



NOS MICRO-AVENTURES

2023 - 2024



MICRO-AVENTURES EN FAMILLE

- RANDONNEE 2 JOURS AVEC DES ANES p.4
- WEEKEND AU VILLAGE TIPI p.8
- WEEKEND DANS LE VERCORS p.12

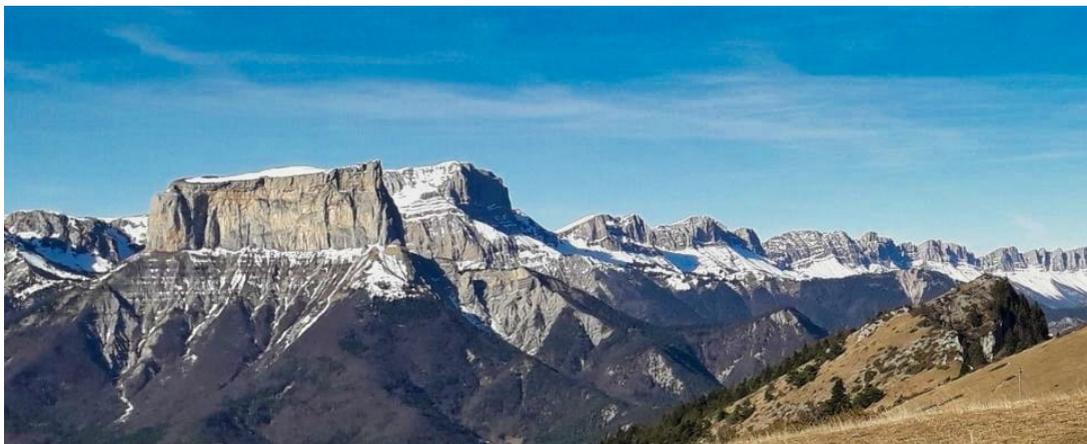
MICRO-AVENTURES

- STAGE PHOTOGRAPHIQUE DANS LE VERCORS p.16
- WEEKEND RECONNEXION A LA NATURE p.20
- IMMERSION DANS LA VALLEE DES LOUPS p.24



INFOS PRATIQUES p.28

BULLETIN INSCRIPTION..... p.31





Nous sommes heureux de vous présenter nos différents programmes de "**micro-aventure**", nouveau concept d'aventure de proximité, mêlant **expériences** de pleine nature et **exploration de soi**.

Vous trouverez des « **micro-aventures famille** », qui explorent des concepts singuliers comme la randonnée avec des ânes dans le Trièves, un week-end tipi insolite avec un accès illimité aux jeux et bain nordique ou encore un week-end hiver dans le Vercors où vous pourrez faire un baptême en chien de traîneau, de la speedluge, de l'airboard et des raquettes.

D'autres « **micro-aventures** » s'adressent aux adultes, d'une durée allant du week-end à 4 jours. Nous vous proposons un stage photo dans le Vercors avec un photographe professionnel qui vous emmènera dans des endroits insolites, un week-end reconnexion à la nature en Chartreuse où vous pourrez vous initier à la sylvothérapie et vous détendre à l'Oréade Balnéo ou encore une immersion dans la vallée des loups où vous suivrez les traces de ce grand prédateur dans la vallée secrète d'Esparron (réserve naturelle des hauts plateaux du Vercors).

Nous espérons que ces **nouvelles expériences** sauront vous divertir !





Randonnée avec des ânes

4

RANDONNÉE ITINÉRANTE AVEC DES ÂNES

Cette aventure de 2 jours au départ de Saint-Jean-d'Hérans avec bivouac est accessible aux familles capables de marcher 4h sur la journée sur des sentiers vallonnés.



A destination des familles : adulte et enfant à partir de 7 ans



Randonnée avec des ânes



120 € (base 8 pers.)



2 jours et 1 nuit



Bivouac sous tente

2 dates proposées

Du samedi au dimanche : du 25 au 26 mai 2024 ou 8 au 9 juin 2024

Les participants se positionneront sur les dates souhaitées.

Descriptif séjour



Jour 1 : samedi

10h : Rendez-vous avec le groupe à Saint-Jean-d'Hérans.

12h : Accueil des participants autour d'un pique-nique préparé par nos soins.

Pour les repas nous vous proposons des produits locaux pour la plupart issus de l'agriculture biologique et sans emballage superflus, ils seront agrémentés de nos cueillettes sauvages.

Présentation du séjour, vérification du matériel et rencontre avec Jojo, Bogus et Elmo, les ânes de bât. Nous prenons le temps de les panser, de les préparer, et de charger le matériel.



Après-midi : Nous montons à travers la forêt et gagnons le village de Saint Sébastien, au pied de la montagne du Châtel. Nous déchargeons les ânes et les parquons à proximité du lieu de campement.

