

www.arcanson.com



DOUCES VALLEES DU VERCORS EN FAMILLE

Randonnée itinérante à VTT, en liberté

6 jours, 5 nuits, 6 étapes VTT

75 à 94 km, 2 100 à 2 700 m de dénivelée positive cumulée

Chers parents :

- vos enfants sont déjà accros aux joies du **VTT** et ne peuvent plus descendre de leurs montures lorsqu'ils sont dessus !
- vos enfants rêvent d'une aventure en montagne ou d'un **petit défi sportif**,
- vous avez envie de partager avec vos enfants les plaisirs d'un **premier séjour en itinérance** (qui sera certainement le début d'une longue série).

Si l'une de ces situations (voire les 3) vous correspond, alors nous avons **LE** terrain de jeu pour vous exprimer : **le Vercors**.

Premier massif des Préalpes, le Vercors est un fabuleux espace de découverte pour les amoureux en herbe du 2 roues : paysages **vallonnés**, **sentiers adaptés**, petits **single-tracks** pour les sensations. Il faudra tout de même donner quelques coups de pédales dans les montées pour mériter les panoramas de rêve !

Vos soirées seront belles et conviviales : nous vous avons sélectionné **des hébergements variés** à taille humaine, dont l'accueil est particulièrement adapté aux familles. Les enfants adoreront la magie d'une soirée en refuge, absolument inoubliable !

Alors prêts ? Pédalez !

Les plus de ce circuit :

- un circuit adapté à la découverte de l'itinérance en VTT avec plusieurs possibilités de niveau pour que chaque mini-rider s'amuse,
- des hébergements conviviaux et familiaux sélectionnés pour la qualité de leur accueil,
- 1 nuit en refuge authentique au cœur des alpages et de la forêt.

PROGRAMME

JOUR 01 : ACCUEIL À MÉAUDRE

Accueil à Méaudre en début d'après-midi. Une première mise en jambes dans le Bike Park de Méaudre pour enchaîner quelques bosses et lacets sympa. En fin de journée, pendant que Papa (ou Maman) vérifie les vélos pour le lendemain, les plus curieux peuvent aller découvrir la Ferme de la Bourrière à l'heure de la traite des vaches !

Hébergement en gîte confortable ou hôtel 2*.

Distances - Dénivelée - Temps de marche – Technique

Dénivelée : + 410 m; - 410 m - Longueur : 16 km - Horaire : 2 h 30

Possibilité de monter avec le télésiège lors des périodes d'ouverture de la station (achat des pass journée sur place).

JOUR 02 : MÉAUDRE - GÈVE – AUTRANS

Après un bon petit-déjeuner à base de tartines, de confitures et de miel, vous débutez par la traversée du Val de Méaudre-Autrans. Une belle entrée en matière qui vous permettra certainement de faire les derniers réglages. Place ensuite à l'ascension vers le plateau de Gève. C'est ici que l'on peut croiser les sportifs s'entraîner au biathlon (ski de fond et tir à la carabine). On y croise les « grands noms » comme Martin Fourcade, Emilien Jacquelin...

Hébergement en hôtel 2 ou 3*.

Distances - Dénivelée - Temps de marche – Technique

Dénivelée : + 370 m; - 340 m - Longueur : 20 km - Horaire : 4 h

Dénivelée : + 460 m; - 410 m - Longueur : 27 km - Horaire : 5 h

JOUR 03 : AUTRANS - LA MOLIÈRE (LES FENEYS)

Aujourd'hui vous avez le choix de faire une boucle variée le long des pistes du domaine de Gève tout en passant près de l'auberge ; ou bien de suivre directement le parcours par la piste des Sabots puis celle des Pichères. Cette dernière est un peu raide sur le premier tronçon et devient plus facile jusqu'à la route de la Molière. Vous apprécierez l'ambiance cosy et le coucher de soleil depuis la terrasse du refuge.

Hébergement en refuge d'alpage, au milieu des génisses en estive. Il n'y a pas de douches, mais il y a un petit lavabo pour faire une toilette de chat !

NB : Si vous choisissez de faire ce circuit en VTT à assistance électrique, sachez que vous ne pourrez pas recharger votre batterie dans cet hébergement qui s'alimente en électricité avec un panneau solaire.

Distances - Dénivelée - Temps de marche – Technique

Dénivelée : + 570 m; - 80 m - Longueur : 15 km - Horaire : 4 h

Dénivelée : + 725 m; - 240 m - Longueur : 19 km - Horaire : 5 h

JOUR 04 : LA MOLIÈRE (LES FENEYS) - LANS EN VERCORS

L'alpage de la Molière, un lieu incontournable. Un vaste plateau ouvrant une large vue sur les Alpes où pâturent durant l'été quelques 300 génisses. Sur les flancs de l'alpage de magnifiques cheminées de

fé nous guettent. Un premier parcours est principalement descendant et facile jusqu'à Lans ; le second emprunte la ligne de crête avec plus de rythme et de passages techniques. On parle ici de vrai VTT.

Hébergement en hôtel 2* ou chambre d'hôte, avec piscine pour le plus grand bonheur des kids!

Distances - Dénivelée - Temps de marche – Technique

Dénivelée : + 270 m, - 770 m - Longueur : 14 km - Horaire : 3 h 00

Dénivelée : + 350 m, - 850 m - Longueur : 20 km - Horaire : 4 h 30

JOUR 05 : LANS EN VERCORS – CORRENÇON

C'est aujourd'hui la traversée du Val de Lans. Un paysage ouvert avec en toile de fond la chaîne orientale du massif : le Roc Cornafion et la Grande Moucherolle. Le parcours devient plus vallonné depuis le pied du village de Villard pour prendre régulièrement de l'altitude jusqu'à votre arrivée. Pas de difficulté technique aujourd'hui. En guise de variante, vous pouvez en début d'étape faire la boucle du Bec de l'Aigle ; un parcours plus sportif et technique que l'étape directe. Et si après cette journée les enfants en ont encore sous le pneu: accédez au mini bike park de Corrençon tout proche du village pour quelques *laps* supplémentaires.

Hébergement en auberge confortable.

