



RANDONNÉE ACCOMPAGNÉE, LE PLAISIR PARTAGÉ

RAQUETTES ET BIEN-ÊTRE AU PAYS DU LEMAN Formule Accompagnée En Etoile



Le plateau de Gavot est un vaste berceau perché au-dessus des flots bleus du Léman, le plus grand lac d'Europe. A 1000 m d'altitude, ce plateau constitue un point de départ idéal pour des randonnées dans le massif du Chablais. Notre "camp de base" est installé au pied de la dent d'Oche, un hôtel *** situé à proximité du village de Bernex. Ici pas de grands domaines skiables, peu de remontées mécaniques, c'est la montagne nature qui vous attend. Chaque jour une nouvelle balade imaginée par votre accompagnateur. Randonnée douce, à travers forêts et pâturages, et toujours hors-piste pour ne pas passer à côté du plaisir de faire sa trace dans la neige vierge. Un programme savamment préparé, qui petit à petit vous révèle les secrets du Chablais : histoires, traditions, points de vue sur le Mont Blanc, crêtes panoramiques sur le lac ! ... En fin d'après-midi détente dans le spa de l'hôtel.



6 jours - 5 nuits - 5 jours de randonnée.

JOUR 1 - DIMANCHE : SAINT-PAUL-EN-CHABLAIS

Arrivée à l'hôtel à partir de 16h00. Emilie ou Julien vous installera dans votre chambre et vous pourrez vous détendre dans le spa de l'hôtel en attendant la présentation du séjour par votre accompagnateur vers 19h30.

JOUR 2 - LUNDI : LES CHALETS DE MENS (1 588 m)

8km 5h00 +460m

Proches du massif des Cornettes de Bise, offrent une belle vue sur leur face sud. Située dans un ancien cirque glaciaire, cette balade sera l'occasion de lire l'histoire géologique du Chablais.

Accès au spa de l'hôtel.

JOUR 3 - MARDI : LES CHALETS D'OCHE (1 630 m)

7 à 9km 5h00 ou 5h30 +610m ou +730m

Au pied de la Dent d'Oche (2222 m), nous aurons l'occasion de voir les bouquetins sur les pentes de la Dent et du Château d'Oche. Possibilité de rejoindre les lacs de la case d'Oche à 1750 mètres, le paysage s'ouvre, et la randonnée prend une autre dimension.

Accès au spa de l'hôtel.

JOUR 4 : MERCREDI : LES CHALETS ET LA POINTE D'AUTIGNY (1 808 m)

8km 5h00 +650m

Ce parcours offre un point de vue exceptionnel sur une grande partie du massif du Chablais. Du Léman au Mont-Blanc, la vue panoramique est exceptionnelle et vous enchantera ...

Accès au spa de l'hôtel.

JOUR 5 : JEUDI : POINTE DE LENS (1 827 m)

7km 5h00 +550m

Randonnée dans le secteur des Portes du Soleil, sur le chemin des contrebandiers dans un décor sublime de combes et de crêts avec le Lemman en point de mire !

La Suisse toute proche se dévoile et offre un superbe panorama sur les Dents du Midi, montagnes emblématiques.

Accès au spa de l'hôtel.



JOUR 6 : VENDREDI : LES CHALETS DU JOULY (1 689 m)

4km

4h00

+370m

Cette balade tranquille, au pied du Mont de Grange, (2432 mètres) nous permettra d'observer les chamois, présents à cet endroit, tout au long de l'hiver.

Ce programme est indicatif, il peut être modifié par votre accompagnateur pour s'adapter aux conditions météorologiques et nivologiques.



- Un hôtel de montagne très confortable
- Une vue panoramique sur les Alpes
- Une cuisine gourmande et raffinée
- Un espace bien être au sein de l'hôtel
 - La découverte de la vallée d'Abondance
- La présence du lac Léman

> DATES

29 déc. au 03 janvier 2025

Du 12 au 17 janvier 2025

Du 19 au 24 janvier 2025

Du 26 au 31 janvier 2025

Du 02 au 07 février 2025

Du 09 au 14 février 2025

Du 16 au 21 février 2025

Du 23 au 28 février 2025

Du 02 au 07 mars 2025

Du 09 au 14 mars 2025

> LE PRIX COMPREND

- les frais d'organisation et l'encadrement
- la nourriture et l'hébergement (base chambre double) en pension complète
- l'accès au spa de l'hôtel (location du peignoir 5 €)
- le prêt des raquettes et des bâtons
- Les frais d'inscription



> LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le transport jusqu'au lieu de rendez-vous et dispersion.
- Les boissons et les dépenses personnelles.
- Le supplément chambre individuelle (sous réserve de disponibilité).
- Les frais d'envoi à l'étranger
- L'équipement individuel
- Les assurances
- D'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans "Le prix comprend".

> NIVEAU

 **Niveau 2** En moyenne, marche de 5h par jour sur des chemins, pistes ou sentiers vallonnés n'excédant pas plus de 600m de dénivelé positif cumulé.

Itinéraire de montagne avec des dénivelées de 400 à 600 m de moyenne. Accessible aux marcheurs réguliers qui n'ont jamais pratiqué la randonnée en raquettes à neige. Le programme présente des temps forts avec l'ascension de beaux sommets et des journées plus calmes pour ménager la troupe.

