RANDONNÉE DANS LE PARC NATIONAL DES ECRINS EN FAMILLE

Voici un très joli séjour pour découvrir la magnifique Vallée de Freissinières située au coeur du Pays des Ecrins. Un programme dense et équilibré composé de 6 journées de randonnée pédestre pendant lesquelles vous effectuerez entre 600 et 800 mètres de dénivelé, et d'une journée de repos en milieu de semaine pour vous permettre de découvrir d'autres sites de la région ou bien simplement de profiter du calme du gîte. Les dénivelés, raisonnables, et la grande variété des paysages se prêtent idéalement à un séjour en famille.

- Niveau : Niveau Évolution
- Massif : Ecrins
- 6 jours
- 5 - 8 personnes (confirme a partir)
-

Tarifs : à partir de 570,00 €

Déroulement du séjour

JOUR 1 : RANDONNÉE EN VALLÉE DE FREISSINIÈRES

Cette première journée de mise en jambe permettra de découvrir les alentours de Freissinières.
Nous traversons l'adret tous ensemble et quelques hameaux de vieilles pierres. Dans ce milieu fragile et humide, s'épanouit une flore généreuse.
Après cette journée à vous émerveiller, vous serez étonnés d'avoir fait, 600 mètres de dénivelé.
Dénivelé : + 600 m

Nuit en vallée

JOUR 2 : VILLAGE PERCHÉ DE DORMILLOUSE

Vous traverserez le torrent du Pont des Oulles puis continuerez sur un bon sentier. A près de 1800 mètres d'altitude, le hameau de Dormillouse sera atteint.
Une marche d'environ 2 heures dans cette magnifique vallée sauvage ravira vos yeux. Dans cet écrin silencieux, vous apercevrez certainement les marmottes curieuses et farouches, pointant le bout de leur nez.
Dénivelé : +600 m

Nuit en vallée

JOUR 3 : LAC DE L'EYCHAUDA

Au bout d'un sentier gravi sans obstacles, en haut d'un verrou, un fameux spectacle,
d'un glacier se déversent des séracs, dans la pâleur des eaux pures d'un lac, autour duquel descendent parfois,

quelques hardes d'agiles chamois.
Sérénité des lieux, écrin de nature, l'aigle qui tournoie est de bon augure.
Dans le rocher, le rouge-queue et l'accenteur ; dans l'alpage, le spioncelle et le traquet, vous féliciteront avec plein d'ardeur, d'avoir fait 800 mètres de dénivelé.

Une belle randonnée en aller-retour dans une nature ou la faune et la flore règne en maître. Le spectacle

JOUR 4 : FAÎTES DONC CE QUI VOUS PLAÎT...

Faites donc ce qui vous plait, c'est le jour de la grasse mat',
Allongez-vous dans un transat, ou bien allez vous promener.
À Monêtier il y a les bains, il y a un grand lac à Embrun,
Mont-Dauphin et Briançon, fameuses excursions.
Pour celles et ceux qui veulent marcher, il reste de beaux sentiers,
Accompagnés ou bien en liberté, faites donc ce qui vous plaît.
Via feratta , canyonnig ou bien encore raft sur la Durance il y en aura pour tous les goûts...

JOUR 5 : VALLON DU FOURNEL

Jamais cette fleur si belle et si rare, d'habitude difficile et avare,
Se trouve là, facile et abondante, à nous apprendre des choses surprenantes.
Dans ce fond de vallée reculée, un érudit berger provençal,
Au milieu des brebis rassemblées, perpétue le métier ancestral.
Qu'a-t-il à nous apprendre et à nous enseigner ? Nous avons fait 670 mètres de dénivelé.

JOUR 6 : AILEFROIDE

Et pour finir notre semaine en émoi, de près, il nous faut voir ces rustiques chamois.
Se lever tôt et partir de bonne heure, est la condition pour vivre ce grand bonheur.
Jumelles en main et œil rivé sur la lunette, nous les admirons faire leurs galipettes.
Un thé chaud et ils nous feront vite oublier, 660 mètres de dénivelé.

Séparation le samedi en fin d'après-midi à la gare SNCF de l'Argentière-les-Ecrins.

NB : Le programme est donné à titre indicatif. **Le guide reste seul juge du programme qu'il peut modifier à tout instant**, pour des raisons de sécurité ou en fonction des conditions météorologiques, ou bien par rapport au niveau physique et technique des randonneurs. Les indications pour les temps de montée et d'étapes sont données à titre indicatif.

Un pied devant l'autre...mais pas que !

Ce séjour est ouvert à toute personne désireuse de s'initier à la randonnée pédestre en montagne et de découvrir quelques belles vallées du pays des Écrins ainsi que ses richesses naturelles sans parcourir de grands dénivelés.

