

BREAK HIVERNAL DANS LE VERCORS



PARC NATUREL DU VERCORS Randonnée guidée en raquettes 5 jours, 4 nuits

Superbe coupure pleine nature, alternant étapes sauvages en refuge et étapes au cœur des villages d'Autrans et Méaudre en hôtel 2*, mais toujours particulièrement chaleureuses et conviviales.

Les balades vous feront parcourir des espaces préservés, des forêts profondes largement peuplées par les hôtes de la forêt, offrant de très beaux belvédères. Un séjour très efficace pour déconnecter !

Grand Angle

info@grandangle.fr

www.grandangle.fr

Le Village
38112 Autrans-Méaudre en
Vercors, France

tel +33 4 76 95 23 00
fax +33 4 76 95 24 78

Agence de voyages IM038110022



PROGRAMME**Du mercredi au dimanche, 5 jours et 4 nuits****J1 Mercredi Autrans - Gève**

Rendez-vous au Centre Sportif Nordique d'Autrans. Accueil ; équipement en raquettes pour ceux qui en ont besoin ; vous laissez une partie de vos bagages, que vous retrouverez le lendemain soir. Montée en navette jusqu'à la clairière de Gève, sur le plateau dominant Autrans. De là, il vous reste 500m à faire à pied avec vos affaires nécessaires pour la nuit, pour rejoindre le refuge isolé. Le plateau de Gève est, l'hiver, un immense domaine de ski de fond et de pistes pour raquettes, dans un cadre forestier et de petites clairières particulièrement préservé, offrant de superbes panoramas sur la vallée de l'Isère, lorsqu'on approche des falaises. Le soir, quand le plateau est désert, l'ambiance est extraordinaire, et, au petit matin, le lever du soleil sur les cristaux de neige est magique !

Hébergement à côté du refuge dans un petit chalet en rondins, privatisé pour vous, ou bien dans le refuge. Confort rustique (douches et toilettes au refuge), mais ambiance Grand Nord fabuleuse. Il y a des couettes ou couvertures, mais il faut apporter un drap-sac. Vous apprécierez la cuisine gourmande et adaptée du refuge. Ceux qui le souhaitent pourront prendre un bain nordique, dans un grand baquet en extérieur, dans une eau chauffée à 40° au feu de bois, au milieu des sapins (séance de 30', possible jusqu'à 19h30, à régler sur place).

Dîner et nuit au refuge de Gève.

**J2 Jeudi Gève – Le Pas de la Clé – Autrans**

Après un solide petit déjeuner, départ pour une grande journée de balade sur le plateau de Gève : montée jusqu'au Pas de la Clé, qui vous offre un extraordinaire belvédère sur la vallée de l'Isère. La roche au Pas de la Clé est un couloir arrondi et tout poli, car c'est par là que transitaient les bois d'Autrans et Méaudre, pour descendre sur Montaud, dans la vallée. La forêt au-dessus d'Autrans est particulièrement peuplée : cerfs, chevreuils, chamois, renards, blaireaux, lièvres... Nous ne les verrons probablement pas, mais leurs traces nous permettront de laisser vagabonder notre imagination ! Belle descente par les chemins forestiers, puis à travers les prairies dégagées, champs de neige l'hiver, sur le sympathique village d'Autrans. Vous retrouvez l'ensemble de vos bagages. Matinée sans rien à porter ; vous récupérez vos bagages de la veille pour redescendre sur Autrans.

Nuit à l'hôtel Le Vernay 3* à Autrans.

5h de marche, + 300m, - 550m.

J3 Vendredi Autrans – Méaudre, par la colline du Claret et les crêtes de Servagnet

Vous voilà partis pour Méaudre, en passant par les douces collines du Claret, qui dominent la plaine d'Autrans Méaudre, et qui vous donneront cependant une impression de grande solitude. Vous continuerez par les crêtes de Servagnet, réserve de chasse, avant de rejoindre Méaudre par de très beaux vallons.

Installation en hôtel 2*, au cœur du village à l'hôtel Le Sabot de Vénus, ou à l'orée de la forêt à l'hôtel La Prairie.

Journée rien à porter.

5h30 de marche, + 550m, - 650m.

J4 Samedi Le refuge des Narcés

Montée par le télésiège de Méaudre et traversée des crêtes de Méaudre, avec quelques vues panoramiques sur la vallée de Rencurel, le massif des Coulmes et les gorges de la Bourne, puis nous grimperons sur le Gros Martel, sommet débonnaire de la station, avant de rejoindre le refuge, tout en descente !

Nuit au petit refuge des Narcés et dîner montagnard. Situation unique dans un cadre sauvage, pour ce petit refuge isolé sous les crêtes de Méaudre. Le couchage se fait bien sûr en dortoir (lits) ; il y a une douche et des toilettes, mais il faut faire attention à l'eau (pas d'eau du réseau). Il y a des couettes, mais il faut apporter un drap-sac ou un duvet. Pour plus de confort le soir, des « Crocs » sont prêtées !

4h30 à 5h de marche, + 235m, - 510m.

J5 Dimanche Méaudre

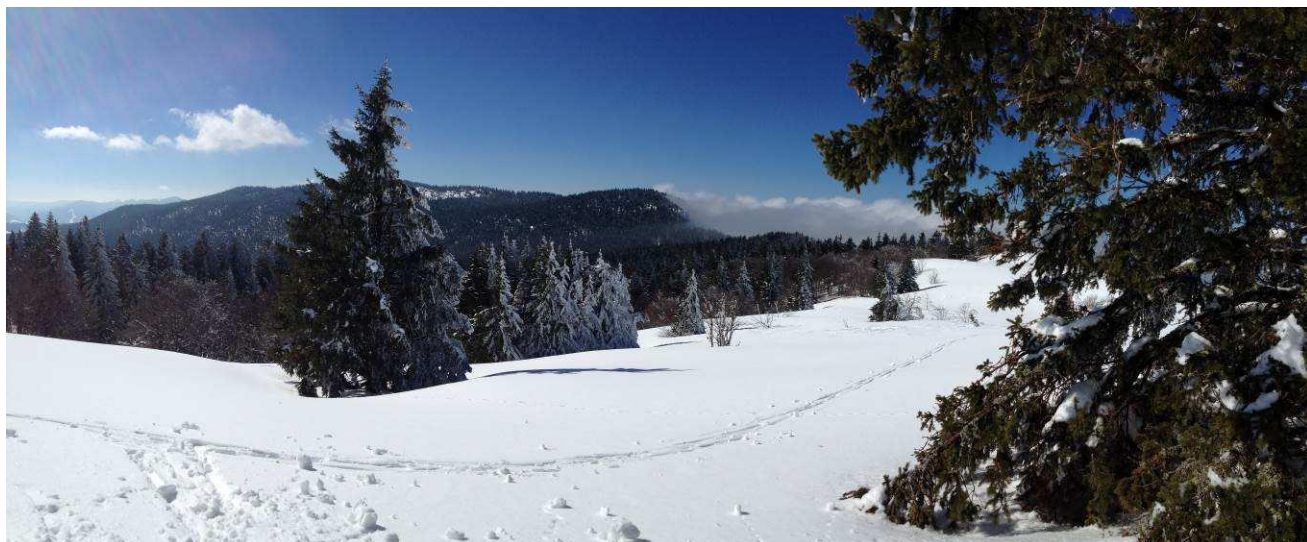
Après un solide petit déjeuner, descente à pied sur Méaudre, entre forêt et panoramas.

Ceux qui sont pressés ou un peu fatigués pourront descendre en navette (à votre charge).

Possibilité de prendre une douche à l'arrivée à Méaudre.

Fin de votre séjour.

2h30 de marche, + 80m, - 400 m.

