Séjour WALK AND BIKE dans le Vercors

Randonnée pédestre et VTT électrique

CARACTERISTIQUES
Dates : du dimanche 15 au 20 juillet 2018.
Durée : 6 jours / 5 nuits
Hébergement : 4 nuits hôtel et 1 en gîte refuge gardé.
Public : adultes, sportifs modérés, un peu vététiste.
Difficulté : moyenne. Fournir effort d'endurance sur une journée complète entrecoupée de pauses : repas, regard sur l'environnement…distance moyenne à pied 15km et en vtt 40km.
Encadrement : moi-même…accompagnateur en montagne qualifié VTT
Repas : pique nique confectionnés par moi-même et par hôtel + ½ pensions par hôtel.

TARIF (12/2017) : 569€/personne

Jour 1 : ARRIVEE au Col de Romeyère

Horaire en fonction de vos train, co voiturages…

Cette fin de journée se passe dans la Vercors, au Col de ROMEYERE.

Vous voici arrivés au sommet d'un col routier haut en histoires puisque là se désenclavait la région des Coulmes (entendez Culmen d'où Collines).

Par là passaient des chariots de bois, vivres alimentaires, troupeaux, meules…à ce jour passent quelques voitures, des vélos, des tracteurs et des piétons…

L'hôtel : il se trouve ici comme un relai historique de diligence maintes fois remanié jusque dans les années 70. Période de l'apogée d'une station de ski alpin construite sur les bords de ce beau vallon.

« Cœur des montagnes », récemment rénové vous accueillera en chambre « tribu ». Marie et Giovanni sauront répondre à vos attentes du premier jour. Bon ma photo est hivernale…

http://coeurdesmontagnes.fr/fr_vercors_hotel-et-refuge_au-coeur-du-vercors.html

A l'hôtel : repas et nuitée

Jour 2 : Randonnée à pied 16 km +/- 450m « Le Pas du Follet et le Mont Noir »

Découverte de la région.

9h00 - Nous partons à pied de l'hôtel pour découvrir le versant Ouest. « Le Pas du Follet et le Mont Noir »..Évocateur de légendes. Belle boucle entre plaines et forêts racontant l'histoire du pays : les Charbonniers, la Résistance et la « chasse aux loups » du XIX eme s. Cette rando découverte permet de brosser le visage d'un pays encore aujourd'hui authentique, relativement sauvage et très accueillant.

17h30 - Retour à l'hôtel : repas et nuitée

Jour 3 : Balade en VTT électrique 40km +/ - 600m. « Le tour des Coulmes »

9h00 - Découverte de la machine : Le vélo demande un effort, qui souligne immédiatement les niveaux hétérogènes du groupe. En vélo électrique, tout est rendu possible ! Même les montées raides ! On les fait **ensemble** sans différence de niveau…

Aujourd'hui nous découvrons…le VELECTRIQUE TOUT TERRAIN.

10h00 - Nous partirons plein Sud depuis l'hôtel et ferons une boucle. Un beau parcours sur très peu de route, du chemin facile d'accès mais vallonné.
Pour voir du pays en peu de temps : Le parcours nous mène vers une cabane…chalet de bois : la cabane du « serre du sâtre », libre d'accès. Un village : Presles, la capitale de l'escalade avec ses célèbres falaises. Une grotte : allons l'explorer ! Un superbe parcours de part sa variété, son vallonnement.

17h30 - Retour à l'hôtel : repas et nuitée

Jour 4 et 5 : Randonnée VTT électrique itinérante sur 2 jours.

70 Km +/- 1000m

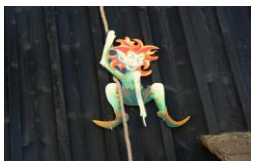
Le temps de vérifier les machines et c'est reparti : Parcours original ! Plein Sud vers…les gorges de La Bourne ! Au départ de notre rando, panorama gigantesque sur cette curiosité géologique. L'eau de surface est rare dans le Vercors, profitons en et contemplons le long du chemin.

