

WEEK END TRAPPEUR ABONDANCE

En Vallée d'Abondance
Randonnée itinérante avec nuit en refuge
2 jours / 1 nuit



Entre le lac Léman et le Mont-Blanc, il existe un massif qui a su conserver ses traditions : le Chablais, dont le nom désigne les raides couloirs dans lesquels les bûcherons font descendre les troncs.

Les balades en raquettes y ont un goût de terroir. Ici, plus qu'ailleurs, la montagne se prête à la randonnée en raquettes sur deux jours.

Le refuge est niché au milieu d'un village endormi sous la neige dans un vallon paisible que seul le bruissement de nos raquettes dans la neige viendra animer. Les sommets alentour offrent des itinéraires fiables et sont de magnifiques belvédères.

Un week-end inoubliable en perspective !

PROGRAMME

Jour 01 : Samedi : Accueil à 09h30 gare de Thonon.

Transfert à Abondance.

Nous marchons en face sud avec une jolie vue sur le Mont de Grange (2400 m), l'un des plus hauts sommets du massif. Pique-nique sur les Plagnes, puis c'est la découverte du valon suspendu de Ubine. Le village endormi sous la neige est dominé par la face nord du Mont Chauffé. Installation au refuge puis ascension de la tête de Lachau (1920 m) pour les plus courageux.

Dénivelée : + 450 m ou 920 m / -120 m ou 600 m

Longueur : 4 ou 7 kms

Jour 02 : Dimanche : Randonnée en raquettes jusqu'aux alpages de Bise, au pied des falaises des Cornettes de Bise, autre sommet majestueux du massif du Chablais. Ambiance sauvage dans cette vallée très peu fréquentée en hiver. Ou ascension de la pointe d'Autigny (1808 m) qui est un remarquable belvédère sur l'ensemble des montagnes du secteur. Puis glissades et toboggans au cours de la descente. Transfert à la gare de Thonon.

Fin du séjour vers 16h15.

Dénivelée : + 400 m / - 900 m

Longueur : 6 kms

- Ce programme est indicatif, il peut être modifié par votre accompagnateur pour s'adapter aux conditions météorologiques et nivologiques -

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Samedi à 09h30 à la gare de Thonon les Bains.

Les personnes en voiture suivront notre minibus jusqu'à Abondance.

Accès train :

Lyon 06h38 – Thonon 09h29 (Via Geneve)

Genève 08h32 – Thonon 09h29

Paris (le vendredi) 14h18 – Thonon 19h02 (Via Geneve)

DISPERSION

Le Dimanche en gare de Thonon les Bains vers 16h15.

Retour train :

Thonon 16h55 – Paris 21h22

Thonon 16h55 – Genève 17h27

Thonon 16h30 – Lyon 19h22

Hébergements avant ou après la randonnée :

Thonon :

Hotel** à l'Ombre des Marronniers 04 50 71 26 18 (accessible par l'ascenseur depuis la gare)

NIVEAU

Pour marcheurs sportifs

Randonneur niveau 3 sur échelle de 5.

Il est préférable d'avoir déjà pratiqué la randonnée en raquettes à neige.

Dénivelée moyenne : 400 m

Maximum : 500 m

Horaire moyen : 4 h 00 mn

Maximum : 5 h 30 mn

HEBERGEMENT

Une nuit en refuge. Il y a de fortes chances que nous soyons les seuls occupants du refuge. Nous ferons du feu dès notre arrivée, cela suffit à réchauffer la salle et le dortoir. Les sanitaires sont inutilisables en hiver (à cause du gel), donc il est juste possible de se laver les dents, ou de se rouler dans la neige ! Les WC sont rustiques !

Les repas

A midi nous mangeons un pique-nique agrémenté d'une boisson chaude. Le plus souvent votre accompagnateur choisit un endroit abrité s'il fait froid : chalet d'alpage, refuge, sous-bois ... ou dans la neige pour profiter du soleil quand le temps le permet.

Le soir nous préparons ensemble la fondue que nous allons déguster (prévenez nous si vous n'aimez pas le fromage).

Le petit déjeuner est constitué de biscuits, chocolat, fruits et boisson chaude. Les pique-niques sont copieux et accompagnés d'une boisson chaude. Si la température est basse, votre accompagnateur fera le maximum pour trouver un abri (chalet ou cabane) de manière à profiter du repas et de la pause de midi.

Les provisions pour les repas sont réparties dans les sacs.

TRANSFERTS INTERNES

Entre Thonon et le départ de la randonnée, nous utilisons notre minibus et les voitures des participants pour faire la navette (30 km).

PORTAGE DES BAGAGES

Le poids de votre sac avec vos affaires personnelles ne doit pas dépasser 6 kg car les provisions pour les repas seront réparties dans les sacs des participants.

