

FICHE PRATIQUE

« **séjour randos et détente** »

PRIX = 735 € 5 jours / 6 nuits

Etienne Trautmann, Accompagnateur en Montagne

Courriel : trautmann.etienne@wanadoo.fr

Gîte des Hauts de Saint Jean 05000 GAP

Site : www.ventdici.fr



sauna tonneau de 10 pl., au feu de bois et eau de source



LE PRIX COMPREND

- L'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé
- L'assurance annulation rapatriement
- La nourriture et l'hébergement en pension complète.
- Les apéritifs et goûters.
- **Le sauna tonneau**

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les extras et les éventuelles boissons prises en dehors de notre gîte
- Nous n'avons qu'1 véhicule pour le transport jusqu'au départ des randos, il vous sera donc demandé de prendre 1 véhicule de chez vous en plus
- Possibilité de venir vous chercher à la gare de Gap à 20 mn du gîte



GROUPE : ouvert aux groupes constitués minimum 8 personnes, max. 12 pers.



ENCADREMENT

Etienne Trautmann : Accompagnateur
En Montagne diplômé Brevet d'Etat
depuis 1996
Et habilitation tourisme préfectorale n°
005040005, N° SIRET :
44820663100013

NIVEAU : du SUR MESURE, à

adapter au niveau du groupe.
Possibilité de faire du facile avec 400-
500 m. de dénivelé / j. jusqu'à du
difficile jusqu'à 1000 m. et plus par jour.
La localisation centrale de notre gîte / à
plusieurs massifs, offre dans un rayon
d'1/2 de voiture depuis notre gîte un
accès au départ d'une trentaine de
randos dans 3 massifs différents :

- Buëch –Dévoluy et ses montagnes pelées, vaste pâturages traditionnel à brebis
- Champsaur et son Parc National des Ecrins, paysages plus alpins et perché
- Gapençais avec ses grandes crêtes ouvertes, massifs de moyenne montagne comme le massif de Céüse et ses majestueuses falaises

Le séjour « la virée des massifs » est donc d'un niveau 1 à 3 chaussures selon niveau du groupe constitué. Donc de 4 à 7 heures de marche / jour selon la demande. Pas de difficultés techniques. Le séjour étant en étoile, possibilité de s'octroyer une journée de repos au gîte quand vous le souhaitez ou journée plus cool à mi-semaine avec visite guidée du château du Moyen-Age de Montmaur. Donc vous l'aurez compris, possibilité de faire plus facile comme plus difficile.

L'ESPRIT DU SEJOUR :

Nous vous accueillons chez nous, en famille, et souhaitons que vous vous sentiez un peu comme chez vous.