Ici, nous sommes sur le terrain de la maison familiale du Val d'Akor, face aux Écrins. Un lieu de vacances pour les familles modestes. Nous profitons d'un lieu de camping nature confortable et avons accès aux toilettes sèches et à la douche

solaire. **Distance : 8 km // Dénivelé : 400m**

Jour 2 : dimanche

Journée : Comme la veille, il faut prendre soin des ânes avant le départ et assurer leur chargement. Nous cheminons ensuite sur les contreforts du massif du Dévoluy, et les points de vue sur le cœur du Trièves et le Vercors sont nombreux.

Les sentiers ne présentent pas de difficulté, et notre rythme s'adapte à celui des ânes, qui ne manquent pas de faire quelques pauses pour grignoter un brin d'herbe ! **Distance : 8 km // Dénivelé : 400m.** L'aventure est ponctuée de temps d'animation nature notamment au campement : Bricolages, jeux de piste, land Art et construction de cabanes.





Grille tarifaire

	Prix public	Prix Adhèrent, Conjoint, Enfant de 7 à 22 ans
Groupe 8 personnes	200 €	120 €

Prestations incluses

- 1 accompagnateur de moyenne montagne 2 jours / 1 nuit,
- Les 4 repas : déjeuner du jour 1, dîner du jour 1, petit-déjeuner du jour 2 et déjeuner du jour 2,
- Les 3 ânes et l'équipement de bât,
- Les tentes pour les nuits en camping,
- L'aide logistique,
- L'option portage des tentes et matériel de cuisine,
- L'assurance assistance / rapatriement, l'assurance annulation.

Prestations non incluses

- Le transport,
- Le matériel de couchage,
- Le matériel personne (cf page 7),
- Les dépenses à caractère personnel





LES POINTS FORTS

- Une randonnée itinérante avec des ânes
- Camping nature confortable à la maison familiale du Val d'Akor, face aux écrivains
- Produits locaux
- Animation nature, cueillette sauvage
- Points de vue sur le Trièves et le Vercors

Informations utiles

Niveau : accessible aux familles capables de marcher 4h sur la journée sur des sentiers vallonnés.

Matériel personnel demandé :

- Les duvets et tapis de sol
- Le matériel individuel de randonnée

Hébergement : une nuitée en bivouac sous tente

Encadrement : Cette randonnée est guidée par un accompagnateur de moyenne montagne.

Attention : ce programme est indicatif et peut être modifié à souhait en fonction du groupe et de la météo.





Weekend au village tipi

8



WEEKEND AU VILLAGE TITI

Niché au coeur du Parc Naturel Régional du Massif des Bauges, le Village tipi est implanté dans un alpage à 1350 m d'altitude sur le domaine skiable de Savoie Grand Revard.



A destination des familles



Accès illimités aux jeux



À partir de 170 € (6 pers. par tipi)



2 jours et 1 nuit



Tipi

2 dates proposées

Du samedi au dimanche : du 25 au 26 mai 2024 ou 06 au 07 juillet 2024

Les participants se positionneront sur les dates souhaitées.

Descriptif séjour

Jour 1 : samedi

Rendez-vous par vos propres moyens sur le village tipi en milieu de matinée. Accueil.

Accès illimités aux jeux :

- **Défi La forêt des Sioux** : un parcours de jeu de 400 m en forêt. Lance le dé, progresse dans la forêt et réalise les épreuves pour devenir un grand Sioux. Enigmes, jeux d'habileté, de lancer... Pour tous à partir de 5 ans. Durée : 30 à 45 minutes.
- **Le labyrinthe des mic-macs** : Un labyrinthe géant de plus de 5000 m² en forêt. A toi de trouver le bon chemin pour en sortir ! Pour tous à partir de 2 ans. Durée : tout dépend !
- **Chasse au trésor du Yukon** : Une chasse au trésor nouvelle génération. À l'aide d'un GPS pars à la recherche du trésor laissé par les chercheurs d'or du Yukon il y a des années ! Pour tous à partir de 7 ans. Durée : 30 à 45 minutes.





- **A la recherche d'Anoki** : Une chasse au trésor pour les plus petits. A l'aide d'une carte, aide Tatonka à retrouver son chef indien. Pour tous à partir de 3 ans. Durée : 20 minutes.

- **Sans perdre le nord** : Une course d'orientation sur plus de 15000 m². A l'aide de la carte et de la boussole, trouve un maximum de balises. Pour tous à partir de 9 ans. Durée : 20 à 40 minutes.



- **L'oeil de lynx** : Un parcours de lancer de disque dans l'alpage. Soit le meilleur viseur en un minimum de lancers. Pour tous à partir de 7 ans. Durée : 15 à 20 minutes

- **Le chasseur à la sarbacane** : Un parcours de sarbacane en forêt. Marque le maximum de points en visant les animaux de la forêt à l'aide de ta sarbacane. Pour tous à partir de 6 ans. Durée : 30 minutes.

- **La ruée vers l'or** : Un bassin ludique pour les enfants. Récolte un maximum de paillettes d'or tel un vrai chercheur et construit ton mini-radeau d'indien. Pour tous à partir de 2 ans. Libre accès.

