

FICHE TECHNIQUE

Découverte de la randonnée en montagne (Vercors) – Réf : RW 61

Dates : 8 au 14 juillet 2006

Niveau : Facile

Nombre de personnes : 8 (y compris l'organisatrice)

Inscriptions : à partir du 6 mai (priorité aux nouveaux adhérents)

Vous n'avez jamais randonnée en montagne ?

Vous ne souhaitez ni marcher très vite ni monter très haut ?

Alors venez découvrir une montagne paisible et des points de vue exceptionnels sur la chaîne des Alpes tout en revenant chaque soir dormir au village.

Samedi 8 juillet :

Le voyage jusqu'à Grenoble est à la charge et à l'initiative de chacun.

A titre indicatif, il y a un départ TGV de Paris-gare de Lyon pour Grenoble à 10 h 24.

Rendez-vous dans la gare de Grenoble, devant le magasin de journaux, à **13 h 34**, heure de l'arrivée du TGV venant de Paris.

Un car nous attendra pour monter à Autrans.

Installation dans notre logement : Deux appartements meublés contigus en plein centre du village, chacun pour 4 personnes, avec lits superposés et lits-gigognes (draps fournis), salle de bain, coin cuisine, coin salon.

Une petite promenade nous permettra ensuite de découvrir le charmant village préservé d'Autrans et ses alentours.

Repas du soir au restaurant « Le Chalet Suisse ».

Du dimanche 9 juillet au jeudi 13 juillet :

Après le petit déjeuner pris au restaurant « Le Chalet Suisse », chacun pourra librement acheter ce qu'il lui faut pour le pique-nique de midi.

Ensuite nous partirons à pied d'Autrans pour la randonnée de la journée : Le parcours, différent chaque jour, tiendra compte de la météo et de la forme des participants. Le dénivelé journalier augmentera progressivement de 300 m à 800 m. L'allure sera modérée (300 m/h à la montée ; 3,5 km/h sur le plat).

Repas du soir au restaurant « Le chalet Suisse ».

Soirée en commun : Les talents de société seront appréciés. Je vous proposerai, si vous le désirez, une initiation à l'orientation et à la lecture de cartes.

Vendredi 14 juillet :

Petit-déjeuner, puis car pour Grenoble à 8 h 45, arrivée à la gare de Grenoble à 9 h 50.
A titre indicatif, il y a un départ de TGV pour Paris à 10 h 34, arrivée à Paris à 13 h 35.

Matériel à emporter :

Équipement habituel de randonnée (protection contre le soleil, la pluie, le froid).

Chaussures de randonnée en moyenne montagne.

Bâtons de marche facultatifs.

Sac à dos pour la journée et gourde.

Lunettes de soleil.

Crème solaire.

Habits de rechange pour le soir.

Affaires de toilette avec serviette.

Bouchons d'oreilles (contre les ronflements...des autres)

Lampe de poche.

Carte IGN 3235 OT.

Dépense totale à prévoir : 270 € par personne.

Cette somme comprend : Le logement en appartements, les repas du soir et les petits-déjeuners, les frais administratifs du CAF île de France, le transport de l'organisatrice, réparti entre les participants, et une participation aux frais d'organisation de l'organisatrice.

Cette somme ne comprend pas : Le voyage aller et retour jusqu'à Grenoble, le transport en car aller et retour Grenoble-Autrans (prévoir 4 € par trajet à payer directement dans le car), les pique-niques de midi, les achats personnels.

Verser **150 €** à l'inscription par chèque à l'ordre du Club Alpin Français d'île-de-France.

Le reste, soit **120 €**, sera versé directement à l'organisatrice le jour du départ.