



LE SPÉCIALISTE DE LA RANDONNÉE EN LIBERTÉ

VOSGES DU SUD

Randonnée et Bien Être à Luxeuil les Bains



Luxeuil-Les-Bains et les Vosges du Sud comportent quelques balades et randonnées agréables à faire. Si vous aimez le silence et prendre le temps d'écouter notre riche histoire résonner en vous. Si vous aimez la nature et vous perdre dans la longue contemplation de panoramas vibrant de beauté. Si vous aimez la détente et vous enlacer de bien-être sans jamais vous lasser d'être bien. Si vous aimez les traditions et partir à la rencontre de savoir-faire ancestraux dont on ne saurait se passer.

Luxeuil-les-Bains, Vosges du Sud... Un amour d'escapade



6 jours - 5 nuits - 5 jours de randonnée et de séances de remise en forme

JOUR 1 Accueil avec un verre de bienvenu et installation en fin d'après-midi à l'hôtel.

Partez pour une douce randonnée pédestre de 1h30 sur « le Sentier du Patrimoine ». Découvrez Luxeuil-les-Bains autrement : du centre historique, ses monuments classés, l'abbaye Saint Colomban et sa basilique, au quartier thermal. Sur votre parcours est inclus l'accès au site &cclesia, révélant les fouilles archéologiques et l'histoire millénaire de la ville.

2KM (pas de dénivelé) Terminez votre journée par un moment de détente dans le jacuzzi privatisé de votre hôtel

JOUR 2 : Circuit des Deux Chapelles à Sainte-Marie-en-Chanois

Départ pour une randonnée pédestre de 2h45, sur les pas de Saint Colomban, moine venu d'Irlande et fondateur de l'abbaye de Luxeuil, découverte du patrimoine religieux. Du haut de la Chapelle Saint Colomban, faites une pause méditative et admirez la vue imprenable sur la vallée. Repas tiré du sac pique-nique terroir compris.

9KM (260m de dénivelé)

Après-midi détente aux Thermes à partir de 15h00

Accès à l'espace détente (piscine avec jets massant dans une eau thermale à 34°+ jacuzzi + hammam (bain de vapeur à 45°) + salle de remise en forme

1 soin relax 30 min : modelage aux pierres chaudes pour une relaxation profonde

JOUR 3 : Il y a 12 000 ans, au sud-ouest du Massif Vosgien, la fonte des glaciers a façonné un paysage unique : le Plateau des 1000 étangs. Des landes, des prés, des forêts entremêlés de ruisseaux et plans d'eau en font une région fascinante surnommée la Petite Finlande de par ses paysages bucoliques. Sillonnez cette région en vélo (VAE) accompagné d'un guide le temps d'une journée sur les sites remarquables et pépites cachées des 1000 étangs. Pause gourmande dans un bistrot de pays le midi compris. *Votre guide s'adapte à vous, 30km-90km).*

Profitez d'un moment de détente à la piscine extérieure de l'hôtel.



JOUR 4 : Circuit de Béviau à Saint-Bresson

Randonnée pédestre de 3h30 sur les premiers contreforts vosgiens vous pourrez admirer de jolis points de vue tout au long de votre parcours. Diversité de paysages : Fermes typiques, étangs, croix, chapelles, ponctueront votre parcours. Descente sur la vallée ombragée. Repas tiré du sac pique-nique local compris.

12km (400m de dénivelé)

Après l'effort, profitez d'un moment Massage shiatsu 1 h (technique japonaise ancestrale qui favorise le maintien en bonne santé).

JOUR 5 : Deux circuits au choix

La vallée du Raddon et ses ressources

Randonnée pédestre de 2h45 : grès des Vosges, ferme d'antan et forêts de résineux. Vous cheminez à flan de colline sur chaque côté de la vallée pour rejoindre un plateau parsemé d'étangs.

8 KM 240m de dénivelé

Sentier du Bois des Hauts

Randonnée pédestre de 3h30 avec un circuit assez ombragé, mêlé entre forêts et étangs où vous allez découvrir le patrimoine historique des villages typiques haut-saônois, longeant rivières et petits sentiers. Repas tiré du sac pique-nique local compris.

12 KM 226m de dénivelé.

Moment de détente dans le jacuzzi privatisé de votre hôtel.

JOUR 6 : Profitez de votre dernier jour pour découvrir la destination et ses alentours. Documentation fournie par l'Office du Tourisme.

Une halte au Pays de la Cerise sur Fougerolles-Saint-Valbert autour d'une visite-dégustation d'une de nos distilleries. Visiter la plus ancienne verrerie d'art de France avec ses souffleurs de verre. Explorer plusieurs spots du terroir et la gastronomie locale...

Ou

Circuit randonnée à Fougerolles Saint-Valbert 7.5KM à 12 KM 2h00 à 3h45



Chaque printemps les cerisiers couvrent le territoire de leurs millions de fleurs blanches. La cité sait également dévoiler son patrimoine bâti préservé à chaque détour de sentier. Une succession de ruisseaux, fermes typiques, vergers et divers arrêts découvertes ponctuent le chemin. Représentatifs de la région vous pourrez admirer d'imposants blocs de grès violacé et de beaux sites panoramiques.

Fin du séjour.

Ce programme est donné à titre indicatif, vous pourrez disposer à l'Office de Tourisme d'un choix plus large de randonnées. Vous pouvez également changer l'ordre de vos balades selon la météo prévue.

› DATES ET TARIFS

A partir de deux participants

Du 01 Avril au 30 Octobre (Thermes fermés le dimanche)

Nous vous conseillons de venir avec votre propre véhicule afin de rejoindre le départ de certaines randonnées proposées. Vous aurez également la liberté de faire des visites dans les alentours en fonction de vos envies.

Prix par personne : 850€

Supplément chambre individuelle : 230€

Déduction location VAE : - 40€

› LE PRIX COMPREND

- 5 nuitées en hébergement en hôtel de charme 3 étoiles
- Pension complète (petits-déjeuners et repas du soir au restaurant de l'hôtel, repas du midi fournis : pique-niques tirés du sac + un déjeuner en bistrot de pays)
- Taxe de séjour
- Un verre de bienvenue à l'hôtel
- Entrée au musée &cclesia (ou possibilité de découvrir la tour des échevins culminant à 146m de hauteur et son exposition temporaire trésors d'abbaye)
- Cartes de randonnées fournies
- 1 journée de location VAE + accompagnateur



- Toutes les prestations bien-être sont incluses
- Accès piscine extérieure + salle de fitness de l'hôtel

› LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les soins complémentaires au centre de remise en forme
- Les assurances
- Les boissons
- Les frais d'inscription (+15 € / personne), les frais d'envoi à l'étranger (+20€ / dossier) ainsi que les frais de traitement prioritaire pour toute inscription à J-15 (+45€ / dossier)

› ACCUEIL / DISPERSION

L'accueil a lieu à l'hôtel, en fin d'après-midi, la veille de votre premier jour de marche.

Votre séjour se termine le Jour 6 après votre dernière randonnée.

› NIVEAU

Niveau 2 : Etape de 8 à 12 Km, soit 3 à 4 heures de marche. Maximum 300 m de dénivelé cumulé.

› HEBERGEMENT / RESTAURATION

Hébergement en Hôtel 3 étoiles (piscine extérieure, salle de sport, jacuzzi, sauna...)

Informations :

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.

› REPAS DE MIDI

Les paniers repas du midi sont inclus dans nos prix à récupérer à l'office de Tourisme de Luxeuil les Bains.

› BIEN ETRE

Affaires à emporter : ATTENTION pour les thermes le port du bonnet de bain est obligatoire ainsi qu'une paire de sandales et un maillot de bain (slip de bain pour les messieurs). Les deux sont en vente à l'accueil des thermes. En cas de retard certains soins peuvent être annulés.

Soins pratiqués durant le séjour

-1 entrée à l'espace détente (piscine aqualudique avec jets massant, jacuzzi, salle de sport, hammam) du centre Thermal + les bienfaits d'un soin modelage aux pierres chaudes de 30 min sur place

-Les équipements de l'hôtel : accès libre à la piscine extérieur chauffée, salle de fitness + 2 Accès privatifs de 1h00 à l'espace bien-être (jacuzzi, sauna, salon de repos).

-1 séance personnalisée de massage shiatsu traditionnel de 1h00.



› DOSSIER DE VOYAGE

Pour effectuer cette randonnée, nous vous enverrons au versement du solde, un dossier voyage comprenant : **vos bons d'échange à présenter à votre hôtel et soins détente, les feuilles de route de vos randonnées**

› ACCES



Nous vous conseillons de venir avec votre propre véhicule afin de rejoindre le départ de certaines randonnées proposées. Vous aurez également la liberté de faire des visites dans les alentours en fonction de vos envies.

Autoroute A31 via Nancy / Autoroute A36 via Besançon



Luxeuil-les-Bains est à 400 km de Paris, 333 km de Lyon, 214 km de Strasbourg, 173 km de Dijon, 123 km de Nancy et 87 km de Besançon.



Gares de Luxeuil-les-Bains (TER) et de Remiremont (TGV) / Gare d'Aillevillers (TER)

Billets et horaires au 36 35 / www.oui.sncf

Bus
Réseau Viamobigo, horaires disponibles sur le site
<https://www.viamobigo.fr/fr/reseau-regional-mobigo/71/haute-saone-fiche-horaires/284>, renseignements au 03 80 11 29 29.
Ou par taxi, Tél. : 03 84 93 73 00



› N° TEL UTILES

Office de Tourisme de Luxeuil-les-Bains

30, rue Victor Genoux

70300 Luxeuil-les-Bains

+33 3 84 40 06 41

L'Office de Tourisme vous accueille dans un bâtiment classé Monument historique, près de l'Éclésia, Cité du Patrimoine au cœur de Luxeuil-les-Bains.

› METEO

Pour connaître les prévisions météorologiques :

Composez le **32 50** puis **70** pour le département Haute-Saône.

Ou directement sur <http://france.lachainemeteo.com/meteo-france/previsions-meteo-france-0.php>

› A VISTER

1. Basilique Saint-Pierre de Luxeuil-les-Bains
2. Abbaye Saint-Colomban
3. Maison de François Ier

› LES THERMES LUXEUIL LES BAINS

Historique

C'est ici que naquit la cité, Luxovium. Dans la fosse où se trouve l'établissement thermal, les sources jaillissaient du sol à l'air libre. Les romains en étaient fous, ce sont eux qui édifièrent les premiers thermes autour de ces sources chaudes. Ils lui attribuaient des vertus de purification, de longévité et de fécondité. À quelques mètres sous les pelouses du parc reposent les ruines de l'antique Luxovium...

De nombreuses antiquités gallo-romaines trouvées à Luxeuil-les-Bains témoignent d'un riche passé thermal. De tout temps, les eaux de Luxeuil ont bénéficié d'une réputation européenne.

Sous le règne de Louis XVI fut construit par un disciple de Nicolas Ledoux, sur l'emplacement des bains antiques, l'actuel bâtiment à la noble architecture, que



Napoléon III ne put s'empêcher d'admirer, pendant plusieurs saisons, lorsque la cour impériale accompagna à Luxeuil la princesse Mathilde. A la Belle époque, la haute société se rendait aux thermes pendant plusieurs mois de l'année, on les appelait des "baigneurs". C'est ainsi que le quartier thermal s'est développé autour des bains (casino, commerces, villas thermales, distractions...).

L'établissement thermal de Luxeuil-les-Bains est l'un des plus anciens de France. À l'architecture classique en grès rose des Vosges, il fut construit au XVIIIe siècle et classé monument historique en 1862.

Les eaux thermales de Luxeuil-les-Bains sont chlorurées, sodiques, siliceuses, avec présence de lithium et riches en oligo-éléments. Hyperthermales de 48°C à 58°C à l'émergence. L'eau (refroidie à 34°C) apporte des vertus curatives en phlébologie, rhumatologie et gynécologie. Propriété de la Chaîne Thermale du Soleil, on y pratique des cures médicales et des soins de remise en forme.

› LISTE DES AFFAIRES À EMPORTER

- 1 sac à dos confortable (minimum 30 à 40 litres) pour le transport de vos affaires de la journée (appareil photo, pique-nique réparti entre tous les participants, couvert, gourde...)
- chaussures de randonnée de préférence à tiges et avec des semelles suffisamment épaisses de type VIBRAM.
- 1 pantalon solide ou knicker.
- 1 fourrure polaire, selon saison.
- 1 pull chaud et léger (prévoyez un pull chaud pour les soirées qui peuvent être fraîches même s'il fait beau)
- 1 vêtement de pluie (type K-Way ou cape de pluie).
- 3 paires de chaussettes de laine ou de coton (synthétique à proscrire).
- 1 short.
- lunettes de soleil
- crème solaire, pharmacie individuelle (Elastoplast si vous êtes sujet aux ampoules)
- 1 gourde de 1 litre et demi à 2 litres.

Pour la remise en forme (si vous avez choisi cette option) :

- 1 maillot de bain.



- une paire de chaussures de piscine (ou tongues) pour le centre de remise en forme (possibilité d'en acheter sur place).
- Pensez à prendre un bon livre pour les moments de détente à la Station Thermale !

Les peignoirs sont prêtés gracieusement par le centre de remise en forme.

Le port du bonnet de bain n'est pas obligatoire, mais si vous désirez en porter un il faut l'amener avec vous car la station thermale n'en possède pas.

› ASSURANCES

Nos assurances, **Contrat Tranquillité Carte Bancaire** et **Contrat Tranquillité (Premium)** 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 Contrat Tranquillité (assurance Assistance/Rapatriement, assurance annulation et interruption de séjour) est facturé 4.15 % du prix total du voyage.

Le Contrat 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 Carte Bancaire).

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.



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