- **La plaine des Inukshuks** : Un espace de construction en accès libre. Érige le plus grand Inukshuk (tour de pierre des peuples d'Alaska). A partir de 2 ans

Déjeuner au village tipi. Installation dans les tipis. Dîner autour du feu. Soirée libre. Nuitée sous tipi.

Jour 2 : dimanche

Petit déjeuner au village Tipi.

Activité randonnée Arc. Accompagnés d'un moniteur diplômé d'état, vous partirez dans l'Alpage pour un tir sur cible nature : vous apprendrez toutes les techniques : précisions, lancer, ciblage. Cette activité est ludique et très bien adaptée en famille. Déjeuner barbecue au village Tipi.



Grille tarifaire

Groupe 10-12 personnes	Prix public	Prix Adhèrent, Conjoint, Enfant jusqu'à 22 ans
2 pers. par tipi	369 €	222 €
3 pers. par tipi	334 €	200 €
4 pers. par tipi	319 €	192 €
5 pers. par tipi	310 €	186 €
6 pers. Par tipi	304 €	183 €

Prestations incluses

- L'hébergement 1 nuit au village tipi (4 tipis à disposition)
- La pension complète du déjeuner du samedi au déjeuner du dimanche, hors boissons
- Le pass activité sur le village tipi, l'activité rando arc avec un accompagnateur, l'atelier fromage avec dégustation
- Un créneau d'une heure par personne au bain nordique : 5 à 6 personnes en même temps
- La taxe de séjour
- L'assurance annulation multirisque (annulation-bagages-assistance-rapatriement)

Prestations non incluses

- Le transport aller/retour
- Les boissons aux repas : Forfait Vins de Savoie de Philippe Grisard : * 1 kir de Savoie par personne, * 1 bouteille pour 3 personnes de Mondeuse les Molières vieillie en fût de chêne ou de Chignin Bergeron, * 1 café ou thé ou tisane par personne : 15 € par personne et par repas
- Les dépenses personnelles



LES POINTS FORTS

- Village tipi
- Accès illimité aux jeux
- Produits locaux
- Bain nordique (en supplément) avec vue imprenable sur le Mont Blanc et les alpages
- Parc Naturel des Bauges en Savoie
- Cadre naturel unique en Savoie

Informations utiles

Le village Tipi vous propose :

- 4 tipis de 20-25 m² pouvant accueillir jusqu'à 5 personnes.
- 1 tipi salon.
- 1 tipi salle à manger 50 m² comprenant également 10 lits pliants
- Cuisine avec tout le matériel de cuisine et les couverts, un barbecue...
- Bloc sanitaires (2 WC, 2 douches, 2 lavabos) et nécessaire de nettoyage.
- Une grande place de feu.

Les tipis sont confortablement équipés de lits de 90 cm de largeur avec matelas et oreillers (les draps, sacs de couchages et serviettes peuvent être fournis en option). Les tipis sont équipés de poêle à granules.

Le petit déjeuner est servi dans le grand tipi : Café, thé, chocolat, jus de fruit de Savoie, pain, beurre de Savoie, confiture locale.

Espace spa extérieur :

Vue imprenable sur le Mont Blanc et les alpages. Partagez un moment entre amis ou en famille dans le bain nordique !

Le bain nordique est un spa en bois d'extérieur, de forme ronde. Traditionnellement chauffé au bois, la température de l'eau se situe autour de **40 degrés**. Les avantages du bain nordique sont multiples : relaxation, chaleur, convivialité, vitalité... Pour les plus courageux, la tradition est de se rouler dans la neige en sortant du bain ! Les serviettes et sabots sont fournis.

L'eau du bain nordique est très chaude et n'est donc pas conseillée aux enfants de moins de 6 ans et aux personnes ayant des difficultés respiratoires. Pour les femmes enceintes, demandez conseil à votre médecin.





WEEKEND DANS LE VERCORS

Le Vercors offre de multiples panoramas à admirer tout au long de l'année. Un endroit où vous aurez la possibilité de pratiquer des activités de pleine nature.

Les stations village d'Autrans-Méaudre en Vercors, Engins, Lans-en-Vercors et Saint-Nizier-du-Moucherotte vous accueille chaleureusement au cœur d'une nature sauvage et préservée.

Idéal pour passer une journée en pleine nature, avec un choix d'activités variées même en hiver !

2 dates proposées

Du samedi au dimanche : du 13 au 14 janvier 2024 ou 03 au 04 février 2024

Les participants se positionneront sur les dates souhaitées.

Descriptif séjour

Jour 1 : samedi

Rendez-vous par vos propres moyens au village d'Autrans.

9h30/10h départ pour une balade en raquettes avec un guide.

Durée 1h30/2h.

Déjeuner au restaurant, plat, dessert hors boissons.



A destination des familles



Activités hiver



299 € (base 10-12 pers.)



