

## VERCORS L'ÉCHAPPÉE BLANCHE SÉJOUR EN RAQUETTES FORMULE ACCOMPAGNÉE



**N**ouvelle année, nouvelles envies ? Raquettes aux pieds, partez à la rencontre du Vercors : une manière originale de fêter le Nouvel An !

*C'est dans le village d'Autrans, célèbre pour son domaine nordique, que vous poserez vos valises.*

*Une échappée montagnarde qui a le privilège de vous emmener en plein cœur de cette nature préservée, avec en prime des panoramas exceptionnels sur toutes les Alpes; des Écrins jusqu'au Mont-Blanc !*

*Autochtone, votre guide saura vous faire partager la passion de son pays et les secrets de nos montagnes.*

*Vous apprécierez le calme et le confort de votre hôtel \*\*\* ouvert sur la nature. Chambres douillettes, décoration soignée à l'ambiance boisée, la cheminée qui crépite... vous y êtes ?*

*Et pour la Saint Sylvestre ? Vous passerez une soirée conviviale autour d'un dîner de fêtes, avec animation musicale.*

*Un programme complet pour débiter l'année en beauté !*



4 jours - 3 nuits - 3 jours de randonnée.

**JOUR 1** : Accueil à l'hôtel, à Autrans à 18h15. Dîner puis présentation de la semaine.

### **JOUR 2 : Le Pré de Nave.**

Après un bon petit-déjeuner complet, remise du matériel de raquette. Nous voilà fins prêts pour notre première randonnée en raquettes. Direction le Pré de Nave par son vallon secret.

Au sommet, un magnifique panorama sur les falaises, le massif de la Chartreuse, le sud Jura au Nord et les montagnes Ardéchoises à l'Ouest. A nos pieds s'offre à nous une vue plongeante sur la vallée de l'Isère.

12 Km + 600 m 5h00 de marche

### **JOUR 3 : Les hauteurs d'Autrans.**

Petit-déjeuner puis transfert sur les hauteurs d'Autrans. Une belle journée sur les crêtes de la Molière offrant un panorama sur toutes les Alpes, du Jura à l'Oisans, et en point de mire le Mont-Blanc. Un spectacle féérique ! Pique-nique à midi.

Pour le séjour du Nouvel An, préparez-vous à une grande soirée de la St Sylvestre autour d'un dîner festif mettant en valeur les produits de Noël et du terroir vertacomoricorien. Et animation musicale. *Animation musicale !*

13 Km + 650 m 5h30 de marche

### **JOUR 4 : Le domaine de Gève.**

En route pour notre dernière randonnée.

Le Vercors est riche de ses forêts sauvages et multiples clairières. Celles du jour nous conduisent à travers le domaine de Gève puis débouchant sur une vue intégrale du village d'Autrans et de ses tremplins olympiques de sauts à ski de 1968 toujours en fonctionnement. En arrière-plan se dévoile la chaîne de la Grande Moucherolle. Dispersion à Autrans à 16 h 30.

10 Km + 200 m 5h00 de marche

**Remarques** : Nous pouvons être parfois amenés à modifier quelque peu le programme : soit au niveau de l'organisation, soit de la météo, de l'enneigement, du niveau du groupe, situation exceptionnelle de pandémie etc. Faites-nous



confiance, ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et un meilleur confort !

**Enneigement** : Nous sommes avant tout des amateurs de pleine nature. Si la neige venait à manquer, nous assurons tout de même le séjour en randonnée pédestre. En aucun cas nous n'annulons le séjour. L'ambiance et la luminosité hivernale seront au rendez-vous même si nous ne pouvons pas chausser les raquettes.

La montagne est très différente en hiver, les couleurs ne sont pas les mêmes que l'été, et le soleil est plus bas sur l'horizon offrant de chaudes lumières de coucher de soleil tout au long de la journée !