Distances - Dénivelée - Temps de marche – Technique

Dénivelée : + 310 m; - 240 m - Longueur : 19 km - Horaire : 3 h 30 à 4 h

Dénivelée : + 430 m; - 370 m - Longueur : 24 km - Horaire : 5 h à 5 h 30

JOUR 06 : CORRENÇON – MÉAUDRE

Depuis l'extrémité Sud du pays des Quatre Montagnes, vous allez rejoindre Méaudre. L'itinéraire débute par la forêt de Bois Barbu pour enchaîner par les magnifiques gorges du Méaudret et son cheminement tantôt le long de la rivière tantôt la surplombant. Fin de votre séjour à Méaudre dans l'après-midi, bravo pour cette aventure en famille dans le Vercors!

Distances - Dénivelée - Temps de marche – Technique

Dénivelée : + 350 m; - 440 m - Longueur : 15 km - Horaire : 3 h 30

Dénivelée : + 410 m; - 520 m - Longueur : 21 km - Horaire : 4 h 00

COMPLEMENT DE PROGRAMME

Nous pouvons être parfois amenés à modifier quelque peu l'itinéraire indiqué pour des raisons météorologiques ou de modification de l'état du terrain (éboulements, sentiers dégradés, etc.). Faites-nous confiance, ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et un meilleur confort !

Envie d'un séjour VTT plus sportif avec votre tribu? Découvrez nos circuits dédiés au «**Grand Tour du Vercors**» avec une déclinaison de 5 programmes proposant des niveaux techniques et physiques différents.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Le jour 01 entre 14 h et 19 h au 1er hébergement, hameau des Gaillardes, 2195 route de la Croix Perrin, à Méaudre. Votre chambre sera prête à 15 h 00.

Si vous arrivez en retard ou en cas de problème de dernière minute : appelez le **04 76 95 23 51**.

Arrivée en voiture :

* **En venant du Nord** via Grenoble : prendre la sortie n°14 "St Egrève Le Fontanil, Sassenage" de l'autoroute A48. Suivez alors la direction de Sassenage, Villard de Lans. Au rond-point de Sassenage, commence la montée sur le plateau par la D531. À Lans en Vercors, prendre à droite direction Autrans par la D106. Passer le col de la Croix Perrin et redescendre. Au pied du col, prendre à gauche direction Méaudre.

* **En venant du Sud** via Valence : prendre l'autoroute A49 pour Grenoble. Prendre la sortie n°8 « Aire Royans-Vercors, Villard de Lans ». Puis suivre Villard-de-Lans (D 531) par les gorges de la Bourne. Aux Jarrands, continuer votre route à gauche par la D106 pour Méaudre. Traverser le village en direction de Grenoble. Faire 2 km avant d'atteindre votre destination. Attention cet itinéraire est dévié à certaines périodes de l'année (printemps et automne en général). Nous vous conseillons alors de rejoindre alors Grenoble par l'A49 et de suivre ensuite le descriptif « en venant du Nord ». Info Routes au 08 92 69 19 77 ou www.itinisere.fr.

Arrivée en train et bus :

Train ou TGV jusqu'à Grenoble puis bus jusqu'à **Méaudre**.

Train / TGV pour Grenoble :

Horaires disponibles auprès de la SNCF sur www.sncf-connect.com (ou par téléphone au 36 35) ou encore sur le site www.bahn.com/fr.

Puis bus régulier Grenoble - Lans - Méaudre :

Ligne T64 puis T66. Il se prend depuis la gare routière, attenante à la gare SNCF. Achat du titre de transport directement à la gare routière de Grenoble (6,90 € le trajet). Bus équipés de porte-vélo l'été. Le premier hébergement est situé à 2,5 km de l'arrêt de bus.

Horaire à titre d'exemple du bus Car Régions Auvergne-Rhône-Alpes :

Grenoble 17 h - Méaudre 18 h 21 (place du village).

Horaires à vérifier auprès de la compagnie de **Cars Régions Auvergne-Rhône-Alpes**.

Tel : 04 26 16 38 38 ou www.carsisere.auvergnerhonealpes.fr.

DISPERSION

Le jour 06 en fin d'après-midi à Méaudre.

Retour en voiture :

Itinéraire inverse de celui de l'aller.

Retour en train et bus :

Vous prenez un bus au départ de Méaudre pour rejoindre la Gare TGV de Grenoble. Bus pour Grenoble (ligne T66 puis T64) .

Horaires disponibles auprès de la compagnie Cars Régions Auvergne-Rhône-Alpes (Transisère) au 04 26 16 38 38 ou www.carsisere.auvergnhonealpes.fr.

Train / TGV au départ de Grenoble : horaires disponibles auprès de la SNCF sur www.sncf-connect.com ou par téléphone au 36 35 ou encore sur le site www.bahn.com/fr.

Hébergement avant et après la randonnée :

Si vous désirez arriver la veille ou prolonger votre séjour dans le Vercors, merci de réserver à l'avance (voir les options).

NIVEAU

Circuit pour familles et enfants ayant l'habitude de rouler en VTT sur terrains variés et en montagne.

Niveau Physique 1 sur une échelle de 4 :

Vous êtes en bonne santé et avez une activité physique irrégulière.

Vous pratiquez le VTT occasionnellement et voulez un séjour détente et découverte.

Les itinéraires proposés varient de 12 à 25 km et le dénivelé positif varie de 230 à 740m.

Niveau Technique 1 sur une échelle de 4 - Débutant

Pas de connaissance spécifique en VTT.

Pratique sur chemin et terrain roulant.

Lecture de carte nécessaire.

HEBERGEMENT

4 nuits en chambre de 2 à 4 personnes avec salle d'eau privée. Draps et serviette fournis.

1 nuit en dortoir partagé avec d'autres randonneurs, WC communs, pas de douche. Vous n'avez pas besoin d'un gros duvet, les couvertures sont fournies et le refuge est chauffé en cas de nuits fraîches

Jour 01 à Méaudre : gîte-hôtel 4 épis, avec espace bien-être ou hôtel 2* équivalent.

Jour 02 à Autrans : hôtel 2* ou 3*.

Jour 03 à la Molière : refuge, nuit en dortoir, pas de douche (lavabo pour toilette de petit chat). L'électricité à cet hébergement provient de panneaux solaires, si vous êtes en VTT à assistance électrique la recharge de la batterie ne sera pas possible.

