

Week-end raquettes nordique guidé à la découverte du massif du Mézenc Massif central oriental / Monts d'Ardèche - Massif Mézenc Gerbier



Ressourcez-vous et prenez un bol d'air pur lors de ce séjour de randonnées à raquettes sur la bordure orientale du massif central, au cœur du parc naturel des monts d'Ardèche. Situé à plus de 1400 mètres d'altitude, à cheval entre l'Ardèche et la Haute Loire, vous découvrez le volcanisme omniprésent qui offre des paysages très variés avec de superbes panoramas d'accès faciles pour les randonneurs à raquettes.

Ces reliefs vallonnés sont un superbe terrain de jeux pour la pratique de la raquette, avec de grandes zones enneigées de type nordique. Le Mont Gerbier de Jonc où la Loire prend sa source, le GR®7 qui suit la ligne de partage des eaux et le Mont Mézenc point culminant de l'Ardèche et de la Haute-Loire se dévoileront à vous lors de ces randonnées guidées.



3 jours -2 nuits- 2 jours de randonnées raquettes

Jour 1 : Accueil

Rendez-vous à 13h devant l'office de tourisme des Estables. Prise en charge des bagages. Randonnée pour explorer le flan est du Mézenc via le col de la Croix de Boutières. Redescente côté Boutières jusqu'à Chauvy.

10 km. 3h de marche. D : 400 m, M : 400 m.

Jour 2 : Randonnée du Mont Signon

La randonnée démarre directement de la Retrouvade. Entre pâturages et forêts, nous passons à proximité de plusieurs fermes isolées. Ces fermes à l'architecture typique, souvent au toit en lauze ou en genêt, forte d'une structure massive pour résister aux rigueurs du climat se dressent là, devant nous, comme perdues au milieu de nulle part. Nous montons au Mont Signon, 1455 mètres d'altitude où les lauzerons venaient y exploiter la lauze. Nous descendons par le village de Chaudeyrolles (lieu du déjeuner) construit au-dessus d'un ancien cratère de volcan avant de rejoindre Médille et Chauvy.

14 km. 5h30 de marche. D : 550 m, M : 550 m.

Jour 3 : Randonnée Sommet du Mont Mézenc

Nous faisons l'ascension du Mont Mézenc, 1753 mètres d'altitude, point culminant de l'Ardèche et la Haute Loire. De ce sommet, l'un des plus hauts du Massif Central avec ses 1753 mètres d'altitude, nous profitons d'un panorama exceptionnel à 360° sur les Alpes, le Massif Central avec les Cévennes, le Cantal, le massif du Sancy et le village des Estables. Nous redescendons vers les Estables où nous attendent les bagages.

Fin du séjour à 16h. Transfert pour la gare SNCF du Puy en Velay pour 17h.

13 km. 5h de marche. D : 450 m, M : 450.

Ce programme est donné à titre indicatif, il est susceptible de modification en fonction des conditions climatiques, du niveau du groupe e/out de la disponibilité des hébergements.

Si la neige venait à manquer, le séjour se transformerait en randonnée pédestre.



NB : M : dénivelé montant, D : dénivelé descendant. Temps, distance et dénivelée donné à titre indicatif.



- La découverte du massif Mézenc - Gerbier
- Des itinéraires raquettes sauvages
- Les volcans enneigés
- L'hébergement confortable dans une chambre et table d'hôtes

>DATES et TARIFS

Du jeudi	Au dimanche	PRIX
31/01/2025	02/02/2025	470 €
21/02/2025	23/02/2025	470 €
28/02/2025	02/03/2025	470 €

Supplément chambre individuelle : **75 €**

Options

- Location raquettes et bâtons 2 jours: **40 €**
- Transfert aller/retour Gare SNCF Le Puy en Velay – Les Estables : **62 €/personne**
- Nuit supplémentaire en demi-pension en chambre d'hôte avant ou après le séjour : **+ 100 €/pers**
- Départ privatisé et à date de convenance pour groupe constitué à partir de 5 personnes, **supplément 35 € / pers**
- Chambre individuelle : **+ 70 €/pers**

> LE PRIX COMPREND

L'hébergement en pension complète, du dîner du jour 1 au pique-nique du jour 3
Vin et café compris à l'hébergement
1 déjeuner en auberge, 1 pique-nique
L'encadrement par un accompagnateur
La taxe de séjour.