2 jours et 1 nuit



Hôtel 3*



Jour 1 (suite)

Trottinette électrique, durée 1 h 30, briefing inclus (à partir de 14 ans, minimum 150cm)

Speedluge, 3 descentes par personne en solo (ou 6 en duo).

Dîner au restaurant de l'hôtel. Nuitée

Jour 2 : dimanche

Petit déjeuner à l'hôtel.

Chiens de traîneau (baptême de 20 minutes) (se rendre avec son propre véhicule au départ de l'activité - 10 min de trajet)

Activité airboard.

Déjeuner au restaurant, entrée, plat, dessert, hors boisson.

Départ par vos propres moyens.





Grille tarifaire

	Prix public	Prix Adhèrent, Conjoint, Enfant jusqu'à 22 ans
Groupe 10-12 personnes	499 €	299 €

Prestations incluses

- L'hébergement 1 nuit en hôtel 3* à Autrans, base chambre double
- La pension complète du diner du samedi au déjeuner du dimanche (hors boissons)
- Les activités suivantes : trottinette électrique, Airboard, Raquette, Chiens de traîneau, Speedluge
- Le matériel et l'encadrement par des professionnels
- L'assurance annulation multirisque (annulation-bagages-assistance-rapatriement)

Prestations non incluses

- Le transport aller/retour
- Le supplément chambre individuelle : 49€
- Le transport aller/retour et le transport pour l'activité chiens de traineaux
- Les boissons aux repas
- Les dépenses personnelles et tout ce qui n'est pas inclus dans la rubrique ce tarif comprend



Informations utiles

Chien de traîneau

Vivez une aventure unique au plus proche des animaux et de la nature, découvrez les paysages du Vercors à bord de votre attelage.

Speed luge

La speed luge, nichée au cœur du Vercors, en pleine nature, vous donne goût à l'aventure. La sensation de glisse en luge vous donne des ailes ! 3 descentes en solo ou 6 en duo par personne.

Balade en raquettes

Entre alpage et forêt, découvrez une belle randonnée en raquettes à neige à réaliser en famille, entre amis ou entre collègues.

Airboard

Une luge gonflable où vous descendez tous ensemble et la tête en avant pour faire le plein de sensations ! Votre moniteur vous expliquera comment manier au mieux cette luge tout au long de votre descente. Quelques passages seront à effectuer à pieds pendant votre parcours.

Trottinette électrique

Évadez-vous en totale liberté et sans effort, à la découverte des paysages naturels exceptionnels du Vercors (à partir de 14 ans,

LES POINTS FORTS

- Weekend dans le Vercors
- Activités hiver : airboard, raquettes, speed luge,
- 20 min de chien de traîneau
- Hôtel 3* au village d'Autrans





Stage photographique dans le Vercors

16

STAGE PHOTOGRAPHIQUE DANS LE VERCORS

Cours et conseils d'un photographe professionnel, connaisseur de la montagne au cœur du Vercors.

2 dates proposées

Du samedi au dimanche : du 07 au 08 octobre 2023 ou 16 au 17 mars 2024 ou 25 au 26 mai 2024

Les participants se positionneront sur les dates souhaitées.



Adulte



Stage photographique



150 € (base 7-10 pers.)



2 jours et 1 nuit



Gîte



Descriptif séjour

Jour 1 : samedi

Rendez-vous au Châtelus / porche du Bournillon à 14h

Le lieu précis point GPS et lieu de parking vous sera communiqué la veille du départ. Deux sorties sur le terrain sont prévues : samedi après-midi/soir et dimanche matin.

Le Photographe Alexandre Gelin décidera en fonction de la lumière, de la météo, de la saison, de l'ordre de ces sorties.

Deux sites proposés, (alternatives possibles équivalentes) :

- Le porche du Bournillon
- Lac de Bouvante

Ces 2 sorties nécessitent d'être capable de cheminer en montagne et une forme physique suffisante pour effectuer 300m - 400m de dénivelé positif.



4-5h sur le terrain lors de cet après-midi (15-20h ou 17-22h).

Diner (cuisiné en collectif, pour plus de souplesse horaire).

Nuitée au gîte Chambre double/twin standard <https://www.entrecieletpierres.com/> à Presles.

Jour 2 : dimanche

Lever matinal,
2eme sortie
terrain (3h) / 7
-10h ou 9-12h.

Dispersion du
groupe en fin
de matinée ou
après le pique-
nique.





