







## Pour ceux qui veulent randonner moins vite, moins loin, moins longtemps, Les commissions tourisme et Rando Santé® de la FFRandonnée Isère en partenariat avec Harmonie Mutuelle, vous proposent un

## SEJ OUR RANDO SANTE® AUTOUR DE L'EAU EN OISANS, A Mizoën du lundi 17 au jeudi 21 juin 2019



La Meije Besse en Oisans Le Plateau d'Emparis

## Localisation du séjour



Dans le village, 1er virage, prendre la ruelle sur votre gauche, face à une fontaine. Le gite se trouve au pied de l'église.

L'Oisans est situé sur les départements de l'Isère et des Hautes-Alpes. Elle compte six vallées principales dont Le Bourg d'Oisans est approximativement le centre. Seule ville d'une région en grande majorité rurale, elle se situe dans une plaine occupée autrefois par un lac glaciaire. Des massifs montagneux aux sommets culminant entre 3 000 et 4 000 mètres entourent l'Oisans. Le plus emblématique est La Meije qui culmine à 3 983 mètres. L'extrémité orientale de la Haute Romanche, le Col du Lautaret à 2 058 mètres d'altitude, est à vingt kilomètres de la frontière italienne.

En Isère, le Lac du Chambon marque l'entrée de la Vallée du Ferrand, l'une des vallées les plus sauvages de l'Oisans avec ses étendues de pelouses alpines, son caractère authentique et ses villages préservés : Besse en Oisans, Clavans-en-Haut-Oisans et Mizoën. Le Ferrand, terre de pastoralisme est un milieu fragile, classé pour protéger la faune et le les alpages dont le Plateau d'Emparis.

Cet ensemble se situe dans le **Parc National des Écrins** qui compte plus d'une centaine de sommets de plus de 3 000 mètres avec un point culminant à 4102 m, la **Barre des Écrins**, une quarantaine de refuges, 740 kilomètres de sentiers balisés.

Comité départemental de la randonnée pédestre de l'Isère – Site : isere.ffrandonnee.fr

Adresse postale : Maison Départementale des Sports – 7 Rue de l'Industrie – 38 320 Eybens

Tel: 04 38 70 0 6 69 – email: <u>isere@ffrandonnee.fr</u>

Fédération Française de la Randonnée Pédestre - www.ffrandonnee.fr









Le Gîte auberge L'Emparis est situé au cœur du village de Mizoën offrant une vue exceptionnelle sur le lac du Chambon et sur le massif des Deux Alpes.

L'ambiance chaleureuse et familiale est assurée par **Anne et Pascal**. Sa situation géographique nous offrira de véritables opportunités pour exercer notre activité préférée : la Rando Santé® avec des panoramas exceptionnels sur les hauts sommets.



Panneau Gîte Vue depuis le Gîte Terrasse

Le gîte L'Emparis, nous accueillera pour un séjour de 5 jours et 4 nuits. L'hébergement se fera en chambre de 2 à 3 personnes, les lits sont faits à l'arrivée, les draps et les couvertures sont fournis.

A l'Emparis, la restauration est préparée par Guy le chef cuisinier. Quelle que soit la formule choisie, vous profiterez de l'ambiance chaleureuse qui règne dans la grande salle à manger collective, ou de la terrasse qui surplombe le lac ?



Terrasse Salle à manger Bar Chambres

Le séjour, en pension complète, débutera du déjeuner du lundi 17 et se terminera au déjeuner du vendredi 21 juin. Le vin de table (1 bouteille pour 4 personnes) et le café, le thé ou la tisane sont compris. Le premier déjeuner se fera sous forme de buffet, les 4 autres sous forme de pique-nique. Le dîner est servi en salle. Un pot d'accueil est prévu le matin à l'arrivée. Un apéritif sera organisé chaque soir avec les produits de fabrication maison ou les produits locaux apportés par chacun que nous partagerons.

Le programme comprend 5 randonnées de moins de 6 km et de moins de 250m de dénivelée, d'une durée de 2 à 3 heures, encadrées par 4 animateurs de randonnée, Brevetés Fédéraux et spécialisés Rando Santé® : Viviane Tordeux, Sylviane Reynaud ainsi que Michelle Lambert et Michel Milleroux qui apporteront leur soutien. Des animations seront prévues en soirée, film, intervenants...

Pour rejoindre le gîte, les points de départ des randonnées et des visites, les trajets se feront en véhicules personnels et en favorisant le covoiturage.

