur est l'ennemi du randonneur, elle humidifie les vêtements et donne froid lors des pauses.

PRÉPARER SES AFFAIRES

Les vêtements à emporter : (à adapter suivant la saison)

- 1 chapeau ou casquette et/ou foulard.
- 1 paire de gants fins
- 1 bonnet
- T-shirts manches courtes (et/ou en fonction de la saison, sous pulls à manches longues) en matière respirante.
- 1 veste en fourrure polaire.
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type gore tex avec capuche.
- 1 pantalon de montagne (trekking) déperlant.
- Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche) Privilégier la laine ou les chaussettes spécifiques randonnées. Évitez le coton (ampoules).
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables à semelle type Vibram. Pensez à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps.
- Des sous-vêtements.
- 1 pantalon confortable pour le soir.
- 1 paire de chaussures de détente très légères pour le soir.

L'Équipement :

- 1 bagage (voir remarque précédemment)
- 1 sac à dos de 35/40 litres à armature souple.
- 1 sursac à dos.
- 1 grand sac plastique à glisser dans votre sac à dos pour en protéger le contenu.
- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité avec protection latérale.
- 1 paire de bâtons (facultatif)
- 1 gourde (1,5 litre minimum).
- 1 thermos si vous emportez thé, café...
- 1 boîte plastique hermétique (volume 0,5 à 0,75 litre environ) pour le pique-nique.
- 1 couteau de poche type Opinel.
- Couverts + gobelet
- 1 petite pochette étanche pour mettre argent, carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance.
- Nécessaire de toilette.
- 1 maillot de bain et une serviette qui sèche rapidement (inutile séjour en hôtel sauf si baignade envisageable).

○ PRÉPARER SES AFFAIRES

L'Équipement (suite) :

- Boules Quiès ou tampon Ear (si votre voisin ronfle !)
- Papier toilette + 1 briquet.
- Crème solaire + écran labial.
- 1 frontale ou lampe de poche.
- 1 couverture de survie
- 1 drap-sac (sauf séjour en hôtel ou séjour mentionné avec « draps fournis »)
- Appareil Photo, jumelles (facultatif).

Votre Pharmacie

- Vos médicaments habituels.
- Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence.
- Antidiarrhéiques
- Pastilles contre le mal de gorge.
- Bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large.
- Steristrip
- UN ROULEAU ENTIER D'ÉLASTOPLASTE 8cm OBLIGATOIRE en prévention des ampoules et pour tout traumatisme.
- Pince à épiler
- Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes.
- Double peau (type Compeed ou SOS ampoules).
- Stérilium gél (utile pour se laver/désinfecter les mains)

N'oubliez pas votre bonne humeur, ni votre curiosité !

Idée sympa : si vous habitez une région à la gastronomie réputée, pourquoi ne pas amener à vos compagnons d'une semaine un échantillon à déguster. Cela incite en général des moments de partage et de convivialité forts appréciés.

RENSEIGNEMENTS PRATIQUES

L'accès :

PAR TRAIN

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)

Arrivée à la Gare de Briançon, vous avez le choix entre les transporteurs suivants :

- **Navette 05voyageurs** sur réservation au 04.92.502.505 ou sur www.05voyageurs.com :

Horaires et tarifs 2010 : les horaires de 2011 ne seront disponibles qu'en juin 2011

Plusieurs horaires de Briançon à Bardonecchia (Italie) via Névache du 03/07 au 31/08/10 :

- **ALLER** : Départ de Briançon : 7h40 – 8h45 - 10h40 – 14h - 16h35 - 18h30, certains horaires étant sur rendez-vous en début et fin de saison. La navette vous dépose 35mn après au parking du hameau du Roubion à 200m de l'hôtel.
- **RETOUR** : Départ de Névache : 8h30 – 9h58 – 13h03 – 15h53 – 17h30 – 19h00 – 18h45. Arrivée à la gare de Briançon, 35mn après.

Tarifs 2010 : 3 € par personne, navette subventionnée par le Conseil Général des Hautes-Alpes.

- **Transporteurs et taxis Résalp** sur réservation au 04.92.20.47.50 ou sur www.autocars-resalp.com :

En dehors des horaires 05voyageurs, RESALP est disponible à toute heure sur réservation.

Prix 2010 : week-end, regroupent des clients : l'aller 10 €/pers, aller et retour 15 €/pers. En semaine, taxi de 1 à 4 personnes : 30 € l'aller

Les prix 2011 seront disponibles au printemps 2011.

