



À la découverte de la vallée de Chamonix, Massif des Fiz, France



FICHE DESCRIPTIVE DU SEJOUR

Vanoise Voyages, Association loi 1901- APE 7912Z Activités des Voyageurs - SIRET 799 932 207 0019

3 rue Saint-Pierre 73700 SEEZ - Mobile : 06.40.06.05.32. E-mail : contact@vanoise-voyages.com

Association de Tourisme inscrite au registre national ATOUT FRANCE affiliée à l'APRIAM IM073.10002 / ALPESPACE Le Neptune 50 Voie Albert Einstein 73800 FRANCIN
Assureur R.C.P. MMA IARD - 10 bd Marie et Alexandre Oyon 72000 LE MANS Contrat n° 3.056.234 /Garantie Financière : GROUPAMA 4000713451/0 - 8-10 rue d'Astorg 75008 PARIS

Sorties randonnées trail montagne dans le massif des Fiz, la réserve des aiguilles rouges, le barrage d'Emosson, les lacs d'altitude, QC thermes de Chamonix, séances de stretching et yoga

Dates et heures	Début du séjour : le 16/07/2022 à 10 h Fin du séjour : le 23/07/2022 à 10 h
Niveau technique requis	Niveau technique : 3 sur une échelle de 1 à 5 Niveau physique : 3 sur une échelle de 1 à 5 Niveau minimal exigé : pratique de la course régulière Consulter https://www.vanoise-voies.com/quel-est-mon-niveau/ pour comprendre le niveau attribué. Temps de marche : jour 1 environ 3 h, les autres jours environ 5-6 h Dénivelées : Jour 1: + 1000 m / Jour 2: + 1400 m / Jour 3: + 1100 m / Jour 4: + 1000 m / Jour 5 : + 1000 m / Jour 6 : + 1600 m / Jour 7 : + 1100 m Portage des bagages : non (circuit en étoile)
Encadrement	Nom : DE PAEPE Romuald Diplôme : Accompagnateur en moyenne montagne Tél. mobile : 06 29 24 82 62 E-mail : romuarcs@hotmail.fr
Taille du groupe	Nombre minimum requis : 6 participants Nombre maximum requis : 10 participants
Type d'hébergement	Résidence 4 étoiles avec chambres doubles (lits simples) Espace piscine / sauna / hammam / jacuzzi, compris dans le prix, en accès libre (baignade non surveillée par l'encadrant).
Repas	Pension complète du samedi soir au samedi matin Repas en refuge le lundi soir Pique-nique les midis
Moyens de transport	Transport des sacs en véhicule vers la résidence jour 1, à titre gratuit, géré par l'encadrant. Tous les trajets du séjour s'effectueront en train (carte fournie pour le séjour).
Formalités	Formalités de police : - pièce d'identité obligatoire en cours de validité

	<p><u>Formalités sanitaires :</u> Afin de réaliser ce séjour dans les meilleures conditions, nous vous conseillons d'effectuer au préalable un bilan médical chez votre médecin généraliste pour confirmer votre aptitude à la randonnée en montagne.</p> <p>COVID 19 : Appliquer les mesures en vigueur au moment du séjour imposées par le gouvernement ou le département ainsi que le règlement intérieur du ou des logements.</p> <p><u>Informations à communiquer à Vanoise Voyages avant le séjour à votre inscription sur votre compte en ligne :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Nom / Prénom / Adresse postale / adresse e-mail <input type="checkbox"/> Numéro de téléphone portable que vous aurez lors du séjour <input type="checkbox"/> Nom et numéro de la personne à contacter en cas d'urgence <p><u>Documents à transmettre à Vanoise Voyages avant le séjour :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Copie document d'identité <input type="checkbox"/> Si non souscrite auprès de Vanoise Voyages, copie attestation d'assurance Rapatriement (avec nom de l'assurance, numéro du contrat, numéro de téléphone 24/24)
Date, lieu et heure du rendez-vous	Le 16 juillet 2022 à 10 heures à la gare de Chamonix
Moyen d'accès au rendez-vous	Par vos propres moyens.
Date, lieu et heure de dispersion	Le 23 juillet 2022 à 10 heures de la résidence de Vallorcine
Description de l'itinéraire	<p>Jour 1 : les 2 Km de Chamonix (12/15km et 1000m+) Il s'agit du double km de Chamonix ! Un côté un peu original pour débiter :</p> <ul style="list-style-type: none"> - un Km sur la piste de Chamonix - un Km vertical pour monter à Planpraz. <p>Jour 2 : sortie dans les Fiz (20km et 1400m+), séance de stretching en fin d'après-midi Jour 3 : sur les traces des dinosaures (20km et 1200m+) Jour 4 : Sortie dans la réserve des Aiguilles Rouges (20km et 1100m+), séance de yoga en fin d'après-midi Jour 5 : lever de soleil aux Posettes (18km et 1000m+)</p>

	<p>Jour 6 : le Mont Buet (20km et 1600m+) Jour 7 : les balcons de Chamonix (20km et 1100m+)</p> <p>Il nous faudra nous adapter aux aléas de la météo ainsi qu'aux conditions de la montagne et des participants. En dernier ressort, l'encadrant reste seul juge du programme qu'il peut modifier en raison d'impératifs de sécurité.</p>
Prix total	<p>890 € par personne de 6 à 7 participants 790 € par personne de 8 à 10 participants</p>
Le prix comprend	Les éléments décrits ci-dessus concernant : l'encadrement, la carte de transport, l'hébergement, la restauration, l'entrée au QC thermes, les séances de stretching et yoga, l'accès à la piscine de la résidence.
Le prix ne comprend pas	Les assurances personnelles, les boissons, l'équipement personnel, les frais de formalités de police et sanitaires et tout ce qui n'est pas mentionné dans le descriptif du séjour.
Modalités et mode de paiement / Révision prix	<p>Acompte de 30 % à l'inscription Solde à 30 jours du départ Règlements acceptés par virement bancaire, carte bancaire, ou « chèques-vacances » ANCV.</p>
Assurances	<p>Chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant la randonnée ou le voyage. Si nécessaire, nous vous proposons plusieurs formules d'assurances, sous réserve que votre domicile est en Europe Occidentale ou dans les Dom :</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> ASSISTANCE : rapatriement / frais de secours et de recherche à 1 % du montant du voyage, <input type="checkbox"/> ANNULATION à 3,5 % du montant du voyage <input type="checkbox"/> Dans le cas d'achat des deux formules, Assistance + annulation à 4,5 %, vous serez également couvert pour l'interruption de séjour, en cas de rapatriement par notre contrat Europ Assistance. <p>Dispositions Générales d'Assurance sur brochures Europ Assistance.</p>
Equipement personnel à prévoir	<p>Equipement à prévoir pour les sorties en montagne</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Sac de trail avec réserve d'eau de 1L5 minimum <input type="checkbox"/> Couverture de survie <input type="checkbox"/> Crème solaire <input type="checkbox"/> Casquette ou autre <input type="checkbox"/> Lunettes de soleil <input type="checkbox"/> Chaussures de trail adaptées à la montagne

- Encas pour les sorties
- Lampe frontale

Pour tous les autres moments hors montagne, prévoir des vêtements pour tous les jours.
Inclure une tenue pour les espaces aquatiques.
Une serviette de piscine est demandée (les serviettes de bain pour le logement sont fournies)

Liste non exhaustive