

CHALET HOTEL L'EAU VIVE 73590 SAINT NICOLAS LA CHAPELLE

Site : www.hotel-eauvive.com Tel : 04.79.31.60.46 Email : infos@hotel-eauvive.com

N°Siret :479 397 283 000 17 N°

TVA intracommunautaire :FR21479397283

FICHE TECHNIQUE - été / hiver Séjour Randonnées- Groupes et individuels

L'ACCES

- **Si vous venez EN VOITURE** : Par le Nord : Autoroute A40 sortie Sallanches (20 Kms) puis RN 212 Megève, Flumet et Saint-Nicolas. Par le Sud : Autoroute A43 jusqu'à Albertville (23 Kms) puis RN 212 Ugine, Flumet (St Nicolas est à 2 Kms avant Flumet). Carte Michelin n° 74
- **Si vous venez EN TRAIN** : Gare S.N.C.F. d'Albertville (conseillé !) ou Gare SNCF de Sallanches. Ces 2 gares se situent à 40mn de St Nicolas. Transfert par transporteur privé : consultez nous !

LES RANDONNEES en ETE ou en HIVER

Les randonnées sont encadrées par votre hôte, Erick, Accompagnateur en Moyenne Montagne. En cas de **sureffectif**, nous mettons en place un **2° groupe** de niveau différent.

En été :

Séjour « **Chamois** » Nous vous proposons des séjours avec randonnées pédestres accompagnées de la fin du mois de mai à octobre (nous consulter pour d'autres dates !)

Durée : 5 heures de marche par jour, avec des dénivelées positives variant de **500 à 800 mètres**. Les randonnées se déroulent entre 1 000 et 2 100 mètres d'altitude.

Séjour « **5 sommets / 5 000 mètres** » Un séjour pour les amateurs de randonnées plus sportives. Programme sans aucune difficulté technique, aucun équipement spécifique n'est requis.

Vous partirez à l'ascension de **5 sommets** du Val d'Arly, de la chaîne des Aravis, voire du Beaufortain ou du Mont Blanc.

Durée : 6 heures de marche par jour, avec des dénivelées positives variant de **900 à 1 100 mètres**. Les randonnées se déroulent entre 1 200 et 3 000 mètres d'altitude.

En hiver : Séjour « **Trappeur** » Nous vous proposons des séjours avec randonnées en raquettes accompagnées de mi-décembre à mi-avril (nous consulter pour d'autres dates !)

Durée : 4 à 5 heures de marche par jour, avec des dénivelées positives variant de **300 à 600 mètres**.

Pour les groupes déjà constitués : Au choix :

Le programme « copieux » : 4 à 6 heures par jour, dénivelées positives de 300 à 800 mètres

Le programme « allégé » : 3h à 4 heures par jour, dénivelées positives de 200 à 400 mètres

Le programme « court » : 2h30 à 3h heures par demi-journée, dénivelées positives de 200 à 400 mètres

NIVEAU REQUIS

Nos programmes ont pour but de vous faire découvrir notre vallée et d'apprécier l'espace naturel qui s'offre à vous. L'effort est progressif et adapté au niveau moyen du groupe.

Si vous venez en hiver, sachez que la randonnée en raquettes ne demande pas de technique particulière !

Hormis le séjour 5 sommets / 5 000 mètres, pour lequel il est demandé la pratique régulière de la randonnée pédestre en montagne, tous nos programmes sont facilement accessibles aux « novices » en bonne condition physique.

FICHE TECHNIQUE (suite)

La formule « Rando Liberté » :

En été, vous avez la possibilité d'opter pour la formule « rando liberté » qui vous permet, tout en étant autonome, de bénéficier de notre logistique : cartes IGN et Topo guides des randonnées. Nous vous conseillons quotidiennement sur le choix de vos randonnées et, certaines semaines, nous pouvons même assurer vos déplacements journaliers (renseignez-vous !).