> LE PRIX NE COMPREND PAS



Le transport jusqu'au lieu de rendez-vous (Les Estables) et le retour à votre domicile
Le transfert gare SNCF Le Puy en Velay – Les Estables aller/retour
Les boissons lors des randonnées et dépenses personnelles
Les assurances
La location de raquettes et de bâtons

>ACCUEIL / DISPERSION

Accueil : Accueil à 13h à l'OT des Estables.

Pour les personnes venant en train : Rdv 11h à la gare SNCF du Puy en Velay pour le transfert vers les Estables. Arrivée 11h30 aux Estables.

Dispersion : le jour 3 après la randonnée vers 16h.

Transfert pour les personnes venant en train pour la gare du Puy en Velay. Arrivée au Puy en Velay pour 17h.

>NIVEAU

 Niveau moyen, accessible à tous avec un minimum de forme.
La randonnée pédestre nécessite un certain engagement physique qui reste toutefois mesuré. Ce niveau correspond à des randonnées pédestres modérées. Itinéraire ou une portion d'itinéraire présentant au moins un obstacle *d'une taille inférieure ou égale à la hauteur du genou*. La pose du pied s'adapte à l'irrégularité du support. Le placement des appuis se fait sur les zones de meilleure adhérence. Niveau peu élevé de risque d'accidents (consécutifs à une chute ou glissade). La configuration du terrain présente des accidents de relief notables. L'exposition au danger peut être qualifiée de possible et avérée (exemple : itinéraire de moyenne montagne exposant le randonneur sur certains passages à de graves blessures (fractures...)).

>GROUPE

De 4 à 12 participants. Départ garanti à partir de 3 pers (supplément 75€/pers)

>ENCADREMENT



Cette randonnée est guidée par un accompagnateur en moyenne montagne diplômé d'état. L'accompagnateur en montagne encadre et conduit les groupes de tout public en moyenne montagne sur sentiers et hors sentiers dans les règles de sécurité. Il fait aussi découvrir la faune et la flore des milieux naturels ainsi que le patrimoine et l'histoire des habitants, paysages et montagnes traversées. Il est l'interlocuteur privilégié du groupe et sera à l'écoute des attentes de chacun.

>HEBERGEMENT

Hébergement en chambre et table d'hôtes, chambres double ou de 2 à 4 personnes. Chambre individuelle possible. Dîners et petits déjeuners à l'hébergement. Draps et serviettes de toilette fournis.

Information :

Disparues depuis bien longtemps, des petites bêtes (6 mm) appelées « punaises de lit », ont refait leur apparition dans de nombreuses régions de France, à la campagne comme en ville ou dans les capitales européennes. Certains hébergements situés sur des itinéraires de randonnées, en montagne comme en bord de mer en font les frais. Elles sont apportées par les voyageurs qui les véhiculent à leur insu dans leurs sacs à dos, leur valise ou sur leurs vêtements... Cela n'a rien à voir avec l'hygiène. Certains hébergements en ville hors chemins de randonnées subissent ce phénomène. Ces punaises piquent comme des puces ou des moustiques, pendant le sommeil et dans certains cas peuvent provoquer des allergies. En prévention de ces piqûres, une association a choisi un insecticide respectueux de l'environnement et de la santé avec une formule à base de pyrèthre naturel et d'huiles aromatiques, 100% naturel et labélisé Eco-Cert. Nous vous conseillons donc de protéger votre bagage et vos vêtements dès le début du voyage avec un spray. Ce petit contenant pas trop lourd (120 ml) est mis en vente sur certains chemins chez certains hébergeurs ou dans des pharmacies. Ce spray est à pulvériser essentiellement sur l'intérieur et l'extérieur de l'ensemble du bagage et sur le contenu. Vous pouvez également demander conseil auprès de votre pharmacien qui pourra vous proposer d'autres produits alternatifs.

