



**FAMILLE**

A partir de 7 ans

confirmé **dès 2 participants.**

## Multi-activités / Enfants 7-12 ans

### Séjour famille « en étoile »

**6 jours / 5 nuits / 6 activités**

Séjour « sport et nature », tout compris et riche en émotions ! Dans un décor superbe, entre le Parc Régional du Queyras et le Parc National des Ecrins. 3 types d'hébergement au choix : auberge de jeunesse, gîte d'étape ou hôtel\*\*. Au programme, une « avalanche d'activités » : accrobranche, canyoning, rafting, via-ferrata, randonnée avec un âne ou poney et randonnée au pied des glaciers.

### Programme du séjour

#### Jour 1 : Installation à votre hébergement - Première activité

Installation en fin de matinée à votre hébergement. Le programme précis de la semaine vous sera alors remis par votre hébergeur : **vous effectuerez les 6 activités prévues** ci-après mais l'ordre pourra différer. Déjeuner libre. L'après-midi, vous réaliserez le **parcours d'accrobranche**.

#### Jours 2 à 6 : Alternances d'activités variées

Vous effectuerez 1 journée de randonnée pédestre (4h de marche) vers les Glaciers des Ecrins. Les autres activités se réalisant sur une ½ journée. Vous aurez donc 4 demi-journées "libres" dont vous pourrez disposer pour découvrir la région par vous-même : n'hésitez pas à nous demander conseil ! Le programme, établi en début de séjour, peut être modifié en fonction des conditions météo ou du niveau physique des participants et ce afin d'assurer la sécurité du groupe.

#### Détail des Activités proposées

##### • Descente de canyon

Niveau initiation.

Le "canyoning" consiste à descendre dans le lit d'un torrent encaissée (gorges) en faisant appel à différentes disciplines comme l'escalade (descente en rappel), la natation (Marmites de géants = vasques) et la marche d'approche. Vous serez équipés d'un matériel spécifique (combinaisons néoprène, baudrier, casque...) fourni par nos soins.

<http://fr.wikipedia.org/wiki/Canyoning>

- **Descente en raft**

Le "rafting" désigne une descente de rivière en canot pneumatique totalement insubmersible (type "Zodiac") constitué d'un gros boudin gonflé faisant le tour de l'embarcation.

<http://fr.wikipedia.org/wiki/Rafting>

**Lieu d'activité** : la Durance, rivière alpine très réputée pour la pratique des sports d'eau vive, dont le débit constant est assuré par la fonte des grands glaciers du Parc National des Ecrins. C'est la rivière idéale pour **une initiation** au rafting.

- **Via Ferrata**

Niveau initiation.

C'est une activité intermédiaire entre randonnée pédestre et escalade. La Via Ferrata, "voie ferrée" en italien, est originaire des Dolomites. Les Hautes-Alpes, dont le relief est particulièrement adapté à cette pratique, possèdent les plus anciennes (Dans la Vallée de Freissinières) et les plus belles Via Ferrata de France. C'est un itinéraire pédestre sportif et sécurisé, tracé dans une paroi rocheuse, équipé de marchepieds, de broches, d'échelons. On est constamment relié à un câble ou d'une chaîne posée en main courante.

[http://fr.wikipedia.org/wiki/Via\\_ferrata](http://fr.wikipedia.org/wiki/Via_ferrata)

- **Parcours acrobatique en forêt (ou accrobranche)**

Espace ludique situé en zone boisée et équipé d'installations (câbles, échelles, passerelles, tyroliennes...) permettant de cheminer en hauteur, entre les troncs (et branches) des arbres et ce de façon plus ou moins "acrobatique". D'où le nom ! Le parcours est entièrement sécurisé au moyen d'un équipement individuel (harnais, longe, connecteurs...) relié à un câble.

[http://fr.wikipedia.org/wiki/Parcours\\_aventure\\_en\\_forêt](http://fr.wikipedia.org/wiki/Parcours_aventure_en_forêt)

- **Randonnée à dos âne et/ou de poney**

Ces animaux doux et dociles porteront les enfants à tour de rôle (1 bête pour 2 enfants).