Le tarif spécial groupes :

Le tarif spécial pour les groupes est dégressif à partir de 6 personnes. Divisé en 3 saisons, il permet de proposer des conditions encore plus attractives sur certaines périodes.

LES REPAS

- En randonnée : pique-nique à emporter, repas au soleil, dans des refuges, ou à l'hôtel.
- En dehors des randonnées : repas pris à l'hôtel, en table d'hôtes
- Le jour du départ : à votre demande, un pique nique à emporter ou en buffet vous est offert.

Informations complémentaires :

- Les sorties se font à la journée ou à la demi-journée ; une journée (ou 2 demi-journées) de relâche est prévue en milieu de semaine. Une visite locale peut vous être proposée.
- Nous assurons le transport pour l'accès aux différents points de départ des randonnées.
- Sauf demandes spécifiques, les séjours se déroulent du Samedi après midi au Samedi matin.
- Les parcours de randonnée se situent entre 1 000 et 2 500 mètres.
- Les cartes I.G.N. de nos randonnées sont : TOP 25 n°3531 OT et TOP 25 n°3430 ET
- Le Val d'Arly offre une grande variété de paysages, alpages, forêts, l'imposante chaîne des Aravis et le panorama sur la chaîne du Mont Blanc que l'on admire quotidiennement.

L' EQUIPEMENT CONSEILLE Un bon équipement contribuera largement à votre plaisir :

Vêtements et matériel divers

En été et hiver : 1 paire de chaussures de randonnée imperméables - Plusieurs paires de chaussettes de randonnée -1 pantalon de montagne - 1 veste de montagne imperméable - 1 sac à dos de 35 litres - 1 paire de lunettes de soleil- 1 gourde 1,5 litre minimum et/ou 1 bouteille thermos - pharmacie personnelle (crème protectrice etc...) - 1 couverture de survie ou autre matière isolante (pour s'asseoir sur l'herbe ou dans la neige)- 1 paire de bâtons (fournie en hiver, louée en été !)

En hiver : +1 pantalon de montagne ou de ski de fond - 1 paire de guêtres - 1 ou 2 paires de gants - 1 bonnet ou passe-montagne.

Matériel fourni (en hiver)

- 1 paire de raquettes à neige avec cale de montée -1 paire de bâtons télescopiques
- Nous disposons d'une petite pharmacie

INFOS GENERALES

- Possibilité de garage privé : 8/9 places (gratuit dans la limite des places disponibles !)

Un centre de Remise en Forme dispensant des soins personnalisés sur rendez-vous (balnéothérapie - massages - réflexologie) se situe dans l'hôtel dont il est indépendant. Réservations : 04 79 31 88 14

FICHE TECHNIQUE (suite)

PROCEDURE DE RESERVATION

- 1/ Nous contacter par téléphone ou e-mail afin de connaître nos disponibilités et poser une option.
- 2/ Confirmer cette option, par un versement d'arrhes de **30%** du montant total de votre séjour, par l'envoi du bulletin d'inscription et, le cas échéant, de votre paiement de l'Assurance Annulation.
(Paiement par espèces, chèque, chèque vacances, virement, carte bancaire à distance !)
- 3/ A réception, nous vous faisons parvenir un accusé de réception.

ASSURANCE ANNULATION

Nous vous conseillons de souscrire à l'Assurance Annulation/Interruption de séjour/ bagages, correspondant à 3 % du montant total de votre séjour. (Demandez nous le dossier Europ Assistance-Contrat n° 58 626 373) La plupart des cartes bancaires inclus déjà cette assurance, renseignez-vous !)

INFORMATIIONS CONTRACTUELLES

L'inscription à tout séjour implique l'acceptation des **tarifs proposés**, des **conditions de vente** et de la **fiche technique** de votre séjour.

*Pour tout autre renseignement, n'hésitez pas à nous contacter.
Bons préparatifs, et à bientôt dans nos montagnes !!!*