Stage photographique dans le Vercors

18

Grille tarifaire

	Prix public	Prix Adhérent, Conjoint, Enfant jusqu'à 22 ans
Groupe 7-10 personnes	251 €	150 €

Prestations incluses

- Les conseils / enseignements d'un photographe professionnel, spécialiste des prises de vue en milieu montagneux
- La nuit en chambre double au Gite / pas de chambre individuelle
- Le diner du samedi / cuisine collective faite par le groupe
- Le petit déjeuner et pique-nique du jour 2.
- Assurance multirisque

Prestations non incluses

- Le transport aller/retour
- Le pique-nique du samedi
- Les boissons aux repas
- Les dépenses personnelles et tout ce qui n'est pas inclus dans la rubrique ce tarif comprend





LES POINTS FORTS

- Les cours et conseils photos d'un pro, connaisseur de la montagne
- Des endroits insolites à photographier et à apprivoiser
- Tout niveau
- Tout type d'appareil photo (smartphone, numérique, argentique)

Informations utiles

Lors de ces 2 sorties, les paysages seront l'occasion de travailler les notions suivantes :

- L'exposition
- Gérer l'ouverture du diaphragme, la vitesse et la sensibilité iso.
- Modifier l'exposition avec la compensation et la mesure d'exposition
- La profondeur de champ en lien avec le capteur, la focale, la distance de mise au point, l'ouverture
- L'importance du cadrage et de la composition.
- Rendre ses photos immersives, graphiques, symboliques.
- Comprendre la lumière et les différents types de flous





Weekend reconnexion à la nature

20

WEEKEND RECONNEXION A LA NATURE EN CHARTREUSE

Profitez des paysages exceptionnels et préservés de la Chartreuse avec deux activités : la sylvothérapie et la sonothérapie.

2 dates proposées

Du samedi au dimanche : du 08 au 09 juin 2024 ou du 14 au 15 septembre 2024

Les participants se positionneront sur les dates souhaitées.

Descriptif séjour

Jour 1 : samedi

Arrivée par vos propres moyens

Visite libre du musée de la Grande Chartreuse. Pour mieux comprendre le mode de vie des moines et comprendre le mystère de leur ordre, visitez le musée de la Grande Chartreuse.

Déjeuner.

Activité sylvothérapie, bain de forêt accompagné d'une sylvothérapeute agréée (durée 3h00).

Retour à l'hôtel et temps libre.



Adulte



Bien-être



198€ (base 10 pers.)



2 jours et 1 nuit



Hôtel



Jour 2 : dimanche

Matinée : Activité sonothérapie

Après-midi détente à l'Oréade
Balnéo.

Déjeuner

Fin du séjour.





Weekend reconnexion à la nature

22

Grille tarifaire

	Prix public	Prix Adhérent, Conjoint, Enfant jusqu'à 22 ans
Groupe 10 personnes	330 €	198 €

Prestations incluses

- L'hébergement en 1 nuit à l'hôtel Beausite en base double
- La pension complète du déjeuner du samedi au déjeuner du dimanche
- Les activités sylvothérapie et sonothérapie encadrée par des guides agréés
- 1 entrée pour l'Oréade Balnéo
- L'entrée au musée de la Chartreuse,
- L'assurance annulation multirisque (annulation-bagages-assistance-rapatriement)

Prestations non incluses

- Le transport aller/retour
- Les dépenses personnelles et tout ce qui n'est pas inclus dans la rubrique ce tarif comprend
- Tarif estimatif calculé sur une base de 10 personnes, toutes modifications du nombre de participants entraînera une révision tarifaire

Informations utiles

Activité sylvothérapie

Activité sylvothérapie, bain de forêt accompagné d'une sylvothérapeute agréée. (durée 3h00).

Vivez une expérience intemporelle de profond lâcher-prise et de mieux-être par le contact et la présence éveillée auprès des arbres. Une sylvothérapeute agréée, vous accompagne à la rencontre de vous-même. Retrouver un nouveau souffle et élan de vie, en vous rapprochant des arbres, au point de leur ressembler dans ce qu'ils ont de plus fascinant, de plus noble, et de plus profond. Vous en recevrez des bénéfices corporels, émotionnels, et psychiques.

Activité sonothérapie

La sonothérapie utilise le son et les vibrations pour apporter détente, relaxation et rééquilibrer le champ électromagnétique naturel émis par notre corps. Le corps absorbe les vibrations. Or, on sait que certaines vibrations ont des vertus thérapeutiques physiques, mais aussi psychiques. Pour ce faire, les sonothérapeutes utilisent plusieurs instruments qui émettent des sons et des vibrations plus ou moins puissantes.

Oréade Balnéo

Ouvert toute l'année, entre une balnéo en plein air et un restaurant à la cuisine créative, Oréade vous propose de vivre un moment d'évasion et une aventure des cinq sens au cœur du massif de la Chartreuse.

LES POINTS FORTS

- Parc Naturel Régional de la Chartreuse
- Activité sylvothérapie
- Activité sonothérapie
- Détente à l'Oréade Balnéo





Immersion dans la vallée des loups

24

IMMERSION DANS LA VALLEE DES LOUPS

La vallée secrète d'Esparron, à deux pas du Mont Aiguille et de la réserve naturelle des Hauts Plateaux du Vercors, est restée sauvage, paisible, hors du temps. La présence de l'homme y est si peu

marquée, que le loup, lui, en a fait son habitat permanent. Nous vivrons dans une ambiance canadienne au milieu de la forêt de sapins et d'érables.

2 dates proposées

Du dimanche au mercredi : du 04 au 07 juillet 2024 ou 08 au 11 août 2024

Les participants se positionneront sur les dates souhaitées.

Descriptif séjour

Jour 1 : Clelles - Refuge d'Esparron



Accueil à 14h15 en gare de Clelles et court transfert au hameau de Casseyre (10 min). Nous pénétrons à pied dans la vallée sauvage d'Esparron, à l'affût des traces de présences des animaux sauvages. Arrivée au refuge, installation pour 3 nuits. Première soirée au coin du feu. Dîner et nuit au refuge d'Esparron.
2h à 2h30 de marche, +250 m



Adulte



Randonnée itinérante



291 € (base 5-9 pers.)



4 jours et 3 nuits



Refuge



Jour 2 : Col de Menée – Crête de Grande Leirie – Réserve des Hauts Plateaux du Vercors

Le matin lors de notre montée au col de Menée, nous recherchons les traces du loup et d'autres animaux sauvages qui peuplent la forêt d'Esparron. Du col de Menée, nous traversons des alpages bucoliques sur la large crête de la Grande Leirie. C'est un panorama à 360° qui s'offre à nous avec le Mont Aiguille, le Dévoluy, les Ecrins, et toute la chaîne des sommets du Vercors. Au retour, nous pourrions relever les pièges photographiques déposés la veille... Dîner et nuit au refuge d'Esparron. **5h de marche, +500 m, -500 m.**

J3 • Col du Prayet – Sommet du Platary

Nous partons le long des torrents pour le col du Prayet et la montagne du Platary, sommet des contreforts du Vercors qui offre un point de vue sur le Trièves et le Mont Aiguille façon carte postale. Nous longeons la crête jusqu'au trou qui perce la montagne du Platary, curiosité géologique locale. Puis c'est parti pour une descente vers la bergerie des Ayes où la fontaine jaillit sous un grand hêtre, avant de reprendre la direction du col de Prayet et des ruines de l'Ermitage d'Esparron, que nous visiterons avant de revenir au refuge. Une randonnée dans une ambiance que l'auteur Jean Giono a si bien décrite dans ses romans inspirés de ses séjours dans le Trièves. Dîner et nuit au refuge d'Esparron. **4h30 à 5h de marche, +500 m, -500 m.**

J4 • Refuge Esparon – Randonnée aquatique – Clelles

Le matin nous vous proposons une balade aquatique dans les ruisseaux et vasques près du refuge. Repas au refuge. Puis nous dirons au revoir aux loups avant de sortir de notre vallée enchantée. Transfert à la gare de Clelles (10 min) et fin du séjour. Fin du séjour en milieu d'après-midi. **2h30 de marche, +50 m, -300 m.**





Immersion dans la vallée des loups



Grille tarifaire

	Prix public	Prix Adhérent, Conjoint, Enfant jusqu'à 22 ans
Groupe 5-9 personnes	485 €	291 €

Prestations incluses

- L'hébergement
- L'encadrement
- La nourriture du dîner du J1 au déjeuner du J4
- Le transport des bagages
- Les frais d'inscription
- L'assurance multirisque



Prestations non incluses

- Le transport aller/retour
- Les dépenses personnelles et tout ce qui n'est pas inclus dans la rubrique ce tarif comprend

Itinéraire : nous pouvons être amenés à modifier l'itinéraire indiqué : soit au niveau de l'organisation (problème de surcharge des hébergements, dédoublement des groupes, modification de l'état du terrain, éboulements, sentiers dégradés, etc.), soit directement du fait du guide (météo, niveau du groupe, etc.). Ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et pour un meilleur confort !



LES POINTS FORTS

- Hébergement authentique en pleine nature
- Présence permanente du loup dans la vallée d'Esparron
- Réserve naturelle des hauts plateaux du Vercors à deux pas du refuge
- Suivre les traces de vie du loup

Informations utiles

Niveau 2 : Facile à moyen. De 2 à 5h de marche et/ou 250 à 700 m de dénivelé positif dans la journée.

Pas de difficultés techniques, chemins et sentiers faciles. Il faut être en forme et capable de marcher 4-5h par jour.

Transport des bagages : Rien à porter, sauf vos affaires pour la journée lors des randonnées (affaires de rechange, pique-nique, eau).

Transfert : En taxi le premier et le dernier jour.

Encadrement : Par un accompagnateur en montagne diplômé d'État et connaissant très bien la région.

Hébergement : Le refuge d'Esparron est non gardé. Il n'y a pas d'électricité, l'eau fraîche coule abondamment à la fontaine. Il y a tout le nécessaire de cuisine au refuge. Une gazinière avec four est à disposition ainsi qu'un poêle. La réserve à bois de chauffage est bien fournie.

Le couchage se fait en dortoirs, équipés de matelas confortables avec draps housses, d'oreillers et de couvertures. Un duvet et un drap sac sont nécessaires même si le refuge dispose de couvertures.

Il y a des douches solaires mais sommaires à disposition avec cabines de douches juste à côté du refuge. Des toilettes sèches sont à l'extérieur.

Restauration : Au refuge, les repas sont préparés en commun. Une aide est toujours la bienvenue. Elle est adaptée à notre randonnée. Petit déjeuner et dîner servis chauds, pique-nique à midi, vivres de course.

Produits frais et locaux font partis du menu tous les jours.

Merci de nous préciser, à l'inscription, tout régime alimentaire particulier.

La date limite des inscriptions

Quand vous inscrire ? Votre demande d'inscription doit être enregistrée sur votre [espace perso](#) ou arriver par courrier en **date limite le mercredi 20 septembre 2023** au COS 38.

La participation du COS 38

Pour vous permettre de découvrir nos micro-aventures et de vous évader, le COS 38 vous accorde une participation exceptionnelle de 40% pour vous, votre conjoint et vos enfants jusqu'à 22 ans suivant le tarif public de votre séjour.

La participation est de 60% pour le participant en situation de handicap ainsi que son conjoint et ses enfants inscrit au séjour « Rando & handicap ».

Le prix public s'applique aux autres participants et aux enfants de plus de 18 ans non scolarisés.

Participation COS 38

Prix Adhérent, Conjoint, Enfant jusqu'à 22 ans

40%

Votre demande d'inscription

Veillez joindre le bulletin d'inscription accompagné **des pièces justificatives** suivantes :

Enfant de l'adhérent

- Livret de famille de l'enfant
- Certificat de scolarité ou d'apprentissage (pour les enfants de 18 à 22 ans)

Enfant du conjoint de l'adhérent

- Livret de famille de l'enfant
- Avis d'imposition de l'adhérent et du conjoint à la même adresse
- Certificat de scolarité ou d'apprentissage (pour les enfants de 18 à 22 ans)

Correspondant(e) COS 38

- Participation supplémentaire de 50€ pour les correspondants COS 38
- Valable une fois dans l'année civile

Contact COS 38

Toutes les questions relatives à l'inscription, à la sélection des participants, aux tarifs appliqués, aux modalités d'inscription, aux courriers, aux règlements, aux annulations :

COS 38: Sandrine GONZALEZ



sejour@cos38.com



04 76 09 22 57



416 rue des Universités CS 70098 38401 St Martin d'Hères cedex



Après votre demande d'inscription

La sélection : les places des participants sont limitées. Le COS 38 a instauré des critères de sélection dans le cas où le nombre de demandes d'inscription dépasserait le nombre de places disponibles. Ces critères sont :

- Le respect de la date limite d'inscription.
- Priorité à l'adhérent qui s'inscrit seul, avec son conjoint ou avec un autre adhérent pour nos micro-aventures.
- Priorité à l'adhérent qui s'inscrit avec ses enfants et/ou ceux de son conjoint de 3 à 22 ans scolarisés (date de départ définissant l'âge de l'enfant) pour nos micro-aventures en famille.

Toute inscription avec une personne dont le prix adhérent ne s'applique pas ne sera pas prioritaire.

L'inscription : après la date limite des inscriptions, votre demande vous engage définitivement.

La confirmation : Si votre inscription est sélectionnée, une confirmation d'inscription vous sera envoyée par mail après la date du 20 septembre 2023.

- Votre **confirmation** vous sera envoyée **par mail**.
- Nous communiquerons les mails entre les participants pour échanger sur le **co-voiturage**.

15 jours avant le départ, le déroulement du séjour vous sera envoyé par mail.

Le règlement

Lors de votre confirmation d'inscription, vous recevrez les modalités de règlements. Votre solde du séjour devra être réglé un mois avant le départ. **Vous aurez plusieurs moyens de règlements :**

- **Savatou** : chèque bancaire ou postal à l'ordre de Savatou, chèques vacances au nom du participant (envoi en recommandé avec accusé de réception)
- **Caravansérails** : chèque bancaire ou postal à l'ordre de Un P'tit Voyage, carte bancaire, chèques vacances (envoi en recommandé avec accusé de réception)
- **Grand Angle** : chèque bancaire ou postal à l'ordre de Grand Angle, carte bancaire, chèques vacances (envoi en recommandé avec accusé de réception), virement bancaire
- **Carnet des Alpes** : chèque bancaire ou postal à l'ordre de Carnet des Alpes, carte bancaire, chèques vacances (envoi en recommandé avec accusé de réception), virement bancaire

Annulation

Des frais d'annulation seront appliqués pour toute annulation après la date limite des inscriptions. Tout séjour interrompu ou abrégé, ou toute prestation non consommée du fait du passager, pour quelque raison que ce soit, ne donne lieu à aucun remboursement, même en cas de rapatriement.

Caravansérails



Un pas, une rencontre, une découverte.... Caravansérails est une marque du tour-opérateur Un p'tit voyage qui propose depuis dix ans des voyages proche de l'humain.