Gare italienne de Bardonecchia

- **TGV Paris-Milan ou Milan-Paris** Attention ! en 2010, il y a eu quelques perturbations sur cette ligne, et à l'arrivée du TGV à Modane, les usagers devaient prendre un bus pour Bardonecchia, le train ne continuant pas sur Turin. Nous espérons que cela sera terminé en 2011.
- **Ou différents trains venant d'Italie.**

RENSEIGNEMENTS PRATIQUES

Arrivée à la gare Italienne de Bardonecchia (ligne Paris-Turin) :

- **Navette 05voyageurs** sur réservation au 04.92.502.505 ou sur www.05voyageurs.com :

Horaires et tarifs 2010 : les horaires de 2011 ne seront disponibles qu'en juin 2011

Plusieurs horaires de Bardonecchia (Italie) à Briançon via Névache du 03/07 au 31/08/10 :

- **ALLER** : Départ de Bardonecchia : 9h25 – 12h30 – 15h20. La navette vous dépose 35mn après au parking du hameau du Roubion à 200m de l'hôtel.
- **RETOUR** : Départ de Névache : 8h06 – 11h06 - 14h26 – 18h56. Arrivée à la gare de Bardonecchia, 35mn après.

Tarifs 2010 : 5 € par personne, navette subventionnée par le Conseil Général des Hautes-Alpes.

- **En dehors de ces horaires** : Le gîte-hôtel peut aller vous chercher ou vous emmener à la gare de Bardonecchia au prix de 30 € l'aller de 1 à 4 personnes. Réservation au 04 92 21 37 30.

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 ou pas échangeables.

PAR ROUTE

- **Par le nord**, Grenoble - Col du Lautaret - Briançon ou St Jean de Maurienne – Col du Galibier – Col du Lautaret – Briançon, (Etat des routes au 04 92 24 44 44). Si les cols sont fermés, vous devrez passer par le Col Bayard et Gap, prendre la N85 à Vizille par La Mure, compter 3h30 à 4h.
- **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, Névache 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 en face du camping. Le gîte hôtel est en haut du hameau, accessible par la **2^{ème} rue à droite**. Attention le panneau de Névache est plus loin à 1km ; si vous le voyez, faites demi-tour puis prenez la 1^{ère} route à gauche!

• RENSEIGNEMENTS PRATIQUES

- **Autre possibilité, Chambéry - Tunnel du Fréjus** (au péage prendre un aller-retour valable 7 jours - péage cher - 35,10 € l'aller / 43,70 € aller et retour en septembre 2010).

A la sortie du tunnel (vous êtes à 20 minutes de Névache), prendre immédiatement la direction de **Bardonecchia**. Descendre jusqu'au rond point, 1^{ère} à droite, puis continuer de descendre direction Bardonecchia et en bas de la descente, prendre la 2^{ème} sortie à droite. Attention ! Les panneaux sont petits, vous verrez Melezets et Colle de la Scala. Vous passez sous la voie ferrée et arrivez au centre de Bardonecchia, au rond point. Vous prenez la 1^{ère} à gauche et continuez tout droit cette rue principale qui vous emmène à la sortie de Bardonecchia en direction du village du Melezets et du **col de l'Echelle**.

Avant d'attaquer la montée au col, la route devient étroite et vous devez tourner complètement à gauche en laissant à droite la route qui va vers la Vallée Etroite. Continuer sur environ 8 km, jusqu'à l'intersection avec la route Briançon-Névache. Vous tournez à droite. Roulez doucement et continuez tout droit **sur seulement 200 mètres**. Le Hameau du Roubion est immédiatement à droite en face du camping. Le gîte hôtel est en haut du hameau, accessible par la **2^{ème} rue à droite**. Attention le panneau de Névache est plus loin à 1km ; si vous le voyez, faites demi-tour puis prenez la 1^{ère} route à gauche!

REPONDEUR SUR L'ETAT DES ROUTES DU BRIANÇONNAIS : 00 33 (0)4 92 24 44

44

ADRESSES UTILES

Itinéraire : www.viamichelin.fr

SNCF : 36 35 ou 0 892 35 35 35 ou www.voyages-sncf.com

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

LES ASSURANCES

Conformément à la réglementation de notre profession, La Balaguère est assurée en Responsabilité Civile Professionnelle. Cependant, chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant la randonnée ou le voyage.

Nous vous rappelons qu'une carte de crédit ne couvre en général que l'assistance rapatriement **et pas l'annulation de votre voyage**, et ce, à condition d'avoir utilisé cette carte pour payer l'intégralité du voyage.

Nous vous proposons 3 formules d'assurance au choix à souscrire au moment de l'inscription.