GROUPE

6 à 12 personnes.

ENCADREMENT

Bernard, Jean Luc ou Benoit, Accompagnateurs en Montagne du Pays, spécialistes de la randonnée hivernale.

MATERIEL FOURNI

Pour ces randonnées en raquettes il vous sera fourni une paire de raquettes "TSL" très performantes. Leur système de fixation s'adapte à tous les types de chaussures (si vous avez un doute appelez-nous). Pour compléter l'équipement nous vous proposons des bâtons de ski.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vous trouverez cet équipement dans les magasins de notre partenaire :

www.auvieuxcampeur.fr



Nous vous conseillons d'emporter OBLIGATOIREMENT :

- sac à dos de 45 ou 50 litres au moins (sur lequel on puisse fixer les raquettes)
- chaussures de randonnée imperméables
- chaussettes en laine + 1 paire de rechange
- guêtres, gants ou moufles, bonnet
- pantalon aussi étanche que possible
- chemise chaude ou pull col montant
- pull chaud ou veste polaire
- anorak, doudoune ou veste type Gore Tex
- gourde 1 litre (alu léger ou isotherme)
- lunettes de soleil, crème solaire, protection lèvres
- couteau pliant type Opinel
- un sous vêtement + un de rechange
- un drap-sac
- une paire de crocs ou tong

EVENTUELLEMENT :

- une petite pharmacie (entre autres de quoi soigner d'éventuelles ampoules)
- des sous-vêtements en microfibre
- une cape de pluie ou un parapluie
- une lampe de poche
- des jumelles
- un appareil photo

DATES ET PRIX

Dates : samedi et dimanche	Prix par personne
01 et 02 février 2025	195 €
15 et 16 février 2025	195 €
01 et 02 mars 2025	195 €

LE PRIX COMPREND

- les frais d'organisation et l'encadrement
- la nourriture et l'hébergement en pension complète
- le prêt du matériel, raquettes et bâtons
- le vin pour la fondue, mais n'hésitez à apporter une spécialité de votre région

LE PRIX NE COMPREND PAS

- les boissons et dépenses personnelles
- l'équipement individuel
- le moyen de transport jusqu'au lieu de rendez vous
- les assurance annulation - assistance - rapatriement - interruption

POUR EN SAVOIR PLUS

CLIMAT – ENNEIGEMENT

Nous sommes avant tout des randonneurs et si la neige vient à manquer nous assurons tout de même le départ de nos séjours.

L'ambiance et la luminosité hivernale seront au rendez-vous même si il faut porter les raquettes sur le sac pour rejoindre la neige.

L'ITINERAIRE EN RAQUETTES

La première journée est assez courte (3 à 4h00 de marche), elle permet d'atteindre le refuge tôt. Les sacs sont laissé au refuge (Ubine ou les Tinderets selon les conditions nivologiques), le feu est allumé, et nous pouvons aller nous balader au dessus du refuge (très joli secteur).

Le lendemain une belle balade au départ du refuge nous permet d'atteindre un sommet et de profiter du panorama sur le massif du Chablais, le lac Léman et le Mont-Blanc (3h00 de montée et 2 h00 de descente). Notre itinéraire ne nous permet pas de repasser au refuge au retour.

INFORMATION SUR LA REGION

L'hôtel est situé dans la vallée de Bernex, très ouverte et orientée soleil couchant, à 900m d'altitude. Pour la plupart des balades nous prendrons un minibus pour rejoindre le départ (10 mn environ). Chaque balade à pour objectif un col ou un sommet. Elles se déroulent d'abord dans une belle forêt d'épicéa, puis nous débouchons dans les alpages d'où la vue porte sur les massifs alentours, dont le Mont-Blanc. Le lac Léman est omniprésent, parfois juste sous nos pieds, ou bien plus au loin entre 2 montagnes.

Les sommets sont élancés et esthétiques, composés d'une falaise abrupte en versant nord, alors que l'accès se fait par le versant sud plus doux !

BIBLIOGRAPHIE

- "Au fil de la Dranse" Bruno GILLET.
- Alpes Magazine n° 16, "Evian, la mémoire de l'eau", p.26.
- Alpes Magazine n° 41, "Le Léman, la mer à la montagne", p.26.
- Alpes Magazine n° 53, "Quelques lettres du Léman", p.93.
- Alpes Magazine n° 55, "Val d'Abondance – Val d'Illiez : ils sont cousins cousines", p.59.
- Alpes Magazine n° 77, "Thonon – Evian, de l'eau, rien que de l'eau", p.76.

CARTOGRAPHIE

La carte IGN du secteur dans lequel nous allons nous balader est la série TOP 25 - 3528 ET.

