



Dolomites en Etoile - Val di Fassa

Séjour à ski en « étoile »
De 5 Jours / 4 nuits à 8 Jours / 7 nuits
Dont 3 et ½ à 6 et ½ Jours de ski

Du **Grand Ski** dans le **FA**ntastique et **SA**uvage Val di **FA**s**SA** ☺

Au **cœur des Dolomites**, en **Trentin-Haut-Adige**, entre les célèbres stations de **Val Gardena et Cortina d'Ampezzo**. Vous logerez dans une petite station-village tranquille, dans des **appartements** confortables ou bien en **hôtel 3*** ou encore en **Hôtel 4*** ! Les 3 hébergements sont proches d'un téléphérique qui donne accès à un **vaste domaine de ski alpin**. Votre guide vous fera découvrir, à **ski de randonnée**, les **zones sauvages préservées des massifs de Catinaccio et de la Marmolada**, entre autres. Nous utiliserons les remontées mécaniques au mieux, pour un maximum de descente !

Déroulement du séjour

Premier Jour :

Trajet aller et installation dans votre hébergement. 1ere nuit.

Les Jours suivants :

Ski de randonnée, avec montée « à peaux de phoque ». Etant donné la configuration du relief dolomitique vous devrez emprunter les remontées mécaniques et/ou des navettes pour vous « avancer » vers le départ des randonnées. Un minimum de montée pour un maximum de descente !

Dernier Jour :

Matinée de ski et trajet retour.

Niveau

Le niveau des randonnées sera **adapté à celui des participants (niveau 2 à niveau 4)**

EN FORME

1 **2** 3 4 5 6

Etaptes quotidiennes de 4 à 5 heures et 700 à 800 m de dénivelé positif.

Pentes généralement peu abruptes.

C'est un séjour d'**initiation au ski de randonnée**, pour les **débutants**.

Mais vous devez déjà **être un bon skieur sur piste** (rouge) et savoir skier un minimum en hors-piste (Tous types de neige non damée : poudreuse, croutée, dure ...).

Etapes quotidiennes de 5 à 6 heures et 900 à 1100 m de dénivelé positif.

Vous devez être un **skieur de randonnée expérimenté**, capable de progresser sur tout type de neige et avoir bonne forme physique

Votre lieu de séjour

Petit village du **Val di Fassa**, à 1500 m d'altitude, à égale distance de Bolzano et Cortina d'Ampezzo

[Localiser sur Google](#)

Grâce aux remontées mécaniques (600 m de l'hébergement) ou en prenant des navettes (à 50 mètres de l'appartement) vous avez accès au [plus vaste massif montagneux skiable du Monde](#) !

Voir le [domaine skiable du Val di Fassa](#) (connecté au vaste domaine de Dolomiti Superski)

Tout proche, un **superbe centre de Bien-Etre SPA** <https://www.dolaondes.it/en/water-and-fun/>

Rendez-vous et séparation

Le premier jour, rendez-vous à 12h00 (arrivée du TGV de Paris) à Oulx (Italie).

Transfert 5h30 (530 km) dans les Dolomites en minibus.

Ou bien directement à votre hébergement en Italie vers 17h00 (Si vous arrivez en voiture).

Le dernier jour, séparation vers 14h00 à votre hébergement en Italie ou vers 19h30 à Oulx.

Accès au lieu de Rendez-vous

En TGV

A partir de 68 € aller/retour

Aller

TGV direct depuis la gare de Paris-Gare-de-Lyon

• Départ à **6h43** • Arrivée à Oulx à **11h23**

Retour

Nuit en B & B à Oulx (39 € env.)

Le lendemain TGV direct depuis Oulx

• Départ à 8h36 • Arrivée à la gare de Paris-Gare-de-Lyon à 13h13

Horaires et tarifs non contractuels, donnés à titre indicatif.

<https://www.oui.sncf/>

En voiture

Oulx

• De Paris : Autoroute A6, puis A46 jusqu'à Lyon ; puis de Lyon A43 jusqu'au tunnel de Fréjus (Oulx se trouve à 10 km de la sortie du tunnel) : 690 km / 6h30.

• De Lyon : A43 jusqu'au tunnel de Fréjus (Oulx se trouve à 10 km de la sortie du tunnel) : 230 km / 2h30.

• De Marseille : 290 km / 3h30 via Briançon et le col du Montgenèvre.

Visualisez votre itinéraire sur www.viamichelin.fr ou www.mappy.com

Dolomites :

• De Paris : 1100 km / 11h

• De Lyon : 760 km / 8h

• De Marseille : 830 km / 9h

• De Nice : 620 km / 6h30

Stationnement à proximité du lieu de Rdv

Vous pourrez laisser votre véhicule sur le parking de la gare d'Oulx ou de votre hébergement dans les Dolomites.

Hébergement et nourriture

APPARTEMENT

Logement

Appartements de 4 à 6 places, 60 m2 tout-équipés avec :

- Linge de lit et couettes fournis
- Salle de Bain (serviettes non fournies)
- Cuisine équipée (vaisselle, couverts, plaques de cuisson, frigo ...)
- Coin salon (télévision satellite)
- Balcon ou terrasse
- Places de parking
- Wi-Fi (gratis pour les clients TrekAlpes)

A disposition (Gratis) dans la villa : local à ski avec sèche-chaussures, machine à laver le linge.

Si 4 participants :

1 appartement avec 2 chambres doubles + le guide dort sur canapé-lit dans salon-cuisine.

De 5 à 8 participants :

2 appartements avec 2 chambres doubles + le guide dort sur canapé-lit dans salon-cuisine d'un des 2 appartements.

Repas

Petit-déjeuner : chaque appartement dispose d'une **cuisine équipée**. Le petit-déjeuner est préparé par le guide.

A midi : vous mangerez un pique-nique « tiré du sac », préparé avec des produits du pays par votre guide.

Dîner : dans un bon restaurant tout proche de la villa.

HOTELS

Logement

- Chambre double ou triple
- Serviettes et peignoirs fournis
- Parking gratuit
- WI-FI gratis
- Espace bien-être :

3 Etoiles SPA

- sauna/hammam (de 16h00 à 19h00 – fermé le dimanche).

4 Etoiles SPA

- sauna/hammam, piscine intérieur et jacuzzi extérieur.
- Baignoire hydro-massage dans la chambre (En option : 5 € de supplément/jour).

Repas

Petit-déjeuner et Dîner : à l'hôtel.

A midi : vous mangerez un pique-nique « tiré du sac », préparé avec des produits du pays par votre guide.

Portage

Vous porterez **dans votre sac à dos uniquement vos affaires et votre pique-nique de la journée** ainsi que votre matériel de sécurité individuel (pelle, sonde).

Encadrement

Un guide de haute montagne **italien francophone** pour **4 à 8 participants**.

Tarifs

Tarifs par personne en Euros	Appartement	Hôtel 3*	Hôtel 4*	Hôtel 4* Sup
5 jours/ 4 nuits / 3,5 jours de ski	1080	1300	1420	1500
6 jours/ 5 nuits / 4,5 jours de ski	1230	1505	1655	1755
7 jours/ 6 nuits / 5,5 jours de ski	1380	1710	1890	2010
8 jours/ 7 nuits / 6,5 jours de ski	1530	1915	2125	2265

(4* Sup = vaste Suite de 40 m2 au lieu de chambre Standard de 25 m2)

Le prix comprend :

- L'hébergement.
- Les petit-déjeuners, dîners et pique-niques (du dîner du Jour 1 au pique-nique du dernier jour).
- L'encadrement par un guide de haute montagne francophone.
- Les transferts durant le séjour, avec le minibus du guide pour se rendre au départ des randonnées, s'il n'y a pas des navettes régulières.
- Le prêt du matériel individuel de sécurité (dva, pelle, sonde).

Le prix ne comprend pas :

- L'acheminement de votre domicile au point de rendez-vous, ni le retour.
- Le matériel technique individuel (ski, bâtons, chaussures).
- Les forfaits pour les remontées mécaniques.
- Les boissons et dépenses personnelles.
- Les vivres de course (en-cas) : fruits secs et barres énergétiques ; à prévoir selon vos goûts.
- L'assurance annulation/assistance/rapatriement/interruption

Estimation des coûts supplémentaires à prévoir

Remontées mécaniques (le forfait permet aussi de bénéficier des navettes) :

Entre 189 € (4 jours / basse saison) et 344 € (7 jours / haute saison)

[Voir Tous les Tarifs](#)

Location de ski / chaussures sur place : Les tarifs sont +ou- les mêmes qu'en France. Pour (ski + chaussures de Rando), compter **environ 35 à 45 eur par jour, selon la saison et la durée**.

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 • Dommage et perte 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

L'habillement n'est pas fourni par TrekAlpes.

En montagne le temps change vite et en quelques heures la température peut chuter de plus de 10°C. En altitude, la température est souvent inférieure 0°C, surtout si le vent souffle. Equipez-vous donc « chaudement ».