Jour 04 à Lans-en-Vercors : hôtel 2* ou chambre d'hôte, avec piscine*.

Jour 05 à Corrençon : auberge confortable (type chambre d'hôte douillette)

**apporter une serviette de bain supplémentaire.*

Repas :

Dîners et petits déjeuners (formule ½ pension) servis chauds, inclus dans votre formule de séjour. Nos hôtes ont à cœur de vous faire découvrir les produits régionaux de notre terroir et de vous concocter de bons petits plats dont eux seuls ont le secret ! Allergies alimentaires à signaler à la réservation.

Pique-Niques : les repas du midi ne sont pas inclus. Pour plus de tranquillité, nous vous conseillons d'opter pour l'option pique-nique.

Si vous souhaitez commander vos pique-niques sur place :

IMPORTANT : compte tenu des contraintes d'approvisionnement de certains hébergements éloignés, la réservation est obligatoire 1 semaine avant votre séjour. Vous ne pourrez pas toujours passer

commande en derrière minute ou sur place. Prévoir 8 à 14 € / pers. / jour.

Ravitaillement dans les commerces locaux : les étapes de ce circuit ne permettent pas un ravitaillement quotidien car vous ne traversez pas toujours un village, ces informations seront détaillées dans votre topo-guide.

Pour les petites faims : parce qu'évoluer au grand air peut vous donner un petit creux, n'hésitez pas à prévoir dans vos sacs de quoi improviser une collation : barres énergétiques, fruits secs ou frais, compote, ou encore carrés de chocolat pour les gourmands, etc.

DOSSIER DE RANDONNEE

Après réception du solde et dans les 3 semaines avant votre arrivée, nous vous adressons toutes les informations utiles pour préparer votre séjour à la maison. Afin de limiter notre impact environnemental et notre usage du papier, nous vous proposons plusieurs formats de dossier randonnée VTT, à choisir à la réservation :

Choix A : Votre randonnée 100 % sur votre mobile avec mon appli *Roadbook* !

Recevez votre identifiant et un mot de passe unique pour télécharger et utiliser l'application sur votre smartphone. Vous aurez alors accès au tracé de votre voyage (fond de carte Openmap ou IGN selon circuit) jour par jour et par étape. Avec la géolocalisation en temps réel et les directions à suivre, son utilisation est simple et ludique ! Ce n'est pas une simple appli de randonnée mais **un véritable compagnon de voyage très complet**. Tout votre séjour tient dans votre poche : adresses des hébergements, infos pratiques, localisations des points de RDV pour les transferts, ravitaillement, bonnes adresses, nos panoramas préférés ainsi que tous les points d'intérêt !

Une fois le parcours téléchargé, l'appli fonctionne entièrement en mode avion. Selon l'autonomie de votre téléphone, nous vous conseillons de prendre une petite batterie externe. Pour une utilisation optimale, vous devez être équipé d'un smartphone de génération récente et le système d'exploitation doit être à jour.

Pour les mordus de l'orientation, une carte du Parc du Vercors pourra également vous être prêtée. Les étiquettes pour vos bagages (transportés par nos soins) vous seront envoyées par courrier.

Choix B : Carnet de randonnée « papier » classique :

Pour ceux qui apprécient le côté pratique des documents de voyage ! Nous vous adressons alors par courrier un **carnet de randonnée complet** (1 par groupe) constitué avec soin, celui-ci contient :

- Les informations pour votre arrivée le 1^{er} jour
- Une feuille de route détaillée indiquant le déroulé de votre séjour et des prestations réservées,
- Un topoguide complet rédigé par notre équipe pour vous accompagner sur les itinéraires de randonnée (profil, descriptif, points de ravitaillement, etc.),
- Des extraits de carte avec l'itinéraire tracé,
- La carte correspondant à votre circuit,
- Un livret culturel pour découvrir la région,
- 1 pochette « Vagabondages »,
- Les traces GPS* (format .gpx) sont fournies sur simple demande.

Le coût d'un dossier papier supplémentaire est de 65 €.

Si votre inscription intervient à moins de 3 semaines du départ, votre carnet de route sera adressé au 1er hébergement et donc remis sur place. Par précaution, nous l'enverrons « en express » (type Chronopost) ; un supplément vous sera demandé (selon tarifs en vigueur au moment de la

réservation).

*** Traces GPS :** malgré tout le soin apporté dans le relevé et la réalisation des traces GPS, leur précision n'est jamais absolue. En effet, selon le type et la précision votre appareil, la qualité du signal de réception (aussi bien lors du relevé que de son utilisation), ou encore la méthode de calcul appliqué : des écarts importants peuvent s'observer entre la réalité du terrain et ce qu'indique votre appareil. Ainsi il faut considérer les appareils de navigation comme des facilitateurs d'orientation et non comme des données d'une justesse absolue.

Choix C : Dossier 100 % numérique avec l'appli « Roadbook » + 1 carnet de randonnée « papier ».

GROUPE

2 personnes minimum.

PORTAGE DES BAGAGES

Rien à porter, excepté vos affaires de la journée. Nous assurons le transport de vos bagages afin que vous puissiez roulez léger. Vous retrouvez vos bagages tous les soirs à l'étape à partir de 16 h.

Nous assurons le transport de :

- **1 bagage / personne**, de préférence souple et pas trop volumineux (maxi 60 cm), dont le poids ne dépasse pas 10-12 kg.
- **1 caisse de matériel commune pour le groupe** : nous vous rappelons qu'il convient d'être autonome pour la mécanique quotidienne de votre monture et pour toutes les petites casses classiques occasionnées lors d'un raid comme celui-ci (crevaisons, réparation...). Si vous avez des freins à disque ou un VTT sophistiqué, prévoyez bien le matériel de réparation adéquat.