ADRESSES UTILES

Itinéraire : www.viamichelin.fr

SNCF : Tel :0 892 35 35 35 ou <http://www.voyages-sncf.com>

CFF : trains suisses <http://www.sbb.ch/fr/>

Co-voiturage : www.covoiturage.fr www.123envoiture.com www.allostop.net

INSCRIPTION, ANNULATION & ASSURANCES

INSCRIPTION

En ligne sur notre site internet www.espace-evasion.com , ou en renvoyant la fiche d'inscription signée et un acompte de 30%, vous recevrez alors une confirmation d'inscription.

Inscription à plus de 22 jours du départ : aucun frais de dossier

Inscription entre 21 jours et 8 jours du départ : frais de dossier : 10 € (20 € pour les voyages et les séjours en liberté)

Inscription à moins de 8 jours du départ : frais de dossier : 20 € (30 € pour les voyages et les séjours en liberté) (Le paiement doit être obligatoirement effectué par carte de crédit)

ANNULATION

ANNULATION De notre part :

ESPACE EVASION se réserve le droit d'annuler un séjour en cas d'insuffisance de participants (6 minimum, sauf cas particuliers précisés) ou par suite de conditions particulières qui risqueraient de compromettre le bon déroulement du séjour.

En cas d'insuffisance de participants, ceux-ci seront prévenus dans un délai minimum de 14 jours. Il vous sera proposé plusieurs solutions de remplacement. Si aucune solution ne vous convient, vous serez remboursé intégralement.

ANNULATION De votre part :

En cas de désistement de votre part (sauf si vous trouvez un remplaçant), les frais d'annulation à votre charge sont les suivants (la date prise en compte est celle à laquelle ESPACE EVASION a pris connaissance du désistement) :

Dans le **cas général**.

- Jusqu'à 31 jours du départ : 10 % du montant du séjour, avec un minimum de 30 €.
- Entre 30 et 21 jours : 35 % du montant du séjour.
- Entre 20 et 14 jours : 50 % du montant du séjour.
- Entre 13 et 2 jours : 75 % du montant du séjour.
- A moins de 2 jours du départ : 100 % du montant du séjour.

Dans le cas particulier de séjour incluant l'émission d'un **billet d'avion non remboursable** ou **l'affrètement d'un bateau**.

De 90 à 45 jours avant le départ : 1 000 €

De 44 à 31 jours avant le départ : 60 % du montant du séjour

A 30 jours et moins du départ : 100 % du montant du séjour

Pour les **groupes constitués auxquels il est proposé un tarif par personne**, le désistement d'une partie seulement des participants entrainera une modification du tarif pour les autres participants, ou sera soumise à des frais d'annulation de 100% quelque-soit la date de l'annulation.

Pour la prise en charge de ces frais, nous vous conseillons vivement de souscrire une assurance annulation. **L'assurance n'entre en vigueur que si votre voyage est soldé.**

Tout participant abrégant un séjour, ne respectant pas les lieux, dates ou heures de rendez-vous, ne pourra prétendre à aucun remboursement, de même qu'une exclusion décidée par votre accompagnateur, pour niveau insuffisant ou non-respect des consignes de sécurité.

ASSURANCES ANNULATION, FRAIS DE RECHERCHE ET SECOURS, ASSISTANCE - RAPATRIEMENT- INTERRUPTION

Nous vous proposons trois formules d'assurances au choix :

- **Assurance Annulation + Assurance Bagages + extension Epidémies (3,4 % du montant du séjour avec un minimum de 4 €/personne).**

- **Assurance Frais de Recherche et Secours + Assistance Rapatriement + extension Epidémies (2 % du montant du séjour avec un minimum de 4 €/personne).**
- **Assurance Multirisques Annulation + Assurance Bagages + Retard de transport, Frais de Recherche et Secours, Assistance Rapatriement, Interruption de Séjour + extension Epidémies (4.8 % du montant du séjour avec un minimum de 11 €/personne).**

Les garanties détaillées et les exclusions sont portées sur le fascicule : Annulation – Assistance Frais médicaux et Interruption de séjour et d'activités ASSURINCO MUTUAIDE Vagabondages contrat n° 4637 joint à votre confirmation d'inscription. Il est disponible sur www.espace-evasion.fr/telechargements ou sur simple demande. Attention, ce contrat s'adresse uniquement aux personnes dont le domicile principal est situé en France ou en Europe.

