



LES RANDONNEURS D'ETIOLLES

1, rue Thouars – 91450 ETIOLLES

Association Loi de 1901

SIRET : 503 855 918 00010

www.lesrandonneursdetroitles.fr

Mail : bagneres65@yahoo.fr

Garantie financière : GROUPAMA

Assurance-crédit & caution

132 rue des Trois Fontanot

92000 Nanterre

Tel 33(0)149313131

ct. n° 4000716162 /0

Assurance R.C.P.

GROUPAMA WTW Dpt Sport

et Évènement Immeuble Quai

33 33/34 quai De Dion Bouton

- CS70001 – 92814 Puteaux

Tél. : 09 72 72 01 19

ffrandonnee@grassavoie.com

Contrat n° :41789295M / 0002

Validé par la

FFRP sous le N° FR016291

Les Randonneurs d'ETIOLLES

Animateur: *Jean-Pierre Lignières*

Programme SEJOUR RAQUETTES

Pralognan La Vanoise (Savoie)

du dimanche 9 mars au dimanche 16 mars 2025

8 jours – 7 nuits



Comité bénéficiaire de l'immatriculation tourisme fédérale de la Fédération Française de la Randonnée Pédestre 64, rue du Dessous des Berges – 75013 PARIS – Numéro d'immatriculation : IM075100382. Tél : 01 44 89 93 90 - Centre d'information : Tél 01 44 89 93 93. La Fédération Française de Randonnée Pédestre est une association reconnue d'utilité publique. Agréée et délégataire du Ministère chargé des Sports pour la Randonnée Pédestre et le Longe Côte. Membre du Comité National Olympique et Sportif Français et de la Fédération Européenne de la Randonnée Pédestre – Code APE : 9319Z – SIRET : 303 588 164 00051

Ce séjour est ouvert aux adhérents des Randonneurs d'Etiolles titulaires de la licence : IRA et FRA ou supérieure, ANNEE 2024-2025

Nombre de Participants : Minimum 18 Maximum 26 randonneurs

Selon 2 groupes (maximum 14 sur l'un)

Transport : Les participants feront du voyage jusqu'à Pralognan (aller et retour) leur affaire personnelle.

L'accès au départ de certaines randonnées se fera par covoiturage.

Voir programme détaillé.

* A mi-séjour, une demi-journée libre (hors activité « Raquettes »), permettra la découverte du patrimoine local.

Le programme est susceptible de modifications en fonction de l'enneigement, de la météo, ou toute raison d'organisation après décision concertée entre l'Animateur (J-P.L.) et les Accompagnateurs Moyenne Montagne (A.M.M.), sous responsabilité de ces derniers.

En cas de météo défavorable, une randonnée à la journée pourrait être remplacée par deux randonnées de la 1/2 journée.

PROGRAMME

Dimanche 9 mars :

Les participants sont attendus, à partir de 17 h, au **Village-Vacances 3 ***

« Le TELEMAR » Les Hauts des Darbelays, 73710 Pralognan-la-Vanoise 04 28 38 33 62

- Installation dans nos chambres

Vers 18/19 h : rencontre avec **Accompagnateurs Moyenne Montagne (AMM)**,

Le temps de faire connaissance, ...

D'avoir la présentation du programme,

D'écouter les consignes (dont recommandations spécifiques à l'activité).

Apéritif de bienvenue

Dîner

Pralognan ("Pratolonginco" ou Prés éloignés) :

Blotti au pied de la plus grande calotte glaciaire des Alpes dans un site naturel exceptionnel, Pralognan a su conserver son cachet de village montagnard. Capitale de la Vanoise, le village est situé en fond de vallée de la Tarentaise, entre les stations de Courchevel et la Plagne. Station familiale par excellence, Pralognan propose en hiver des activités multiples de ski (alpin, nordique) comme de loisirs (chemins pédestres, **raquettes**, ski-joering, piscine, spa, patinoire, bowling, mur d'escalade, salle de sport, cinéma, parapente...) grâce à des équipements adaptés.

Pralognan-la-Vanoise est la dernière commune de la vallée de Bozel (Tarentaise). Le centre du village, situé à environ 1 400 mètres d'altitude, s'établit au confluent des vallées glaciaires de la Glière et de Chavière. Toutes deux constituent des points de passage vers la vallée de la Maurienne par le col de la Vanoise (2 517 mètres) ou le col de Chavière (2 796 mètres).