Comment vous habiller « de la tête aux pieds »

La Tête

- Bonnet ou casquette en « laine polaire ».
- Lunettes de soleil (indice de protection 3 ou 4) recouvrant bien les yeux pour limiter la réverbération.
- Masque de ski anti-brouillard.
- Masque en néoprène ou foulard tube (type Buff) ou cagoule, pour les grands froids.

Le Buste

La « règle des 3 couches » :

- Première couche : Tee-shirt « respirant », moulant, à manches longues ou courtes, favorisant l'évacuation de la transpiration. En matière synthétique (polyester) mais pas 100% coton.
- Seconde couche : veste polaire ou doudoune légères, pour garder la chaleur tout en évacuant la transpiration.
- Troisième couche : Veste imperméable, type Gore-Tex, pour protéger du vent, de la pluie et de la neige.

Les Jambes

- Collants moulants, en matière synthétique pour garder la chaleur tout en permettant d'évacuer la transpiration.
- Pantalon ou sur-pantalon de ski, à la fois respirant et étanche, en Gore-Tex double-couche, pour une bonne protection contre les déchirures, le vent, la pluie et la neige. Si possible avec guêtres intégrées et s'ouvrant sur toute la longueur (meilleure aération).
- Pantalon léger (type jogging) pour le soir dans l'hébergement.

Les Mains

- Paire de gants chauds et étanches (Type Gore-Tex). Pour davantage de chaleur, vous pouvez également utiliser des sous-gants ultrafins en soie.
- Paire de gants de rechange.

Les Pieds

- Chaussettes (2 paires) de ski, hautes ou mi-hautes, chaudes, en matière synthétique (pas 100% coton) pour une bonne évacuation de la transpiration et une limitation des frottements (prévention des ampoules).
- Chaussures légères (sandales ou baskets) pour le soir dans l'hébergement.
- Guêtres (si vous n'en avez pas déjà des intégrées à votre pantalon).

Matériel technique

Non fourni par TrekAlpes.

- Skis de randonnée légers, équipés de fixations adaptées, avec une semelle entretenue (nourries et fartée régulièrement).
- Peaux « de phoques » adaptées à la forme du ski et pas trop usées avec un encollage propre.
- Couteaux adaptés aux fixations pour la neige très dure et la glace.
- Bâtons de ski (éviter les bâtons télescopiques, fragiles) avec des rondelles larges.
- Chaussures de ski de randonnée avec chaussons intérieurs amovibles et semelles type Vibram. En cas de location, testez-les et protégez efficacement les zones de frottement (avec Compeed et Elasto) dès le jour du départ.

Location

Magasin de location de ski de randonnée à proximité de votre hébergement.
Réservation (et tarifs) lors de votre inscription. Règlement sur place.

Matériel de sécurité

Le matériel suivant est fourni.

- Détecteur (Appareil de Recherche) de Victimes en Avalanche = DVA (ARVA).
- 1 pelle et 1 sonde.

Ce matériel est fourni et transporté gracieusement par votre guide jusqu'au lieu de départ.

Afin de lui éviter de transporter du matériel inutile, **merci de nous signaler à l'avance si vous avez votre propre matériel (tout ou partie) de sécurité.**

Matériel divers

Ce matériel n'est pas fourni par TrekAlpes.

Les indispensables

- Thermos ou gourde isotherme, de contenance 1 litre minimum. Pas de gourde en métal ou en plastique car les liquides y gèlent.
- Bâche de protection pour le sac à dos (étanche).
- Couteau de poche.
- Petite pharmacie personnelle : Elastoplast ou deuxième peau (Compeed) contre d'éventuelles ampoules ; anti-inflammatoire : Aspégic, Doliprane ; pastilles contre le mal de gorge : Strepsil, Lysopaïne ; boules Quiès contre les ronflements ... et tous vos médicaments personnels habituels.
- Crème solaire protectrice pour la peau (Indice de Protection 25 minimum) et "stick" pour les lèvres.
- Couverture de survie légère en aluminium.
- Vos affaires et serviettes de toilette.
- Papier hygiénique pour la journée.
- Sacs plastiques ou sacs poubelles pour protéger vos affaires dans le sac à dos.

Les facultatifs

- Appareil photo, jumelles, altimètre, ...

Le sac à dos

Vous porterez uniquement vos affaires de la journée, ainsi que votre pique-nique, dans votre sac à dos. La contenance de votre sac doit-être de **30 litres env.**

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

Responsabilité civile professionnelle par MMA

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

Pour nous contacter contact@trekalpes.com Tél : 04 92 50 82 93

Maj 16-10-20