

ROC ÉCRINS

Séjours montagne

RANDO RAQUETTES LUGES ET THERMES

Ce séjour vous propose une superbe expérience en montagne alliant la randonnée en montagne et le bien être. En effet, vous serez accueillis dans un hôtel situé dans le village du Casset, à 20 minutes de Briançon. Ce petit village se situe dans le périmètre du Parc National des Écrins, face au glacier du Casset. C'est un petit havre de paix entre les forêts de mélèzes, les belles montagnes rocailleuses, le glacier juste en face, les fermes et la rivière la Guisane qui coule le long du village ! Vous serez charmés par les panoramas qui s'offriront à vous au cours de ce séjour.

Vous serez accompagnés durant ces 3 jours par Lisa, guide de randonnée en montagne qui vous fera découvrir de superbes itinéraires et points de vue lors des randonnées. Observation des chamois, randonnée dans la belle vallée de Serre Chevalier, séance aux thermes de Le Monétier Les Bains et même une descente en luge ! Sport en montagne et spa bien être, un combo parfait pour relaxer le corps et la tête dans un cadre idyllique.

- Niveau : Niveau Evolution
- Massif : Briançonnais
- 3 jours
- 5 - 10 personnes (confirme a partir)
-

Tarifs : 380,00 €

Le prix de 380 € concerne un tout compris avec un hébergement en chambre twin. Pour une demande en chambre seule, cette option est sur demande et selon disponibilité. Un supplément de 100€ sera demandé.

Déroulement du séjour

VENDREDI

Arrivée des participants entre 12h30 et 13h au village du Laus

13h00 : Repas du midi (Pique nique en extérieur)

14h00 : Départ pour la randonnée : Direction col de l'Izoard et le refuge Napoléon ! Une superbe randonnée à travers la forêt de mélèzes et de pins. Petit à petit, nous arriverons en zone alpine avec une vue magnifique sur tous les sommets !

D+ : 600m

Descente en luge du refuge : Une magnifique piste de 7km ! Fun et sans danger ! ;)

20h30 : Diner à l'hôtel

SAMEDI

Petit déjeuner

Départ 9h30 : Randonnée 100% descente ! Nous débuterons notre randonnée au col du Lautaret avec une magnifique vue sur la Meije et son glacier ! Un paysage lunaire ! Nous longerons toute la vallée de la Guisane pour revenir au village du Casset ! Observation des Bouquetins et des chamois.

D- : 500 m

16h30 : Séance aux thermes de Le Monétier Les Bains (2H) : Bains chauds en extérieur, hammam, bulle sonore,

ROC ÉCRINS - 6 rue du Chlorate - Zone Les Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 04 84 13 14 08 <https://www.roc-ecrins.com> roc.ecrins@gmail.com

ROC ÉCRINS ORGANISATION - Eurl au capital de 8 000€ - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000718199/0 - Immatriculation ATOUT FRANCE : IM005230003 - R.C.P : HISCOX contrat n°HA RCP0399794 - Code APE 7912Z - RCS de GAP SIRET : 979 424 918 00014 - N°TVA intracommunautaire : FR42 979 424 918

bains romains, jacuzzi... Le tout pour se relaxer en profondeur.
19h30 : Diner à l'hôtel

DIMANCHE

Petit Déjeuner

10h00 : Départ pour la randonnée

Randonnée aux portes du Parc National des Écrins. Très beaux panoramas dans un environnement très sauvage !

Suivant les conditions de neige, nous irons au lac de la Douche, dans le vallon de l'aiguillette du Lauzet ou à la cime des conchier.

D+ : 500 m de dénivelé

15h00 - 15h30 : Fin du séjour - Transfert à Oulx (gare TGV) pour ceux venant en train

Séparation : 15h30 à l'hôtel ou transfert directement à la gare de Oulx pour le train en direction de Lyon et Paris

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.

Nombre de participants

10 participants maximum. Ce séjour est soumis à un nombre minimal de 5 participants, vous serez avisés au plus tard 15 jours avant le départ en cas d'annulation.

NB : Pour les conditions d'annulation des séjours privatisés (groupes constitués) merci de vous référer à nos [conditions de vente](#)

Matériel à prévoir

Équipement fournis :

Raquettes à neige et des bâtons

Matériel à prévoir

La tête

Lunettes de soleil protection classe 3 Chapeau ou casquette Crème solaire « écran total »

Le corps

Doudoune, veste imperméable, polaire

Les jambes

Pantalon de ski

Les pieds

Des chaussures de marche imperméable adaptées à votre taille, tige haute conseillée.

Préférer des chaussettes techniques aux chaussettes cotons qui favorisent les ampoules, chaussettes en mérino ou laine aussi conseillé si sensible des pieds.

Petit nécessaire de toilette Boules Quies

Le sac

Un sac à dos de montagne d'environ 35/40 litres Une gourde ou poche à eau pour une contenance minimale de

ROC ÉCRINS - 6 rue du Chlorate - Zone Les Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 04 84 13 14 08 <https://www.roc-ecrins.com> roc.ecrins@gmail.com

ROC ÉCRINS ORGANISATION - Eurl au capital de 8 000€ - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000718199/0 -
Immatriculation ATOUT FRANCE : IM005230003 - R.C.P : HISCOX contrat n°HA RCP0399794 - Code APE 7912Z - RCS de GAP SIRET :
979 424 918 00014 - N°TVA intracommunautaire : FR42 979 424 918

2L ; petits couverts. Petite pharmacie adaptée à vos besoins personnels, contenant entre autres de l'élastoplaste et des pansements double peau pour d'éventuelles ampoules

Divers

Petit couteau, appareil photo

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

Condition physique et Expérience

Pas de niveau technique requis, toutefois il convient que votre condition physique vous permette de marcher en altitude 3 à 4 heures par jour.

Encadrement

Vous serez encadrés par un Accompagnateur en montagne diplômé du Brevet d'Etat d'Edicateur Sportif d'Alpinisme Il sera équipé d'une radio VHF reliée au standard des secours. Il aura également une trousse de premier secours collectif.

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

Vous serez logés dans un superbe chalet entièrement rénové qui se trouve dans un petit village de montagne. Ce petit village est situé sur la route du col du Lautaret en bordure du Parc National des Écrins. Pas de remontées mécaniques, juste des pistes de ski de fond et des itinéraires raquettes !

Tout le chalet a été rénové et transformé en petit hôtel. Les chambres sont confortables avec une décoration moderne montagnarde.

Un joli séjour nous permettant de nous retrouver tous ensemble après les balades ou pour lire dans une ambiance chaleureuse.

Vue sur les beaux sommets, les belles forêts de mélèzes et le petit torrent.

Ambiance sauvage garantie !

Transport et Bilan Carbone

Les transports depuis le point de rendez-vous jusqu'au départ de la randonnée seront assurés par le guide avec

ROC ÉCRINS - 6 rue du Chlorate - Zone Les Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 04 84 13 14 08 <https://www.roc-ecrins.com> roc.ecrins@gmail.com

ROC ÉCRINS ORGANISATION - Eurl au capital de 8 000€ - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000718199/0 - Immatriculation ATOUT FRANCE : IM005230003 - R.C.P : HISCOX contrat n°HA RCP0399794 - Code APE 7912Z - RCS de GAP SIRET : 979 424 918 00014 - N°TVA intracommunautaire : FR42 979 424 918

son véhicule personnel à titre gratuit. Toutefois, pour celles et ceux venant en voiture, nous pouvons être amenés à vous demander d'utiliser votre propre véhicule pour effectuer ce trajet.

Accès

Le Casset se situe dans les Hautes Alpes, à 1h30 de Gap ou à 2h40 de Marseille et à 2h de Grenoble en passant par le col du Lautaret

Si vous venez en train,

La SNCF assure des liaisons directes et quotidiennes depuis Paris, Marseille et Grenoble jusqu'à la gare de l'Argentière-la-Bessée et de Briançon.

ATTENTION : la gare du Pays des Ecrins s'appelle "L'Argentière les Ecrins". Il faut bien préciser au moment de votre réservation le nom complet de la gare, sinon vous risquez d'obtenir un billet pour la gare de "l'Argentière" en Savoie.

- Liaison TGV, Paris-Turin. Descendre à Oulx puis navette (www.linkbus-alps.com) jusqu'à Briançon et l'Argentière
- 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)

Prix

tous les tarifs

nbe participants	prix par personne
5	380,00 €
6	380,00 €
7	380,00 €
8	380,00 €
9	380,00 €
10	380,00 €

Le prix de 380 € concerne un tout compris avec un hébergement en chambre twin. Pour une demande en chambre seule, cette option est sur demande et selon disponibilité. Un supplément de 100€ sera demandé.

Le prix comprend:

-* **L'encadrement** par un accompagnatrice en montagne diplômé d'Etat : Lisa Couet. La prise en charge de ses repas et nuitées

- **L'hébergement et la restauration** en gîte ainsi que les pique-niques du premier pique nique du jour 1 jusqu'au pique-nique du dernier jour
- Les Raquettes à neige et les bâtons sont fournis
- La séance aux thermes Le monétier Les Bains

Le prix ne comprend pas:

- **Vos vivres de courses**
- **Les frais** à caractère personnel : boissons, apéro...
- **Les assurances** responsabilité civile, rapatriement 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 ».

ROC ÉCRINS - 6 rue du Chlorate - Zone Les Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 04 84 13 14 08 <https://www.roc-ecrins.com> roc.ecrins@gmail.com

ROC ÉCRINS ORGANISATION - Eurl au capital de 8 000€ - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000718199/0 - Immatriculation ATOUT FRANCE : IM005230003 - R.C.P : HISCOX contrat n°HA RCP0399794 - Code APE 7912Z - RCS de GAP SIRET : 979 424 918 00014 - N°TVA intracommunautaire : FR42 979 424 918

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.

Mode de paiement acceptés : Virements, chèques bancaires, paiement par carte bancaire