

Pour tout complément d'informations pour organiser votre voyage, joindre :

Jean-Paul LECLERE : 03 87 05 80 01 ou 06 11 26 49 62

jean-paul.leclere57@orange.fr

Encadrement du séjour :

Franck PERRIN : 06 85 54 33 08, à joindre en cas d'extrême nécessité.

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 »), possibilité d'amener une tente de randonnée (2/3 places), 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 de St Jean de Sixt, 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 est faite de lapiaz et d'arêtes rocheuses, culminant 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.

Nous poursuivrons ensuite passant au pied des nombreuses combes des Aravis, pour finir sur un magnifique sentier en balcon avant de retourner sur les Plans et St Jean de Sixt.

Du 04 août au 11 août 2012

Massif des Aravis

◆ Rendez-vous :

Début du séjour : samedi 04 août 2012 à 17h au Camping du Crêt de St Jean de Sixt (04 50 02 38 89)

Fin du séjour : samedi 11 août 2012 à 10h au Camping du Crêt à St Jean de Sixt.

Localisation : Haute Savoie (74)

◆ Accès :

Par la route :

- Depuis Annecy prendre la direction de Thônes, puis la Clusaz. A St Jean de Sixt prendre à gauche la D12 vers le Grand Bornand. 2^{ème} route à gauche, camping du Crêt.

- 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 Sixt prendre à gauche la D12 vers le Grand 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 Annecy, le samedi 04 août 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
Personne handicapée en Joëlette (PJ)	300 €
Personne Handicapée Marchant (HM)	150 €
Accompagnateur Actif (AA)	60 €
Simple Accompagnant (SA)	150 €

L'adhésion à l'association (obligatoire) et l'inscription au séjour, doivent être réglées par **chèques distincts**. Les tarifs d'inscription sont tout compris, hormis le voyage jusqu'au départ du séjour.

Pour tous les participants, **la totalité du montant** doit être réglée **lors de l'inscription** (possibilité d'envoyer des chèques à encaissements différés dont la date doit être indiquée au dos de chaque chèque).

➤ Programme :

1er jour : Accueil au camping du Crêt à St Jean de Sixt à 17h. Nuit au camping.

2ème jour : Journée d'initiation autour du camping. Nous testerons notre habileté et adresse, joëlette en main, sur un parcours ludique et technique où chaque équipage apprendra à faire corps, pour espérer apprécier à sa juste valeur la suite de la semaine.....

3ème jour : Montée au lac de Lessy. Pause du midi sous les Rochers de Salin. Après midi détente et baignade au lac de Lessy. Nuit en Bivouac. (D+ 410m, D- 150m).

4ème 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 à 1410m. Nuit en camping sauvage. (D+ 200m, D- 570m).

5ème jour : Remontée dans un vallon jusqu'au col La Clef des Anes 1765m puis redescente sur le Col des Anes à 1721m. Nuit en camping sauvage. (D+ 400m, D- 100m)

6ème 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. (D+ 550m). Nuit au refuge de Gramusset 2164m. (D+ 450m, D- 50m)

7ème jour : Descente du refuge jusqu'au Planet à 1666m, puis poursuite par le GR « Tour des Aravis » au pied des mythiques combes jusqu'aux Plans. (D- 950m, D+ 200m). Transfert en véhicule et retour au camping du Crêt.

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