### 19 PLACES SONT OUVERTES AUX INSCRIPTIONS

Comité départemental de la randonnée pédestre de l'Isère – Site : isere.ffrandonnee.fr Adresse postale : Maison Départementale des Sports – 7 Rue de l'Industrie – 38 320 Eybens

Tel: 04 38 70 0 6 69 – email: <u>isere@ffrandonnee.fr</u>

Fédération Française de la Randonnée Pédestre - www.ffrandonnee.fr









## SEJ OUR RANDO SANTE® AUTOUR DE L'EAU EN OISANS, A Mizoën du lundi 17 au jeudi 21 juin 2019

Les randonnées décrites ci-dessous sont données à titre indicatif, le programme sera présenté en début de séjour. Elles peuvent être modifiées ou annulées en fonction des conditions météorologiques

## Lundi 17 juin

Arrivée au Gîte l'Emparis à 10h. Installation dans les chambres.
Accueil café. Présentation du programme de la journée.
Déjeuner buffet au gîte.
Randonnée à Villar d'Arêne
Visite de Villar d'Arêne
Visite libre de Mizoën
Verre de l'amitié
Dîner

Film de présentation de l'Oisans, tourné par François « Randonnée Tour de l'Oisans et des Ecrins » (20')



Villar d'Arêne La Romanche Hameau Le Pied du Col

## Mardi 18 juin

Randonnée à Huez, La Ronde des Lacs Pique-nique

Visite du Jardin d'en Haut à Villard Reymond une exploitation à 1700 m d'altitude, de génépi et de petits fruits cassis, groseilles, framboises et d'ail des ours. Après la découverte les plantations face à l'Alpe d'Huez et au massif des Grandes Rousses, Chantal vous fera déguster les liqueurs artisanales fabriquées sur place.

Visite de la Maison du Parc National des Ecrins à Bourg d'Oisans

Verre de l'amitié

Dîner

Intervention de Mr Gilles Strappazzon sur La Romanche qui a faconné la vallée depuis plus d'un siècle...



Lac noir, Huez

le Jardin d'en Haut

La Maison du Parc National des Ecrins

Comité départemental de la randonnée pédestre de l'Isère – Site : isere.ffrandonnee.fr

Adresse postale : Maison Départementale des Sports – 7 Rue de l'Industrie – 38 320 Eybens

Tel: 04 38 70 0 6 69 – email: <u>isere@ffrandonnee.fr</u>

Fédération Française de la Randonnée Pédestre - www.ffrandonnee.fr









## Mercredi 19 juin

Randonnée Le Plateau d'Emparis,
Pique-nique
Visite de Besse en Oisans avec un Guide de la Maison des Alpages
Visite de la Maison des Alpages
Verre de l'amitié
Dîner
Animation, en cours d'élaboration



Lac Cristallin Besse en Oisans La Maison de l'Alpage

## Jeudi 20 juin

Montée en téléphérique La Grâve/La Meije Visite de la Grotte de Glace Descente à la gare de Peyrou d'Amont Randonnée Lac de Puy Vachier Pique-nique Visite de La Grave Verre de l'amitié Dîner

Film Jardins d'ici et d'ailleurs, ARTE, le Jardin Alpin du Lautaret



Le téléphérique La Grâve/La Meije

La Grotte de Glace

Le Lac de Puy Vachier

Comité départemental de la randonnée pédestre de l'Isère – Site : isere.ffrandonnee.fr Adresse postale : Maison Départementale des Sports – 7 Rue de l'Industrie – 38 320 Eybens

Tel: 04 38 70 0 6 69 – email: <u>isere@ffrandonnee.fr</u>

Fédération Française de la Randonnée Pédestre - www.ffrandonnee.fr









## Vendredi 21 juin

Randonnée du Lac du Pontet Pique-nique Visite du Jardin Alpin du Col du Lautaret Verre de l'amitié



Lac du Pontet

Jardin Alpin du Col du Lautaret

# Fin du séjour



Comité départemental de la randonnée pédestre de l'Isère – Site : isere.ffrandonnee.fr Adresse postale : Maison Départementale des Sports – 7 Rue de l'Industrie – 38 320 Eybens

Tel: 04 38 70 0 6 69 – email: <u>isere@ffrandonnee.fr</u>

Fédération Française de la Randonnée Pédestre - www.ffrandonnee.fr









# SEJ OUR RANDO SANTE® AUTOUR DE L'EAU EN OISANS, A Mizoën du lundi 17 au jeudi 21 juin 2019

soit 5 jours / 4 nuits / 5 Rando Santé®

Lieu: Mizoën, Isère

Situation Géographique: A 77 km de Grenoble et 30 km de Bourg d'Oisans, 26 km du Col du Lautaret

#### Coût

- 283€ par personne en pension complète et en chambre de 2 ou 3 personnes

### Le prix comprend:

- 1ère prestation : Le déjeuner du lundi 17 juin
- Dernière prestation : Le déjeuner du vendredi 21 juin
- Lits faits à l'arrivée
- L'encadrement des randonnées
- Le café, thé, tisane de bienvenue
- L'hébergement en chambre de 2 ou 3 personnes
- Les animations en soirée
- La pension complète, vin de table inclus (1 bouteille pour 4 personnes)
- La taxe de séjour, les frais de dossier, la participation à l'immatriculation tourisme, l'assurance annulation (option 1).