**NB** : Les horaires ont été calculés pour un rythme de 250 mètres de dénivelée à l'heure en montée, 500 mètres à l'heure en descente et 3,5 km à l'heure sur le plat, afin de pouvoir comparer les différentes randonnées avec la même base. Il est bien sûr évident qu'en raquette, l'horaire de marche n'est qu'une indication. De bons marcheurs par neige dure trouveront les horaires surévalués, les petits marcheurs par neige fraîche trouveront les horaires nettement sous-évalués.



- L'esprit village au cœur des montagnes
- les itinéraires préférés de notre guide
- Des moments de partage inoubliable
- Une soirée festive pour le 31 décembre

## › DATES et TARIFS

Du 26 au 29 décembre 2024.

Prix par personne : 645 €

Du 29 décembre au 1<sup>er</sup> janvier 2025.

Prix par personne : 685 €

Supplément chambre individuelle (sous réserve de disponibilité) : 125 €

## › LE PRIX COMPREND

- L'hébergement en hôtel 3\*\*\* étoiles en demi-pension (hors boissons)
- Les pique-niques.



- L'encadrement par un accompagnateur.
- Le prêt des raquettes et des bâtons.
- Les transferts prévus au programme.

## › LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le transport pour se rendre au point de départ et le retour.
- Les boissons et les dépenses personnelles.
- les chaussures de marche pour les raquettes.
- Les assurances.
- Les frais d'inscription.
- Les frais d'envoi à l'étranger.
- D'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans "Le prix comprend".

## › ACCUEIL / DISPERSION

### Accueil

Le J1 à 18h15 sur le parking de la place du village à Autrans.

Si vous venez en voiture, vous pouvez directement vous rendre à l'hôtel du Vernay (355, route de Nave) à 1,5 km du centre du village. Le guide vous y retrouvera à 18h45. L'hôtel dispose d'un parking privé et gratuit (selon disponibilités).

Si vous arrivez en retard : Le **jour** même, en cas de retard de dernière minute, appelez l'hébergement (04 76 95 23 51).

### Dispersion

Le **J4** vers 16h30 à Autrans.

**Nombre de participants** : 6 personnes minimum, 14 maximums.

## › NIVEAU



Dénivelée moyenne : 415 m

Longueur moyenne : 11 km

Horaire moyen : 5h

Maximum : 600 m

Maximum : 13 km

Maximum : 5h30

Pour les personnes n'ayant jamais fait de la raquette à neige, il n'y a rien de compliqué dans cette discipline. Pour autant, selon les conditions d'enneigement,

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied

32 Place Limozin 43170 SAUGUES

Tél : +33 (0)4 71 74 47 40 | [contact@lapelerine.com](mailto:contact@lapelerine.com) | [www.lapelerine.com](http://www.lapelerine.com)



sa pratique peut se révéler plus physique que la marche. La neige peut être dure ou molle, profonde ou stable. Par ailleurs, le fait de chausser une raquette au pied ajoute un poids complémentaire qui peut avoir son importance dans la gestion de l'effort.

Pour ce séjour, sachez que **l'accent est avant tout porté sur la découverte du milieu naturel.**

## > HEBERGEMENT

En hôtel \*\*\*, calme, dans un décor de carte postale. Ici, la nature s'invite partout grâce à l'engagement de vos hôtes, Maud et Dirk, pour qui l'environnement est une priorité. Inscrits dans une véritable démarche écologique, ils ont obtenu le label « Ecolabel Européen ». Entre amis ou en famille, vous apprécierez l'accueil chaleureux et convivial de notre équipe dans le splendide Massif du Vercors. Chambres de 2 ou 3 personnes avec salle d'eau, ouvertes sur la nature.

Salle de restaurant aux allures de chalet avec sa cheminée et sa savoureuse cuisine du terroir.

## > BAGAGES ET TRANSFERTS SUR PLACE

Rien à porter, excepté vos affaires de la journée et votre pique-nique.

Notre minibus pouvant transporter 8 personnes en plus de l'accompagnateur, si le groupe dépasse ce nombre, nous pouvons vous demander d'utiliser votre propre véhicule.

Dans ce cas-là, vous serez défrayés en fin de séjour.

Nous pourrions également être amenés à prendre la navette du village.

