

Raquettes à neige 08RQ11
LES ALPES - LES BAUGES
AUTOUR DE LA MARGERIAZ

Du vendredi 1er au lundi 4 février 2008

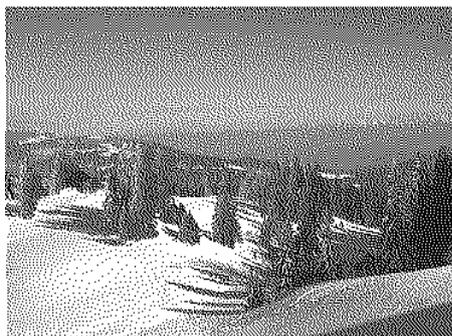
Voici un séjour consacré à la découverte d'une partie des Bauges, pittoresque région située à la fois sur la Savoie et la Haute-Savoie. Les imposantes falaises qui bordent le massif, et ses sommets culminants jusqu'à 2 000 m, le font souvent comparer à une citadelle. En fait, les Bauges jouent de leur relief varié pour mieux s'offrir aux randonneurs de tous poils.

Basés dans la station d'Aillon-le-Jeune, village situé à environ 1 000 m d'altitude sur le bord ouest du massif, vous aurez l'occasion de faire des balades dans des paysages pré-bois, de combes et de petits sommets. Des itinéraires sur les crêtes des Mont Morbié et Margériaz seront l'occasion de jolis points de vue sur les massifs environnants.

Les sorties offriront les joies des balades dans la neige et de la découverte du milieu montagnard en hiver. La neige offre un excellent moyen d'observer les traces des nombreux animaux en recherche de nourriture (chamois, écureuil, lièvre variable, renard...).

Le séjour est ouvert à tous, notamment aux personnes qui voudraient découvrir ce mode de progression en milieu enneigé qui ne demande **aucune compétence technique particulière**, seulement d'être en bonne condition physique.

L'animation des balades sera assuré par **Philippe Mosnier**, animateur professionnel nature et randonnée, titulaire d'un diplôme accompagnateur en montagne, et organisateur au CAF Ile-de-France.



PROGRAMME PREVISIONNEL

Le programme propose trois jours et demi de balades en raquettes permettant de sillonner une partie de l'ouest du massif des Bauges située près du massif de la Margériaz dans l'enceinte du parc naturel régional des Bauges.

L'hébergement prévu en lieu fixe permettra d'adapter les sorties en fonction de la météo du jour.

- Vendredi 1^{er} février après-midi : balade dans la vallée du ruisseau de La Fullie.
- Samedi 2 février : crêtes et forêt au nord du Mont Morbié (accès aux crêtes par télésiège).
- Dimanche 3 février : Crêtes et forêt du massif de La Margériaz (accès aux crêtes par télésiège).
- Lundi 4 février : crêtes et forêt au sud du Mont Morbié (accès aux crêtes par télésiège).

Chaque jour, les balades comporteront des distances variant entre 8 et 17 km avec des dénivelés positifs variant entre 200 et 600 m (Raquette niveau 2).

Niveau physique requis : être capable de réaliser une randonnée classique en Ile-de-France d'au moins 20 km de niveau Moyen.

HEBERGEMENT ET REPAS

Station d'Aillon-le-Jeune - Hôtel le Chamois (www.lechamois.com).

Hébergement en chambre de deux personnes (lits individuels). Chaque chambre est équipée en douche-lavabo et wc. Pension complète (hors boissons) avec panier pique-nique pour les déjeuners du samedi, dimanche et lundi. Prévoir le pique-nique du premier jour (vendredi 1^{er} février).

TRANSPORTS

Chaque participant se charge de prendre son billet de train selon les indications suivantes :

Vendredi 1 ^{er} février	Départ de Paris-Lyon (TGV de 7 h 42) (*) pour Chambéry (10 h 41), puis transfert en taxi de la gare de Chambéry pour la station d'Aillon-le-Jeune.
Lundi 4 février	Transfert en taxi de la station d'Aillon-le-Jeune pour la gare de Chambéry - Départ de Chambéry (TGV de 18 h 25) pour Paris-Lyon (21 h 15).

(*) Rendez-vous à 7 h 25 précises au début du quai du départ du train.

