



**Association des Retraités
et Préretraités Sanofi-Aventis de Vitry**

Vitry sur Seine, le 24 septembre 2018

Commission "Sports"

Découverte du Queyras en raquettes



Du dimanche 27 janvier au samedi 2 février 2019

Suite au succès du séjour de 2018, la commission Sport vous propose pour 2019 un séjour Raquettes, avec possibilité de faire une journée de ski de fond, dans le Queyras, massif des Alpes du sud à la frontière entre la France et l'Italie.

Adresse postale : ARPA – Vitry
Bâtiment C5 - 158 rue Julian GRIMAU
94400 VITRY sur Seine
Tél. : 01 43 91 90 06 (répondeur) - Courriel : arpa.vitry@orange.fr

Au départ de notre "camp de base" de Prat Haut, c'est en toute "légèreté" que vous prendrez un grand bol d'air pur, raquettes nouvelle génération aux pieds, et que vous apprécierez rapidement les plaisirs simples de ces belles journées de blancheur extrême et verrez chacune des vallées qui forment le massif du Queyras au travers de son patrimoine naturel et humain unique dans les Alpes. Le midi votre accompagnateur vous dénichera des endroits insolites pour partager un pique-nique en plein soleil, autour d'un feu de camp ou bien au chaud dans une cabane pastorale dans les alpages. Chevreuils, chamois et coqs vous surprendront peut-être dans cette blancheur immaculée. De retour au chalet, vous pourrez apprécier le salon de lecture, les projections, le sauna. À table nous vous proposerons une cuisine généreuse à base de produits des fermes voisines.

PROGRAMME DU SÉJOUR

Le séjour se déroule du dimanche au samedi.

JOUR 1 : ACCUEIL Un accueil est prévu par notre partenaire à 18 h 45 à la gare de Montdauphin-Guillestre. Si vous arrivez par le train de nuit, ou d'autres trains en journée, des navettes régulières (à votre charge) sont à votre disposition pour Moline. Nous vous offrons alors le petit-déjeuner et le déjeuner. Visite libre du village de Prat-Haut ou bien balade jusqu'à Moline par la piste en balcon sur la vallée. Vers 19 h 30, présentation et organisation de la semaine. Nuit en chalet.

JOUR 2 : CRÊTE ET CROIX DE CURET AU DEPART DU PONT DU MOULIN Première journée de randonnée à la découverte d'un des plus beaux panoramas sur le village de Saint Véran. Départ en forêt puis rapidement par le vallon de Lameron, pour arriver par cette crête facile à la croix de Curet. 4 h 30 de marche - dénivelé : + 550 m / - 550 m

JOUR 3 : CABANE DE BAOUDE - DEPART DU MAGNIFIQUE VILLAGE DE VILLARGAUDIN Randonnée en forêt, au cœur du fabuleux mélèze du Queyras... c'est le programme de cette journée qui sera ponctuée de très beaux points de vue sur la vallée du Guil. 4 h 30 de marche - dénivelé : + 450 m / - 450 m

JOUR 4 : COL DES PRES FROMAGE - SOMMET BUCHER AU DEPART DE MOLINES Le sommet Bucher trône au cœur du Queyras... de là-haut, panorama à 360° sur les différentes vallées et sur les sommets qui forment les piliers de cette vallée. 5 h de marche - dénivelé : + 520 m / - 450 m

JOUR 5 : CHALET DE LA MEDILLE DEPUIS LA HAUTE VALLEE DU GUIL A L'ECHALP Cette journée, aux portes de l'Italie, emmènera vers les derniers hameaux habités du Queyras : l'Échalp et la Monta. La Médille est un alpage l'été. De là il y a un point de vue unique sur le Mont Viso...repère des chamois l'hiver, il n'est pas rare d'en apercevoir pendant cette randonnée. 4 h 30 de marche - dénivelé : + 350 m / - 350 m

JOUR 6 : CHALETS DE CLAPEYTO AU DEPART DE BRUNISSARD Aujourd'hui, c'est la journée "grand blanc". L'alpage de Clapeyto, niché au pied du col de l'Izoard, est un lieu enchanteur où le calme règne en maître au milieu de ces petits chalets de montagne. Une journée inoubliable. 5 h 30 de marche - dénivelé : + 550 m / - 450 m

JOUR 7 : VISITE CULTURELLE DU PLUS HAUT VILLAGE D'EUROPE : SAINT-VERAN Le matin, visite guidée de Saint-Véran, plus haute commune d'Europe perchée à 2042 m d'altitude. Déjeuner au chalet, fin du séjour dans l'après-midi.

Une journée pourra être remplacée par une initiation au ski de fond en fonction des demandes du groupe et des conditions climatiques.

