

ETE 2017

CYCLO SUR LES ROUTES ET COLS DE L'ARDECHOISE

Séjour cylo en étoile sans accompagnement
8 jours / 7 nuits - 6 journées d'activités



Chaque jour, choisissez une de nos propositions de circuits, enfourchez votre vélo et partez sur les nombreuses routes secondaires, très calmes et panoramiques, des hauts-plateaux d'Ardèche et de Haute-Loire. Il y en a pour tous les niveaux : routes de plateaux ou routes de montagne. Profitez tout au long de votre parcours de superbes panoramas, sur les Alpes ou sur les sommets du Massif Central, au pied des vieux volcans du Velay Vivarais. Nous vous fournirons une carte du tracé choisi et adapté à votre niveau ainsi que la trace gpx du circuit pour votre gps.

De retour à l'hôtel, vous pourrez nager dans la piscine intérieure chauffée, vous détendre dans le sauna ou le jacuzzi, boire un verre sur la terrasse...

Un local fermé à clé permettra de mettre votre vélo à l'abri.

Pour les accompagnants non cyclistes, vous pourrez participer au séjour randonnée accompagnée en étoile.

PROGRAMME

Jour 1 : accueil

Accueil le premier jour à l'hôtel La Découverte aux Estables à partir de 16h. Après une journée de route, détendez-vous dans notre piscine intérieure.

Dîner après la réunion d'information, sous forme de buffet.

Jour 2 : plateau du Velay

Ce tour du Mont Mézenc vous conduira sur le plateau du Velay, en passant par les lacs de Saint-Front et de Lavalette (suivant les circuits).

Plusieurs circuits de 25 à 110 km, dénivelé de 700 à 2200 m.

Après cette première sortie, testez notre sauna et douche norvégienne* (seau d'eau froide), avant de passer à table.
*avec supplément.

Jour 3 : vallées des Boutières

De nombreuses routes des vallées des Boutières (Eyrieux, Eysse, Saliouse, Rimande, Azette) et cols de la Haute Ardèche sont empruntés par la course mythique de l'Ardéchoise. Nous vous proposons donc de suivre quelques portions de cette fameuse course.

Plusieurs circuits de 30 à 110 km, dénivelé de 1000 à 3000 m.

Arrivé aux Estables, nagez dans notre piscine ou flanez dans le village. C'est vous qui voyez ! Dînez ensuite à la table commune de notre restaurant. Avant de vous coucher, nous vous proposerons un diaporama "maison" sur le massif du Mézenc.

Jour 4 : plateau ardéchois

La Loire prend sa source... sur le plateau ardéchois ! avec ce circuit, vous découvrirez ce plateau en passant par les lacs d'Issarlès, du Gage et de la Palisse, tout en longeant la Loire sur ses premiers kilomètres. En fonction des circuits, vous passerez à côté de la très belle cascade du Ray-Pic, dans la haute-vallée de la Loire et au Mont Gerbier de Jonc.

Plusieurs circuits de 30 à 100 km, dénivelé de 700 à 3200 m.

De retour à l'hôtel, pourquoi ne profiteriez-vous pas d'un bain dans le jacuzzi*, avant de dîner au restaurant ?
*avec supplément.

Jour 5 : villages authentiques du Chapeuil

Vous traverserez de nombreux villages ou hameaux authentiques dans la région du Chapeuil et du Meygal : suivant les circuits, vous suivrez les vallées de l'Aubépin ou de la Gagne.

Plusieurs circuits de 35 à 80 km, dénivelé de 800 à 1700 m.

Pour finir la journée, vous pourrez prévoir un massage à l'hôtel, grâce aux mains expertes de Virginie (avec supplément).

Dîner à l'hôtel.

Jour 6 : vallée de la Jeune Loire

Longez la très Jeune Loire, entre plateau du Mézenc et plateau de Devès. Pour varier les itinéraires, vous pourrez faire un court transfert en voiture pour rejoindre le départ.

Plusieurs circuits de 40 à 75 km, dénivelé de 1200 à 2200 m.

De retour à l'hôtel, vous pourrez bénéficier d'une séance de relaxation collective (avec supplément).

Dîner à l'hôtel.

Jour 7 : Gazeille tranquille ou Ardèche sportive ?

Vous choisirez en fonction de votre forme : soit un circuit tranquille vers le Monastier-sur-Gazeille ou un itinéraire plus sportif dans les vallées plus encaissées du versant méditerranéen du massif, vers Burzet ou Antraigues-sur-Volane.

Plusieurs circuits de 35 à 120 km, dénivelé de 800 à 3900 m.

Dîner à l'hôtel.

Jour 8 : dispersion

Dispersion le dernier jour après le petit-déjeuner.

Si vous n'êtes pas pressés de rentrer chez vous, nous pouvons vous conseiller une dernière activité ou visite pour prolonger votre séjour.