Dénivelé moyen : 500 m

Maximum : 650 ou 750 m

Longueur moyenne : 6 km

Maximum : 8 km

Horaire moyen : 5 h 00 mn

> HEBERGEMENT

5 nuits en hôtel ***, chambres doubles avec salle de bains et W-C privés, téléphone, sèche-cheveux et TV. L'hôtel est classé "Relais du Silence", il est situé à l'écart du village dans un environnement très paisible, face à la vallée de Bernex avec une exposition sud-ouest. Une chambre spacieuse pour 2 personnes dans un chalet-hôtel. Les draps et serviettes de toilettes sont fournis. L'hôtel dispose d'un salon pour la détente et d'une grande cheminée, ainsi que d'un espace forme (sauna-hammam-jacuzzi).

Accès libre au SPA de l'hôtel :

Chaque soir en rentrant de randonnée vous pourrez profiter de l'espace "Bien-être" de l'hôtel qui comporte un sauna, un hammam et un jacuzzi.



Possibilité de **louer un peignoir** pour la durée du séjour : **5 €** par personne à payer sur place.

Le jour du départ vous devrez libérer votre chambre avant de partir en balade. Exceptionnellement, si le planning le permet, il est possible de garder la chambre jusqu'au soir de manière à pouvoir prendre une douche avant de partir (à voir sur place avec Emilie et Julien). Hôtel équipé WIFI. Les inscriptions individuelles seront regroupées en chambres de 2 ou 3. Possibilité de chambres individuelles selon disponibilité avec supplément.

ESPACE BIEN-ETRE : Chaque soir en rentrant de randonnée vous pourrez profiter de l'espace "Bien être" de l'hôtel qui comporte un sauna, un hammam et un jacuzzi.

REPAS : La salle de restaurant offre une vue panoramique sur les montagnes. La cuisine est réputée dans tout le massif, notamment les poissons du lac ou la soirée buffet ! La cuisine est réputée dans tout le massif, le chef met à l'honneur la richesse des terres de sa région ! Les petits déjeuners sont adaptés à la pratique de la randonnée. Les pique-niques sont copieux et accompagnés d'une boisson chaude. Si la température est basse, votre accompagnateur fera le maximum pour trouver un abri (chalet ou cabane) de manière à profiter du repas et de la pause de midi. Pour agrémenter le premier pique-nique, 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.

› TRANSPORT DES BAGAGES ET TRANSFERTS SUR PLACE

L'ensemble de vos affaires doit être réparti dans 2 sacs :

- 1 sac à dos : Porté pendant la marche, ce sac ne doit pas être trop volumineux (25/30 litres maximum). Il contiendra le nécessaire pour la randonnée de la journée et le repas de midi fourni.
- 1 sac de voyage ou valise qui restera à l'hôtel.

Pour les déplacements entre l'hôtel et le départ des balades (5 à 20 km) nous nous répartissons dans la voiture de l'accompagnateur et celles des participants (un défraiement sera proposé à ceux qui utilisent leur voiture).



> ENCADREMENT

Les groupes sont constitués de 6 à 12 personnes.

Benoit, Jean Luc ou Claudine, Accompagnateurs en Montagne du Pays, spécialistes de la randonnée hivernale.

> MATÉRIEL FOURNI

Pour ces randonnées en raquettes il vous sera fourni une paire de raquettes "Inook Expert" très performantes. Leur système de fixation s'adapte à tous les types de chaussures (si vous avez un doute appelez-nous). Pour compléter l'équipement nous vous proposons des bâtons de ski.

> ACCES



En voiture :

L'autoroute A40 (ou A41) jusqu'à Annemasse, puis N 206 jusqu'à Machilly, ensuite rejoindre Thonon-les-Bains via Bons en Chablais (D903), continuer vers Evian-les-Bains par la N5. A la sortie de Thonon-les-Bains suivre la direction Publier-Pays de Gavot, puis St Paul en Chablais et Bernex. Entre St Paul et Bernex, au lieu-dit "la Beunaz", tourner à droite et suivre les panneaux LE BOIS JOLI.



En train : Gare SNCF à Evian.

Horaires à vérifier auprès de la SNCF.

Paris gare de Lyon : 12h11– Evian 17h39 (via Bellegarde TGV)

Lyon Part-Dieu : 14h38 – Evian 17h39 (via Bellegarde TGV)

Marseille St Charles : 12h10 – Evian 17h39 (via Valence TGV)

Retour train : Horaires à vérifier auprès de la SNCF :

Evian 16h40 – Paris gare de Lyon 21h49 (via Bellegarde TGV)

Evian 18h21 – Paris gare de Lyon 22h49 (via Bellegarde TGV)

Evian 18h21 – Lyon 21h22 (via Bellegarde)

Evian 18h21 – Marseille 23h20 (via Bellegarde et Lyon Part Dieu)



En avion : Aéroport Genève Cointrin + train Genève-Lausanne puis bateau Lausanne-Evian.



Co-voiturage

Un moyen de transport économique, écologique et convivial... au départ de chez vous ou d'une grande ville à proximité : www.covoiturage.fr

FICHE TECHNIQUE PLUS DETAILLEE AU MOMENT DE L'INSCRIPTION.