IMPORTANT :

- Nous nous déchargeons absolument de toute responsabilité en cas de détérioration de tout objet fragile (ordinateur portable, par exemple).
- Par respect pour les personnes qui transportent vos bagages, pensez que vous êtes en montagne, que les abords des hébergements peuvent être malaisés (escaliers, abords escarpés, etc.), que la place dans les véhicules est limitée et qu'il faut quelquefois parcourir quelques centaines de mètres entre le véhicule et l'hébergement.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Dans votre sac pour la journée :

- 1 petit sac à dos (15 à 20 L).
- 1 bidon ou 2, le mieux étant les poches d'eau dorsales (type Camel Back) pouvant contenir 1,5 à 2 L d'eau minimum (vous ne trouverez pas ou peu de points d'eau pour refaire le plein sur les itinéraires).
- Nécessaire pour le pique-nique : 1 couteau de poche, 1 fourchette-cuillère, 1 boîte Tupperware (certains hébergements pourront vous demander un contenant)
- Des vivres de course (parce qu'évoluer au grand air peut vous donner un petit creux, n'hésitez pas à prévoir dans vos valises : barres énergétiques, fruits secs ou quelques carrés de chocolat pour les gourmands).
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre votre argent, carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance reçu lors de votre inscription si vous avez souscrit cette assurance ou celui de votre assurance personnelle.

- 1 trousse de pharmacie personnelle (voir suggestion de trousse complète ci-dessous).
- 1 paire de lunettes de soleil, idéalement photochromique pour gérer les différentes luminosités.
- 1 foulard ou un « buff » (tour de cou) permet de parer à toutes les solutions pour couvrir le cou et la tête, qu'il fasse chaud ou froid.
- Éventuellement : un sur-sac (pour le protéger de la pluie) + 1 sac plastique solide (permettant de protéger l'intérieur) + 1 frontale ou lampe de poche.

Votre bagage complet transporté (maxi 10-12kg) :

- **1 drap-sac et serviette de toilette compact pour la nuit en refuge (J03).**
- 1 drap de bain supplémentaire et 1 maillot de bain pour les hébergements avec piscine ou espace bien-être.
- Nécessaire de toilette (privilégiez l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyage).
- Des vêtements de rechange pour le soir : pantalon léger, t-shirt propre, chaussures légères et vêtements CHAUD (veste polaire ou doudoune, il peut faire frais le soir en altitude, même en été !).
- Boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).
- Si vous portez des lunettes de vue, pensez à prendre une paire de rechange.

Suggestion de trousse à pharmacie personnelle :

- Crème solaire et écran labial.
- Vos médicaments habituels.
- Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence.
- Pastilles contre le mal de gorge.
- Bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large.
- Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes.
- Double peau (type Compeed ou SOS ampoules).
- Vitamine C.
- 1 pince à épiler.
- 1 tire-tiques.
- Stérilium gel (utile pour se laver/désinfecter les mains) et lingettes désinfectantes.
- 1 couverture de survie.

SPÉCIFIQUE VTT

- **1 casque VTT (obligatoire) en bon état idéalement avec le système de sécurité Mips.**
- Équipement de protection (recommandé) : dorsale, coudières, genouillères.
- 1 tenue de VTT adaptée : cuissard, tee-shirts respirant (manches longues, manches courtes selon la météo et la saison).
- 1 pantalon et short confortable pour le vélo (selon la météo et la saison).
- Des chaussures plates adaptées pour le vélo.
- 1 veste polaire ou une doudoune.
- 1 veste coupe-vent imperméable type Gore-Tex.
- Des gants de vélo, voire gants complets (suivant la météo et la saison).
- **1 patte de dérailleurs dite « patte fusible ».**
- 1 selle télescopique.
- Des garde-boues peuvent être utiles.
- Au minimum 2 chambres à air, rayons de rechange, etc.
- 1 jeu de patin / plaquette de frein : pensez à contrôler leur étape avant le début du séjour.
- Nécessaire de réparation (petit matériel) qui vous prendrez soin de mettre dans une caisse à part (1 caisse de réparation pour l'ensemble du groupe).

VOTRE VTT (location non incluse dans le prix du séjour) :
Vous êtes responsable du bon état général de votre VTT.

Un **VTT semi ou tout-suspendu** est le partenaire idéal pour cette aventure.

Si vous optez pour un VTT à assistance électrique : la recharge de batterie est impossible au Refuge des Feneys (J03) car le bâtiment n'est alimenté que grâce à quelques panneaux solaires.

Il convient d'être autonome pour toutes les petites casses classiques occasionnées lors d'un raid comme celui-ci (crevaisons, réparation...). Si vous avez des freins à disque ou un VTT sophistiqué, prévoyez bien le matériel de réparation adéquat.

Une liste de mécaniciens de vélo vous sera donnée à votre départ. Ces informations sont remises à jour régulièrement. En aucun cas, nous ne sommes responsables de leurs prestations ou des modifications de leurs jours d'ouverture et en particulier les jours fériés.

LOCATION VTT :

Plusieurs loueurs autour du point de départ. À contacter directement, tarifs variables selon durée du séjour & gamme choisie. Réservation à l'avance vivement recommandée. Attention aux jours de fermeture hebdomadaires de certains magasins.

À Méaudre : Cycles et Co, tél. : 04 76 95 20 44

À Autrans : Olympic Sports, tél : 04 76 95 33 41 ou La Grange aux Skis, tél : 04 76 95 32 83

À Villard de Lans : Altiplano, tél. : 04 76 46 15 81

DATES ET PRIX

Date de départ de votre choix, en fonction des disponibilités au moment de votre réservation du **1er juin au 30 septembre 2024.**

Merci de nous donner une date de départ avec + ou - 1 jour de latitude.

DATES	Famille de 2/3 personnes	Famille de 4 personnes et +
Départ à la date de votre choix, en fonction des disponibilités au moment de la réservation du 1er juin au 30 septembre 2024	755 € / adulte ou enfant 12 ans et +	665 € / adulte ou enfant 12 ans et +
	670 € / enfant de 7 à 11 ans	580 € / enfant de 7 à 11 ans

OPTIONS :

Pique-niques pour les 5 jours (J02 au J06) :

- + 62 € / adulte
- + 52 € / enfant (7 à 11 ans)

Nuit supplémentaire en ½ pension en fin de séjour :

Au gîte à Méaudre. Réservez à l'avance, nous vous offrons l'accès à l'espace bien-être !

- + 83 € / adulte
- + 64 € / enfant (7 à 11 ans)

MON DOSSIER DE RANDONNÉE :

- **CHOIX A** : avec l'appli mobile Roadbook, dossier 100 % numérique !
- **CHOIX B** : carnet de randonnée classique « papier »
- **CHOIX C** : dossier 100 % numérique + carnet de randonnée « papier ».