L'assurance Annulation

L'assurance entre en vigueur dès la souscription et si votre voyage est soldé. Les événements garantis sont :

- L'annulation pour **motif médical** : maladie grave, accident corporel grave ou décès de vous-même, un membre de votre famille...
- L'annulation pour **causes dénommées** :
 - * Dommages graves ou vols dans locaux privés ou professionnel, convocation en tant que témoin ou juré d'assise, ..., une franchise de 30 € par personne est déduite par l'assureur.
 - * La mutation professionnelle, la suppression et la modification des dates de congés payés du fait de l'employeur, vol des papiers d'identité, ... (franchise de 100 € par personne).
- L'annulation toutes **causes justifiées** (franchise de 10 % du montant des frais d'annulation avec un minimum de 50 € par personne et 150 € par dossier).
- **Assurance Bagages** : plafond de 1500 €

Extension Epidémies :

- Annulation pour maladie en cas d'épidémie/pandémie, refus d'embarquement suite à prise de température, en cas d'absence de vaccination devenue obligatoire (franchise de 10 % du montant des frais d'annulation avec un minimum de 50 € par personne).

Les frais d'annulation restant à votre charge vous seront remboursés par l'assureur, déduction faite de franchise éventuelle, des frais de dossier, de visa, des taxes portuaires et aéroportuaires et du montant des assurances. Ils sont calculés en fonction de **la date de constatation médicale ou de l'événement qui entraîne l'annulation.**

Cas Particuliers concernant les voyages à l'étranger

Dans le cas d'un billet d'avion émis à l'avance, que ce soit à votre demande ou en raison de la politique de certaines compagnies aériennes pour certains types de tarif, il sera facturé des frais d'annulation égaux à 100 % du prix du billet, quelle que soit la date de l'annulation.

L'Assurance Frais de Recherche et Secours, Assistance Rapatriement

La garantie de l'assuré prend effet dès le départ du séjour et cesse lors du retour du voyage. Les événements garantis par notre contrat souscrit pour vous auprès de Mutuaide Assistance sont :

- les frais de recherche et secours jusqu'à un plafond de 10 000 €,
- le rapatriement avec assistance en cas d'atteinte corporelle grave,
- les frais médicaux hors du pays de résidence,
- la prolongation de séjour (10 nuits maximum)
- l'avance de fonds à l'étranger,
- la prise en charge d'honoraires d'avocats à l'étranger jusqu'à un plafond de 5 000 €,
- la responsabilité civile vie privée à l'étranger
- ...

Extension Epidémies :

Frais hôteliers suite à mise en quarantaine (80 €/nuit – maxi 14 nuits)

Soutien psychologique suite à mise en quarantaine

Frais médicaux sur place

Retour impossible suite à vol annulé par autorités ou compagnie aérienne (1000 €)

Frais hôteliers suite retour impossible (80 €/nuit – maxi 14 nuits)

L'Assurance Multirisques

Cette assurance reprend **les garanties des assurances annulation et assistance rapatriement**, elle est complétée par deux garanties :

Interruption de séjour : uniquement disponible dans la formule multirisques à 4.8 %.

La garantie de l'assuré prend effet dès le départ du séjour et cesse lors du retour du voyage.

Les événements garantis sont :

- l'interruption de séjour jusqu'à un plafond de 30 000 € par événement, ou d'activité 100 € par jour (maximum 3 Jours)

Retard de transport : uniquement disponible dans la formule multirisques à 4.8 %.

Si vous avez subi un retard de transport plus de 4 heures (avion, train, bateau), une indemnité avec plafond de 50 € par personne pour un retard de 4 à 8 h, de 100 € par personne pour un retard supérieur à 8 heures

Les indemnités sont cumulables si le retard est subi par le trajet aller, le trajet retour ou un trajet pendant le voyage.

Nous déclinons toute responsabilité en cas de difficulté avec votre assureur si ces prestations ne couvrent pas les conditions ou les activités du voyage. Si des frais supplémentaires sont exposés de ce fait pour votre retour, nous nous réservons le droit de vous les facturer.

Pour les séjours à l'étranger, les participants possédant une assistance rapatriement personnelle devront remplir un formulaire et nous fournir une attestation de leur assurance. Il est notamment important de vérifier que votre destination ne fait pas partie des pays exclus.

Vérifiez notamment que vous possédez une garantie « frais de recherche et secours » avec un plafond suffisamment élevé. En particulier, les assurances des cartes bancaires couvrent l'assistance-rapatriement, mais les assurances des cartes bancaires de base (et certaines cartes bancaires haut de gamme) ne possèdent pas de garantie «frais de recherche et secours».

ESPACE EVASION

Agence de Voyages – IM.074.10.0036

Garantie financière : Groupama – 5, rue du Centre - 93199 NOISY LE GRAND Cedex

Assurance responsabilité civile professionnelle : MMA Mutuelles du Mans Assurances –
Sarl SAGA – BP 54 – 69922 OULLINS Cédex