

MultiActivité autour du lac de Serre-Ponçon : Rando, Eau-vive, VTT, Stand-up Paddle



PRESENTATION

Séjour en étoile en hôtel 3***

5 jours, 4 nuits, 4 journées d'activité, 1 journée libre

Si vous aimez l'ambiance « montagne », sans pour autant vous retrouvez dans un petit village au fond d'une vallée reculée, ce séjour vous permettra d'être installé confortablement au cœur du val Durance, à proximité d'une des plus grandes retenues d'eaux artificielles de France : Le lac de Serre-Ponçon. Ce séjour a spécialement été conçu pour les familles et pour les enfants dès l'âge de 8 ans.

L'hôtel 3*** qui vous accueille est idéalement placé à 150m du plan d'eau d'Embrun, jolie petite ville perchée sur son roc et dominant la vallée de la Durance. Lieu privilégié pour la pratique de nombreuses activités, vous partirez à votre guise sur la descente de la Durance en rafting, surfer sur la magnifique vague du Rabioux, réaliser une balade sur le lac en stand-up paddle, découvrir en VTT électrique les forêts de pins et de mélèzes ou encore partir à pied à la découverte des alpages et des lacs d'altitude.

Nos points forts :

- Vous êtes encadrés par un professionnel pour les activités en eau-vive, le VTT et le stand up paddle.
- Vous êtes logés en hôtel 3*** à deux pas du lac de Serre-Ponçon.
- Vous choisissez votre date de départ.

PROGRAMME

Jour 1

Randonnée à pied : De Boscodon aux portes du Morgon – journée entière

Point de départ du circuit : l'abbaye de Boscodon. Construite en 1130, elle est aujourd'hui classée aux monuments historiques. Cette randonnée vous fera prendre de l'altitude pour découvrir un grand cirque dont le sommet domine le lac. Selon votre niveau, possibilité de monter au sommet.

Possibilité de partir avec un accompagnateur en montagne (avec supplément). Dans ce cas, la randonnée proposée pourra être différente de celle décrite dans le programme selon la taille du groupe.
Dénivelés : + 550 m, - 550 m Horaire : 5h30 (option + 400m)

Jour 2

Cocktail eau-vive sur la Durance – demi-journée

Rivière emblématique des Hautes-Alpes, la Durance en rafting est sans difficulté technique majeure. Elle possède un beau volume d'eau créant tout au long du parcours de belles vagues qui feront le plaisir des plus jeunes. La plus emblématique : la vague du Rabioux, connue de tous les kayakistes amateurs de « rodéo » ! Accessible à tous.

Selon le niveau d'eau ainsi que niveau de pratique, vous pourrez vous essayer au hot-dog (kayak gonflable 2 place), l'Airboat (kayak gonflable 1 place) ou l'hydrospeed (Nage en eau-vive avec palmes et flotteurs)

Jour 3

Journée libre

Vous choisissez le programme de votre journée : marché du centre-ville, visite de la ville, parc animalier de Serre-Ponçon visites culturelles (muséoscope du lac, barrage hydro-électrique, forts de Vauban...).
L'occasion de faire un peu de farniente au bord du lac ou du plan d'eau ou pour les plus sportifs l'occasion de sortir en montagne pratiquer l'activité de votre choix...

Jour 4

Balade familiale en vélo de montagne – demi-journée

Prenez un peu de hauteur et découvrez la vallée en vélo. L'itinéraire proposé est une balade en famille à la demi-journée, mais vous pouvez opter pour la formule descente qui vous fera découvrir les plaisirs du vélo de montagne !

Jour 5

Stand Up paddle sur le Lac de Serre-Ponçon – demi-journée

À l'abri dans une petite crique, vous découvrirez une école de glisse 100% fun et 100% cool ! Au programme, vous serez accompagné et vous aurez le choix entre une initiation à l'activité ou une balade sur le lac.

COMPLEMENT DE PROGRAMME

Si vous souhaitez une version plus courte ou plus longue de ce séjour, nous pouvons vous moduler un programme sur mesure

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

RDV à 9h30 le matin du jour 1 pour déposer vos bagages à l'hôtel.

La chambre vous sera donnée en fin de journée.

Attention : compte tenu des activités proposées et de l'approche nécessaire pour rejoindre certains points de départs, il est impératif de venir en véhicule.

Accès en voiture

Par le nord : Depuis Grenoble par la Mure et Gap. Ensuite suivre la direction Embrun.

Autre possibilité pour rejoindre Embrun

Par Chambéry – Autoroute de la Maurienne – Tunnel du Fréjus (au péage prendre un aller-retour valable 7 jours)

Au péage, à la sortie du tunnel côté italien, continuer sur l'autoroute direction Turin. Sortir à Oulx et prendre direction Cesana – Sestrière – Col de Montgenèvre/Francia. Du col de Montgenèvre (frontière) vous gagnez Briançon puis Embrun (1h45 mn de trajet depuis le tunnel)

Par le sud : Valence ou Sisteron - Gap - Embrun - Guillestre.

DISPERSION

Le jour 5 après l'activité

NIVEAU

Randonnée : 2 à 3 chaussures

Aucune expérience de l'activité n'est nécessaire pour participer à ce séjour. Les dénivelés positifs

journaliers sont en moyenne de 500 à 800 m de montée pour 4h30 à 5h30 heures de marche. Vous marchez avec un sac léger contenant vos affaires nécessaires à la journée (pique-nique, vêtements chauds, gourde...).