Votre Monitrice Equestre vous montrera comment mener l'âne et vous indiquera le parcours de la randonnée que vous effectuerez seuls (itinéraire facile ; durée = 3h00 environ).

- **Randonnée vers les glaciers**

Au cœur du Parc National des Ecrins. Randonnée pédestre sur bon sentier, dans une ambiance Haute Montagne, jusqu'au pied du Glacier Blanc (Le plus grand des Alpes du Sud : 5 km de long) : 4h00 de marche environ.

[http://fr.wikipedia.org/wiki/Glacier\\_Blanc](http://fr.wikipedia.org/wiki/Glacier_Blanc)

### Matériel technique fourni

**En plus du matériel collectif, tout le matériel technique personnel pour les différentes activités est fourni** par TrekAlpes :

- Canyoning et rafting : casque et combinaison néoprène
- Via ferrata et "Accrobranche" : baudrier, mousquetons, casque
- Balade équestre : casque

## Equipement personnel (non fourni)

- Canyoning et rafting : chaussures de sport (tennis, running ou baskets) dont les semelles ne sont pas lisses. Pour les enfants et les personnes frileuses nous conseillons de mettre un T-shirt en Lycra sous la combinaison néoprène. Un maillot de bain.
- Randonnée pédestre : chaussures de randonnée "montantes" (maintenant la cheville).
- Via Ferrata et "Accrobranche" : vêtements et chaussures de sports (tennis, running ou baskets). Pour la Via Ferrata uniquement, vous pouvez aussi prendre des chaussures de randonnée.

Pendant les **demi-journées « libres »** vous pourrez visiter les sites remarquables alentours :

- [Fort de Mont-Dauphin](#) (Patrimoine UNESCO) à 5 min en voiture
- [Ville fortifiée de Briançon](#) (Patrimoine UNESCO) à 30 min en voiture
- [Plan d'eau d'Eygliers](#) avec sa base de loisir pour enfants à 5 min en voiture
- [Plage du Lac de Serre-Ponçon](#) (plus grande retenue d'eau d'Europe) à 15 min en voiture
- [Abbaye de Boscodon](#) à 20 min en voiture

Pour **plus d'informations** :

- Pays du Guillestrois : <http://www.pays-du-guillestrois.com>
- Pays de l'Embrunais : <http://www.serreponcon-tourisme.com>

## Niveau

EN FORME

1 2 3 4 5 6

A partir de 7 ans.

Ce séjour s'adresse aux **enfants de 7 à 12 ans**, motivés et pouvant marcher 3 ou 4 heures par jour. Il n'est pas nécessaire d'avoir une expérience préalable dans la pratique des différentes activités. Il est obligatoire de **savoir nager** pour les activités « eaux-vives » (rafting et canyoning).

## Hébergement et nourriture

Hébergement au choix :

- **hôtel** (chambre double),
- **gîte** (chambres de 2 à 5 personnes)
- **auberge de jeunesse** (chambres de 4 personnes / lits superposés).

Toutes les chambres sont équipées de sanitaires privés.

**En gîte ou auberge de jeunesse** : dîners et petits déjeuners pris à l'hébergement.

**En hôtel** : petits déjeuners pris à l'hébergement et **dîners dans restaurant partenaire** situé à 300 mètres (3 min à pieds).

Pour les déjeuners de midi, prévoir vos **pique-niques (non fournis)**.

En option : pension complète (pique-nique à emporter).

Si vous désirez arriver avant ou prolonger votre séjour vous pouvez réserver directement auprès des hébergements.