**ITINERAIRE**

Nous pouvons parfois être amenés à modifier quelque peu l'itinéraire indiqué : soit au niveau de l'organisation (problème de surcharge des hébergements, dédoublement des groupes, modification de l'état du terrain - éboulements, sentiers dégradés, etc), soit directement du fait du guide (météo, niveau du groupe, ...). Faites-nous confiance, ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et un meilleur confort !

QUELQUES PRECISIONS

NIVEAU 2

Niveau moyen à bon randonneur. 5h de marche en moyenne par jour. Dénivelés de 80 à 550m en montée par jour.

L'ACTIVITE RAQUETTES

Ne nécessitant pas de technique particulière, les raquettes offrent immédiatement un plaisir intense au randonneur et à l'amoureux de la nature. Grâce aux raquettes, nous pouvons en effet nous faufiler partout dans les bois, sur les sentiers recouverts de neige, à notre rythme. Les bruits étouffés par la neige, les traces de la vie hivernale que nous découvrons, les belvédères étonnants et les grandes glissades dans la poudreuse font de la raquette une activité particulièrement agréable et "pleine nature".

PORTAGE

Le mercredi, vous portez vos affaires nécessaires pour la nuit sur 500m pour arriver jusqu'au refuge ; le jeudi, vous les porterez l'après-midi pour descendre sur Autrans. Le reste du temps, vous n'avez rien à porter, qu'un sac avec vos affaires de la journée et votre pique-nique.

CONFORT

Hébergement

En hôtel 2* le jeudi et le vendredi. En refuge gardé le mercredi et le samedi ; la nuit en refuge dès le 1^{er} soir vous permet de tout de suite « déconnecter » et vous sentir complètement en vacances !

Restauration

Demi-pension, panier repas à midi, vivres de course.

ENCADREMENT

Par un accompagnateur en montagne spécialisé « raquettes » durant tout le séjour.

GROUPE

6 à 12 personnes

RENDEZ-VOUS / DISPERSION

Rendez-vous : le mercredi à 16h au Centre Sportif Nordique à Autrans.

Dispersion : le dimanche vers 11h à Méaudre.

Garer votre voiture : vous pouvez garer votre voiture pour la durée du séjour sur le parking du Centre Sportif Nordique à Autrans ou sur le parking du foyer de ski de fond à Méaudre.

ACCES

Par le train

Train jusqu'à Grenoble (T.G.V). Puis, ligne de cars régulière pour Autrans par les cars VFD / Transisère. La gare routière est attenante à la gare S.N.C.F. Idem retour.

Horaires de train : Nombreux TGV Paris - Grenoble, au départ de Paris Gare de Lyon, directs (environ 3h) ou via Lyon. Renseignements : SNCF au 3635 ou sur le site : www.sncf.com .

Horaires de cars : Renseignements : Tél. 0 820 08 38 38 et www.vfd.fr ; vous pouvez également réserver votre trajet à vpc@vfd.fr .

Par la route

Autoroute Lyon - Grenoble, sortie Saint Egrève, puis direction Villard de Lans (par Sassenage) ; à Lans en Vercors, tourner à droite vers Autrans-Méaudre ; passez le col de la Croix Perrin (30 kms de Grenoble).

LES DATES**Du mercredi au dimanche**

Ces dates vous permettent d'éviter les grosses affluences (samedi – samedi), l'hiver.

- du 24/01 au 28/01/18
- du 31/01 au 04/02/18
- du 07/02 au 11/02/18

Dates sur mesure pour groupes constitués à partir de 6 personnes (nous consulter).

PRIX

595 € par personne

Le prix comprend :

- l'encadrement
- l'hébergement
- la nourriture
- les transports de bagages tel que décrit
- le télésiège à Méaudre
- les transferts internes
- le prêt des raquettes et bâtons

Le prix ne comprend pas :

- Les boissons
- les dépenses d'ordre personnelle
- les assurances optionnelles
- les frais d'inscription
- tout ce qui n'est pas indiqué dans « les prix comprennent »

A noter : Pas de réduction si vous venez avec vos propres raquettes et bâtons.