Le Télémark – Hôtel Club :

Le Télémark, village de vacances 3*, vous accueille en pleine nature, au sein de « Pralo », un hameau savoyard authentique et calme, à 1450m d'altitude. Entourés de massifs montagneux à plus de 3000m d'altitude, comme le sommet de La Grande Casse, cette destination vous promet un enneigement de qualité pour vos sorties raquettes, ... autres sports d'hiver.

Ancrés au cœur du Parc National de La Vanoise, vous pourrez découvrir une faune et une flore préservées. Ouvrez grands vos yeux, lors de vos sorties randonnées, ... vous apercevrez sûrement des marmottes, un chamois ou un lièvre !

Rénové en 2019, Le Télémark est un établissement de charme, qui vous propose des suites familiales et des chambres feutrées, cocooning. Pour un séjour mémorable, de nombreux équipements et services s'offrent à vous : restaurant aux spécialités réconfortantes savoyardes; piano-bar avec cheminée panoramique; parking couvert ; terrasses solarium avec vue sur les montagnes; sauna, massages et salle de fitness; baby-foot, ping-pong, billard... ainsi que des animations ludiques et festives pour tout âge

PRINCIPE D'ORGANISATION

Les randonneurs intégreront un des deux groupes :

- **« Moyens »**
- **« Sportifs »**

Comité bénéficiaire de l'immatriculation tourisme fédérale de la Fédération Française de la Randonnée Pédestre 64, rue du Dessous des Berges – 75013 PARIS – Numéro d'immatriculation : IM075100382. Tél : 01 44 89 93 90 - Centre d'information : Tél 01 44 89 93 93. La Fédération Française de Randonnée Pédestre est une association reconnue d'utilité publique. Agréée et délégataire du Ministère chargé des Sports pour la Randonnée Pédestre et le Longe Côte. Membre du Comité National Olympique et Sportif Français et de la Fédération Européenne de la Randonnée Pédestre – Code APE : 9319Z – SIRET : 303 588 164 00051

L'affectation dans l'un ou l'autre, si elle est quasi évidente pour certaines personnes, serait incertaine pour d'autres. Dans un premier temps, elle sera pré-établie en concertation avec Jean-Pierre.

NB – Elle ne sera pas obligatoirement définitive, mais pourrait évoluer - en cours de séjour - en fonction de critères individuels (état de forme du moment, ...), de facteurs collectifs (équilibre relatif en nombre de randonneurs par groupe). Nos expériences précédentes ont montré que cette répartition entre groupes s'établit « naturellement », généralement dès le 2^e jour !

Pour chacun de ces deux groupes, un programme d'activité « Raquettes », selon critères proposés par Jean-Pierre, est établi par le responsable des Accompagnateurs Moyenne Montagne enneigée (AMM). La réalisation de ces programmes est de la responsabilité de chacun des AMMs qui nous encadrera pour l'activité.

NB - Les caractéristiques des randonnées (**dénivelée**, ...) mentionnées sont des indications prévisionnelles, qui ne pourront être atteintes qu'en présence de conditions optimales (Météo, ...), et resteront en accord aux «performances» moyennes du groupe de participants.

L'ordre chronologique de ce programme pourrait être adapté, selon prévisions météorologiques, et/ou tout autre paramètre l'imposant.

Tout ceci sous la vigilance de l' Accompagnateur (AMM), et sous sa responsabilité.

Groupe « Moyens »

	MATIN	APRES-MIDI	Dénivelée positive Distance	OBSERVATIONS
Lundi 10/03	SORTIE JOURNÉE 9h00 Départ en covoiturage depuis le Village Vacances Le Télémark (1 demi-heure) « Champagny le Haut - l'autre bout du monde » 17 h 30 Retour Covoiturage		150 m 5/6 km	Mise en jambes Observation de bouquetins dans ce vallon glaciaire, jusqu'au hameau de Friburge 1550 m. Une histoire surprenante, une vallée authentique !
mardi 11 /03	SORTIE JOURNÉE 9h00 Départ depuis Le Télémark à pied « Vallon des Prioux - 1710 m. » 17 h 30 Retour à pied		300 m 8/9 km	Hameau des Prioux, ancienne montagnette par Chollière Beau Vallon avec la possibilité d'observer chamois et bouquetins

