

Jeunes aventuriers à la découverte des activités en montagne (multi-activité)



PRESENTATION

Séjour en étoile

6 jours, 5 nuits, 5 jours d'activité

Découvrir la montagne en famille, c'est possible !

Basés aux portes du Queyras, vous découvrirez au cours du séjour le plaisir des activités de montagne en famille. Les activités ludiques de ce séjour ont été conçues et réfléchies pour vous et vos enfants à partir de 8 ans : randonnées à la demi-journée, descente facile en raft, accrobranche, vélo en famille et pour finir, une nuit insolite en petit refuge de montagne.

Logés en centre de vacances, Guillestre est un lieu également idéal pour vos activités en fin de journée : piscine, plan d'eau...

Nos points forts...

- Un séjour pour les enfants à partir de 8 ans
- Des activités ludiques et encadrées par des professionnels tout au long de la semaine

- Des temps de détente pour être en famille
- Une nuit en plein montagne dans un charmant refuge
- Un accompagnateur en montagne qui est présent durant la semaine et qui coordonne vos activités

PROGRAMME

Jour 1

Accueil par votre accompagnateur à 19 h le dimanche soir à l'hébergement.

Jour 2

Le matin : Randonnée pédestre – La légende de la Rue des Masques

Pour cette matinée de mise en jambes, vous en prendrez plein les yeux ! Vous découvrirez deux paysages en peu de temps : le plateau de Guillestre qui offre une vue incroyable sur les plus hauts sommets des Écrins et sur la citadelle de Montdauphin fortifiée par Vauban, puis les profondes gorges du Guil. Partons à la découverte de cette Rue des Masques, dont le nom cache un côté mystérieux...

L'après-midi : Changement de décor : la rivière.

Pour se rafraîchir, vous découvrirez la Durance, rivière aux couleurs émeraude de renommée internationale. En raft, ou en canoë pour les Robinsons aventuriers, cette descente en eau-vive se veut avant tout facile et ludique.

Jour 3

Le matin : Randonnée pédestre – Les canaux de Guillestre

Le thème de la matinée sera l'eau. Cette ressource vitale a été domptée et de nombreux canaux ont été bâtis. Notre itinéraire nous emmènera d'un canal à l'autre...

L'après-midi : Découverte du vélo de montagne

Bikers en herbe ou véritables petits riders cet après-midi sera avant tout ludique, facile et adapté à tous. Un seul mot, le plaisir en famille ! Accompagnés d'un moniteur, vous évoluerez en toute sécurité pour découvrir un itinéraire au profil descendant autour de Guillestre, un vrai plaisir pour une progression adaptée à chacun.

Jour 4

Le matin : Et si l'écureuil c'était moi ?

Direction la forêt pour un parcours en accrobranche. Dans les arbres, il y en a pour tous les âges et pour tous les niveaux !

L'après-midi : libre

Un temps pour vous, en famille, pour découvrir à votre rythme les curiosités locales : la Fontaine Pétrifiante, les sources d'eau chaude de Plan du Phazy, ou tout simplement ne rien faire : rafraîchissement au bord du lac !

Jour 5

Le matin : libre

Si cette matinée vous laissera le temps de faire votre sac pour la nuit en refuge, il faudra également en profiter pour aller découvrir nos amis les marmottes. À 5 min en voiture, vous pourrez, sur un site remarquable, découvrir à quelques mètres de vous, cette boule de poil symbole de nos alpages !

L'après-midi : Allons passer la nuit en refuge

Nous voilà partis pour passer une nuit en pleine montagne sur un site exceptionnel. Ces deux jours seront avant tout l'occasion de prendre un peu d'altitude et de comprendre les enjeux de ce petit îlot de vie au milieu des alpages.

Jour 6

Randonnée pédestre

Nous découvrirons un des plus beaux alpages typiques du Queyras, avec pas moins de 300 petits chalets synonymes d'une vie autrefois très active. Quelques marmottes au programme et sans doute quelques ongulés...Le profil de la journée est plutôt descendant.

Fin du séjour après la randonnée.