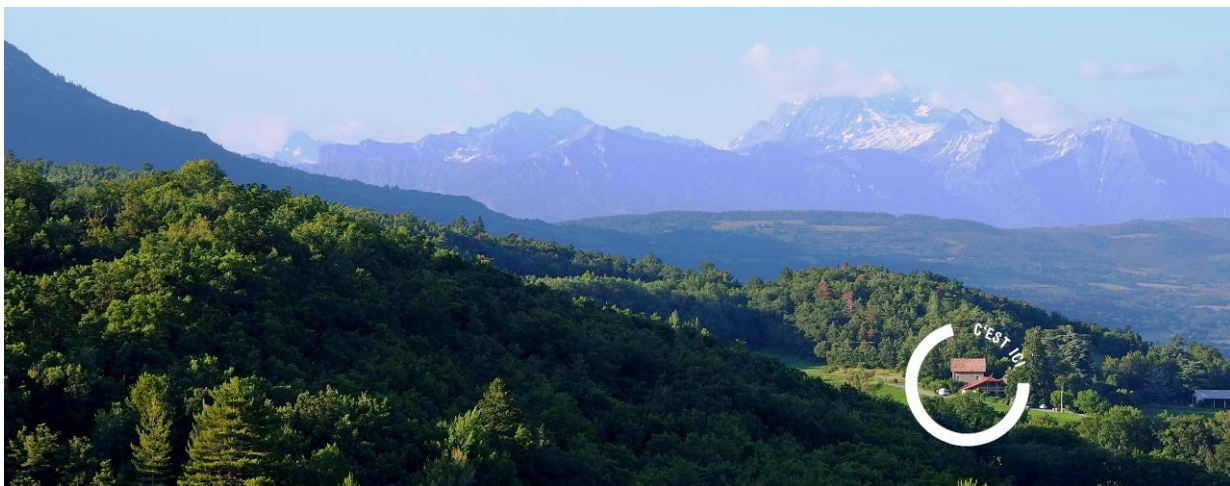


L'idée est de vous faire découvrir la diversité des massifs autour de Gap. A ½ H de trajet max., vous découvrirez le Parc National des Ecrins et ses paysages glaciaires peuplés de chamois, le Dévoluy et ses immenses alpages dominés par des falaises calcaires, les gorges du Buëch dans le gapençais, certainement l'un des paysages les plus sauvages de notre département avec Chaudun, son village en ruine, abandonnée il y a 1 siècle, Céüse et son plateau perché offrant un 360 ° sur les Alpes du Sud. Le choix des balades sera adapté à vos envies et votre niveau.



HÉBERGEMENT

Vous êtes accueillis toute la semaine dans notre gîte sur les hauteurs de Gap, voir site www.gap-gite.com, une ancienne ferme à 900 m. d'altitude entièrement restaurée. 5 chambres, soit 2 à 3 personnes par chambres. Confort gîte 3 épis, 3 étoiles.





La petite famille au complet (il y a quelques années !) : Dominique et Etienne et leurs 3 filles, Lise, Lucie et Julie.

Un gîte confortable à 900 m. d'alt. en zone verte protégé

Notre gîte : une salle voûtée de 65 m2 unique dans les Hautes-Alpes



REPAS

Les repas seront préparés sur place, une cuisine familiale avec des produits locaux vous sont proposés. La cuisine comme les randonnées font partis des découvertes de ce séjour avec de nombreuses recettes maisons (soupes, pâtés, confitures, digestifs...). Voir page dédiée sur notre site.



PORTAGE / BAGAGES

Vous portez vos affaires de la journée et un pique-nique dans votre sac à dos. Un sac d'une capacité de 35 litres est suffisant.

ACCUEIL / DISPERSION

- Accueil le premier jour à partir de 18H00.

En cas de problème, de retard de train, vous pouvez appeler au 04 92 52 62 68 ou 0613159168 ou Etienne 0681014394

- Fin de séjour vers 9H le dernier jour

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

- ne pas prévoir de draps - couettes (sont fournis)
- linge de toilette (non fournis)
- un sac à dos pour la journée (minimum 35 litres)
- chaussures de marche montantes (avec une paire de rechange si possible)
- chaussettes confortables pour éviter les ampoules
- dans le gîte il y a des pantoufles pour tout le monde, mais certains ne peuvent se séparer des leurs !
- un gros pull et une polaire (apportez plutôt plus que moins en affaires chaudes, les matins peuvent être frais)
- un anorak (ou coupe vent) : l'idéal, c'est la veste gore-tex avec une capuche
- short et/ou pantalon confortable pour la marche
- gourde d'un litre 1/2 (thermos pour ceux qui aiment le café ou thé chauds)

- 2 boîtes alimentaires hermétiques pour votre salade et autres aliments du pique-nique + couverts + gobelet
- bonnet, gants (en toute saison)
- une lampe de poche, jumelles, appareil photo...
- cape de pluie
- vos bâtons de marche si vous avez cette habitude
- mini trousse de pharmacie personnelle *
- pour le linge de corps, nous n'avons pas tous la même hygiène, donc pas d'indication...
- lunettes de soleil + crème solaire

- si vous voulez partager un petit quelque chose bien typique de chez vous, à boire ou à manger, c'est avec plaisir

* Dans la pharmacie personnelle :

- Crème solaire très protectrice pour la peau et les lèvres + un rouleau entier d'élastoplaste 8 cm + double peau : **COMPEED** pour les ampoules + facultatif : contre les ronflements, les tampons «ear».

POUR EN SAVOIR PLUS

SITE INTERNET

Le site : www.ventdici.fr Vous y trouverez toute l'actualité des séjours que nous organisons.

CARTOGRAPHIE

Cartes IGN : 3337 OT « Dévoluy » mais aussi Champsaur, Gap, Embrun, c'est la virée des massifs !!!

RENSEIGNEMENTS :

Courriel : trautmann.etienne@wanadoo.fr Site : www.ventdici.fr et www.gap-gite.com

04 92 52 62 68 / 06 81 01 43 94 Etienne TRAUTMANN, accompagnateur en montagne depuis 25 ans



Un espace détente avec sauna chauffé au feu de bois et alimenté à l'eau de source