



Mise à jour le 14/03/11



Rando balnéo au Monétier les Bains

- RL33 -

6 jours... 6 de marche

Départ possible tous les jours de juin à septembre 11

Basse saison	455 €
Haute saison (vacances scolaires)	555 €
Sup. ch. individuelle	110 €

Un séjour "sport, détente et "liberté" dans le Grand Briançonnais, région privilégiée, à la frontière des Alpes du Nord et du Sud, où soleil et ciel azur sont garantis !

Nous vous proposons de nombreuses randonnées de niveaux différents, à vous d'organiser votre semaine comme bon vous semble !

Au retour des balades, vous profiterez des bienfaits relaxants des eaux chaudes (37°C) et minéralisées des Bains.

Déroulement et itinéraire

Jour 1 - Le Monétier-les-Bains (1500 m)

Le matin, accueil à votre hôtel, situé dans la vallée de la Guisane, à 14 km de Briançon. Après vous être installés dans votre chambre vous pouvez déjà partir sur l'itinéraire de votre choix pour une randonnée de "mise en jambes". Le soir, relaxation dans les eaux chaudes des Bains...

Jour 2 à jour 5 - Randonnées et balnéo

Chaque jour, les plus belles balades du Briançonnais dans les vallées de la Guisane, de la Clarée, de Cervières, de Vallouise ou de Freissinières. A vous d'adapter le programme des randonnées, "en toute liberté", en fonction de vos attentes, de votre niveau, des conditions météorologiques... Chaque soir, au retour de la randonnée et avant le dîner, vous pourrez vous relaxer aux Grands Bains.

Jour 6 - Fin du séjour

Dernière randonnée, puis fin de séjour dans l'après-midi.

Les horaires sont donnés à titre indicatif et calculés pour des marcheurs moyens hors pauses et temps pris pour le pique-nique. M : montée / D : descente.



- L'air pur des montagnes et les eaux chaudes des bains.
- L'ambiance village du Monétier les bains.
- La découverte des plus beaux sites du Briançonnais.

Randonnée



Vous avez le choix entre une multitude de randonnées de différents niveaux.

Avertissement

Cet itinéraire s'effectue **sans accompagnateur** et sous votre propre responsabilité. Nous vous fournissons toutes les indications et la logistique nécessaires au bon déroulement de votre randonnée. Nous déclinons toute responsabilité en cas d'erreur de votre part concernant l'orientation ou la gestion du temps (départ trop tardif le matin, pause trop longue...). Pour des raisons évidentes d'organisation, une fois votre randonnée commencée, vous devrez impérativement suivre le programme tel qu'il vous a été confirmé. Il ne sera alors plus possible de modifier vos lieux d'hébergement ou l'ordre des étapes.

Documents fournis

Après versement du solde nous vous remettons :

- 1 carnet de route contenant le descriptif détaillé de l'itinéraire (jour par jour) et des informations pratiques.
- La ou les cartes nécessaires.
- Des bons d'échange (vouchers) où sont indiquées les prestations fournies (hébergement ou transport ou repas).
- 1 étiquette pour vos bagages libellée à votre nom, à mettre impérativement sur le sac qui sera transporté d'une étape à l'autre.

Groupe

A partir de 1 participant.

Portage

Avec vous uniquement vos affaires de la journée.

Hébergement

En hôtel** à proximité des Grands Bains.

Les Grands Bains

Vous disposez d'une carte d'abonnement pour 4 entrées (séances de 2h).



Les tout récents Bains du Monétier sont situés à 200 m de votre hébergement sur les bords de la Guisane. Dès l'antiquité les Romains se baignaient dans ces eaux naturellement chaudes (44°C) et minéralisées de type sulfatées calciques, chlorurées sodiques, magnésiennes et bicarbonatées.

A l'Espace "Grands Bains" vous disposez des équipements suivants :

A l'intérieur :

- *Bassin à débordement* (+ de 300 m²), équipé de lits bouillonnants, d'un parcours de massage sous l'eau et d'un bain bouillonnant (jacuzzi).
- *Trilogie romaine* : frigidarium (eau froide), tepidarium (eau tiède), caldarium (eau chaude).
- *Hamman* (bain de vapeur d'eau chaude).

- Bassin d'eau salée* (améliore votre flottaison !).
- *Grotte "musicale"* (bassin à l'ambiance tamisée, baigné d'une douce mélodie).
- + Les brumisateurs, banquettes de marbre chaud ...

A l'extérieur :

- *Bassin extérieur* (400 m²), avec sa rivière à courant, ses jets paraboliques, son bain bouillonnant (jacuzzi) et ses zones calmes ...

Habillement personnel (non fourni) :

Peignoir ou serviette de bain, maillot de bain (caleçons interdits), sandales de piscine (type mules, tongs), lunettes de natation (conseillées).

Point de départ et de retour

Le Môtier-les-Bains (05).

Accueil le premier jour dans la matinée à votre hébergement au Môtier-les-Bains. Si votre chambre n'est pas encore prête, vous pourrez laisser vos affaires à l'accueil et partir en randonnée.

Dispersion au même endroit le dernier jour dans l'après-midi.

Accès

Nota : *pour ce séjour il est indispensable d'avoir votre propre véhicule pour vous rendre au départ des randonnées à partir de votre hébergement.*

Pour visualiser votre itinéraire : viamichelin.fr.

Le prix

Il comprend

- Les frais d'organisation et de réservation.
- Le dossier liberté (1 pour 4 participants)..
- Le transport des bagages.
- L'hébergement en demi-pension du repas du soir du 1^{er} jour au petit déjeuner du dernier jour.
- 4 entrées à l'Espace "Grands Bains".