COMPLEMENT DE PROGRAMME

AVERTISSEMENT

En fonction de la météorologie ou pour toutes autres raisons indépendantes de notre volonté, nous pouvons être amenés à exceptionnellement modifier ce programme.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

RDV à **19 h** le jour 1 par votre accompagnateur qui sera présent tout au long de la semaine.
L'hébergement sera précisé sur votre convocation, reçue 15 jours avant votre départ.

Si vous arrivez en retard : en cas de retard de train ou sur la route, vous disposerez d'un numéro d'urgence sur votre convocation.

Lors de votre réservation, ou au plus tard une semaine avant votre arrivée, merci de nous communiquer impérativement les informations suivantes :

- Votre mode d'arrivée : train ou voiture...
- Votre horaire d'arrivée si vous arrivez en train. Si vous arrivez en journée nous précisez si vous prenez la navette locale ou si vous attendez l'heure de rendez-vous en gare.
- Votre lieu d'arrivée : hôtel ou gare.

ACCÈS

Si vous arrivez en train

Arrivée en gare de Montdauphin-Guillestre, sur la ligne vers Briançon.

Nom de la gare pour votre recherche : MONT DAUPHIN / GARE SNCF

Informations et horaires : www.oui.sncf

En venant du nord : liaison quotidienne par train couchette ou par TGV et TER :

- Train de nuit : Ligne Paris (gare d'Austerlitz) / Montdauphin - Guillestre
- Train de jour : Ligne Paris-Valence ou Paris-Grenoble puis correspondances pour Montdauphin-Guillestre (ligne vers Briançon). Attention, évitez les propositions d'horaires vous faisant passer par Aix-en-Provence ou Marseille, beaucoup plus long.
- Train de jour : TGV Ligne Paris – Turin. Arrêt Oulx
- Arrivée à la gare italienne d'Oulx (Ligne Paris-Turin)

- Si vous arrivez le samedi, un nouveau service d'autocar vous permet de rejoindre directement le Guillestre depuis la gare. Renseignement et réservation obligatoire : www.autocars-imberty.com – 04 92 45 18 11
- À Oulx, un car Zou (sur réservation) vous amènera à Briançon (tarif 2020) : 12 € l'aller pour les adultes, 6 € de 5 à 12 ans. Durée du trajet d'Oulx à Briançon : environ 1 h. À réserver auprès de Zou au 0809.400.013 ou sur zou.maregionsud.fr. Ensuite le train vous permettra d'atteindre Montdauphin Guillestre.

En venant du sud : ligne Marseille-Briançon

De la gare au lieu de RDV

Votre accompagnateur ou un responsable de l'agence **vous accueille en gare le dimanche soir à 18 h 30** pour le transfert sur le lieu de rendez-vous (transport en minibus compris dans le tarif du séjour). Attention, pour organiser ce transport vous avez l'obligation de nous réserver votre transfert au moins une semaine avant la date du séjour.

En cas d'arrivée en dehors de cet horaire, le transfert dans le Queyras est à votre charge. Vous pourrez utiliser les navettes régulières en saison de Zou (Pensez à vérifier les horaires sur leur site internet : zou.maregionsud.fr) ou un taxi.

Accès à l'hôtel lorsque vous arrivez en navette régulière

Vous trouverez les indications sur votre convocation

Accès en voiture

Par le nord :

1ère possibilité : Emprunter le col du Lautaret par Bourg d'Oisans et la Grave. Rejoindre Briançon et suivre direction Gap (RN 94) jusqu'à Montdauphin puis Guillestre, porte d'entrée du Parc régional du Queyras.

2e possibilité : Depuis Grenoble par la Mure et Gap. Ensuite suivre la direction Embrun par la RN 94 puis Guillestre porte d'entrée du Parc régional du Queyras. Prendre la D902 puis suivre les indications « Stations du Queyras ».

3e possibilité : Depuis Grenoble rester sur l'autoroute A51 direction Sisteron. Franchir le col de Lus-la-Croix-Haute, puis rejoindre Veyne, Gap. Ensuite suivre la direction Embrun par la RN94 puis Guillestre porte d'entrée du Parc régional du Queyras. Prendre la D902 puis suivre les indications « Stations du Queyras ».