mercredi 12/03	SORTIE JOURNÉE 9h00 Départ en covoiturage depuis Le Télémark (1 demi-heure) « Plan Fournier -1730 m. » 17 h 30 Retour Covoiturage		300 m 7/8 km	Sous le Regard du Grand Bec depuis le hameau de la Rochette 1500 m. Superbe vue sur le Cirque glaciaire de Pralognan, entre forêt et clairière
jeudi 13 /03	SORTIE MATINEE 8h45 A pied du Télémark puis télésiège « Bois de la Glière » 12 h retour par télésiège	APRES-MIDI LIBRE <u>Suggestion</u> : Visite de la chèvrerie,	150 m 3/4 km	Au départ du hameau des Fontanettes 1650 m. Découverte d'une forêt enchantée et du Cirque de l'Arcelin
vendredi 14 /03	SORTIE JOURNÉE 8h45 Départ en covoiturage depuis Le Télémark (15 mn) « Col et Crêtes de Praslin – 2000 m. » 17 h 30 Retour Covoiturage		300 m 7/8 km	Depuis Courchevel – Le Belvédère 1740 m. Un lieu magique et vues sur les Crêtes du Mt Charvet et les dolomites de la Portetta
samedi 15 /03	SORTIE JOURNÉE 8h45 Départ du Télémark à pied Prévoir 2 télésièges « Lac des Vaches 2360 m. » Au Cœur du Parc National de la Vanoise 17 h 00 par les télésièges		350 m 7/8 km	Le bouquet final depuis les Barmettes 2010 m. Au pied de la mythique Grande Casse et de l'Aiguille de la Vanoise. Possibilité d'observer chamois, bouquetins, rapaces

Groupe « Sportifs »

	MATIN	APRES-MIDI	Dénivelée positive Distance	OBSERVATIONS
lundi 10/03	SORTIE JOURNÉE 9h00 Départ en covoiturage depuis le centre de vacances (1 demi-heure) « Champagny le Haut l'autre bout du monde » 17 h 30 Retour Covoiturage		250 m 7/8 km	Mise en jambes Observation de bouquetins dans ce vallon glaciaire, jusqu'au hameau du Laisonnay 1580 m. Une histoire surprenante, une vallée authentique !
mardi 11 /03	SORTIE JOURNÉE 9h00 Départ en covoiturage depuis le centre de vacances (1 demi-heure) « Plan Fournier Dessus 1970 m. » 17 h 30 Retour Covoiturage		470 m 7/8 km	Sous le Regard du Grand Bec depuis le hameau de la Rochette 1500 m. Superbe vue sur le Cirque glaciaire de Pralognan, entre forêt et clairière

Mercredi 12/03	SORTIE JOURNÉE 8h45 Départ du centre de vacances à pied « Le hameau de la Montagne 2000 m. » 17 h 30 Retour à pied		560 m 7/8 km	Secteur de Pralognan sous le Mt Charvet, la montagnette de La montagne. Vue extraordinaire sur Pralognan et toutes les montagnes de son cirque
jeudi 13 /03	SORTIE MATINEE 8h45 A pied depuis centre de vacances « Bois de la Glière 1700 m. » 12 h par télésiège	APRES-MIDI LIBRE <u>Suggestion :</u> Visite de la chévrerie,	250 m 3/4 km	Montée par la cascade de la Fraîche suivant conditions ! Rejoindre le hameau des Fontanettes et la forêt enchantée du Bois de la Glière
vendredi 14 /03	SORTIE JOURNÉE 8h45 Départ en covoiturage depuis le centre de vacances (¾ d'heure) « Lac de la Rosière et Crêtes de Praslin » 17 h 30 Retour Covoiturage		500 m 7/8 km	Entre reflet du lac 1500 m.et crêtes magiques de Praslin, 2000 m. Le côté sauvage de Courchevel
samedi 15 /03	SORTIE JOURNEE 8h45 Départ du centre de vacances à pied Prévoir 2 télésièges « Lac des Vaches et Col de la Vanoise 2515 m. » Au Cœur du Parc National de la Vanoise 17 h 00 par les télésièges		500 m 7/8 km	Le bouquet final depuis les Barmettes 2010 m. Au pied de la mythique Grande Casse et de l'Aiguille de la Vanoise. Possibilité d'observer chamois, bouquetins, rapaces

Recommandation: demander avis à son médecin traitant si l'activité est compatible avec son état de santé.

Altitude hébergement : 1450 m

Altitude maximale : 2000 m < < 2500 m

Tout au long du séjour, les participants devront respecter toutes mesures sanitaires en vigueur, en chaque lieu où la réglementation l'exigerait.

Renseignements auprès de :

Jean-Pierre Lignières

06 71 38 69 56

adresse courriel :

jeanpierre.lignieres@cegetel.net

adresse postale :

1 Allée de Gouvion St Cyr 91450 Soisy sur Seine



Dimanche 16 mars – fin du séjour :

Les chambres doivent être libérées et les clés remises à l'accueil du Télémark, avant 10 h.