Il ne comprend pas

- Les boissons et dépenses d'ordre personnel, les pourboires.
- Les transferts de la semaine pour se rendre sur le lieu des randonnées.
- Les frais d'inscription à moins de 45 jours 15 € par dossier (offerts sur Internet).
- L'assurance assistance/rapatriement (1 %).
- L'assurance annulation, vol et perte de bagages (2,5 %).

Vos dépenses complémentaires

- Les visites éventuelles.
- Les pique-niques (entre 3 et 6 €) faits par vous.
- Pique-niques achetés dans les hébergements (compter 10 € en moyenne par jour).

Inscription

Sur visages-trekking.com ou à l'aide du bulletin d'inscription figurant à la fin du catalogue VISAGES, ou joint, à la fiche descriptive ou à télécharger sur le site, accompagné d'un acompte de 30 %. Un exemplaire du bulletin d'inscription vous sera ensuite retourné, validé par nous.

Modalités de paiement

- Acompte de 30 % lors de l'inscription : solde 30 jours avant le départ.
- Pour toute inscription à moins d'un mois du départ, il est nécessaire de régler la totalité du circuit.

Conditions de vente

Les conditions générales et particulières de vente sont celles définies dans notre brochure générale.

Assurance

Nous vous engageons vivement à souscrire une assurance "Annulation-Assistance-Rapatriement" même si le paiement avec certaines cartes bancaires peut vous couvrir partiellement. C'est pourquoi Visages a négocié auprès d'EUROP ASSISTANCE une formule d'assurance totalement adaptée aux types de nos circuits. L'Assistance/Rapatriement vous est proposée au prix de 1 % du prix du circuit choisi et l'annulation au prix de 2,5 %. Elles peuvent être souscrites indépendamment l'une de l'autre, doivent être prises à l'inscription et ne peuvent prendre effet qu'après le paiement de l'intégralité du prix du circuit. Un exemplaire du contrat, détaillant les garanties souscrites et la procédure à suivre, vous sera adressé en même temps que la confirmation de votre inscription ou sur simple demande.

Visages

IM005110001

Garantie financière : Crédit Lyonnais - 05200 Embrun

Responsabilité civile professionnelle :

RCP : AXA France - 26 rue DROUOT - 75009 PARIS

Equipés de la tête aux pieds

Pour plus de confort et de sécurité, partez bien équipés !

Garder la tête froide ou chaude !

- Chapeau ou casquette indispensable !
- Lunettes de soleil protection 3 ou 4 couvrant parfaitement les yeux.
- Pour les circuits avec passages en altitude : un bonnet au fond du sac est fortement conseillé.

La règle des 3 couches

- Tee-shirts manches courtes et/ou longues, légers et respirant pour permettre l'évacuation de la transpiration. Ces vêtements sont aujourd'hui appelés des secondes peaux.
- Couche intermédiaire pour apporter de la chaleur type fibre polaire.
- Veste imperméable type Goretex idéale pour protéger du vent comme de la pluie.

Les pantalons de saison

- Pantalon épais pour une protection suffisante, à la fois respirant et déperlant, selon la saison et/ou en cas de mauvais temps.
- Pantalon léger selon circuit et saison vous protégeant de la végétation ou du soleil tout en conservant une aisance de marche.
- Short en tissu léger, séchant rapidement.
- Sous-vêtements de rechange.

Les pieds et les mains

- Chaussures adaptées à l'activité, toujours montantes pour préserver la cheville des torsions, de préférence avec une membrane Goretex pour l'étanchéité et la respiration. L'accroche et la qualité de la semelle permettent la randonnée sur tous les chemins.

Notre conseil : ne découvrez pas la qualité de vos chaussures le premier jour d'une randonnée ! Il est indispensable de les essayer à plusieurs reprises et d'en être satisfait avant de partir.

- Des chaussures de détente : sandales ou baskets pour l'étape le soir.
- Chaussettes de marche en laine ou en soie avec renfort aux talons et sur l'avant du pied.
- Pour les circuits en altitude une paire de gants légers est conseillée.

Les sacs

- Sac à dos pour vos affaires de la journée d'une contenance de 30 à 40 litres. Prévoir un couvre-sac étanche en cas de pluie.
- Le bagage transporté entre les hébergements **(un seul bagage de 15 kg maximum par personne)** qui contient toutes les affaires non utilisées pendant la journée. Préférer un sac de voyage ou sac à dos et éviter les valises rigides.

Les indispensables

- gourde de 1 litre minimum.
- 1 ou 2 bâtons télescopiques.
- lampe de poche ou frontale.
- petite pharmacie personnelle contenant vos médicaments habituels.
- crème solaire protectrice pour la peau et « stick » pour les lèvres.
- couverture de survie.
- papier toilette.
- drap-sac (couvertures fournies) et une serviette de toilette, pour les séjours en gîte ou refuge. Les draps et serviettes sont fournis dans les hôtels.
- vos affaires de toilette.
- jumelles et appareil photo (facultatifs).
- dans une pochette étanche : carte d'identité ou passeport, carte CAF si vous en avez une, votre contrat d'assurance, de l'argent pour vos dépenses personnelles.

Nos partenaires équipement



L'association Sentiers Croisés rassemble des professionnels du trekking et de la randonnée. Unis par les valeurs du tourisme responsable, par une passion commune de leur métier et de la nature, ils ont choisi de créer et produire ensemble certains circuits. L'objectif des associés est d'améliorer encore, au travers de cette collaboration, la satisfaction de leurs clients. Visages adhère à cette association.