32 Place Limozin
43170 SAUGUES
Tél : 04 71 74 47 40
contact@lapelerine.com
www.lapelerine.com
Siret : 439 482 233 00020



RANDONNÉE ACCOMPAGNÉE, LE PLAISIR PARTAGÉ

RAQUETTES ET BALNEO DANS LE PARC DE LA CHARTREUSE

Formule accompagnée

Partez à la recherche des trésors cachés du Parc Naturel de Chartreuse ! Ce séjour est une invitation à vivre l'hiver dans un massif à l'ambiance unique, alliant des explorations magnifiques en raquettes à une parenthèse de bienêtre absolue dans un cadre naturel.

Laissez-vous guider à travers des itinéraires qui combinent la quiétude des sous-bois paisibles à la majesté de paysages spectaculaires. Vous randonnez à travers des villages pittoresques, découvrez la magie du Monastère de la Grande Chartreuse et tentez l'ascension hivernale du Charmant Som. En Chartreuse, chaque pas est l'occasion de faire des rencontres authentiques et de s'émerveiller devant des vues à couper le souffle. Les randonnées, à la fois faciles et spectaculaires, sont accessibles à tous.

Nous avons concocté pour vous « une pause bien-être par nature » avec un concept unique de balnéo en plein air. Plongez dans des bains chauds à bulles en terrasse, face aux montagnes, pour une expérience revitalisante, puis profitez du sauna traditionnel chauffé au bois et de la yourte au dôme de lumière pour vous détendre pleinement.
Pour parfaire ce moment, un massage détente vous offre une relaxation profonde. Vous retrouverez dans cet espace toute la chaleur, l'essence et le confort du bois, pour un véritable havre de sérénité.

6 jours - 5 nuits - 5 jours de randonnée, 3 séances bien-être et soins.

JOUR 1 : ST PIERRE DE CHARTREUSE

Nous vous accueillerons à l'hôtel Le Beau Site (04 38 02 10 12) à Saint-Pierre-de-Chartreuse à 19h. Si vous arrivez en train, rendez-vous à 17h30 à la gare TGV de Chambéry-Challes-les-Eaux, sortie Centre-Ville (**transfert disponible sur réservation lors de l'inscription**). Votre accompagnateur vous présentera ensuite le programme de la semaine, avant le dîner.

JOUR 2 : LES CRETES DU MONTFROMAGE (alt : 1662 m)

8 km 4h environ + 400 m / - 400 m

Au départ du Col de Porte, nous partons à la découverte de tous les terrains où les raquettes sont utilisables. Pour le premier pique-nique en commun, et en plus de nos préparations, il est apprécié que chacun des participants apporte une des spécialités de sa région d'origine, afin de commencer la randonnée par des échanges culturels fructueux. Par un itinéraire forestier, nous gagnons plusieurs crêtes faciles et terminons l'ascension au sommet du Montfromage (1662 m). Une première descente facile nous permet « d'apprivoiser » les premières petites pentes afin d'évacuer les rares appréhensions qui subsisteraient et qu'il ne reste que le plaisir de progresser dans cet univers magique.

JOUR 3 : LE MONASTERE DE LA GRANDE CHARTREUSE (alt : 1001 m)

8 km 5h environ + 500 m / - 500 m

Nous randonnons dans la zone de silence du Monastère de la Grande Chartreuse, où nous avons l'occasion d'évoquer l'histoire et la vie austère des Chartreux, présents dans ce lieu depuis plus de neuf siècles. Nous gagnons ainsi le Habert de Billon, ancienne bergerie des Chartreux et découvrons les chapelles de Notre Dame de Casalibus et St Bruno construites sur l'emplacement du premier monastère.

JOUR 4 : LES HAMEAUX DE ST PIERRE DE CHARTREUSE ET L'EGLISE DE ST HUGUES (alt : 880 m)

9 km 4h30 environ + 500 m / - 500 m

Cette journée est consacrée à la découverte de quelques-uns des nombreux hameaux de St Pierre de Chartreuse. Vous apprendrez à reconnaître l'architecture typiquement chartroussine des maisons et granges. Nous gagnons l'Eglise de St Hugues (880 m) pour une visite. Cet ensemble d'art sacré contemporain est unique

puisque c'est un seul artiste, Arcabas, qui a entièrement décoré et aménagé cette église depuis les tableaux, les vitraux, les sculptures jusqu'aux candélabres et à l'autel.