Rafting : pas de difficulté particulière. Enfant à partir de 8 ans. **Savoir nager impérativement.**

VTT : 1 roue

Pas de difficulté technique particulière. Balade sur chemins roulants.

HEBERGEMENT

Hôtel 3*, en chambre de 2 personnes (chambre familiale sur demande)**

L'hôtel est situé à 20min du centre-ville historique, à 150m du plan d'eau d'Embrun. Il possède 3 étoiles et 3 cheminés Logis de France. Spacieux et confortable, vous apprécierez son jardin paysagé, sa piscine couverte et chauffée, son espace détente (sauna, hammam, jacuzzi) ainsi que son bar avec coin billard.

Au niveau de la restauration, une cuisine régionale et raffinée qui suit le rythme des saisons vous sera proposée.

TRANSFERTS INTERNES

Vous devrez utiliser votre véhicule pour vous rendre au départ des lieux de pratique. Approche de 15 à 20 min maximum (variable selon le trafic routier)

PORTAGE DES BAGAGES

Vos bagages resteront à l'hôtel durant la semaine.

La journée, vous ne portez que votre sac à dos (35 à 40 L conseillé) contenant vos effets personnels utiles à l'activité

GROUPE

Départ assuré à partir de 2 personnes

ENCADREMENT

Pour les activités : vélo de montagne, rafting et stand up paddle, vous serez accompagnés par un moniteur spécialiste de la discipline. Pour ces activités, vous pourrez intégrer un groupe.

Pour la randonnée, vous êtes sous votre propre responsabilité mais vous pouvez opter pour une formule accompagnée (avec supplément). Dans ce cas, la randonnée proposée pourra être différente de celle décrite dans le programme selon la taille du groupe.

DOSSIER DE RANDONNEE

Pour la randonnée, nous vous fournissons les documents suivants :

- Carnet de route incluant le profil de l'étape
- Carte à l'échelle 1/25 000^e du secteur IGN Top 25
- Trace GPS au format gpx
- Les « vouchers » ou bons d'échange que vous devrez remettre aux différents prestataires (hébergeur, moniteurs des activités...)

NOTA : Ces documents vous seront envoyés directement chez vous dans le mois précédent votre départ. Si les délais postaux ne permettent pas l'envoi, nous les laisseront à l'hôtel.

MATERIEL FOURNI

Randonnée : vous venez avec votre matériel

Rafting : matériel de sécurité (gilet, casque), combinaison et rafting

VTT : VTT Classique adulte ou enfant, casque

Stand up paddle : Planche (Paddle Board), pagaie

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Pour la randonnée

- Un sac à dos de taille moyenne
- Vêtements contre le froid : veste polaire, anorak, chemise, pull-over, bonnet de laine ou bandeau
- Pantalon et short pour marcher
- Chaussures de marche en bon état et étanches (rosée, pluie, névés) avec une bonne semelle
- Gourde, couteau
- Lunettes de soleil, chapeau, foulard

- Pharmacie : élastoplast, petits pansements, médicaments personnels, crème solaire
- Vêtements contre la pluie : cape ou veste étanche
- Sacs plastiques (type sac poubelle) pour mettre tout ce qui peut se mouiller en cas de pluie (les sacs à dos ne sont jamais vraiment étanches)
- Bâtons de marche

Pour le rafting

- Maillot de bain
- une paire de basket

Pour le vélo

- 1 tenue de cycliste adaptée : cuissard, tee-shirt respirant pour l'effort (attention vous êtes malgré tout en montagne avec des passages de cols entre 2300 et 2700 m !)
- 1 pantalon confortable pour le vélo,
- des chaussures adaptées pour le vélo,
- 1 coupe-vent ou gore tex,
- des gants de vélo, voire gants complets suivant la saison (non fournis)
- 1 ou 2 bidons ou poches d'eau dorsales (type Camel Back),
- Le port du **casque est obligatoire. (Il est fourni avec le vélo)**

Pour le Paddle (selon la saison)

Short ou bermuda de bain

Lycra longue ou manches courtes

Lunette de soleil

Chapeau

Crème solaire

DATES ET PRIX

DATES ET PRIX

Départ à la carte de mi-mai à fin septembre. Ouvert aux enfants à partir de 8 ans.

5 jours / 4 nuits / 4 activités

Durée	Moyenne saison mai – juin – septembre	Haute saison juillet – août
Adultes	655 €	680 €
Enfants (de 8 à 11 ans)	595 €	625 €

En option :

Supplément accompagnateur en Montagne (4 pers minimum) : 45€/personne

Nuit supplémentaire :

- Haute saison : 95€/ personne
- Moyenne saison : 90€/personne

LE PRIX COMPREND

- Hébergement en hôtel 3*** en demi pension
- Randonnée : la mise à disposition du dossier de randonnée
- Rafting : matériel de sécurité et encadrement
- Vélo : location de VTT classique, DH ou électrique à la ½ journée, casque et trousse de sécurité.
- Stand Up Paddle : prestation de 2h, initiation ou balade

LE PRIX NE COMPREND PAS

- L'assurance multirisque
- Les boissons
- Les déjeuners (pique-niques)
- Les taxes de séjours

- Les frais liés à l'utilisation de votre véhicule pour se rendre au départ des activités
- Les visites culturelles non mentionnées au programme

POUR EN SAVOIR PLUS

DESCRIPTION