4e possibilité : 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 – Sestriere - Col de Montgenèvre/Francia. Du col de Montgenèvre (frontière) vous gagnez Briançon puis Guillestre (1 h 30 min de trajet depuis le tunnel).

Par le sud :

Valence ou Sisteron - Gap - Embrun - Guillestre.
(État des routes au 04 92 24 44 44)

Taxi

Mr Durosne au 06 60 76 51 29 ou 06 15 37 28 67
Imbert : 04 92 45 18 11

DISPERSION

Le vendredi en fin de journée après la randonnée

Pour les participants venus en train, transfert en gare de Montdauphin-Guillestre.

Pour info, correspondances avec les lignes suivants :

- Ligne Paris / Lyon via Valence-Ville ou Valence TGV
- Ligne Paris / Lyon via Grenoble
- Ligne Marseille / Aix en Provence via Gap
- Ligne Grenoble
- Ligne Valence -Ville / Valence TGV
- Ligne TGV Oulx – Paris via Briançon.
 - Transfert en bus régulier entre Briançon et Oulx (Durée du trajet d'Oulx à Briançon : environ

- 1h. À réserver auprès de Zou au 0809.400.013 ou sur zou.maregionsud.fr. Tarif 2020 : 12€)
- Retour à Oulx : Si vous repartez le samedi, un nouveau service d'autocar vous permet de rejoindre directement la gare d'Oulx. Renseignement et réservation obligatoire : www.autocars-imberty.com – 04 92 45 18 11

Certains de ces trains circulent périodiquement, il est impératif de vérifier vos horaires de retour auprès de la SNCF au 36 35 ou www.oui.sncf).

FORMALITES

Durant la randonnée, vous devez être en possession des documents suivants :

- Carte d'identité en cours de validité ou Passeport.
- Carte vitale.
- Contact de votre assurance voyage

NIVEAU

2 chaussures

Randonnée de 4 à 5 heures de marche en moyenne comportant une dénivellation moyenne de 400 à 600 m en montée et/ou descente ou itinéraire vallonné de 15 à 20 km.

Aucune expérience de l'activité est nécessaire pour participer à ce séjour.

Pour toutes les activités, nous sommes sur un séjour découverte. Aucune expérience préalable n'est requise. L'esprit découverte est favorisé par rapport à l'aspect sportif.

Nos moniteurs s'adaptent au niveau du groupe et seront là pour vous guider dans le plaisir de l'activité.

HEBERGEMENT

Selon la saison, vous serez hébergés dans un des deux centres de vacances du village, en chambres de 2 personnes ou 4 personnes.

Vous bénéficiez de la mise à disposition des draps et des serviettes.

Votre hébergement se situe à proximité du centre du village (15 min maximum selon l'hébergement).

Les repas froids du midi sont complets et composés de salade, viande ou charcuterie, fromage, fruit, biscuit... Ces pique-niques sont réservés auprès des hébergements ou préparés par l'accompagnateur à l'aide des produits et commerces locaux.

Pour le soir du jour 5, vous dormirez en refuge de montagne au milieu des alpages. Selon les disponibilités et pour vous rassurer, possibilité d'avoir des chambres de 2 ou 4 personnes (avec supplément).

TRANSFERTS INTERNES

Minibus 8 personnes en plus de l'accompagnateur.

Lorsque le groupe dépasse ce nombre, nous pouvons vous demander d'utiliser parfois votre propre véhicule. Dans ce cas-là, nous vous proposerons un défraiement sous la forme d'une indemnité kilométrique.

PORTAGE DES BAGAGES

Vos bagages resteront au centre de vacances durant la semaine.

Pour les balades à la demi-journée et les sorties vélo : Un petit sac (20l) contenant vos vivres de course est conseillé.

Pour la nuit en refuge :

Prévoir un sac à dos (35 à 40 L conseillé) contenant vos effets personnels utiles à la randonnée et vos affaires du soir (Affaires de change, drap-sac...).