Nombre de participants

8 participants maximum. **Ce séjour est soumis à un nombre minimal de 5 participants, vous serez avisés au plus tard 7 jours avant le départ en cas d'annulation**. Dans la mesure du possible une solution de remplacement vous sera proposée.

Matériel à prévoir

La tête

- lunettes de soleil protection classe 3
- chapeau ou casquette
- crème solaire « écran total »

Le corps

- t-shirt ou chemise, éviter le coton qui sèche très mal et préférer des matières plus « techniques » proposées par les marques spécialisées
- une polaire ou soft shell chaude
- un coupe-vent type gore tex protégeant contre la pluie

Les jambes

- un pantalon adapté à la marche en montagne

Les pieds

- des chaussures de marche adaptées à votre taille, tige haute conseillée. Baskets interdites
- préférer des chaussettes techniques aux chaussettes cotons qui favorisent les ampoules

La nuit

- un drap de couchage type sac à viande pour les nuits en gîte et refuge
- petit nécessaire de toilette
- boules Quies

Le sac

- un sac à dos montagne d'environ 35/40 litres (Le sac rempli ne doit pas excéder 6 kg ... un confort raisonnable.)
- une gourde ou poche à eau pour une contenance minimale de 2L
- une boite plastique pour transporter le pique nique et manger dedans ; petits couverts

Divers

- petit couteau
- appareil photo
- petite pharmacie adaptée à vos besoins personnels, contenant entre autres de l'élastoplaste et des pansements double peau pour d'éventuelles ampoules
- une paire de bâtons de marche est conseillée

Cette liste n'est pas exhaustive et reste à compléter par vos soins.

COVID-19 : mesures exceptionnelles

Adaptation et contraintes Covid :

Compte-tenu des mesures sanitaires édictées pour lutter contre la propagation du virus, des modifications sont susceptibles d'être apportées aux conditions d'hébergement et de restauration prévues au cours de nos séjours

pour la saison 2021. Les séjours en itinérance sont ainsi susceptibles d'être transformé en séjour en étoile dans le cas où certains refuges seraient contraints de rester fermés. Dans ce cas, nous vous avertirons dès que possible des changements occasionnés.

Annulation et Covid :

Si nous (ROC ECRINS) sommes contraints d'annuler un séjour du fait d'événements exceptionnels et inévitables qui empêcheraient le bon déroulement du séjour (confinement...), nous vous proposerons un avoir du montant des sommes que vous auriez versé, ou bien un remboursement des sommes payées, sans dédommagement supplémentaire (articles L.211-14 et R.211-10 du Code du tourisme) ;
Dans le cas d'une annulation de votre part d'une réservation sur un séjour dont le départ est maintenu, les retenues prévues par nos conditions de vente s'appliquent. Attention, les circonstances personnelles du voyageur (raison professionnelle, maladie...) ne permettent pas d'invoquer l'annulation sans frais au titre des circonstances dites « exceptionnelles et inévitables ».

Afin de respecter les exigences sanitaires liées au covid-19, des mesures particulières vont s'appliquer dans les hébergements pour cette saison, notamment un nombre de places restreint.

Dans les refuges, vous serez hébergés dans le même dortoir que vos compagnons de randonnée et exceptionnellement cette année **les refuges ne fourniront ni couvertures, ni oreillers, ni crocs pour se déplacer dans les refuges.**

Il vous faudra par conséquent prévoir en plus de la liste indiquée sur la fiche technique (cf. matériel à prévoir) :

- **un duvet léger (+5° +10°),**
- des crocs ou tongs
- un masque et du gel hydroalcoolique

Pour les hébergements en gîte, des mesures de protection et de distanciation peuvent également s'appliquer.

Dans tous les cas, nous vous remercions de bien vouloir respecter les consignes de bonne pratique suivantes :

- Je me renseigne sur les préconisations sanitaires mises en place dans ce refuge (voir ci-dessous).
- Je monte avec mon matériel personnel : masque, gel hydroalcoolique, sac à viande et/ou duvet, tongs pour être confort au refuge (pas de crocs en refuge, pas de draps, pas d'oreiller).
- Je monte uniquement si je suis en bonne santé, pour me protéger et protéger les autres
- Je signe la charte d'engagement individuelle pour un séjour en refuge et je la remet au gardien (sur papier ou par mail).

Au refuge :

- Je me lave les mains, si possible sur le point d'eau extérieur, avant d'entrer dans le refuge.
- Je m'informe sur les mesures de préconisations sanitaires mises en place (circulations, disposition des tables, des dortoirs...) et les respecte scrupuleusement.
- Je respecte les principes de distanciation physique avec les autres usagers, ainsi qu'avec le gardien.
- Je porte un masque si impossibilité de respecter la distanciation d'un mètre.
- Je participe activement pour soulager le travail du gardien, plus important dans cette période : nettoyage des sanitaires après mon passage, nettoyage du dortoir après la nuitée.
- Je profite de mon séjour dans la bonne humeur !