MODIFICATION DE RÉSERVATION : ATTENTION !

Une fois la réservation effectuée, **toute demande de modification de prestations** (d'hébergement, du nombre de personnes, du type de prestations, etc.), ne peut intervenir qu'avec notre accord et le paiement des frais induits (au minimum 65 € / personne).

Si vous souhaitez changer de programme ou de dates de séjour : il s'agit alors d'une annulation ; des frais s'appliquent selon notre barème d'annulation habituel (voir nos CGV). Une nouvelle réservation est alors nécessaire, également soumise à la disponibilité des hébergements

LE PRIX COMPREND

- L'organisation et la préparation de votre séjour.
- L'hébergement.
- La demi-pension (dîners et petits déjeuners).
- l'accès libre à l'espace bien-être du gîte-hôtel le J01.
- Les taxes de séjour,

- Le transport des bagages entre les étapes pour rouler léger,
- La mise à disposition de notre appli « *Roadbook* » avec les cartes numériques, itinéraires tracés et géolocalisation en temps réel ou 1 carnet de randonnée papier avec : topoguide, cartes, feuille de route, livret culturel, etc.
- Sur simple demande : les traces GPS (format .gpx) pour votre appareil.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le matériel et l'équipement VTT,
- Les boissons et les extras,
- Les pique-niques et les collations,
- Les serviettes de toilette et les draps pour le J03 (prévoir un drap-sac),
- Le pass journée du Bike Park à Méaudre (J01),
- Les assurances,
- Les frais d'inscription*,
- Le transport de votre domicile à l'hébergement.

* Les frais d'inscription sont offerts pour les enfants, la remise sera effectuée sur votre facture finale.

POUR EN SAVOIR PLUS

BIBLIOGRAPHIE

- Le Parc Naturel régional du Vercors a édité divers ouvrages sur la région, dont :
 - Un magnifique recueil de photos sur la réserve des Hauts Plateaux, intitulé *Vercors d'en haut*, commenté par Daniel Pennac, éditions Milan.
 - Une riche collection sur des thèmes aussi variés que les routes du Vercors, la vie monastique, les ours, les contes et légendes du pays...
 - *Un livre des enfants*, avec dessins, photos pour mieux faire comprendre à nos enfants la richesse du Vercors (sa formation géologique, la faune, la flore, L'architecture...). Titre de cet ouvrage : *Dis, raconte-moi le Vercors*.
- Pour une approche plus générale du Vercors, consultez le guide de François Ribard *À la découverte du Vercors* éditions Glénat.
- Enfin, l'association d'Histoire locale de Lans en Vercors a édité, à ce jour, 4 numéros des *Cahiers du Peuil*, dans une collection intitulée *Jadis, au pays des Quatre Montagnes* : vous y découvrirez la vie et les anecdotes d'un passé qui n'est pas si loin dans le temps...

CARTOGRAPHIE

IGN Top 25, 3235 OT.

ADRESSES UTILES

- Sites Internet :

www.vercors.com

www.parc-du-vercors.fr

- Parc du Vercors, à Lans en Vercors : tel 04 76 94 38 29

INFORMATIONS SUR LE VERCORS :

Le Vercors en 5 mots-clés : convivialité, nature, sport, détente, patrimoine !

Le nom « Vercors » viendrait du nom d'un peuple celte installé dans la région : les Vertacomiorii.

Les habitants du Vercors sont donc les **Vertacomioriens** !

Ce n'est qu'au début du XXème siècle que les géographes grenoblois définissent l'entité Vercors comme étant un massif montagneux.

Relief et Climat

Le Vercors est une entité rocheuse délimitée par 3 rivières : au nord et à l'ouest l'Isère, à l'est le Drac et au sud la Drôme. Le Vercors, massif situé sur deux départements, l'Isère et la Drôme, est composé de sept pays :

- Les Quatre Montagnes au nord-est,
- Le Royans isérois au nord-ouest,
- La Gervanne au sud-ouest,
- Le Royans drômois entre Gervanne et Royans isérois,
- Le Vercors central,
- Le Diois au sud,
- Le Trièves au sud-est.

De par sa situation géographique, le Vercors subit l'influence de différents climats. Au nord, des hivers rudes et des étés doux. Au sud, l'influence méditerranéenne adoucit les hivers et rend les étés chauds et secs.

Le paysage se compose de vastes plateaux entrecoupés de gorges profondes ou de crêtes. Ces plateaux sont à une altitude moyenne de 1 000 mètres. Les sommets les plus hauts sont sur le flanc est du massif. On y trouve la Grande Moucherolle (2 284 m), le Grand Veymont (2 341 m) ou encore le célèbre mont Aiguille (2 086 m).

Un Parc Naturel régional a été créé en 1970 et couvre une surface de 186 000 hectares. Le Tétralyre et la tulipe sauvage en sont les emblèmes. Au cœur du Parc, sur les Hauts Plateaux, s'étend la plus grande réserve naturelle de France qui couvre 16 600 hectares.

Géologie

Le Vercors est un massif calcaire constitué de sédiments qui se sont empilés pendant l'ère secondaire (-150 à -65 millions d'années). Par la suite, la tectonique des plaques a donné naissance aux Alpes. Les roches du Vercors se sont déplacées vers l'ouest. Mais, les volcans d'Auvergne, plus anciens, ont formé un barrage. C'est pourquoi le déplacement s'est accompagné d'un plissement des roches et donne au massif sa structure en tôle ondulée : anticlinaux pour les plis en voûte et synclinaux pour les plis en creux.

Depuis ses origines, le massif subit les érosions chimiques, dissolution du calcaire par l'eau et mécanique par le gel-dégel. La dissolution est visible en certains endroits, car il se forme sur les dalles de calcaire des fissures, appelées Lapiaz, qui peuvent avoir plusieurs dizaines de centimètres de profondeur à plusieurs mètres.

L'eau a ainsi façonné au fil du temps des gorges profondes, des cirques majestueux, des gouffres et des grottes parmi les plus célèbres en Europe (gouffre Berger, grottes de Choranche).