<b>Hôtel Le Catinat Fleuri</b> 05600 Guillestre 04 92 45 07 62 <a href="http://www.catinat-fleuri.com">http://www.catinat-fleuri.com</a>	Chambre double à partir de 60 € Petit déjeuner 8 € <b>Piscines intérieur et extérieur chauffées, hammam, jacuzzi en accès libre.</b>
<b>Gîte Le Glacier Bleu</b> 05600 Place Forte de Mont-Dauphin 04 92 45 18 47 <a href="http://www.leglacierbleu.fr/">http://www.leglacierbleu.fr/</a>	Chambre double à partir de 47 € (Draps inclus / serviettes de bain non fournies) Petit déjeuner 6,50 €
<b>Auberge de Jeunesse Les 4 vents</b> 05600 Guillestre 04 92 45 04 32 <a href="http://entrequiletmets.com/">http://entrequiletmets.com/</a>	Nuit + Petit déjeuner à partir de 26 € (Draps inclus / serviettes de bain non fournies)

## Encadrement

**Groupe de 2 à 12 participants.**

Les personnes qui **encadrent** durant ce séjour sont **toutes diplômées d'Etat** dans leur discipline :

- Accompagnateur en montagne pour la randonnée pédestre.
- Moniteur équestre pour la randonnée avec ânes et/ou poneys.
- Guide de Haute Montagne ou moniteurs dans les autres activités proposées : Via-Ferrata, Canyoning et Rafting.

**Note** : vous effectuerez la randonnée équestre seuls après que la monitrice vous ait donné toutes les informations nécessaires.

## Rendez-vous et séparation

**Le premier jour**, installation à votre hébergement **en fin de matinée**.

Votre hébergeur vous remettra le programme détaillé de la semaine.

L'après-midi vous vous rendez au départ du parcours acrobatique en forêt (1h30 à 2h00 d'activité).

Ouverture non-stop de 10h à 19h (dernier départ à 17h).

**Le dernier jour**, séparation après la dernière activité.

## Accès au lieu de Rendez-vous

**Il est indispensable de venir avec son propre véhicule** pour réaliser ce programme.

Vous utiliserez votre voiture pour vous rendre sur les différents sites d'activité.

### Accès routier

Grenoble / col du Lautaret / Briançon par la RD1091.

Puis Eyglies-Gare par la RN94.

**ou** Grenoble / La Mure / col Bayard / Gap par la RN85.

Puis direction Briançon par la RN94.

Rejoindre ensuite **Guillestre par la D902a** ou la **Place Forte de Mont-Dauphin par la D137**.

Visualisez votre itinéraire sur [www.viamichelin.fr](http://www.viamichelin.fr) ou [www.mappy.com](http://www.mappy.com)

## Dates et prix

Départ possible tous les jours **du 15 juin au 15 septembre**.

Séjour confirmé **dès 2 participants**.

Prix pour les enfants jusqu'à 10 ans inclus			
Nbre total de participants	Auberge de jeunesse	Gîte	Hôtel
Si 3 participants ou plus	420 €	470 €	570 €
Si 2 participants	470 €	520 €	620 €
<b>Supplément Adultes (dès 11 ans) : 85 €</b>			

### Le prix comprend :

- L'hébergement en ½ pension (Dîner + Nuitée + Petit-déjeuner).
- L'encadrement par des professionnels diplômés d'Etat dans chacune des activités (excepté l'équitation : balade libre).
- Les 6 activités prévues au programme.
- Le prêt du matériel collectif et du matériel technique individuel.

### Le prix ne comprend pas :

- L'acheminement de votre domicile au point de rendez-vous, ni le retour.
- Les transferts durant le séjour pour vous rendre sur les lieux d'activité.
- Les **déjeuners à midi**.
- Les boissons et dépenses personnelles.
- Les vivres de la journée (en-cas) : fruits secs et barres énergétiques.
- L'assurance annulation/assistance/rapatriement/interruption

## Assurance

**Elle est facultative** mais nous avons l'obligation légale de vous la proposer.

Le simple fait d'être titulaire d'une carte bancaire peut, dans certains cas, vous couvrir en partie.

Renseignez-vous auprès de votre banquier.

Nous vous proposons une assurance offrant de nombreuses garanties :

- **Annulation** • **Assistance/Rapatriement** • **Interruption** • **Domage bagages**

Son montant est de **4,85% du prix total du séjour**. Elle doit être souscrite et réglée en totalité dès l'inscription. Les détails du contrat et la procédure à suivre en cas de besoin, vous seront adressés avec votre confirmation d'inscription ou sur simple demande.