Vente en ligne : <http://chemindecompostelle.com/punaisesdelit/index.html>

>REPAS DE MIDI



Pour plus de confort sur cette randonnée hivernale, les repas de midis seront pris en auberge sous forme de menu du jour proposé par l'établissement.

>TRANSPORT DES BAGAGES

Pendant la randonnée, vous porterez uniquement vos affaires de journée

>LISTE DES AFFAIRES À EMPORTER

MATERIEL A PREVOIR

Pour les randonnées printemps / été/ automne **Pour les randonnées à raquettes ou skis**

- | | |
|--|--|
| - Sac à dos 30 à 40 litres minimum | - Sac à dos 30 à 40 litres minimum |
| - Chaussures de randonnées montantes et étanches | - Chaussures de randonnées montantes et étanches |
| - Veste type Gore-tex avec capuche | - Veste type Gore-tex avec capuche |
| - Pantalon de randonnées et short | - Pantalon ou surpantalon étanche |
| - Veste polaire | - Veste polaire |
| - 1 paires de gants | - 2 paires de gants (léger et épais) |
| - Casquette, bandana, ... | - Bonnet |
| - Lunettes de soleil | - Lunettes de soleil |
| - Protection lèvres et peau | - Protection lèvres et peau |
| - Une paire de guêtres | - Une paire de guêtres |

Pour vos bagages sur des séjours de randonnées avec un âne :

- Sac souple et étanche pour mettre dans les sacoches des ânes. **Poids maximum 10 kg / pers**

Pour vos bagages transportés par véhicule sur des séjours de randonnées en itinérance :

- Sac de voyage ou valise **n'excédant pas 12 kg** (pensez à la personne qui les portent. Merci)

Pour les piques niques

- Une boîte plastique étanche contenance 500 à 750 ml.



- Couverts, couteau
- 1 ou 2 gourdes, capacités 1 à 1.5 litres.
- 1 Thermos pour les séjours neige

Pour les hébergements et suivant le type de séjours :

Pour les repas en bivouac

- Couverts, gobelet, assiette, bol, couteau
- 1 ou 2 gourdes capacités 1,5 à 2 litres
- Pastilles de purification de l'eau

Pour le soir

- Chaussures de détente pour le confort le soir
- Une tenue vestimentaire de rechange
- Affaires de toilettes au minimum

Pour les chambres d'hôtes ou hôtels

- Draps, couvertures et serviettes fournis

Pour les gites d'étape

- Draps cousus (couverture fournies) ou sac de couchage
- Serviette

Pour les bivouacs

- Un sac de couchage avec température de confort minimum 5 ° (couvertures supplémentaires fournies)
- Matelas auto-gonflant ou lit de camp
- Assiette ou bol, couverts, gobelet
- Lampe frontale
- Sous-vêtements chaud pour la nuit
- 1 bougie
- Papier toilettes biodégradable
- Serviette séchage rapide



Petite pharmacie personnelle (attention à ne pas confondre avec un hôpital de campagne):

- Antalgique (aspirine, Doliprane), vitamine C, elastoplaste, pansements adhésifs, double peau (Compeed), boules Quies

- Vos médicaments personnels...

Sur les séjours guidés : une pharmacie collective est prévue pour le groupe.

Divers : Sandales (indispensable sur le séjour Retrouvance), bâtons de marche, appareil photo, maillot de bains ...

>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 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, Infinité, 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.

FICHE TECHNIQUE PLUS DETAILLEE AU MOMENT DE L'INSCRIPTION.

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