Ainsi vous découvrirez des paysages des plus divers tels que falaises, prairies herbeuses, sentiers en sous-bois, cascades rafraîchissantes ou panorama à 360°.

Tourisme

Le tourisme a commencé à se développer avec la station climatique de Villard de Lans. Les malades, atteints de tuberculose, venaient y séjourner et se mettre au soleil et au grand air sur les larges balcons des hôtels. Les remontées mécaniques apparaissent dès 1931. Après la Deuxième Guerre mondiale, nombre de mutations vont changer la vie des habitants et des touristes : achèvement de l'électrification, ouverture de nouvelles routes. Les Jeux Olympiques de 1968 de Grenoble donnent encore un élan de médiatisation avec celles du saut à ski à Saint-Nizier-du-Moucherotte et les épreuves de ski de fond à Autrans. C'est dans ce cadre que s'est développée la traditionnelle Traversée du Vercors, course de ski de fond - inspirée de la Vasaloppett en Suède - plus de 50 km et 2 000 mètres de dénivelées positives. De nombreuses modifications ont été apportées depuis 1968. Des variantes ont également été créées : la Vercorette pour les enfants et les 100 km du Vercors.

Architecture

Toute l'architecture du Vercors n'est pas identique. Elle varie en fonction de l'altitude et du climat. On retrouve tout de même certaines particularités propres au Vercors. Ainsi les maisons regroupent l'habitation et le bâtiment agricole sous le même toit. Les murs sont fait en pierre - du calcaire - et les ouvertures sont petites et orientées au sud. Le bois est très peu utilisé (malgré les ressources locales) en raison des risques d'incendie.

Le plus caractéristique de ces habitations vertacomoriennes se situe au niveau de la toiture. Celle-ci,

à deux pans, a des pentes très raides. Anciennement le chaume était utilisé. Pour la protéger du vent, on faisait dépasser les pignons au-dessus de la toiture. C'est cette forme si particulière nommée « sauts de moineaux » que l'on reconnaît l'architecture du Vercors. Les pignons en forme d'escaliers étaient recouverts de lauzes pour les protéger et éviter les infiltrations d'eau. Le chaume a, par la suite, été remplacé par de l'ardoise puis par de la tôle ou des plaques en fibrociment. Certaines toitures ont également été recouvertes de lames de bois, en épicéa de 70 cm de long appelées essendoles. Celles-ci sont superposées en trois couches successives sur la toiture.

Agriculture

La tradition du Vercors a longtemps été l'agriculture. La terre n'étant pas très fertile pour la culture, les Vertacomoricoriens se sont plutôt tournés vers l'élevage, bovin au nord et ovin au sud. Les techniques se perdent peu à peu. C'est pourquoi dans les années 1990 des jeunes agriculteurs du pays des Quatre Montagnes relancent la race bovine du pays, « la Villarde » et en même temps un fromage reconnu AOC le Bleu de Vercors - Sassenage. C'est un fromage à base de lait de vache, pour une consommation optimale, il est affiné pendant 4 semaines. Il a une pâte non cuite et il est d'une saveur très douce.

La transhumance des moutons de Provence vers les alpages s'est aussi perdue. Elle se fait de nos jours en camion. Mais, tous les ans, depuis 1991, on célèbre la Fête de la transhumance ovine à Die. Pendant quatre jours, les villages revivent au rythme du passage des bergers et de leurs troupeaux qui serpentent à travers les drailles, chemins bordés de part et d'autre de lauzes posées verticalement.

Sylviculture

Parallèlement, on a également travaillé le bois. Mais comme il n'était pas possible de le transporter, vu le faible réseau routier et la densité de la forêt, on l'a exploité par « charbonnage » car il est plus facile à transporter du charbon que des bûches. C'est un travail dur et laborieux. Le charbon est fait à partir de la lente combustion du hêtre. Ainsi des buttes de bûches de bois étaient faites, 8 à 10 mètres de diamètre et 3 à 4 mètres de haut. Celles-ci sont ensuite recouvertes de terre (une sorte de couvercle pour éviter le tirage). Il fallait abattre les arbres, les couper, construire la butte. La combustion d'une butte et de ses 30 tonnes de bois mettait deux à trois semaines ; un homme surveillait en permanence la combustion en perçant notamment des trous dans la carapace en terre. Les hommes vivaient donc en permanence sur les chantiers, dans des huttes en bois fabriquées par leurs soins.

Les plus beaux troncs servaient de mâts pour les navires. Ils étaient lancés du haut des falaises par des chemins spécifiques jusqu'à l'Isère, puis assemblés et transportés en radeau jusqu'à Marseille. Ces troncs étaient réquisitionnés par le roi.

Actuellement le bois est devenu une très bonne source de revenus pour les communes.

Population

Au XIX^{ème} siècle, la poussée démographique se poursuit. Le travail n'est plus suffisant pour faire vivre tout le monde. C'est en 1851 que le Vercors compte le plus fort taux de population. Il s'en suit un exode vers les villes et l'industrie. Les charbonniers italiens viennent habiter le Vercors pour trouver du travail, celui qui a été délaissé par la population locale.

Au début du XX^{ème} siècle, des Suisses sont embauchés sur le massif. Ils apportèrent certainement des idées pour développer l'agriculture en mettant en place des coopératives laitières ou fruitières. Les agriculteurs sont particulièrement fiers de leur vache locale : « la Villard de Lans » ou « Villarde », vache robuste qui servait d'animal de trait et donnait du lait riche en crème et une viande excellente pour les bouchers.

Saveurs du Vercors

Nous commençons notre tour des saveurs par le sud du Vercors :

C'est dans le Diois que s'élabore l'effervescente Clairette de Die à partir de cépage de muscat. Ce n'est pas du champagne, ni du crémant, c'est plus sucré : goûtez, vous nous en donnerez des nouvelles !

C'est aussi dans cette région ovine du sud que l'on peut savourer le picodon, fromage de chèvre à consommer très frais et fondant dans la bouche ou plus fait, avec un caractère très fort.

Remontez un peu et, entre Gervanne et Royans, vous trouverez la caillette, faite de gras et maigre de porc additionnés de fines herbes. Si votre plaisir n'est pas encore atteint, peut-être goûterez-vous aux ravioles du Royans, petit ravioli fourré au persil et au fromage.

