

Séjour Raquette / Ski de fond / Biathlon – hiver 2011-2012

Multi-activités d'hiver au Mézenc

Séjour 8 jours / 7 nuits

Raquette à neige, ski de fond, initiation au biathlon (5 jours et demi d'activités).

Présentation

Fêtez Noël ou la Nouvelle Année à la neige ! Pour l'occasion, nous vous proposons un cocktail d'activités : ski de fond (2 jours et demi), raquette à neige (2 jours et demi) et initiation très sympathique au biathlon (1 demi-journée). Retour à l'hôtel pour le déjeuner, sauf une fois où il est pris dans une auberge.

Vous parcourrez les hauts plateaux du Mézenc et d'Ardèche en raquette à neige et en ski de fond. Chaque activité sera l'occasion de vous amener dans différents endroits à la découverte des sucus, volcans typiques de notre région ; vous profiterez également des nombreux et superbes panoramas sur les massifs environnants : les Alpes bien sûr, mais aussi les Monts du Cantal et du Sancy, le Mont Lozère, le Massif du Pilat et les Monts du Forez, soit presque tout le Massif Central.

Le soir, au retour de l'activité, vous pourrez vous détendre dans le sauna, nager dans la piscine intérieure chauffée face à la neige, jouer au billard ou au ping-pong...

Programme

- Jour 1 : Accueil le premier jour à l'hôtel entre 16 h et 18 h (pot d'accueil à 18 h 30).
- Jour 2 à 7 : Suivant l'envie et la météo, nous vous emmènerons matin et après-midi aux Sources de la Loire, au pied du Mont Gerbier de Jonc, au lac de cratère de Saint-Front, au Cirque des Boutières, aux Dents du Diable, aux Sucus de Taupernas et de la Lauzière ou aux Roches des Cuzets d'où l'on aperçoit par beau temps toutes les Alpes françaises, mais aussi au sommet du Mont Mézenc (1753 m), le Géant des Cévennes.
- Une demi-journée sera réservée à l'initiation au biathlon : combinaison du ski de fond et du tir à la carabine laser : variante du ski de fond très ludique et sans danger.
- Le samedi après-midi est libre.
- Jour 7 : réveillon : Le soir, après un apéritif servi avec ses amuse-bouches, nous vous proposerons un menu spécial réveillon. Si vous le souhaitez, vous pourrez danser jusqu'à ce que la fatigue du jour vous emporte au lit !
- Jour 8 : Dispersion le dernier jour après le petit-déjeuner.

N.B.: Le programme ci-dessus n'est qu'un exemple ; votre hôte choisit les circuits au jour le jour, en fonction du groupe, de la météo, de l'enneigement et surtout des conditions de circulation.

Fiche pratique

Accueil

Le séjour se déroule exceptionnellement du dimanche en fin d'après-midi au dimanche suivant après le petit-déjeuner. Ainsi, le dîner du réveillon, le dernier jour, n'en sera que plus convivial, avec les autres participants que vous aurez appris à connaître durant toute la semaine.

Accueil le premier jour à l'hôtel entre 16 h et 18 h (pot d'accueil à 18 h 30).

Dispersion

Dispersion le dernier jour après le petit-déjeuner.

Niveau

Niveau MOYEN pour la raquette à neige : entre 200 et 300 m de dénivelé par 1/2 journée de marche, soit 2 à 3 heures de marche par 1/2 journée.

Niveau FACILE pour le ski de fond : pour les faux-débutants et les skieurs initiés tranquilles.

Les cinq jours où le déjeuner est pris à l'hôtel, il est possible de ne marcher qu'à la demi-journée. Un jour en fin de semaine, le déjeuner est pris dans une auberge et il faudra marcher toute la journée.

Les séjours ne sont pas adaptés aux enfants de moins de 12 ans.

Hébergement

Vous serez hébergés à l'hôtel La Découverte, en chambre double ou individuelle.

A quelques pas du village, de construction récente, bien intégrée au paysage avec ses façades habillées de bois, la Découverte des Estables, classée 2 étoiles, offre un hébergement de qualité, spécialement conçu pour les randonneurs. Ses 21 chambres bénéficient du même confort (salle de bain avec large douche, toilettes séparées, téléphone direct) et sont toutes orientées au sud vers la vallée. Une piscine intérieure chauffée, un sauna, une salle de musculation, une salle de ping-pong, un billard, un salon avec cheminée et borne internet gratuite, un bar en self-service, un restaurant panoramique, un jardin et un parking privé sont autant d'équipements mis à votre disposition pour garantir un séjour de qualité.

Les repas (petit-déjeuner, déjeuner et dîner) sont pris à l'hôtel, en table commune. En fin de semaine, un déjeuner est pris dans une auberge.