10h00 – Montée jusqu'au plateau de Villard de Lans et pénétrons le site de Bois Barbu. Un lieu fort réputé pour ses pistes de ski de fond…c'est dire qu'en VTT, les chemins sont nombreux.

Emotion : Passage à Valchevrières, village en ruine, incontournable site de la Résistance.

Encore debout : l'église…qui procure un apaisement dans ce lieu très tourmenté.
Enchantement : à l'arrivée au Goutarou, où Lou Marie et sa bande de lutins nous accueillera.

Dans son antre, pas d'électricité en salle. Mais juste un compresseur pour l'eau chaude et l'éclairage des dortoirs. A ne pas manquer, ce bel endroit.

Lieu de conte par excellence ! 

Le soir : Et si nous montions en VTT..ou à pied, à La Brèche de Chalimont…superbe vue sur Les Coulmes, lieu où notre périple à commencer. (6km al ret +/-200m)

19h30 – Repas et Nuit au gîte

Le lendemain, retour sur nos machines…
Soleil levant sur la plaine d'Herbouilly…lieu inédit et plein de charme.

Puis c'est la descente sur St Martin en Vercors, un village du Vercors centrale. Il y fait bon vivre : un arbre, des bancs, une source...bel endroit pour partager notre pique nique.

La suite du parcours c'est St Julien en Vercors et La Balme de Rencurel…chouette descente ! Mais remontée sur notre hôtel du départ au Col de Roméyère. Seuls les 3 derniers kilomètres sont en commun avec ceux de la veille.

18h00 – dernier dîner et dernière nuitée à l'hôtel.

Jour 6 : Selon les horaires de départ, petite balade du matin

Un mot de l'accompagnateur…

DEROULEMENT DE NOS ACTIVITES
Je vous propose MA façon à moi de randonnée : à chaque journée ses découvertes..Dans le but d'apprendre sur le pays, les traditions, se repérer…en s'amusant.
En vélo : la première sortie pour s'initier…même si elle est longue, elle permet de prendre conscience des possibilités de la machine.

MES PIQUES NIQUES
Je vous propose MES repas de midi…
Je tente de faire un maximum de salades,(penser à une assiette plastique ou bol …) avoir des produits locaux (fromages, fruits, charcuteries)…Habituellement je prépare des cakes salés et des ptits gâteaux.

ORGANISATION
Pour des questions de logistique, il faudra pour ce séjour connaître assez rapidement vos horaires de départ arrivée. Depuis la gare de Grenoble, on peut organiser un co voiturage, ou je peux descendre venir vous chercher.

LISTE PENSE BETE

Nécessaire toilette…dans les refuges, il n'y a savon, serviettes..
Petite paire de tong (hyper léger !)

Un vêtement pour la nuit (sous vêtement haut et bas)
Une frontale / une paire de chaussette chaude
Bonnet gants (léger) quand il y a du vent…
ATTENTION le matin il fait frais…et les gants serviront pour le vélo.
Matériel de sécurité est bien prévu : casque !
Casquette pour le soleil et la pluie.
Lunette de soleil et crème

Paire de chaussure de randonnée. (tige haute pour les pierriers)
Baskets pour le vélo et pour les petites balades.

Vêtement de pluie / pantalon de marche / short / tee-shirt (polyester si possible, car sèche vite)
Veste polaire / une autre couche chaude (pull…)
Sous vêtement dont chaussettes…à changer chaque jour.

Pharmacie (j'ai de quoi soigné plaies, piqures éventuelles et un peu d'homéopathie)…prenez vos médicaments « préférés » !

Une gamelle et un verre / des couverts
Un petit couteau
Une loupe…pour voir des fleurs en détail ! Une paire de jumelle..
Et si voulez dessiner : feuilles et feutres ?
Appareil photo…

Le sac à dos…50litres.

Voilà j'espère que cette présentation donnera envie de venir participer à cette aventure…
Découvrir une contrée, découvrir le groupe, découvrir qui nous sommes…telles sont les 3 objectifs de mon séjour…

Au plaisir de vous compter parmi nous !