Le Saint-Marcellin est quant à lui, comme le Bleu du Vercors Sassenage, un fromage à pâte molle au lait de vache.

De nombreuses recettes fromagères découlent du Bleu de Sassenage : dont la Vercouline, la fameuse raclette au Bleu du Vercors et la Tartibleue, la tartiflette au Bleu du Vercors.

Résistance : le maquis du Vercors

Pendant la Seconde Guerre mondiale, le maquis du Vercors fut une importante base de la Résistance française réfugiée dans le massif du Vercors, véritable forteresse naturelle.

Rappel : 6 juin 1944, les Alliés prennent d'assaut les plages de Normandie et percent le mur de l'Atlantique. Dans le Vercors, où sont établis plusieurs camps de maquisards, le débarquement est le signal de la mobilisation contre l'occupant allemand. Les résistants, de plus en plus nombreux, rêvent maintenant de lutte ouverte.

Refuge et refus : À partir de 1940 le Vercors, situé en zone libre, est un lieu de refuge en particulier pour les victimes des mesures de discriminations politiques ou raciales du gouvernement de Vichy.

Avec l'occupation de la zone sud en novembre 1942, la montagne du Vercors devient également site de résistance pour ceux qui refusent l'idée d'une France soumise. Les réfractaires au STO, le Service de Travail Obligatoire qui envoie les jeunes Français travailler en Allemagne, viennent grossir les rangs des maquis.

Le Vercors, visible de très loin, depuis les portes de Lyon, ressemble à une forteresse naturelle de soixante kilomètres de long sur trente de large. Les résistants s'y sentent à l'abri de la répression qui sévit dans la région.

Le « Plan Montagnards » :

Mais il manque un plan, une stratégie, à ces maquisards et à ces réfractaires qui savent le combat inéluctable.

En fait ce plan existe depuis mars 41. Il a jailli dans l'esprit de deux hommes fascinés par les falaises gigantesques du Vercors. Pierre Dalloz et son ami l'écrivain Jean Prévost ont l'idée de transformer le massif en "Cheval de Troie pour commandos aéroportés".

Cette idée prend corps en janvier 1943 : le Vercors interviendrait au moment d'un débarquement allié attendu en Provence et les troupes aéroportées iraient immédiatement porter le combat sur les arrières de l'ennemi. Le projet, accepté par Jean Moulin et le général Delestraint, devient le "Plan Montagnards". Il est approuvé par le général de Gaulle et les Alliés à Londres comme à Alger.

Ce Plan est mis en œuvre par Alain Le Ray puis par François Huet, chefs militaires du Vercors en liaison avec Eugène Chavant, chef civil du Maquis.

Les camps : Dès 1943, la Résistance s'organise dans le massif. Au cœur de forêts, une douzaine de camps existent. Début 1944, ils rassemblent 400 à 500 civils et militaires, souvent très jeunes, ravitaillés par une population généralement favorable, approvisionnés en armes et en médicaments

par les parachutages alliés.

Le combat : Le 6 juin 1944, l'excitation est à son comble en France et dans le Vercors, l'ordre de Londres est le signal de l'action générale. Les entrées du massif sont verrouillées. On ne laisse "monter" que les volontaires qui affluent. Ils sont 4 000, début juillet, et ils proclament la République, faisant flotter le drapeau tricolore sur un territoire déclaré "libre".

Ce massif en armes est un défi à l'ennemi. À Grenoble, le général allemand Karl Pflaum décide d'en finir. Après quelques offensives destinées à mesurer la résistance effective du maquis, notamment à Saint Nizier les 13 et 15 juin 1944 et aux Ecouges le 21 juin 1944, il lance le 21 juillet 15 000 hommes de troupe à l'assaut du Vercors. L'attaque est générale, par les routes, par les "pas", ces cols escarpés que l'on ne franchit qu'à pied, et par les airs puisque sur Vassieux se posent les planeurs à croix noires de la Waffen SS là où auraient dû atterrir les alliés. Après une semaine d'un combat acharné mais inégal, le Vercors est à genoux. Plus de 600 résistants et une centaine d'Allemands sont tués.

Quant à la population, exposée à la sauvagerie des assaillants, elle paie un lourd tribut : 201 personnes meurent dans des conditions souvent atroces, 41 autres sont déportées, 573 maisons sont détruites.

Malgré la reconstruction de nombreux bourgs et hameaux après la guerre, le Vercors garde des traces indélébiles de cette période tragique. De nombreux mémoriaux, stèles, monuments jalonnent le paysage nous rappelant cette partie de notre histoire.

FAITES PARTIE DE LA COMMUNAUTÉ ARCANSON !

En nous rejoignant sur les réseaux sociaux :



INSCRIPTION, ANNULATION & ASSURANCES

Nos conditions générales de vente complètes sont disponibles sur notre site Internet www.arcanson.com/reservations-annulations-cgv/ ou sur simple demande.

Nous vous rappelons que tout achat d'un séjour implique leur acceptation.

Vous trouverez ci-dessous les informations clés concernant les modalités d'inscription, d'annulation et les assurances.

INSCRIPTION

Quand réserver ?

Le plus tôt possible, car ainsi vous augmentez les chances de départ de votre séjour et de la disponibilité de vos critères d'hébergement.

Un séjour est assuré lorsqu'il y a suffisamment d'inscrits pour que le départ soit confirmé. Conformément à la loi, nous prenons une décision définitive :

- 20 jours avant le départ pour un séjour dont la durée dépasse 6 jours
- 7 jours avant le départ pour un séjour dont la durée est de 2 à 6 jours

Si le séjour est annulé, nous vous en avisons immédiatement et vous proposons plusieurs solutions de remplacement. Si aucune ne vous convient, vous serez remboursé intégralement.

Comment réserver ?

L'inscription est effective dès que nous recevons votre bulletin d'inscription accompagné d'un acompte de 35 % (à plus de 35 jours du départ) ou de la totalité du règlement (à moins de 35 jours du départ).

Nous vous informons que la personne qui effectue l'inscription au nom et pour le compte des différents participants au séjour s'engage à transmettre à chaque participant les informations fournies par nos soins concernant le séjour.