MATERIEL SPECIFIQUE ET HABILLEMENT

- ☛ Location de raquettes et de bâtons à la station d'Aillon-le-Jeune pour ceux qui ne disposent pas de matériel.
- ☛ Chaussures de randonnée : si elles ne sont pas très imperméables, prévoir une protection autour de la chaussure par des sortes de petits « pochons » dans lesquels on glisse les pieds avant d'enfiler les raquettes [à titre indicatif, en vente au magasin « Au Vieux Campeur » situé rue des Ecoles au carrefour avec la rue Saint-Jacques Paris 6^{ème} - Métro : Odéon].
- ☛ Eventuellement, une paire de grandes guêtres pour éviter que la neige entre dans les chaussures.
- ☛ Habillement spécifique : Parka imperméable, pantalon de ski ou (collant et sur-pantalon imperméable), bonnet, gants, lunettes de soleil, crème solaire pour le visage et les lèvres.
- ☛ Equipement classique du randonneur, notamment : petit sac à dos, gourde (1 litre minimum), bouteille thermos (éventuellement), couteau, fourchette ou cuillère, boîte tupperware (pour la préparation de salades pour les paniers pique-nique), pour s'asseoir dans la neige, couverture de survie (modèle robuste) ou grand sac plastique.

INFORMATIONS SUR LA REGION

→ Sites Internet

- . Massif des Bauges : www.lesbauges.com
- . Parc naturel régional du massif des Bauges : www.parcdesbauges.com
- . Office de tourisme des Aillons : www.lesaillons.com
- . Massif de la Margéraz : www.margeriaz.com

→ Maison de la Savoie : 31 avenue de l'Opéra 75001 Paris - 01 42 61 74 73

→ Cartes de la région des Bauges : IGN n° 53 Grenoble/Mont-Blanc (échelle 1/100 000^{ème}), Top 25 n° 3432 OT (échelle 1/25 000^{ème}).

→ Météo locale : 08 92 68 02 73

BUDGET PREVISIONNEL (par personne, hors SNCF)

☛ Transferts taxi Chambéry-Aillon le Jeune A/R	=	27,00 €
☛ Hébergement (pension complète 3 nuits - hors boissons)	=	204,00 €
☛ Raquettes et bâtons (location 4 jours pour ceux qui n'en n'ont pas)	=	(40,00 €)
☛ Télésiège (3 transports)	=	15,00 €
☛ Prestation Philippe Mosnier (4 jours)	=	72,00 €
☛ Contribution 2008 à la formation raquette des organisateurs du club (4 jours)	=	6,00 €
☛ Frais administratifs club (4 jours)	=	13,00 €
TOTAL		= 337,00 €

Joindre au bulletin d'inscription le montant total prévisionnel du séjour (334euros). Pendant le séjour, il vous restera à payer les boissons prises pendant les repas et autres dépenses personnelles.

PARTICIPANTS : 12 personnes (y compris Annie Chevalier et Philippe Mosnier).

BULLETIN D'INSCRIPTION

À remplir intégralement pour chaque collective.

COLLECTIVE:

Activité: Référence: Nom de l'encadrant (randonnée seulement):
Dates: **Dépense totale à prévoir:**E

Participation aux frais à verser au CAF d'Île-de-France à l'inscription:E	
Facultatif:	() je souscris l'assurance annulation: Option 3: motifs d'annul. ++ nbrx, interruption de séjour, vol bagages 1500 E (2,50 % du montant de la dépense totale à prévoir, minimum 8,00 E).....E
	TOTAL:E
	Mode de paiement:.....Chèque à l'ordre du Club Alpin Français d'Île-de-France () Espèces () CB ()

Facultatif: Référence d'un 2e choix:..... Référence d'un 3e choix:.....
J'ai la F.T. correspondante oui () non () J'ai la F.T. correspondante oui () non ()
(F.T.= fiche technique, ou programme)

PARTICIPANT:

Nom: Prénom:
Téléphone (domicile): (travail):
Télécopie (domicile): (travail):

<i>Date de l'accord de l'encadrant (s'il y a lieu):/...../.....</i>

Adresse:

Numéro d'adhérent: ____ / ____ / ____

CAF d'appartenance: (joindre photocopie de votre carte CAF si vous n'êtes pas
membre du CAF d'Île-de-France).

PERSONNE À PRÉVENIR EN CAS D'ACCIDENT:

Nom: Prénom: Lien de parenté:
Adresse: Téléphone:

Je certifie que j'ai pris connaissance de la F.T. (fiche technique, ou programme) relative à la sortie à laquelle je m'inscris, que je me conformerai à toutes ses indications, notamment en ce qui concerne le matériel et l'équipement, et que ma condition physique et mon niveau technique sont ceux requis.

Date:
Signature: