

Informations sur votre séjour ou déplacement (covoiturage, train), joindre :

Josyane DELBART : 02 40 66 04 73 ou 06 24 12 86 38

josyanedelbart@orange.fr

Encadrement du séjour : Aurélien LEBRUN (06 99 09 13 46) à joindre en cas d'extrême nécessité.

- Séjour et adhésion doivent être réglés par **chèques distincts**.
- Tous les règlements doivent être envoyés **au siège de l'association**.
- Le solde du séjour doit être réglé **15 jours avant le départ**.

Matériel à emporter (10 kg maximum)

Couchage : duvet de type montagne (classé « confort » jusqu'à 0°), matelas de camping, couverture de survie, lampe de poche ...

Bagages et matériel de randonnée :

- ✓ Pour tous : grand sac (type sac de sport mais pas de valise) gourde, grand sac plastique.
- ✓ Pour les passagers en joëlette, pas besoin de petit sac à dos (affaires de la journée), des sacoches sont à disposition sur la joëlette.
- ✓ Pour les accompagnateurs : chaussures de randonnée indispensables (à ne pas confondre avec des « baskets »), petite tente de randonnée (individuelle déconseillée), sac à dos 40 à 50 l (pour porter les affaires du bivouac), gants type cycliste facultatifs.

Protection contre * le froid : ensemble chaud (haut et bas), vêtements polaires si possible, gants, bonnet, chaussettes chaudes.

* **la pluie et le vent :** cape de pluie, coupe-vent...

* **le soleil :** lunettes, chapeau, crème solaire, stick pour lèvres...

Et puis : médicaments personnels, instruments de musique, carnets de chants, jeux de société, tout ce qui peut servir à l'animation des soirées...

Pour les passagers en joëlette : prenez un fauteuil manuel (non électrique). Vous pouvez, si vous le souhaitez, emporter un casque type cycliste. Ne pas oublier **bassin ou urinal** si vous en avez besoin (surtout pour la nuit).

Matériel collectif fourni

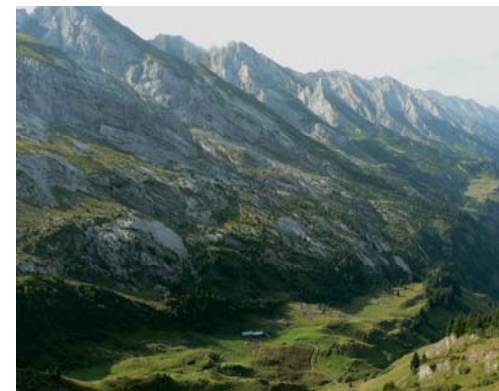
Joëlettes, 2 grandes tentes, 1 bâche bivouac, matériel de cuisine et couverts complets, pharmacie de premiers secours, 1 tente et chaises WC, 1 véhicule pour le transport des bagages d'une étape à l'autre, 1 âne bâté pour porter le pique-nique et le matériel du bivouac.

Handi Cap Evasion

32 chemin de la Creuzette 69270 Fontaines sur Saône

<http://www.hce.asso.fr>

hce@free.fr



Massif des Aravis

Le Massif des Aravis se dresse entre le Lac d'Annecy et la Chaîne du Mont Blanc. Magnifique massif calcaire, il se caractérise par une succession de grandes combes, de plateaux et de vallées suspendues.

Au départ du Petit Bornand, ce séjour nous permettra après un bivouac magnifique au bord du lac de Lessy, de découvrir une vue d'ensemble de la Chaîne des Aravis : celle-ci faite de lapiaz et d'arêtes rocheuses, culmine à 2753 m à son sommet, la Pointe Percée.

Nous irons d'ailleurs au plus près de celle-ci, point d'orgue du séjour, au refuge de Gramusset dans un décor dantesque minéral de lapiazs.

Nous poursuivrons ensuite passant au pied des nombreuses combes des Aravis, au lieu de ski de rando, pour finir sur le magnifique site du plateau des Confins avant de redescendre sur le Grand Bornand.

Du 17 juillet au 24 juillet 2010

◆ **Rendez-vous :**

Début du séjour : samedi 17 juillet 2010 à partir de 17 h. Camping municipal du Petit Bornand (tel : 04 50 03 54 74).

Fin du séjour : samedi 24 juillet 2010 à 10 h. Camping municipal du Petit Bornand (tel : 04 50 03 54 74).

Localisation : Haute - Savoie (74)

◆ **Accès :**

Par la route :

- Depuis Annecy prendre la direction de Thônes, puis la Clusaz.
- Depuis Alberville, remonter jusqu'à Ugine, puis N212 jusqu'à Flumet. Prendre alors à gauche la D909 direction la Clusaz par le col des Aravis. Passer la Clusaz. A St Jean de Six prendre à gauche la D12 vers le Grand Bornand et Petit Bornand.
- Depuis Bonneville, Prendre la D12 en direction du Grand Bornand et la Clusaz.

Par le train : Ramassage collectif (pour ceux qui le demandent) en gare SNCF de Bonneville, le samedi 17 juillet à 16h. Retour par la même gare.

◆ **Descriptif du séjour :**

- Séjour itinérant.
- Caractère montagne marqué.
- Nuits en camping aménagé, en camping sauvage, en bivouac et en refuge de haute montagne.

◆ **Tarifs**

Participants	Tarifs	Arrhes
Personne handicapée en Joëlette (PJ)	400 €	150 €
Personne Handicapée Marchant (HM)	200 €	100 €
Accompagnateur Actif (AA)	60 €	
Simple Accompagnant (SA)	155 €	

Tarifs tout compris, hormis le voyage jusqu'au départ du séjour. Pour les accompagnateurs, la totalité de la participation doit être réglée lors de l'inscription.

L'adhésion est obligatoire pour participer à nos activités.

Le montant de la cotisation est à rajouter aux tarifs ci-dessus.

Massif des Aravis

Programme :

1er jour : Rendez-vous au camping du Petit Bornand à partir de 17 h. Accueil des participants et installation. Nuit en camping

2ème jour : Montée par des combes sauvages au Col de Sosay 1950m. Redescente sur le splendide lac de Lessy 1733m. (Dén + 500m). Nuit en bivouac.

3ème jour : Montée vers l'Aiguille Verte, passage sur une crête permettant une vue sur toute la chaîne des Aravis. Descente splendide jusqu'aux chalets de Cuillery. 1410m. (Dén +200m, Dén -570m). Camping sauvage.

4ème jour : Journée de transition. Remontée dans un vallon jusqu'au col La Clé des Anes 1765m puis redescente sur le Col des Annes 1721m. (Dén + 420m). Camping sauvage.

5ème jour : Grosse journée : montée raide jusqu'à la Tête des Anes, puis joli chemin de crête jusqu'au col de l'Oulettaz 1925m. Montée très technique et peu roulante. (Dén + 550m). Nuit au refuge de Gramusset 2164m.

6ème jour : Descente du refuge jusqu'au Planet 1666m, puis poursuite par le GR « Tour des Aravis » au pied des mythiques combes jusqu'aux Confins 1440m. (Dén - 950m, Dén + 200m). Camping sauvage.

7ème jour : Tour du petit lac des Confins puis montée à la Tête du Danay 1731m. Descente sur le Grand Bornand. (Dén +400m, Dén- 800m). Nuit au camping du Petit Bornand.

8ème jour : Séparation de la joyeuse troupe aux environs de 10 h.