Fin de nos prestations

COÛT DU SEJOUR (prix fermes et définitifs)

Nb Participants	Chambre à « 2 »	Chambre à « 3 »	Chambre « single » si disponible
> 20	790 €	730 €	1015 €
≤ 20	815 €	755 €	1040 €

comprenant :

- **Hébergement** en chambre rénovée - Balcon
Lits faits à l'arrivée, *serviettes de toilette fournies*, TV, Wifi,
- **Pension complète** du dimanche-dîner au dimanche après pt-déjeuner, vin à table (dîner), panier-repas pour les sorties à la journée,
- **Encadrement** des activités Raquettes par nos Accompagnateurs (A.M.M.) brevetés d'Etat, selon programme ci-dessus,

- «Agrément Tourisme-FFRP» : 7 €
- La taxe de séjour : 5,60 € (0,80€ x 7)
- L' Assurance Annulation, Interruption (proposée par Village-Vacances Ternélia),
- Raquettes & bâtons : location pour la durée du séjour,
- Animations en soirée,
- Mise à disposition : salon, bar, salles animation (selon dispo), salle lecture, local pour sécher vêtements et chaussures,



Ne sont pas compris :

- les dépenses personnelles,
- le voyage aller/retour (covoiturage) - jusqu'à /depuis Pralognan,
- les trajets Village-Vacances aux départs randos : covoiturage,
- Les remontées mécaniques (selon programme),
- Les éventuelles activités hors programme (½ journée libre),

D'une manière générale, tout ce qui n'est pas indiqué comme « compris ».

Candidatures

Après prise de connaissance du document «Projet-programme» diffusé sur le site des Randonneurs d'Etiolles, l'adhérent intéressé fait acte de candidature.

Cette dernière est reçue, par email (de préférence), auprès de l'animateur:

Jean-Pierre Lignières / jeanpierre.lignieres@cegetel.net

NB – A ce stade **Aucun paiement** ne sera accepté !

Inscriptions

L'animateur, Jean-Pierre, se prononcera sur la candidature de chacun.

Selon le nombre de candidats retenu, la poursuite du processus de réalisation du séjour sera confirmée.

Les inscriptions seront ouvertes 8 jours après la parution du document validé par FFRandonnée et l'Agrément Tourisme sur le site des Randonneurs d'Etiolles, suivie de l'information des adhérents par courriel,

soit à partir du 12 novembre 2024.

Chaque candidat confirmé:

1. reçoit un bulletin d'Inscription, qui lui est adressé par l'animateur, Jean-Pierre, pour lui renvoyer après l'avoir rempli et signé,
2. effectue le paiement de l'acompte - *voir ci-dessous*,

Ces opérations doivent être faites, en même temps, sous 10 jours

A ce stade, l'inscription est effective.

Paiements

Acompte de 250 € ,

Virement bancaire de préférence

ou chèque (adressé par courrier au Trésorier - Claude Charpies: 50 rue de Robinson 91100 Corbeil Essonnes)

Solde du séjour (voir bulletin inscription) **avant le 3/02/2025**

Tous ces règlements doivent être faits à l'ordre des « Randonneurs d'Etiolles ».

Conditions d'annulation de l'inscription au séjour

Annulation faite avant le 10/12/2024 : restitution des sommes versées.

(donc 250 €, c'est à dire l'acompte)

Annulation postérieure au 10/12/2024: retenue de 100% dans la limite des frais engagés,

sauf si le motif de l'annulation est inclus dans le contrat de l'Assurance Annulation.

Pièces jointes : Annexe 12 bis + Contrat Assurance Annulation Gritchen



Cession du Séjour : Avant le départ, un voyageur peut céder son voyage à un autre participant titulaire d'une licence FF Randonnée valide ou d'un Pass-Rando-Découverte valide. Les sommes versées seront remboursées au participant démissionnaire. Cependant, les contributions EIT et UEIT ainsi que les primes d'assurances éventuellement souscrites resteront acquises à la structure organisatrice. Le participant remplaçant devra remplir aussitôt un bulletin d'inscription en double exemplaire et s'acquitter sans délai du montant du séjour, des contributions EIT et UEIT et éventuellement de primes d'assurances facultatives. Conditions générales de vente et notice sur les assurances consultables sur le site de l'association vous pouvez y accéder en appuyant sur la touche Ctrl et en cliquant sur le lien suivant : <https://www.lesrandonneursdetiolles.fr/voyages-et-sejours/>