ASSURANCES

Vous pouvez souscrire une assurance complémentaire carte bancaire (CB), ou annulation + interruption de séjour et/ou une assistance rapatriement facultatives.

L'assurance annulation + interruption de séjour vous couvre hors frais de dossier, d'inscription et hors taxes aériennes. Elle vous rembourse les frais d'annulation retenus par nous, dans les cas et sous les conditions figurant sur le contrat : 2,7% du montant du séjour.

L'assistance rapatriement comprend les frais de recherche et de secours, une assurance "frais médicaux" et une assistance rapatriement : 1,2% du montant du séjour.

Assurance annulation + interruption de séjour + assistance rapatriement : 3,6% du montant du séjour.

Assurance complémentaire CB pour l'achat du séjour avec une CB multiservices proposant les garanties Annulation et Assistance Rapatriement (Gold Mastercard, Visa Premier, Infinite Platinum, American Express). Elle vous rembourse la franchise et la part des dommages excédant le montant indemnisé par votre assurance CB : 2.7 % du montant du séjour.

Ces contrats sont souscrits pour vous auprès du groupe Assurinco.

Grand Angle n'intervient que comme intermédiaire entre vous et Assurinco ; il vous appartient de faire les démarches nécessaires auprès de l'assurance ; nous pouvons cependant bien volontiers vous y aider.

INFOS PRATIQUES

Voici quelques numéros de téléphone qui peuvent vous être utiles :

- Office de tourisme de Méaudre : 04.76.95.20.68
- Office de tourisme d'Autrans : 04.76.95.30.70

- BIBLIOGRAPHIE

- **À la découverte du Vercors, parc naturel régional** par François Ribard. Collection Hors collection - Rando - Les couvertures. Format : 129 mm x 236 mm, 240 pages. Paru en avril 2009, environ 20 €.
- L'association d'Histoire locale de Lans en Vercors a édité 3 numéros des Cahiers du Peuil, dans une collection intitulée **Jadis, au Pays des Quatre Montagnes** : vous y découvrirez la vie et les anecdotes d'un passé qui n'est pas si loin dans le temps, mais ô combien différent.
- Nombre de publications sont éditées par le Parc Naturel Régional du Vercors
Renseignements : <http://www.parc-du-vercors.fr>

CARTOGRAPHIE

Cartes utilisées : IGN, Série Top 25 : 3235 OT

A EMPORTER DANS VOS BAGAGES !**Pour transporter vos affaires**

- Un sac à dos confortable de 45 à 50 litres pour porter vos affaires personnelles et le pique-nique durant la journée. Mieux vaut un grand sac avec peu de choses dedans, facile à porter avec une ceinture ventrale (indispensable) qu'un petit sac peu confortable, fragile et ne laissant pas de possibilité de ranger sa veste par exemple (ça arrive même en Norvège !).
- Un bagage suiveur : un sac à dos ou un sac de voyage pas trop grand et en bon état et si possible imperméable ou bien équipé en sac plastique.

Equipement de randonneur

- Une (ou 2) tenues adaptées, pantalons hiver, bonne protection contre le froid et l'humidité, souple et ne gênant pas la marche en raquettes
- 3 ou paires de chaussettes adaptées
- Une veste en fourrure polaire
- Une veste Goretex ou un coupe-vent imperméable laissant si possible passer la sueur
- Des sous-vêtements chauds (combinaisons, collants...)
- Une paire de gants de ski de fond (pour les frileux (ses), ajouter une paire de gants de soie)
- Des moufles
- Un bonnet
- Mini-doudoune légère

Contre le soleil

- Lunettes de soleil (haute protection)
- Crème solaire

Après l'effort

- Une paire de tennis style jogging pour le soir
- Vêtements de rechange
- Une trousse de toilette personnelle minimale et une serviette de toilette mini
- Une mini pharmacie : médicaments personnels, élastoplaste, biogaze ou " 2ème peau", gaze, désinfectant, arnica en granules et aspirine en cas de petits bobos, etc.
- Une lampe de poche ou une frontale avec piles de rechange
- Un duvet pour les refuges

