

Fiche individuelle d'inscription – Itinérance sur les Hauts Plateaux du Vercors

du 15 au 18 janvier 2022

IDENTITE

Prénom – Nom :

Date de naissance :

Adresse :

Téléphone :

Adresse mail :

Utilisez-vous whatsapp (pour créer un groupe pour le séjour) ? oui / non

PERSONNE(S) DE CONTACT

Prénom – Nom :

Lien de parenté :

Téléphone (fixe et portable si possible) :

AVEZ-VOUS UNE ASSURANCE RAPATRIEMENT ? OUI / NON

Nom de l'assurance et N° de Police :

N° de téléphone à appeler :

Couvre-t-elle les activités de montagne (raquettes à neige) ? oui / non

*A noter qu'Immersion Montagne ne vous couvre pas pour les accidents, séjours annulés ou écourtés.
A vous de vérifier avec votre assurance et/ou mutuelle si vous êtes couverts. Dans le doute, le Vieux
Campeur ou les Clubs de montagne proposent des assurances adaptées à la montagne couvrant le
rapatriement et certains frais médicaux.*

NIVEAU PHYSIQUE

Faites-vous un sport d'endurance régulièrement ? Si oui, lequel ?

Quelle expérience de montagne avez-vous (durée, dénivelé, difficulté) ? En hiver ?

Avez-vous déjà randonnée sur plusieurs jours (durée, dénivelé, difficulté...) ? En hiver ?

Attention : Merci de bien prendre connaissance de la liste de tout l'équipement que vous devez apporter pour le séjour. Chaque élément de cette liste fera la différence entre une expérience enrichissante et un plan galère ;)

SANTE, REGIME ET ALLERGIES

Avez-vous des allergies (piques d'insectes, médicaments, aliments...) ?

Avez-vous des problèmes de santé susceptibles d'affecter votre activité physique ? Par exemple diabète, problèmes cardiaques, asthme, fragilités physiques (genoux...), opérations récentes ...

Précisez tout régime alimentaire (végétarien, sans lactose, sans gluten...) :

Attention : j'aurai une trousse à pharmacie pour les petits bobos mais vous êtes en charge d'apporter vos médicaments personnels.

EQUIPEMENT

Apportez-vous :

- Des raquettes : Oui/Non
- Des bâtons (impérativement avec des grosses rondelles) : Oui/Non

Taille/Poids/Pointure (pour évaluer la taille de raquettes à vous fournir si vous n'en avez pas) :

QUE SOUHAITEZ-VOUS ME FAIRE SAVOIR ? ENVIES, APPREHENSIONS...

PROGRAMME (TRES) INDICATIF

J1 : Samedi 15 janvier

RDV au parking de l'Auberge de Combeau à 11h. Nous ajusterons l'heure de RDV suivant les horaires de train. Après avoir posé les affaires à l'Auberge et s'être équipé, nous marcherons en direction de la Tête de Praorzel avec un pique-nique en chemin.

Environ 3-4h de marche, + 300 m de dénivelé.

Transport à votre charge. Pique-nique et diner (hors boissons) inclus.

J2 : Dimanche 16 janvier

Après le petit déjeuner à l'Auberge de Combeau, nous chargeons les sacs et la pulka (traineau qui portera une partie de nos vivres, tiré à tour de rôle par ceux qui le souhaitent, si l'enneigement le permet). Nous partons pour une longue et magnifique journée à travers les différents paysages de la Réserve naturelle du Vercors. Nous parcourons les forêts de hêtres, les grands alpages et les forêts de résineux, le tout sur environ 6h de marche, plus selon les conditions de neige.

Nous atteignons la bien méritée Bergerie des Chaumailoux. Cette cabane entretenue par des bénévoles nous offre son poêle réconfortant, des couvertures et matelas ainsi qu'une petite cuisine et des toilettes (pas de douche). Nous faisons fondre la neige pour nous hydrater (en plus du vin...).

Environ 6-7h de marche, + 500 m de dénivelé.