## Modalités de paiement

Si vous vous inscrivez plus de 3 semaines avant le départ, nous vous demandons un acompte de 30% du prix du séjour.

Le solde restant devra ensuite être réglé au plus tard 3 semaines avant le départ.

Si vous vous inscrivez moins de 3 semaines avant le départ, vous réglez la totalité du prix du séjour.

## Conditions de vente

Les conditions générales (voyages et séjours) et particulières légales de vente sont disponibles sur simple demande ou sur notre site Internet.

## Habillement

En montagne le temps change vite et en quelques heures la température peut chuter de plus de 10°C (même en vallée !). Le soir, en altitude, la température est souvent inférieure à 10°C. Même si vous randonnez en été, équipez-vous « chaudement ».

### Comment vous habiller « de la tête aux pieds »

#### La Tête

- Chapeau ou casquette
- Lunettes de soleil protection 3 ou 4

#### Le Buste

La « règle des 3 couches » :

- Première couche : Tee-shirt ou chemise (manche courte ou manche longue) respirants favorisant l'évacuation de la transpiration. En matière synthétique (polyester) mais pas 100% coton.
- Seconde couche : Veste ou sweat polaire, pour garder la chaleur, tout en évacuant la transpiration.
- Troisième couche : Veste imperméable, type Gore-Tex, pour protéger du vent et de la pluie.

#### Les Jambes

- Pantalon de randonnée, solide, respirant et "déperlant", en matière synthétique (éviter le 100% coton) pour une protection contre les déchirures, le vent et la pluie.
- Short de randonnée : pour ceux qui ne craignent pas le froid, la pluie, les égratignures ou les piqûres d'insectes.
- Pantalon léger (type jogging) pour le soir.

#### Les Mains

- 1 paire de gants légers

#### Les Pieds

- Chaussures montantes, pour un bon maintien de la cheville, avec une membrane type Goretex pour une bonne étanchéité et évacuation de la transpiration. Semelle avec de bon crampons (bonne accroche), pas trop usés, de type Vibram. Nous vous recommandons **d'utiliser vos chaussures chez vous avant de participer à une rando** d'une semaine afin que vos pieds s'y adaptent.

- Chaussettes de randonnée en matière synthétique (pas 100% coton) pour une bonne évacuation de la transpiration et limitation des frottements (prévention des ampoules).
- Des chaussures légères (sandales ou baskets) pour le soir.

## Matériel divers

### Les indispensables

- Gourde de 1 litre minimum.
- 1 ou 2 bâtons télescopiques
- Bâche de protection du sac à dos (étanche)
- Papier hygiénique pour la journée
- Petite pharmacie personnelle : élastoplast ou deuxième peau contre d'éventuelles ampoules ; anti-inflammatoire : Aspégic, Doliprane...; pastilles contre le mal de gorge : Strepsil.... ; boules Quiès contre les ronflements ... et tous vos médicaments personnels habituels.
- Crème solaire protectrice pour la peau et "stick" pour les lèvres.
- Couverture de survie légère en aluminium.
- Vos affaires de toilette.

### Les facultatifs

- Appareil photo, jumelles, altimètre, ...

## Le sac à dos

Vous porterez uniquement vos affaires de la journée, ainsi que votre pique-nique.

**Le sac à dos de randonnée** doit avoir une contenance 30 litres environ.

Privilégiez un sac léger, avec armature dorsale rigide, bretelles et ceinture larges et confortables. Prévoir une bâche de pluie adaptée pour protéger le sac en cas de neige ou de pluie.

## Informations légales

TrekAlpes EURL au capital de 7500 €

Inscription au RCS de Gap sous le SIREN n°530 670 546 le 7 mars 2011

Garantie financière 100.000 € par Groupama – 75017 Paris

Responsabilité civile professionnelle par HISCOX – 33100 Bordeaux

Licence d'agence de voyages n°005110006 par Atout France – 75008 Paris

## Pour nous contacter

[www.trekalpes.com](http://www.trekalpes.com)

[contact@trekalpes.com](mailto:contact@trekalpes.com)

04 92 50 82 93

**Maj 1-7-18**