Le village des Estables

A la limite de la Haute-Loire et de l'Ardèche, au pied du Mont Mézenc (Géant des Cévennes à 1753 m), le village des Estables est la plus haute commune du Massif Central à 1340 m et bénéficie d'un bon enneigement. De décembre à mars, de nombreuses activités sont proposées : ski de fond, raquette à neige, chiens de traîneaux, ski alpin, snowboard, snowkite, luge...

Vos hôtes

Martine, Bernard et leur fils Alexandre vous recevront en toute convivialité ; ils vous feront découvrir cette région et tomber sous le charme de ces vastes paysages.

Transfert interne

Pour les personnes désirant venir en train, un transfert en minibus est assuré à partir de la gare SNCF du Puy en Velay (14 € par personne) mais uniquement sur réservation et à heure fixe :

- du Puy en Velay aux Estables : le jour 1 pour le train arrivant à 17 h 20,
- des Estables au Puy en Velay : le jour 8 pour le train partant à 10 h 40.

Pour réserver, nous prévenir au moins une semaine avant, au 04 71 08 30 08. Nombre de places limité.

Nous consulter pour confirmation des horaires et les numéros des trains.

Sur place, nous organisons le transport en minibus pour rejoindre les points de départ des activités proposées.

Portage des bagages

Pas de portage de bagages. Portage uniquement de vos effets personnels pour la ½ journée ou la journée.

Groupe

Un ou deux groupes de niveau en fonction du nombre de participants.

Encadrement

Accompagnateur en montagne du pays / Moniteur de ski de fond ou votre hôte.

Matériel fourni

Raquettes à neige de type TSL 225, 205, 206 ou 305. Bâtons de marche. Pas de chaussures pour la raquette.

Skis de fond classiques à écailles. Bâtons et chaussures de ski de fond Salomon.

Équipement individuel à prévoir

Vêtements

Sous-vêtements chauds, pantalon confortable mais pas trop chaud (ou collant + sur-pantalon), veste polaire, veste de montagne (imperméable et coupe-vent), bonnet ou cagoule, gants chauds ou/et moufles (prévoir le mauvais temps), écharpe, chaussettes chaudes, guêtres (utiles en cas de neige profonde), tenue de rechange confortable pour le soir, un maillot et une serviette pour la piscine de l'hôtel, une paire de **chaussures de randonnée montantes pour la raquette (obligatoires - pas "d'après-ski" ou chaussures basses)** et une paire de chaussures pour le soir.

Divers

Lunettes de soleil ou masque pour la neige, crème solaire, un sac à dos (de 20 à 30 litres), une gourde d'1.5 litre minimum éventuellement isotherme, une pharmacie personnelle* (élastoplaste, double peau contre les ampoules, désinfectant, pansements...), fil et aiguilles de couture (au cas où), appareil photos, jumelles...

* De nombreux produits ou médicaments ne peuvent être administrés que sur prescription médicale (doliprane, bétadine...). L'accompagnateur ne pourra donc pas vous les donner, sauf sur ordre du SAMU en cas d'urgence. Il vaut donc mieux prévoir.

Dates et prix

Dates des séjours : du 18 au 25 décembre 2011 et du 25 décembre 2011 au 1^{er} janvier 2012.

Tarifs hiver 2011-2012 par personne		
Dates du début de séjour	1 semaine en chambre double	1 semaine en chambre individuelle
18 et 25 décembre 2011	620 €	715 €

Le tarif pour chambre individuelle est obligatoire pour les personnes seules.

En option : Assurance annulation / interruption de séjour : à souscrire au moment de la réservation. Tarif : 3% du montant total du séjour. Détails sur le bon de réservation ou sur demande.

Séjour de 2 semaines consécutives : réduction 5% sur l'ensemble des 2 semaines. Non disponible pour la réservation en ligne, nous contacter directement.

Enfants de +12 ans dans la chambre des parents : réduction 20 %.

Tarifs groupes : nous consulter.

Le prix comprend

- la pension complète, du dimanche soir au dimanche matin suivant,
- l'utilisation des installations de l'hôtel : piscine, sauna, salle de jeux, salle de remise en forme...
- le prêt du matériel de raquette à neige et les bâtons,
- le prêt du matériel de ski de fond, les bâtons et les chaussures,
- le déjeuner à l'auberge,
- le repas du réveillon,
- l'accompagnement en randonnée, en ski de fond et l'initiation au biathlon,
- les transports sur place pour les activités organisées.

Le prix ne comprend pas

- le transfert gare / hôtel en navette,
- les boissons prises à l'hôtel, au bar et à table, les extras,
- la taxe de séjour (adulte et enfants de + 13 ans) : 0.60 €/pers/jour en 2012.
- L'assurance annulation / interruption de séjour.

Coordonnées de l'hôtel et accès

Hôtel la Découverte

Les Jambes - 43150 Les Estables

Tel : 04 71 08 30 08 – Fax : 04 71 08 30 41

Mél : estables@ladecouverte.com

site : www.decouverte-estables.com

Membre des **Hôteliers Randonneurs**

www.randonnee-hotels.com