## > ENCADREMENT

Accompagnateur en montagne diplômé d'État, qualification raquette connaissant parfaitement le massif.

## > ACCES

**En voiture :**

Coordonnées N 45°17'39<sup>2</sup> et E 005°54'19<sup>2</sup>



Autrans se situe à 1 050 m d'altitude. Vous êtes en milieu montagnard, les équipements neige sont OBLIGATOIRES (pneus neige / chaînes).

Depuis le Nord - Grenoble : depuis l'A48 en direction de Grenoble, sortie n°14 "St Egrève Sassenage Villard-de-Lans". À Lans-en-Vercors, prendre la direction d'Autrans.

Depuis le Sud - Valence : depuis l'A49 en direction de Grenoble, sortie n°8 « Aire Royans-Vercors, Villard de Lans ». Suivre Villard-de-Lans. À la fin des gorges de la Bourne, tourner à gauche direction Méaudre, et continuer jusqu'à Autrans.

**Co-voiturage** : un moyen de transport économique, écologique et convivial... au départ de chez vous ou d'une grande ville à proximité. Rendez-vous sur : [www.blablacar.fr](http://www.blablacar.fr)

### En train + bus :

**ALLER** : Train ou TGV jusqu'à Grenoble puis bus jusqu'à Autrans.

Bus réguliers "CARS RÉGION" : ligne T64 jusqu'à "Lans-en-Vercors Office de Tourisme" puis T66 jusqu'à "Autrans Place".

Achat du titre de transport à la Gare Routière (non réservable).

Infos horaires et tarifs bus : <https://www.vercors-experience.com/lignes-regulieres-bus-vercors-isere-rhone-alpes.html>

En principe T64 Grenoble 17h00 – changement Lans en Vercors pour T66 – arrivée Autrans 18h15.

### RETOUR :

#### En voiture :

Coordonnées N 45°17'39<sup>2</sup> et E 005°54'19<sup>2</sup>

Itinéraire inverse de celui de l'aller.

### En train + bus :

Vous prenez un bus au départ d'Autrans pour rejoindre la Gare TGV de Grenoble.

Bus régulier pour Grenoble (ligne T66 puis T64) :



Horaires à titre indicatif du bus Cars Région Auvergne-Rhône Alpes Transisère :  
Retour bus, en principe T66 Autrans 16h35 – changement Lans en Vercors pour T64 – arrivée Grenoble 17h35.

Horaires à vérifier auprès de la compagnie Cars Région Auvergne-Rhône Alpes Transisère au 04 26 16 38 38.

Astuce : pour rechercher vos horaires, cliquer sur « Itinéraires » et non sur « Horaires ».

Train / TGV au départ de Grenoble : Horaires disponibles auprès de la SNCF sur [www.sncf-connect.com](http://www.sncf-connect.com) ou par téléphone au 36 35

## › MATERIEL FOURNI

Nous vous prêtons raquettes à plaques et bâtons.  
Vous devez par contre être équipé de bonnes chaussures de randonnée.

## › LISTE DES AFFAIRES À EMPORTER

### Les principes :

Pour le haut comme pour le bas du corps, privilégier le « multi-couches ». C'est-à-dire plusieurs épaisseurs de vêtements que vous ôterez ou ajouterez au gré de la température et de l'effort. Par exemple :

- un sous-pull thermique à manches longues en matière respirante (fibre creuse).
- une doudoune pour son pouvoir calorifique (idéale pour la pause de midi pendant laquelle on a tendance à se refroidir)
- une veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex.

En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie, neige ou vent, il suffit de rajouter la veste imperméable. Par grands froids ou lors des pauses, la veste polaire est un complément indispensable.

Ne négligez pas le bas du corps. Le principe du « multi-couches » s'applique également : pantalon + sur pantalon ou bien collant + pantalon.

Prévoir **des vêtements qui sèchent rapidement** et donc proscrire le coton. Préférez la laine, la soie et les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible.

Pensez à **vous couvrir avant d'avoir froid**, mais surtout à **vous découvrir avant d'avoir trop chaud**. La sueur est l'ennemi du randonneur à raquettes, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. Ainsi, il est très rare d'effectuer une ascension vêtu d'une veste polaire.