Pour vous inscrire, 2 alternatives :

Par internet :

Rendez-vous sur notre site : www.arcanson.com. Choisissez le circuit et, dans l'onglet « Dates et Prix », cliquez sur le bouton "Réserver" à côté de votre date de départ. Remplissez alors le formulaire qui s'affiche, et réglez directement en ligne avec votre carte bancaire.

À moins de 15 jours du départ, vous réglez impérativement par carte bancaire.

Par courrier :

Remplissez un bulletin d'inscription (disponible sur simple demande) et retournez-le nous par courrier, accompagné de votre règlement :

- Par carte bancaire par téléphone au 04 76 95 23 51
- Par chèque bancaire à l'ordre d'Arcanson
- Par virement (frais à votre charge)

Toute inscription sur papier libre suppose que vous acceptiez nos conditions de vente.

Confirmation de réservation :

Après vérification des disponibilités en fonction des critères et dates choisis, votre inscription sera confirmée par ARCANSON par l'envoi d'un e-mail ou d'un courrier, accompagné de votre reçu.

Si le séjour souscrit est complet et/ou indisponible, ARCANSON procédera au remboursement de l'intégralité des sommes versées, sans aucune retenue.

Attendez cette confirmation pour acheter vos titres de transport.
Pour les séjours accompagnés, si vous venez en train, attendez que le séjour soit assuré pour prendre votre billet, puisque certains billets ne sont pas remboursables et/ou pas échangeables.

ANNULATION

Annulation avant la date de départ du voyage de votre part

Si vous vous trouvez dans l'obligation d'annuler votre séjour avant son commencement (date de départ), vous devez en informer ARCANSON et l'assureur par tout moyen écrit permettant d'obtenir un accusé réception. C'est la date d'émission de l'écrit qui sera retenue comme date pour facturer les frais d'annulation.

L'annulation du séjour ne dispense pas du paiement intégral du prix du séjour ; toute procédure de remboursement par l'assurance ne peut être entamée qu'à cette condition.

En cas d'annulation de votre part, il sera facturé **les frais d'annulation** ci-dessous :

- À 31 jours du départ et plus : 10% du prix du séjour, avec un minimum de 60€ par personne.
- De 30 à 21 jours : 35% du prix du séjour.
- De 20 à 14 jours : 50% du prix du séjour.
- De 13 à 2 jours : 75% du prix du séjour.
- La veille ou le jour du départ : 90% du prix du séjour.

Ces retenues seront remboursées par l'assurance - si vous en avez souscrit une – en cas d'annulation justifiée, déduction faite des frais forfaitaires, des frais d'inscription et de la prime d'assurance.

Les 10% du montant du séjour ou la somme forfaitaire de 60 € / pers. retenus en cas d'annulation à plus de 31 jours du départ ne sont pas couverts par l'assurance.

Tout séjour entamé est intégralement dû. Une annulation intervenant après le 1^{er} jour (une fois le séjour débuté) ne donne lieu à aucun remboursement.

Tout participant 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.

Modifications / Interruption des prestations à la demande du voyageur

Après l'inscription au séjour et avant la date de départ, toute demande de modification de prestations (changement de séjour, de dates, d'hébergement, du nombre de personnes, du type de prestations...), ne peut intervenir qu'avec l'accord préalable d'ARCANSON et le paiement à ARCANSON des frais induits (au minimum 65€ / personne). Faute d'encaissement, ARCANSON ne saurait être tenue de procéder aux modifications souhaitées.

Cas particulier des séjours liberté : les conditions de modification ci-dessus s'appliquent excepté si vous souhaitez changer de programme ou de dates. Il s'agit alors d'une annulation. Par conséquent, les frais du barème d'annulation s'appliquent.

Pour tous : à compter de la date du départ, toute demande de modification et/ou de non réalisation de toute ou partie des prestations du séjour ne donnera lieu à aucun

remboursement des prestations initiales. Toute nouvelle prestation demandée au cours du séjour sera à payer préalablement auprès d'ARCANSON ou des prestataires désignés.

ASSURANCES

ARCANSON vous propose 3 formules d'assurance.

Nous vous invitons à vérifier que vous ne bénéficiez pas par ailleurs de ces garanties. Les garanties, conditions générales et particulières de ces assurances ainsi que le document d'information produit correspondant sont consultables sur le site www.arcanson.com/assurances ou sur demande.

Ces contrats sont souscrits auprès d'**ASSURINCO**, spécialiste de l'assurance tourisme et loisirs.

L'assurance proposée doit être souscrite au moment de l'inscription.

Attention, ces contrats s'adressent uniquement aux personnes dont le domicile principal est situé en France, dans un autre pays de l'Union Européenne, ou en Suisse.

Les 3 formules d'assurance sont les suivantes :

- **Assurance Annulation + Extension Épidémies (A)** - 3,4% du prix total du voyage.
- **Assurance Frais de Recherche et Secours, Assistance Rapatriement + Extension Épidémies (B)** - 2,0% du prix total du voyage. Attention, la garantie Responsabilité Civile à l'étranger ne couvre que les résidents domiciliés en France et DOM.
- **Assurance Multirisques (C)** - 4,8% du prix total du voyage. Cette assurance reprend les garanties des assurances annulation (A) et assistance rapatriement (B), elle est complétée par deux garanties : Interruption de séjour et Retard de transport.

Vous devez au minimum être couvert pour l'« Assistance Rapatriement ». Si vous ne souscrivez pas à notre couverture, vous devez nous fournir une attestation d'assistance rapatriement et nous signer une décharge. Il est notamment important de vérifier que votre destination ne fait pas partie des pays exclus. Vérifiez également que vous possédez une garantie « frais de recherche et secours » avec un plafond suffisamment élevé.

ARCANSON - 2195 route de la Croix Perrin - Les Gaillardes
38112 AUTRANS-MEAUDRE EN VERCORS - FRANCE

Tel : (33) 04 76 95 23 51

E-Mail : contact@arcanson.com Web : www.arcanson.com

Gîte de France (3 épis) - Agence de voyage IM.038.10.0015. Sarl au capital de 10 000€.

RCS de Grenoble B 384571808

Garant : Groupama Assurance-Crédit : 132, rue des 3 Fontanot 92 000 Nanterre

RCP : MMA, 38 av. Victor Hugo 26000 Valence