NB : Ce programme n'est donné qu'à titre indicatif. Pour des raisons évidentes de sécurité, le guide peut à tout moment modifier l'itinéraire ou interrompre le séjour d'un participant n'ayant pas le niveau requis pour sa propre sécurité et celle des autres, ou bien annuler le séjour pour cause de très mauvais temps. Les participants ne pourront prétendre à aucun remboursement

sauf dans le dernier cas. Au cours de la semaine, des petites séances d'initiation et de sensibilisation à la pratique de la raquette en milieu hivernal non sécurisé seront mises en place par votre accompagnateur.

HÉBERGEMENT – REPAS

Hébergement : Un écogite classé 3 épis sous forme d'une grande maison qui permet à 40 personnes de cohabiter confortablement en chambre de 1, 2, 3 ou 4 lits, toutes équipées d'un coin douche et d'un lavabo, draps et couvertures fournis (supplément de 70 € pour les chambres individuelles, selon disponibilité). Une salle conviviale avec bar, musique et jeux de société vous permettra de vous détendre. Dans la salle à manger rustique, une grande cheminée anime nos repas traditionnels et copieux servis sous forme de table d'hôte. Également vous pourrez bénéficier de la bibliothèque et terrasse plein sud, parking gratuit à proximité.

Espace bien être ouvert deux journées par semaine, sauna, hammam, jacuzzi. Compris dans le séjour. Modelage et réflexologie plantaire en option, trois fois par semaine (à réserver et régler sur place).

Repas : Repas traditionnels et copieux pris au chalet en table d'hôtes. Produits du Queyras et de la ferme familiale. Pâtisseries maison, jus de fruits maison, vin et tisane compris dans les repas. Pique-niques à midi à base de produits du pays.

TARIF ET MODALITÉ D'INSCRIPTION

☞ **Prix du séjour ARPA (à jour de sa cotisation 2019) : 640 € / personne**

☞ **Prix du séjour Extérieur : 690 € / personne**

Paielement en deux fois :

✓ **Acompte de 240 euros pour tous débités à mi-novembre 2018**

✓ **Solde 400 euros pour ARPA et 450 euros pour extérieurs, débités début janvier 2019**

Le prix comprend (de l'accueil à la dispersion du groupe) :

L'hébergement en pension complète du dîner du jour 1 au repas de midi du jour 7 - L'encadrement - Les transferts nécessaires au bon déroulement du séjour - La fourniture du matériel (raquettes, bâtons, trousse de premier soins, ARVA, pelle et sonde) - L'accès à l'espace bien-être, 2 jours par semaine.

Le prix ne comprend pas :

Les boissons et dépenses personnelles – Le transport aller-retour jusqu'au lieu de rendez-vous.

DATE LIMITE D'INSCRIPTION : Vendredi 2 novembre 2018

Si le nombre d'inscrits est inférieur à 8, la prestation sera annulée.

La taille maximale du groupe est de 15 personnes

Cette activité proposée par l'ARPA, est accessible à toute personne en bonne forme physique ; nous restons, à votre disposition pour toute information complémentaire.

Contacts

Marie France Delespine : 06 72 24 45 35

Alain Juin : 06 25 05 51 71

- ▲ Toute inscription devra être accompagnée de la totalité du règlement (2 chèques à libellé à l'ordre de l'**ARPA VITRY**)
- ▲ Les inscriptions sont fermes et définitives, en cas d'annulation (et quel que soit le motif) il ne sera procédé à aucun remboursement (Sauf cas force majeur avec certificat médical).



Association des Retraités et Préretraités Sanofi-Aventis de Vitry

Vitry sur Seine, le 24 septembre 2018

Découverte du Queyras en raquettes

Du dimanche 27 janvier au samedi 2 février 2019

Bulletin d'inscription

Nom(s)	Prénom(s)
Téléphone (portable pour vous joindre le matin du départ si nécessaire) :	E-mail :

Découverte du Queyras en raquettes 27/01 au 02/02/2019			
Participants	Nombre	Prix unitaire	Total
Adhérents ARPA		640 €	€
Extérieurs : Nom : Prénom : Nom : Prénom :		690 €	€
Supplément chambre individuelle		70 €	€
Seul(e), je souhaiterais partager la chambre	Avec :		Je ne sais pas *
TOTAL			€
ACOMPTE à verser à l'inscription		240 €	€

* Dans la mesure du possible, nous vous mettrons en relation avec les personnes dans votre situation.

Attention : Toute inscription doit être accompagnée de la totalité du règlement (chèque d'acompte de 240 €/personne et chèque du solde 400 € ou 450 € pour les extérieurs + supplément éventuel chambre individuelle)

COTISATION 2019 (à régler par chèque séparé qui sera débité en janvier 2019)			
	Nombre	Prix / Adhérent	Total
Cotisation statutaire		47 €	€
Cotisation solidaire : Montant libre pour aider au fonctionnement de l'ARPA			€
		TOTAL	€

Adresse postale : ARPA – Vitry
Bâtiment C5 - 158 rue Julian GRIMAU
94400 VITRY sur Seine
Tél. : 01 43 91 90 06 (répondeur) - Courriel : arpa.vitry@orange.fr

Date limite d'inscription : vendredi 2 novembre 2018