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied

32 Place Limozin 43170 SAUGUES

Tél : +33 (0)4 71 74 47 40 | [contact@lapelerine.com](mailto:contact@lapelerine.com) | [www.lapelerine.com](http://www.lapelerine.com)



Eviter les combinaisons de ski, trop chaudes et encombrantes.

### Votre bagage complet

- 2 tee-shirts manches courtes en matière respirante.
- 1 sous-pull à manches longues en matière respirante.
- 1 veste polaire ou 1 doudoune.
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type Gore-Tex avec capuche.
- 1 cape de pluie.
- 1 pantalon de trekking ou d'outdoor souple, thermique, confortable et déperlant. Proscrire le pantalon de ski alpin.
- 1 surpantalon imperméable et respirant type Gore-Tex.
- Des chaussettes de marche. Privilégier la laine ou les chaussettes spécifiques randonnée type "bouclette" qui vous évitent l'échauffement des pieds. Gare au coton pour les ampoules.
- 1 paire de chaussures de randonnée en bon état, tenant bien la cheville et imperméables, à semelle type Vibram. Pensez à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps (vérifiez notamment si la colle de la semelle tient encore et ré-imperméabilisez-les).
- 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir.
- 1 pantalon confortable pour le soir.
- 1 paire de guêtres. Si votre pantalon possède des « soufflets », cela n'est pas nécessaire.
- 1 maillot de bain + 1 drap de bain pour l'espace bien-être. Dans la chambre, vous trouverez une serviette de toilette pour la douche.
- Nécessaire de toilette (privilégiez l'indispensable et les petites contenances).
- Boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).
- Si vous portez des lunettes de vue, pensez à prendre une paire de rechange.

### **Dans votre sac pour la journée**

- 1 sac à dos de 35/40 litres, muni d'une ceinture ventrale et permettant impérativement d'accrocher les raquettes sur le sac si nécessaire
- 1 thermos ou une gourde de préférence isotherme (2 litres minimum)
- 1 fourchette-cuillère + 1 couteau de poche + 1 gobelet pour les pique-niques
- des vivres de course (parce qu'évoluer au grand air peut vous donner un petit creux, n'hésitez pas à prévoir dans vos valises : barres énergétiques, fruits secs ou quelques carrés de chocolat pour les gourmands)



- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre votre argent, carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance reçu lors de votre inscription si vous avez souscrit cette assurance ou celui de votre assurance personnelle.
- 1 trousse de pharmacie personnelle (voir suggestion de trousse complète ci-dessous)
- Du papier toilette.
- 1 paire de lunettes de soleil + crème solaire
- 1 foulard ou un « buff » (tour de cou) permet de parer à toutes les solutions pour couvrir le cou et la tête, qu'il fasse chaud ou froid
- 1 bonnet
- 2 paires de gants
- Éventuellement : un sur-sac (pour le protéger de la pluie) + 1 sac plastique solide (pour protéger l'intérieur) + 1 frontale ou lampe de poche + 1 couverture de survie.
- nécessaire de toilette (privilégiez l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyage)
- 1 maillot de bain + 1 drap de bain pour l'espace bien-être. Dans la chambre, vous trouverez une serviette de toilette pour la douche
- boules Quiès ou tampon Ear (facultatif)
- crème solaire + écran labial
- 1 couverture de survie
- si vous portez des lunettes de vue, pensez à prendre une paire de rechange

### **Pharmacie personnelle**

- Vos médicaments habituels.
- Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence.
- Bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large.
- Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes.
- Double peau (type Compeed ou SOS ampoules).
- Pastilles contre le mal de gorge.
- Vitamine C
- 1 pince à épiler
- 1 tire-tiques.
- Stérilium gel (pour se laver les mains) et lingettes désinfectantes.

### **Et puis...**

- une dose de bonne humeur et pourquoi pas une petite spécialité de chez vous à partager lors d'un pique-nique ou d'une soirée !