### <u>Le prix ne comprend pas</u>:

- La licence ou la Licence Comité FFRandonnée obligatoire
- Le linge de toilette
- Le transport pour se rendre sur le lieu du séjour et aux départs des randonnées
- Les boissons et les dépenses à caractère personnel

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

### <u>Inscriptions</u>:

- le nombre de participants est limité à 19 personnes
- la date limite des inscriptions est fixée au 23 mars 2019
- Envoyer à l'adresse suivante Maison Départementale des Sports 7 Rue de l'Industrie 38 320 Eybens
  - le bulletin d'inscription complété
  - un chèque de 143€ à l'ordre de FFRandonnée Isère.

### Paiements:

- chèque d'acompte d'un montant de 143 € à l'inscription
- solde du séjour, 140€ au 23 avril 2019.

### Dispositions particulières :

Suivant le nombre d'inscrits, la décision de réaliser ou non ce séjour sera prise au 23 mars 2019. Votre inscription deviendra définitive après signature et renvoi de ce Bulletin. Inscription prise en compte dans l'ordre d'arrivée.

### Dispositions concernant les déplacements

L'accueil est prévu au Gîte. Les participants sont invités à covoiturer pour s'y rendre. Sur place, un co-voiturage sera organisé pour se rendre sur les lieux des randonnées et des visites. Chaque personne devra contribuer aux frais de déplacement.

Comité départemental de la randonnée pédestre de l'Isère – Site : isere.ffrandonnee.fr

Adresse postale : Maison Départementale des Sports – 7 Rue de l'Industrie – 38 320 Eybens

Tel: 04 38 70 0 6 69 - email: <u>isere@ffrandonnee.fr</u>

Fédération Française de la Randonnée Pédestre - www.ffrandonnee.fr









### Assurances:

- Responsabilité Civile villégiature

En cas d'annulation ou interruption de séjour :

Contactez la FFRandonnée Isère pour signaler l'annulation ou l'interruption.

Nous vous ferons parvenir une facture des frais retenus nominative.

Déclarer votre sinistre dans un délai de 5 jours à Mondial assistance sur <a href="https://declaration-sinistre.mondial-assistance.fr">https://declaration-sinistre.mondial-assistance.fr</a> ou au 01 42 99 02 39 du lundi au vendredi de 9h à 18h

Conditions générales d'annulation voir document joint : Notice assurances individuelles Annexe 10

Conditions générales d'annulation hors garanties assurances (par personne)

- Plus de 75 jours avant la date d'arrivée : 15% du montant total du séjour + 28€ de frais de dossier
- Entre 75 et 30 jours avant la date d'arrivée : 30% du montant total du séjour + 28€ de frais de dossier
- Entre 29 jours et 8 jours avant la date d'arrivée : 50% du montant total du séjour + 28€ de frais de dossier
- Entre 7 jours et la date d'arrivée : 100% du montant total du séjour + 28€ de frais de dossier

Dès la confirmation du séjour et inscription définitive des participants en cas d'annulation par un participant quel que soit le motif, 28 euros par personne seront retenus et non remboursés pour frais de dossier par la FFRandonnée Isère

Tel: 04 38 70 0 6 69 – email: <u>isere@ffrandonnee.fr</u>

Fédération Française de la Randonnée Pédestre - www.ffrandonnee.fr









# Bulletin d'inscription Séjour Rando Santé® Oisans du 17 au 21 Juin 2019

	1 <sup>er</sup> participant	2 <sup>ème</sup> participant
Nom Prénom		
N° de licence / Randocarte		
Adresse		
Téléphone fixe		
Téléphone portable		
Mail		
Chambre double	Nom de la personne de la 2 <sup>ème</sup> personne :	

Je m'inscris au séjour « Autour de l'eau en Oisans » du 17 au 21 Juin 2019 et joins un chèque de 143 €uros (par personne) à l'ordre de la FFrandonnée Isère correspondant au montant de la réservation.

**Signature** (précédée de la mention « Lu et approuvé »)

### Bulletin à retourner à :

FFRandonnée Isère Maison Départementale des Sports 7 Rue de l'industrie 38 320 Eybens

Tel: 04 38 70 06 69

Mail: isere@ffrandonnee.fr

Conditions générales de vente et notice sur les assurances sont consultables au siège de la FFRandonnée Isère

Comité départemental de la randonnée pédestre de l'Isère – Site : isere.ffrandonnee.fr

Adresse postale : Maison Départementale des Sports – 7 Rue de l'Industrie – 38 320 Eybens

Tel: 04 38 70 0 6 69 – email: <u>isere@ffrandonnee.fr</u>

Fédération Française de la Randonnée Pédestre - www.ffrandonnee.fr