



## Description

1er jour : rendez-vous à l'arrêt « Les Adrets » à 9h. Nous partirons en randonnée par le circuit du « tour de la Scia », déjeunerons pendant la randonnée et rejoindrons notre gîte vers 16 heures. Douche, relaxation avant le dîner. Distance 13km, dénivelé 665 mètres, durée 4 heures.

2ième jour : Après une montée un peu forte, nous redescendons vers Laval et sa tour de Montfallet et rejoignons notre gîte en passant par le village des Adrets. De là, le car nous descend à Grenoble. Distance 14km, dénivelé 750 mètres, durée 5 heures

| Dates des séjours             | Niveau physique | Niveau technique       | Type de terrain |
|-------------------------------|-----------------|------------------------|-----------------|
| Samedi 17 Dimanche 18 octobre | Facile          | Δ<br>Itinéraire facile | Alpin           |

## Observations particulières

Randonnée idéale pour débutants et faux débutants..

## Matériel nécessaire

- Sac à dos de journée, chaussures de montagne à tige montante, coupe vent type gore-tex, un moyen et un gros pull over ou polaire épaisse, 1 paire de gants, bonnet ou serre tête, écharpe, guêtres, lunettes de soleil, crème solaire, gourde ou thermos, duvet chaud.

## PRIX : 95€

Ce prix comprend la demi-pension. Les repas sont répartis dans les sacs à dos et préparés par les participants.

Ce prix ne comprend pas le transport en train depuis Paris, le taxi éventuel, les transferts entre Grenoble et les Adrets, l'hôtel avant et après la randonnée, duvet, le petit déjeuner de samedi, les picnics ni le dîner de dimanche.

**Hébergement** : gîte privé

**Nombre de participants** : 7 personnes maximum + Gilles Deloustal

**Déplacements en train** Chaque participant se chargera d'acheter son billet SNCF aller Paris-Chambéry et retour Grenoble-Paris. Les billets TER Chambéry-Grenoble et le car Grenoble-Prapoutel et Prapoutel-Grenoble seront à prendre sur place. N'hésitez pas à appeler pour plus de précisions.

**Rendez-vous** à l'arrêt « Les Adrets » samedi à 8h45.

## Trajet aller vendredi soir :

paris austerlitz départ 22h46

chambéry arrivée samedi 5h17(petit déjeuner à l'arc hotel qui ouvre à 5h30 tél 0479623726)

chambéry départ 6h05 ou 6h40

grenoble arrivée 7h06 ou 7h29

grenoble départ 7h50 de la gare routière à côté de la gare sncf car ligne 6500 direction prapoutel  
arrêt « Les Adrets » arrivée 9h15

## Trajet retour dimanche soir

Les Adrets départ 17h50

Grenoble arrivée 18h55

Grenoble départ du train 19h21

Paris austerlitz arrivée à 22h19

Les horaires de TER sont toujours les mêmes mais sont à confirmer auprès de la sncf qui ne les publie pas longtemps en avance.

## En option si vous pouvez vous libérer vendredi

Je viens vous chercher à Grenoble à 16 heures et vous propose le dîner, la nuitée et le petit déjeuner contre 40€ par personne, dans la limite des places disponibles dans mon gîte. Vous pouvez aussi voir la liste des hébergements disponibles sur mon site internet [www.deloustal.com](http://www.deloustal.com)