JOUR 5 : LE DESERT D'ENTREMONT ET LA POINTE DE LA COCHETTE (alt : 1618 m)

7 km 4h environ + 450 m / - 450 m

Nous partons pour le Désert d'Entremont. Après nous être enfoncés dans la forêt, en prenant notre temps, nous effectuons l'ascension de la Pointe de La Cochette (1618 m). Du sommet, la vue est spectaculaire sur le massif du Grand Som. Nous redescendons sur le plateau du Désert d'Entremont au moment où le soleil disparaît. On y aperçoit le versant italien du Mont- Blanc dans la trouée du Col du Granier.

JOUR 6 : LE CHARMANT SOM (alt : 1867 m)

12 km 5h environ + 510m / - 510m

Nous terminons en beauté. Une montée toute en douceur nous mène aux alpages, puis au sommet du Charmant Som (1867 m), point culminant de la semaine. Depuis la croix, la vue à 360 degrés est des plus spectaculaires sur le vallon du Monastère et sur l'ensemble de la Chartreuse. Fin du séjour à St Pierre de Chartreuse à 16h15 ou à 17h30 (**transfert sur réservation à l'inscription**) en gare de Chambéry.

› COMPLEMENT DE PROGRAMME

Séances bien-être - balnéo :

Cet hiver, les séances balnéo sont proposées en option dans le tarif, sans commission ni frais supplémentaires, afin de conserver un séjour à prix abordable. Pensez à choisir cette option si vous souhaitez profiter pleinement de l'espace Oréade.

Semaine spéciale réveillon de fin d'année :

Pour cette semaine, le programme est adapté en fonction de la soirée festive et de la disponibilité du centre Oréade. Pas d'inquiétude : vous pourrez profiter d'une belle semaine alliant plaisir, détente et moments conviviaux.

Enneigement :

Nous restons avant tout des randonneurs et, si la neige se fait rare en début ou en fin de saison, nos séjours sont maintenus. L'ambiance et la luminosité hivernale

seront au rendez-vous, même si, parfois, il faudra porter légèrement les raquettes pour rejoindre la neige.

- Un massif préservé, loin des remontées mécaniques et de l'affluence hivernale
- La découverte incontournable du Monastère de la Grande Chartreuse
- L'ascension du Charmant Som et son panorama exceptionnel
- Trois véritables séances de balnéo pour récupérer et se ressourcer
- Un petit groupe limité, pour une ambiance conviviale et un accompagnement privilégié

› DATES et TARIFS

Prix par personne (base 2 personnes par chambre) :

Du 28/12 au 02/01/2027	940€ Réveillon compris
Du 18/01 au 23/01/2027	865€
Du 25/01 au 30/01/2027	865€
Du 01/02 au 06/02/2027	865€
Du 08/02 au 13/02/2027	865€
Du 15/02 au 20/02/2027	865€
Du 22/02 au 27/02/2027	865€
Du 01/03 au 06/03/2027	865€
Du 08/03 au 13/03/2027	865€
Du 15/03 au 20/03/2027	865€
Du 22/03 au 27/03/2027	865€

Options :

- Chambre individuelle (selon disponibilités) : +265€
- Options balnéo bien-être (3 séances, dont 1 massage de 30 minutes) : +160 €
- Nuit supplémentaire en chambre de 2 en B&B : +85€ par pers
- Nuit supplémentaire en chambre individuelle en B&B : +140€
- Transfert aller-retour depuis la gare de Chambéry : +40€

Si vous ne prenez pas l'option Balnéo, vous acceptez le programme de la semaine qui prend en compte les horaires des randonnées adaptées pour associer la sortie en montagne et le temps de la Balnéo.

› LE PRIX COMPREND

- Les frais d'organisation et d'encadrement
- La nourriture et l'hébergement en pension complète
- Le prêt des raquettes et des bâtons
- Les transferts prévus au programme
- La soirée du réveillon pour la semaine du 29 décembre

› LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les boissons et dépenses personnelles.
- L'équipement individuel
- Les séances de balnéo à réserver en option au moment de l'inscription
- Les trajets jusqu'au lieu d'accueil et à partir du lieu de dispersion
- Les assurances
- les frais d'inscription (+15€ par personne)
- les frais d'envoi à l'étranger (+20€ par dossier)
- les frais de traitement prioritaire pour toute inscription à J-15 (+45€ par dossier)

› ACCUEIL / DISPERSION

ACCUEIL



Si vous arrivez en voiture ou en bus, vous pouvez rejoindre directement l'hôtel Le Beau Site à Saint-Pierre-de-Chartreuse à 19h00.
Le stationnement est disponible et sans difficulté à proximité de votre hébergement. Étant en milieu montagnard, les équipements d'hiver sont obligatoires (pneus neige ou chaînes). Pensez à vous entraîner à les installer avant le départ.



Si vous arrivez en train, rendez-vous à 17h30 à la gare TGV de Chambéry-Challes-les-Eaux, devant le magasin Le Kiosque à Journaux. Un transfert aller-retour vers l'hôtel est proposé au tarif de 40 € par personne, à réserver également lors de l'inscription.

En cas de retard le jour même, vous pouvez laisser un message directement à l'hôtel Le Beau Site ou à l'agence au 04 51 20 50 50.

DISPERSION

Le séjour se termine à 16h15 à votre hébergement ou à 17h30 à la gare TGV de Chambéry si vous avez réservé le transfert.

Hébergement supplémentaire
Si vous souhaitez arriver la veille du séjour ou prolonger votre départ d'un jour, n'hésitez pas à nous contacter.

› NIVEAU



Niveau 2 Le rythme de marche est tranquille et constant, mettant l'accent sur la découverte plutôt que sur l'effort sportif.

Dénivelée moyenne : 470 m Maximum : 510 m
Longueur moyenne : 9 km Maximum : 12 km
Horaire moyen : 4 h 45 mn Maximum : 5 h

› HEBERGEMENTS

À l'hôtel Beau Site, vous séjournerez dans des chambres confortables avec douche et WC privatifs. Cet établissement chaleureux, tenu par la même famille depuis cinq générations, est idéalement situé au cœur du village de Saint-Pierre-de-Chartreuse, à seulement 300 m du centre Oréade.

Les inscriptions individuelles sont regroupées en chambres non mixtes de 2 à 3 personnes, avec possibilité de chambre individuelle selon disponibilités.

› RESTAURATION

Les petits-déjeuners et repas sont préparés par nos hôtes et offrent une cuisine traditionnelle, copieuse, équilibrée et adaptée au rythme des randonneurs.
Pour les pique-niques en randonnée, vous bénéficierez de repas froids généreux accompagnés de vivres de course (fruits secs, chocolat, biscuits), soigneusement préparés par l'accompagnateur à partir de produits locaux.

En cas de froid, l'accompagnateur fera le nécessaire pour trouver un abri (chalet ou cabane) afin de profiter pleinement de la pause déjeuner.

Réveillon

Le 31 décembre, le réveillon de la Saint-Sylvestre se tiendra à l'hôtel***. Il proposera un véritable dîner festif avec musique et animation, et sera également ouvert, sur réservation, aux autres pensionnaires de l'hôtel et aux habitants du village.

› TRANSPORT DES BAGAGES

Séjour en étoile, vous ne portez qu'un sac léger contenant vos affaires pour la journée ainsi que le repas de midi préparé et partagé entre tous.

› GROUPE

Groupe composé de 8 à 12 personnes.

› ENCADREMENT

Votre accompagnateur est un professionnel diplômé d'État, spécialisé en raquettes et parfaitement connaisseur du massif de la Chartreuse. Il veille à assurer le déroulement sécurisé de vos randonnées, en choisissant les itinéraires, en adaptant le rythme, en gérant la logistique et en tenant compte des conditions météorologiques et nivologiques. Il s'attache également à maintenir la dynamique et la cohésion du groupe, tout en facilitant votre découverte du milieu montagnard et en partageant avec passion ses connaissances de la nature. Tout au long du séjour, il reste disponible et à votre écoute pour rendre votre expérience la plus agréable possible.

› MATERIEL FOURNI

Nous mettons à votre disposition des raquettes robustes et légères, équipées de fixations à plaques et de pointes antidérapantes, compatibles avec toutes les chaussures de montagne ou de trekking, ainsi que des bâtons rigides et le matériel de sécurité spécifique à la randonnée.

- Raquettes TSL
- Bâtons : rigides, plus solides que les modèles télescopiques

Ce matériel vous est fourni gracieusement. Si vous possédez déjà votre propre équipement fiable, vous pouvez bien sûr l'utiliser. Dans ce cas, merci de nous le signaler lors de votre inscription en précisant ce que vous apportez.

Cela nous permettra de mieux évaluer les besoins en matériel pour le groupe.

› LISTE DES AFFAIRES À EMPORTER

Principes vestimentaires pour le haut du corps

• Le système des trois couches permet de s'adapter à presque toutes les situations :
• Sous-pull à manches longues en matière respirante (fibre creuse).
• Veste en polaire chaude pour les pauses ou les grands froids.
Veste coupe-vent imperméable et respirante (type Gore-Tex) pour se protéger du vent, de la pluie ou de la neige.

En randonnée, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par mauvais temps, la veste imperméable suffit, et la polaire devient indispensable lors des pauses ou par grand froid.

Privilégiez des vêtements qui sèchent rapidement : laine (sous-vêtements en mérinos), soie ou fibres synthétiques. Évitez le coton.

Couvrez-vous avant d'avoir froid, mais découvrez-vous avant d'avoir trop chaud. La sueur humidifie les vêtements et peut rapidement provoquer le froid. Évitez les anoraks ou les combinaisons de ski, trop chauds et encombrants.

Liste idéale des vêtements (à adapter selon la randonnée et la saison)
• Chapeau de soleil ou casquette
• Foulard ou tour de cou
• Bonnet
• Paire de moufles, éventuellement accompagnée de gants en soie et d'une paire supplémentaire
• T-shirts à manches courtes respirants
• Sous-pull à manches longues ou chemise respirante
• Veste en polaire
• Veste coupe-vent imperméable et respirante avec capuche (type Gore-Tex)
• Cape de pluie ou sursac si la veste imperméable est déjà fournie
• Pantalon de trekking ample
• Surpantalon imperméable et respirant (type Gore-Tex)
• Chaussettes de randonnée (1 paire pour 2 à 3 jours, en laine ou spécifique randonnée, éviter le coton)

• Chaussures de randonnée montantes, imperméables, semelle type Vibram (tester les chaussures avant le départ, proscrire bottes ou après-skis)
• Guêtres

Équipement

• Sac à dos 35-40 litres, armature souple, avec ceinture ventrale et fixations pour raquettes
• Sac plastique pour protéger l'intérieur du sac à dos
• Lunettes de soleil de qualité avec protection latérale
• Gourde ou thermos isotherme (minimum 1,5 litre)
• Couteau de poche type Opinel
• Petite pochette étanche pour argent, carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance
• Crème solaire et écran labial
• Boîte plastique hermétique (0,5 l minimum), gobelet et couverts
• Appareil-photo et jumelles (facultatif)

Pharmacie personnelle

• Médicaments habituels
• Bande adhésive élastique (type Elastoplaste, 8 cm)
• Pansements adhésifs et compresses désinfectantes
• Double peau pour ampoules (type Compeed ou SOS ampoules)
• Pince à épiler

Pour le centre balnéo

• Maillot de bain et deux serviettes ou peignoir (possibilité d'acheter le maillot et de louer la serviette sur place)
• Sabots de bain fournis

› TOURISME RESPONSABLE

Dans un monde en constant développement, il peut être pertinent de prendre son temps et de se recentrer sur l'essentiel. La randonnée est une activité proche de la nature et du local, qui invite à la réflexion. Aujourd'hui, le tourisme responsable s'implante dans le paysage, portant des valeurs essentielles pour le monde de demain. La Pèlerine s'engage dans cette démarche en vous rappelant quelques points à garder à l'esprit lors votre séjour de randonnée :

- Préparez-vous et prévoyez
  - Informez-vous sur les particularités du lieu visité, la culture, les traditions et respectez la réglementation en vigueur.

- Explorez en petits groupes de 4 à 6 personnes.
- Emportez avec vous de l'eau et des collations en quantité suffisante.
- Evitez les périodes de haute fréquentation

- **Laissez intact ce que vous trouvez**
  - Laissez les pierres, plantes et tout objet naturel, historique ou culturel sur place et dans leur état naturel
- **Respectez la vie sauvage**
  - Observez la faune à distance. Ne suivez pas et n'approchez pas les animaux sauvages.
  - Abstenez-vous toujours de nourrir les animaux sauvages
- **Restez sur les sentiers**
  - Utilisez les sentiers aménagés existants
  - Marchez en file indienne au milieu du sentier, même s'il est boueux ou mouillé
- **Minimisez vos déchets & Gérez-les de façon responsable**
  - Favorisez les contenants réutilisables
  - Rapportez vos restes et déchets de manière à éliminer les traces de votre passage
- **Respectez les autres usagers**
  - Soyez respectueux des autres visiteurs et soucieux de la qualité de leur expérience
  - Soyez courtois. Laissez le passage aux autres sur le sentier

› 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, Infinite, Master Card Gold, Platinium, 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.

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 | www.lapelerine.com