A la descente :

- Je descends mes déchets.
- J'informe immédiatement le gardien si je suis malade après mon séjour, afin de pouvoir prévenir les autres usagers.

Encadrement

Vous serez encadrés par un Accompagnateur en montagne diplômé du Brevet d'Etat. Il sera équipé suivant le massif, d'une radio VHF reliée au standard des secours, d'un téléphone satellitaire ou d'un téléphone cellulaire.

Il aura également une trousse de premiers secours collective.

Assurances

Tout participant à un stage ROC ÉCRINS doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle. En tant qu'organisateur de voyages nous possédons notre propre assurance responsabilité civile professionnelle. Pour pouvoir participer à l'un de nos stages, il est impératif que vous soyez couvert (frais de secours et de rapatriement) en cas d'incident ou d'accident survenant au cours de ce stage. Il vous appartient de bien vérifier les garanties proposées par votre contrat d'assurance personnel. Si vous ne possédez pas déjà une telle assurance, vous pouvez souscrire au contrat d'EUROP ASSISTANCE spécialement adapté à nos activités, lors de votre inscription. Le montant de l'assurance « ASSISTANCE » couvrant le rapatriement, les frais de secours et de recherche, représente 2,4% du prix du séjour. L'assurance « MULTIRISQUE » couvrant l'assistance, l'annulation, la perte de bagages, et l'interruption de séjour, représente 5,6% du prix du séjour.

Hébergement

En pension complète **en gîte** confortable et calme situés dans le village de Freissinières en chambre de 2 à 4 personnes.

Ces hébergements vous sont proposés sous réserve de disponibilité au moment de votre inscription.

Transport et Bilan Carbone

Les transferts depuis le lieu de rendez-vous jusqu'au départ des randonnées seront assurés avec le véhicule ROC ÉCRINS. Si celui-ci n'est pas disponible, les transferts seront assurés par le guide avec son véhicule personnel. Pour celles et ceux venant en voiture nous pourrons être amenés à vous demander d'utiliser votre véhicule.

Rendez-vous

Heure du rendez-vous:

8h15

le premier jour devant la gare SNCF de **L'Argentière-Les Ecrins** (commune de L'Argentière-La Bessée, 05120 Hautes Alpes) pour celles et ceux arrivant en train, pour les autres directement au gîte à 9h30.

Accès

Le Pays des Ecrins est très bien desservi.

- Liaison TGV, Paris-Turin. Descendre à Oulx puis navette (www.linkbus-alps.com) jusqu'à Briançon
- Liaison TGV, Paris-Valence ou Paris-Grenoble avec correspondances en bus (www.vfd.fr -04 76 60 47 08)
- Trains de nuit depuis Paris et le grand Est. Renseignements www.sncf.fr
- Depuis Nice, Marseille ou Gap, lignes régulières en bus (www.autocars-scal.fr - 04 92 51 06 05)

Si vous souhaitez venir en voiture,

- Depuis le Nord , Autoroute A48 jusqu'à Grenoble, puis empruntez le Col du Lautaret (RN91) jusqu'à Briançon.
- Par l'Italie, Autoroute A43 de la Maurienne par le tunnel du Fréjus, puis col de Montgenèvre, direction Briançon.
- En venant du Sud, Autoroute A51 jusqu'à La Saulce, puis direction Briançon (RN 94). Vous entrez dans le Pays des Écrins dès La Roche de Rame.

Prix

tous les tarifs

nbe participants	prix par personne
5	630,00 €
6	630,00 €
7	570,00 €
8	570,00 €

Le prix comprend:

- L'encadrement par un Accompagnateur en montagne diplomé d'Etat spécialiste de la région.
- L'hébergement en pension complète du repas du soir du premier jour jusqu'au pique-nique du dernier jour en gîte ou en hôtel selon votre choix.

Le prix ne comprend pas:

- **Les frais à caractère personnel** : boissons,....
- Les vivres de courses
- **Les assurances** responsabilité civile, assistance et annulation.
- **L' acheminement** jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation.

De manière générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique « Le prix comprend ».

Modalités d'inscription

Pour vous inscrire :

- remplissez le **formulaire de pré-inscription** en ligne
- Suite à la validation de votre inscription de notre part (places disponibles et validation par notre guide référent), vous recevrez par email **un contrat de réservation**. Il présente le détail de votre réservation ainsi que le calendrier et les modalités de règlement.
- A réception de ce contrat, vous disposez de 4 jours pour effectuer **le règlement de l'acompte d'un montant de 30%** suivant les modalités qui y figurent.
- **L'inscription définitive n'est prise en compte qu'à réception du paiement de l'acompte.**
- **Le solde est à régler 45 jours avant la date de départ**
- Dans le cas d'une inscription à moins de 45 jours du départ, le montant total de la réservation devra être réglé à réception du contrat de réservation suivant les modalités qui y figurent.