Petit déjeuner, déjeuner et diner inclus.

J3 : Lundi 17 janvier

Une journée sacs légers sur les Hauts Plateaux, en direction du Grand Veymont. Les reliefs ne sont pas très marqués, facilitant le déplacement mais complexifiant l'orientation. Une excellente occasion de sortir la carte et la boussole ! La vue sur le Veymont et le Mont Aiguille sont magnifiques. Retour le soir au chaud dans notre cabane des Chaumailoux.

Environ 5h de marche, +200m de dénivelé.

Petit déjeuner, déjeuner et diner inclus.

J5 : Mardi 18 janvier

Après le petit déjeuner, nous chargeons les sacs et les pulkas pour prendre le chemin du retour. Si nous en avons la possibilité, nous passerons sous la Montagnette. Cette journée sera de nouveau assez longue, ce sera une journée pleine pour les jambes et pour les yeux. Retour aux voitures vers 15h, à temps pour prendre un train en gare de Vallorbe.

Environ 6h de marche, +300m de dénivelé.

Petit déjeuner, déjeuner inclus.

Ce programme est susceptible d'évoluer fortement en fonction de la météo et du groupe.

PAIEMENT

Coûts

Le coût est de 370 € par personne, sur une base de 6 participants. Il inclut l'encadrement par une accompagnatrice en montagne ainsi qu'une contribution à une caisse commune pour couvrir les frais logistiques de l'accompagnatrice, les nuitées en dortoir (refuge et auberge), l'ensemble des repas, les boissons (sauf le 1^{er} soir), le matériel commun dont la pulka, et les raquettes et bâtons.

Le transport jusqu'au lieu de RDV, les boissons du 1^{er} soir, votre assurance et votre équipement personnel hors raquettes, restent à votre charge.

Règlement

L'inscription sera confirmée à l'envoi de cette fiche d'inscription et d'un versement d'arrhes de 70€ par personne, par virement, Paypal (0668056358 ou lolirene2408@hotmail.com) ou par chèque à l'ordre d'Irene Alvarez à l'adresse suivante (le chèque ne sera encaissé qu'au moment du séjour ou en cas d'annulation de votre part) :

Irene Alvarez
55 chemin du Sapi
74400 Chamonix Mont-Blanc

L'intégralité du séjour est due au plus tard le premier jour du séjour.

- La participation à la caisse commune de 220 € est à apporter le 1^{er} jour en espèces. Elle sera mise dans un pot commun qui permettra de payer la nourriture, le logement, le déplacement de l'encadrante, le matériel commun... *Attention : il n'y a pas de distributeur d'argent dans les montagnes ☺, merci de prendre vos dispositions avant le séjour.*
- La rémunération de l'encadrante, soit 150 € (ou 80 € si vous souhaitez que j'encaisse votre chèque d'arrhes) peut être réglé par chèque, espèces ou virement.

Conditions d'annulation

En cas d'annulation de votre part (sauf conditions sanitaires - voir ci-dessous) :

- Plus de 21 jours avant le séjour : les arrhes seront remboursées
- Entre 21 et 4 jours avant le séjour : les arrhes ne sont pas remboursées
- Moins de 4 jours avant le début du séjour : la totalité du séjour est due.

Si le séjour est annulé à notre initiative pour des raisons météorologiques ou manque de participants par exemple, la totalité du séjour vous sera remboursée, en dehors de vos frais de déplacement et d'équipement.

Si la situation sanitaire devait de nouveau se dégrader, Immersion Montagne se réserve le droit d'annuler le séjour en cas de restrictions préfectorales ou nationales. Dans ce cas, les participants se verront rembourser les arrhes versées pour le séjour. Les autres frais engagés par les participants (transport, logement, équipement...) resteront à leur charge. Si vous annulez de votre propre fait pour des raisons sanitaires, les arrhes ne vous seront pas remboursées pour couvrir les frais de logement non remboursables qui auront été engagés.