Micro-aventure : Stage photographique dans le Vercors

Contact: Jean Lou FUCHS



jl.fuchs@yahoo.com



06 84 49 73 42

 Un P'tit Voyage - 1055 chemin de Méans - 26300 Châteauneuf sur Isère

Savatou



Depuis plus de 30 ans, dans un esprit d'éducation populaire, SAVATOU veut incarner un autre modèle social et économique qui repose sur l'échange, la solidarité et la mutualisation entre ses membres, ainsi que l'engagement personnel et collectif sur ces valeurs qui leurs sont propres.

Micro-aventures : Randonnée 2 jours avec des ânes

Contact: Laurence JOMARD



isere2@savatou.fr



04 76 71 15 15

 1102 avenue centrale 38400 St Martin d'Hères

Grand Angle



Grand Angle est un **tour opérateur** spécialisé dans les voyages itinérants à pied et à vélo, également sur la neige, guidés ou en liberté, partout en France, en Europe... et ailleurs !

Micro-aventures : Immersion dans la vallée des loups

Contact : Cassandre DUFOUR



cassandre@grandangle.fr



04 86 80 19 09

 52 rue du Tortolon 38112 Autrans-Méaudre en Vercors

Carnet des Alpes



L'agence Carnet des Alpes est la marque commerciale de la société Jaïpour Organisation, créée en 2006, elle est issue de nombreux voyages, découvertes, mais surtout d'une grande passion pour la nature.

Micro-aventures : Weekend au village tipi, Weekend hiver dans le Vercors, Weekend reconnexion à la nature

Contact : Nathalie ROUDEIX



production@carnetdesalpes.com



04 58 14 11 68

 273 rue de Branmafán - 73230 BARBY



Date limite d'inscription : le 20 septembre 2023 (date de réception au COS 38)

Ce bulletin d'inscription doit être envoyé au COS 38 - 416 rue des universités - CS 70098 - 38401 St Martin d'Hères cedex avec toutes les pièces demandées en page 66 de la brochure.

Si vous êtes deux adhérents, vous devez remplir une demande chacun.

Toute inscription vous engage : annulation dans les conditions de l'assurance du voyage.

Brochure consultable sur www.cos38.com / Destination vacances ! / Nos micro aventures.

NOS MICRO-AVENTURES

- Randonnée 2 jours avec des ânes Du 25 au 26 mai 2024 Du 08 au 09 juin 2024
- Weekend au village tipi Du 25 au 26 mai 2024 Du 06 au 07 juil. 2024
- Weekend hiver dans le Vercors Du 13 au 14 janv. 2024 Du 03 au 04 fév. 2024
- Stage photographique dans le Vercors Du 07 au 08 octobre 2023 Du 16 au 17 mars 2024 Du 25 au 26 mai 2024
- Weekend reconnexion à la nature Du 08 au 09 juin 2024 Du 14 au 15 sept. 2024
- Immersion dans la vallée des loups Du 04 au 07 juil. 2024 Du 08 au 11 août 2024

Adhérent

Nom de l'adhérent : Prénom :

Adresse :

CP : Ville :

Téléphone portable (obligatoire) : __ / __ / __ / __ / __

E-mail (obligatoire) : @.....

Collectivité :

Les participants

Nom Prénom (Adhérent) : Date de naissance __ / __ / ____

Nom Prénom (Conjoint): Date de naissance __ / __ / ____

Nom Prénom (Enfant): Date de naissance __ / __ / ____

Nom Prénom (Enfant): Date de naissance __ / __ / ____

Co-voiturage

- Je donne mon accord pour que le COS 38 transmette mon mail à l'ensemble des participants



Comité des Oeuvres Sociales de l'Isère

416 rue des universités - CS 70098
38401 ST MARTIN D'HÈRES CEDEX

Le COS 38 vous accueille...

du lundi au jeudi : de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h
le vendredi : de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h

Contactez-nous...

Lundi, mardi, jeudi : de 9h à 12h et de 13h30 à 16h

Tél. : 04 76 09 22 57

Courriel : secretariat@cos38.com

Site : www.cos38.com

Extranet pour nos correspondants :

<http://extranet.cos38.com>

Espace perso pour nos adhérents :

<https://www.cos38.com/espace-perso.htm>

Crédits photos : p1: Caravansérails couple grotte ; Carnet des Alpes village tipi ; Savatou randonnée aïnes / p2: Carnet des Alpes balnéothérapie femme ; @Fannie Dupe chiens de traineau / p2-3: Vue sur le Mont Aiguille © Lionel Laurent / p3: Caravansérails couple grotte / p4 à 7 : Savatou randonnée avec des vaches / p8 à 11 : Carnet des Alpes village tipi / p12 à 15 : Carnet des Alpes weekend hiver dans le Vercors / p16 à 19 : Caravansérails stage photographique / p20 à 23 : Carnet des Alpes sonothérapie synchronisée et balnéo / p24 à 27 © Lionel Laurent / p32 olivier Lefebvre mocean.fr

Création : www.julien-carles.com

Réalisation : COS 38 (Fannie Dupé & Sandrine Gonzalez)