GROUPE

Départ assuré à partir de 4 participants

Groupe limité à 12 personnes

ENCADREMENT

Pour les activités randonnée, vélo de montagne et raft, vous serez encadrés par un professionnel de l'activité, tous diplômés de leur discipline et connaissant très bien leur territoire.

Ils s'engagent à :

- Gérer au mieux le déroulement de votre randonnée en toute sécurité : choix de l'itinéraire, rythme de progression, logistique, santé, adaptation aux aléas météorologiques, organisation d'un secours...
- Assurer la dynamique et la cohésion du groupe.
- Vous faciliter l'approche du milieu montagnard et vous faire partager avec passion leur connaissances pour la nature.
- Être disponible et à votre écoute.

Pour l'activité accrobranche, après une présentation du matériel et un essai sur un parcours adapté, vous évoluerez seul dans les arbres mais le personnel du parc se tiendra à votre disposition au sol.

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 la nuit au refuge

- Un drap-sac + 1 petite serviette de toilette
- Des affaires de rechange pour le soir (tee-shirt, pantalon)
- Vos affaires de toilette

Nb : Votre accompagnateur vous expliquera comment bien préparer votre sac.

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
- 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)

Pharmacie personnelle

- vos médicaments habituels
- médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large
- double peau (type Compeed ou SOS ampoules)

En cas d'oubli, vous trouverez sur place, pharmacies et magasins de sport pouvant vous dépanner.

DATES ET PRIX

DATES ET PRIX

Du dimanche soir au vendredi fin de journée

6 jours, 5 nuits, 5 jours d'activité

DATE DÉPART	DATE DE FIN	ADULTES	ENFANTS DE 8 À 11 ANS RÉVOLUS
Du 27/06/2021	au 02/07/2021	695,00 €	595,00 €
Du 04/07/2021	au 09/07/2021	695,00 €	595,00 €
Du 11/07/2021	au 16/07/2021	695,00 €	595,00 €
Du 18/07/2021	au 23/07/2021	695,00 €	595,00 €
Du 25/07/2021	au 30/07/2021	695,00 €	595,00 €
Du 01/08/2021	au 06/08/2021	695,00 €	595,00 €
Du 08/08/2021	au 13/08/2021	695,00 €	595,00 €
Du 15/08/2021	au 20/08/2021	695,00 €	595,00 €
Du 22/08/2021	au 27/08/2021	695,00 €	595,00 €

Nuit supplémentaire :

- Prix adulte : 40€/pers
- Prix enfant : 30€/pers

Pour les chambres de deux, nous consulter.

LE PRIX COMPREND

- L'hébergement en 1/2 pension en centre de vacances ou en auberge de jeunesse
- Les repas du midi
- Les transferts en minibus
- Un accompagnateur toute la semaine sauf dans vos temps libres
- L'encadrement par un professionnel des activités Raft, VTT, accrobranche

- Le matériel nécessaire aux activités
- La nuit au refuge en pension complète

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les boissons et autres consommations lors des repas
- Les assurances
- Tout ce qui ne figure pas dans « le prix comprend »

POUR EN SAVOIR PLUS

DESCRIPTION

L'ESPRIT DU SÉJOUR

Au départ d'un hébergement accueillant vous découvrirez chaque jour une activité différente. Ce sera pour vous l'occasion profiter d'un terrain de jeu unique, préservé du tourisme de masse.

Conçu pour partager des activités en famille, vous profiterez d'activités ludiques, faciles et adaptées à votre niveau. Pour plus de sérénité, un accompagnateur sera présent tout au long de la semaine pour vous emmener sur les activités.

Vous profiterez également de temps libre pour vous retrouver en famille.

LE VILLAGE DE GUILLESTRE (Extrait : www.ville-guillestre.fr)

Le Guillestrois possède de nombreux atouts : villages de caractère au patrimoine important, un environnement naturel riche et préservé, un site Vauban classé UNESCO, une base d'eau vive, une base de loisirs, la proximité de stations de ski du Queyras de Risoul et de Vars.