## › ASSURANCES

Nos assurances, **Tranquillité CB** et **Tranquillité** sont individuelles et facultatives. Il vous appartient avant ou au cours de votre voyage de contacter personnellement l'assureur qui vous garantit pour votre voyage pour déclencher l'assurance. La prime d'assurance, les frais de visa, les frais d'inscription ne sont remboursables ni par La Pèlerine ni par l'assureur. Pour connaître les modalités contractuelles exactes, en particulier le périmètre des garanties, franchises et exclusions, nous vous recommandons de lire attentivement les conditions contractuelles complètes ainsi que les documents d'informations produits accessibles sur demande auprès de La Pèlerine ou sur le site [www.lapelerine.com](http://www.lapelerine.com) rubrique « Conditions de Vente ». Un exemplaire du contrat, détaillant les garanties souscrites et la procédure à suivre, vous sera adressé en même temps que la confirmation de votre inscription, ou sur simple demande.

Les assurances proposées doivent être souscrites au moment de l'inscription ou dans les 48h après l'inscription au voyage. La souscription à nos assurances est accessible à tous, quel que soit votre pays de résidence.

Le Tranquillité (assurance Assistance/Rapatriement, assurance annulation et interruption de séjour) est facturé 4.15 % du prix total du voyage.

Le Tranquillité CB (Les garanties et plafonds viendront en complément de ceux de votre carte Visa Premier, Infinite, Master Card Gold, Platinum, après refus de celle-ci) est facturé 3.15% du prix total du voyage.

En cas d'annulation de votre part, et si vous n'avez pas souscrit à notre assurance annulation, des frais d'annulation seront retenus.

Le montant des frais dépend de la date d'annulation :

- 1) plus de 31 jours avant le départ : 15% du montant du voyage.
- 2) entre 30 jours et 21 jours avant le départ : 30% du montant du voyage.
- 3) entre 20 jours et 14 jours avant le départ : 55% du montant du voyage.
- 4) entre 13 jours et le jour du départ : 75% du montant du voyage.

➤➤ En cas d'annulation de la personne avec laquelle vous deviez partager la chambre, le supplément chambre individuelle vous sera facturé. Celui-ci vous sera ensuite remboursé par l'assurance à condition que son supplément soit inférieur au frais d'annulation.



Pour une annulation **avant le départ**, contactez La Pèlerine au +33 (0)4 71 74 47 40, qui se chargera des procédures.

**Durant le séjour**, avant toute démarche, contactez **ASSISTANCE MUTUAIDE** au +33 (0)1 45 16 43 47 (que vous ayez souscrit au contrat Tranquillité ou Tranquillité CB).

Si vous avez des questions sur votre contrat, vous pouvez contacter la Hot Line au **05 32 09 21 81**.

**La non-présentation le jour du départ ou abandon en cours de séjour non justifiés, ne donne droit à aucun remboursement.**

Un exemplaire du contrat, détaillant les garanties souscrites et la procédure à suivre, vous sera adressé en même temps que la confirmation de votre inscription, ou sur simple demande.

MODIFICATION DE RESERVATION :

**ATTENTION !**

Des frais de dossier (50 €) seront retenus pour tout **changement sur la réservation** déjà effectuée (type de chambre, date de départ, nombre de personnes...).

Les réservations éventuelles de **nuits supplémentaires** en début ou en fin de randonnée doivent se faire **obligatoirement à l'inscription** et être spécifiées sur le bulletin de réservation. Une fois les dossiers confirmés, ces réservations devront se faire directement auprès de l'hébergement concerné et être payées sur place.



- Découverte de l'Aubrac en raquettes
- Séjour raquettes en Ardèche

Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions,  
- appelez-nous au +33 (0)4 71 74 47 40 -





LA PELERINE VOUS SOUHAITE UNE AGREABLE RANDONNEE

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied  
32 Place Limozin 43170 SAUGUES  
Tél : +33 (0)4 71 74 47 40 | [contact@lapelerine.com](mailto:contact@lapelerine.com) | [www.lapelerine.com](http://www.lapelerine.com)