Forfait N°1 : assurance annulation simple à 2,5 %

Cette assurance permet le remboursement des sommes engagées (à l'exclusion des frais d'inscription et du coût de l'assurance) en cas d'**annulation** liée à l'une des causes ci-après : **accident grave, maladie ou décès** de l'assuré, de son conjoint ou de l'accompagnant, ainsi que de certains membres de leur famille.

Forfait N°2 : assurance annulation simple ET assistance/rapatriement à 3,7 %

Cette assurance permet, en plus des garanties décrites dans le forfait N°1,

- de profiter de **prestations d'assistance** en cas de maladie ou blessure au cours du voyage ainsi que la **prise en charge de votre rapatriement** à votre domicile si nécessaire.
- D'être remboursé au prorata temporis (hors frais de transport et avec un délai de carence) en cas d'**interruption de séjour** suite à un accident, au décès d'un proche ou à certains sinistres.

Forfait N°3 : forfait "super multi-risques" : 4,8 %

Cette assurance propose, en plus des garanties décrites dans les forfaits N°1 et N°2,

- **une garantie annulation plus étendue** avec le remboursement des sommes engagées (déduction faite d'une franchise) en cas d'**annulation pour toute cause justifiée** y compris le **départ impossible** lié à un cas de force majeure
- la prise en charge d'une partie des frais sur place en cas de **retour impossible** lié à un cas de force majeure
- un dédommagement (plafonné) pour **la perte, le vol ou la destruction de bagages**
- le paiement d'une indemnité pour un **retard de livraison de bagages** de plus de 48H

Vous recevrez avec la confirmation de votre inscription un extrait des conditions générales du contrat choisi. Veuillez le lire attentivement pour connaître les exclusions au contrat, les montants des franchises, les formalités de déclaration. Emportez ce document avec vous lors de votre voyage.

La durée de validité de toutes les garanties correspond aux dates de voyage indiquées sur la facture et ne s'applique qu'aux prestations vendues. Pour les départs et les retours différés, nous consulter.

Attention : si vous souscrivez uniquement le contrat N° 1 (assurance annulation simple), cela signifie que vous possédez votre propre assurance assistance-rapatriement (liée notamment à certaines cartes de crédit). Nous vous conseillons de bien vérifier votre contrat et les garanties couvertes.

Dans ce cas, nous vous demandons de nous indiquer lors de votre inscription le nom de votre compagnie et votre numéro de contrat. Mais sachez que vous assumerez, de ce fait, la responsabilité des risques encourus, notamment peut-être l'avance de certains frais.

Important : Si vous devez utiliser l'assistance en cours de voyage, vous devez impérativement obtenir l'accord préalable d'Europe Assistance avant de prendre toute initiative ou d'engager toute dépense en téléphonant au : 33 1 41 85 85 85 et en rappelant le n° de contrat . 58 662 860.

ATR

La Balaguère est membre fondateur d'ATR
« **Agir pour un Tourisme Responsable** ».

La certification « Vers un Tourisme Responsable » nous a été décernée en **septembre 2009** par l'AFNOR certification.

À partir de valeurs communes basées sur le respect, la solidarité et la qualité, ATR a pour objectif d'harmoniser les pratiques professionnelles de ses membres.

La certification impose de respecter des critères exigeants :

- promouvoir un tourisme qualitatif pour une découverte authentique et un développement durable des régions d'accueil;
- veiller au respect de la législation du pays en matière de tourisme et de sous-traitance;
- veiller à ce que les retombées économiques soient le plus justement réparties entre les acteurs de nos voyages et assurent une juste rémunération des services ;
- respecter et vous sensibiliser aux usages et différences culturelles des régions d'accueil;
- respecter l'environnement et le patrimoine culturel et naturel;
- vous informer de façon transparente et sincère sur les conditions de votre voyage.

Nous vous invitons à partager nos engagements en vous référant notamment à la charte éthique du voyageur qui se trouve dans votre dossier voyage et qui vous accompagnera dans cette démarche.

Plus d'informations sur la certification ATR sur

<http://www.tourisme-responsable.org/>



SI VOUS DÉSIREZ EN SAVOIR PLUS

**Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions,
- appelez-nous au 05 62 97 46 46**

- envoyez-nous un fax au : 05 62 97 43 01

- un e-mail : labalaguere@labalaguere.com

- ou encore, écrivez nous à :

**La Balaguère
Route du Val d'Azun, BP3
F 65403 Arrens-Marsous cedex**

EN CAS D'URGENCE ABSOLUE

**Si vos proches doivent vous contacter pendant le séjour,
Faites appeler le 05 62 97 46 46. Nous transmettrons les coordonnées pour vous
joindre ou contacterons votre accompagnateur.**

**Dans le cadre du réseau Vagabondages, cette randonnée est organisée en
collaboration avec : l' ECHAILLON**