Arpentez les sentiers mythiques du GR 58 et GR5, plongez dans les eaux du Guil et de la Durance 5 mois dans l'année, explorez les itinéraires cyclo pour tous les niveaux, les sensations aériennes, les joies de la glisse, de la pêche... et tant d'autres activités de montagne pour des vacances résolument inoubliables !

Guillestre dominant les gorges du Guil a connu, au même titre que toute la région une histoire mouvementée, subissant diverses influences au rythme des guerres franco-italienne et des guerres de religion. Ancienne place forte, le patrimoine reste important et les anciennes portes de la ville permettent encore aujourd'hui d'accéder au centre ancien. Il faut y visiter l'église Notre Dame d'Aquilon dont les colonnes du porche reposent sur 2 statues de lion couché. La vieille ville a conservé une partie de ses fortifications et la Tour d'Eygliers domine Guillestre qui compte 2.400 habitants et regroupe une grande partie des activités économiques et administratives du canton dont elle est le chef-lieu. Sa situation permet un accès aux stations de ski de la Forêt Blanche Risoul et Vars et aux villages du Queyras. Une grande partie du territoire de la commune est incluse dans le Parc naturel régional du Queyras. Le plateau du Simoust domine les gorges du Guil et offre un panorama, sur Eygliers et Mont-Dauphin (Classée au patrimoine mondial de l'humanité par l'UNESCO).

Guillestre offre toutes les commodités : commerces et hébergements. L'Office de Tourisme vous y accueillera toute l'année.

LA PLACE FORTE DE MONT-DAUPHIN

Vauban a fait construire à partir de 1693, cette extraordinaire place forte en haute montagne sur un plateau dominant le confluent du Guil et de la Durance au débouché de la vallée du Queyras et du col de Vars.

Ensemble remarquable et entièrement préservé, Mont-Dauphin constitue l'archétype de place forte de montagne, avec son arsenal, ses deux magasins à poudre, ses casernes au rempart et son église, restée inachevée.

Le Comité du patrimoine mondial a décidé d'inscrire en juillet 2008 les fortifications de Vauban présentées par l'État français au titre du patrimoine mondial de l'Unesco

Ce site fortifié présente une facette de l'œuvre de Vauban, complémentaire aux autres sites classés. Le choix des sites repose sur les critères suivants : représentativité de l'évolution du système de défense de Vauban, d'un type de fortification et d'un type de site géographique (bord de mer, plaine, montagne), état de conservation des fortifications et authenticité, environnement paysager, politiques de mise en valeur et de protection existantes.

CARTOGRAPHIE

Carte TOP 25 IGN 3537ET

BIBLIOGRAPHIE

Pour préparer votre séjour, de nombreux guides sont disponibles en librairie. Vous pouvez par exemple consulter *Parc Naturel Régional du Queyras* aux éditions Gallimard, bien illustré et facile à lire.

Pour goûter aux ambiances queyrassines, dernièrement sorti, *L'Autre Versant*, aux éditions Hesse, présente de superbes photographies de Christophe Sidamon-Pesson accompagnées des textes de Michel Blanchet.

Dans la remarquable collection « Les Cahiers du Patrimoine », aux Éditions du Queyras, plusieurs titres permettent de se familiariser avec les spécificités du patrimoine local (*Dentelles du Queyras et des vallées voisines*, *Ceillac au fil du temps*, *Fort Queyras*, *Cadrans Solaires du Queyras...*).

Quelques ouvrages rédigés par des anciens du pays évoquent également la vie de la région, hier et aujourd'hui, à l'image des livres de Céleste Fournier aux Éditions du Queyras, des mémoires de Philippe Lamour, personnage emblématique du Queyras, intitulées *Le Cadran Solaire*, ou du recueil de souvenirs *Les Pieds en Queyras* d'Albert Borel.

Enfin pour les amateurs de littérature, les vallées queyrassines ont servi de cadre à de nombreux romans. Citons par exemple *Les Hauts Pays* de Philippe Lamour, ou, pour la période actuelle, *Le Dernier Refuge* de Nicolas Crunchant.