N.B.: les circuits sont tous adaptables. Nous vous aiderons à les raccourcir ou à les rallonger si nécessaire, en fonction de vos attentes et de la météo.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Nous vous accueillons le jour 1 à l'hôtel La Découverte aux Estables entre 16 h et 18 h. Nous vous convions à 18h30 à une réunion d'information, suivie d'un pot d'accueil. Le dîner sera servi vers 19h30.

Pour l'accès en voiture, voir la rubrique "accès" à la fin de la fiche technique.

Pour nous joindre en cas de problème ou retard, contactez-nous au 04 71 08 30 08.

DISPERSION

Vous nous quitterez le samedi matin, après le petit-déjeuner, entre 9h et 10h.

FORMALITES

RESERVATION TRADITIONNELLE :

- Contactez-nous par téléphone ou e-mail afin de poser une option.
- Confirmez cette option, par un versement d'arrhes de 30% du montant total de votre séjour, par l'envoi du bon de réservation et, le cas échéant du paiement de l'Assurance Annulation (chèque, chèque vacances, virement, numéro de carte bancaire sécurisé à distance).
- A réception, nous vous faisons parvenir un accusé de réception et de confirmation de séjour.

RESERVATION EN LIGNE :

- Sur la page Web du séjour, le tableau de réservation vous permet de consulter en direct nos disponibilités et le prix par date. Une fois la date choisie, vous pouvez donc réserver en ligne.
- Puis confirmez directement votre réservation en ligne avec votre carte Bleue et notre système de paiement sécurisé ou choisissez, en cours de réservation en ligne, un paiement par chèque ou par chèque vacances ou par virement.
- Au besoin, cochez les options et l'assurance annulation au cours de la réservation en ligne.
- A réception du règlement des 30% d'arrhes versés en ligne ou par chèque (ou chèque vacances ou virement), vous recevrez par mail une confirmation de votre séjour.

REGLEMENT DU SOLDE : Au plus tard 21 jours avant de début du séjour.

ASSURANCE ANNULATION :

- La vente de nos séjours est régie par nos conditions générales de ventes. Celles-ci seront automatiquement appliquées en cas d'annulation, quelle qu'elle soit.
- Pour vous prémunir contre ces frais d'annulation pouvant aller jusqu'à 100 % du prix du séjour, nous vous conseillons vivement de souscrire à l'Assurance Annulation/Interruption de séjour que nous proposons.
- Certaines cartes bancaires (Gold, Premier...) incluent cette option. Renseignez-vous auprès de votre banque et dites-le nous si vous y souscrivez.

INFORMATIONS CONTRACTUELLES :

- L'inscription à tout séjour implique l'acceptation des tarifs, de la fiche technique et des conditions de ventes, qui entrent en vigueur dès réception de vos arrhes et l'envoi de notre confirmation.
- Votre inscription au séjour signifie que vous avez pris connaissance du programme, que vous êtes en bonne santé et que vous n'avez aucune contrainte médicale à la pratique du sport en montagne.
- Les circuits de cyclo sont établis par nos soins, mais il vous appartient de vous assurer de votre capacité physique à les suivre. Il vous appartient également de vérifier que votre assurance couvre les activités pratiquées.

NIVEAU

Nous vous proposons plusieurs thèmes de circuits, chacun décliné en plusieurs variantes, de 30 à 120 km avec de 600 à 3000m de dénivelé (2 à 7 heures de cyclo par jour, en fonction du niveau). Nous regardons ensemble le circuit avant votre départ quotidien pour trouver l'itinéraire le plus adapté à vos envies et à votre niveau.

HEBERGEMENT

Vous serez hébergés à l'hôtel La Découverte, en chambre familiale, double ou individuelle.

A quelques pas du village, bien intégrée au paysage avec ses façades habillées de bois, la Découverte des Estables, classée 3 étoiles nouvelle norme, offre un hébergement de qualité, spécialement conçu pour les randonneurs. Ses 20 chambres bénéficient du même confort (salle de bain avec large douche et sèche-cheveux, toilettes séparées*, téléphone direct) et sont toutes orientées au sud* vers la vallée. Une piscine intérieure chauffée, une salle bien-être et une cabine de massage (**nouveauté 2016** – voir plus bas), une salle de ping-pong, un billard, un salon avec cheminée et borne internet gratuite, un bar en self-service, un restaurant panoramique, un terrain de boules, un jardin, une terrasse et un parking privé sont autant d'équipements mis à votre disposition pour garantir un séjour de qualité. Un local pouvant être fermé à clé est mis à votre disposition pour votre vélo. A proximité de l'hôtel, à 50m, se trouve également un court de tennis communal. Connexion WIFI dans l'hôtel.

Les repas (petit-déjeuner et dîner) sont pris à l'hôtel, en table commune.

Depuis mars 2015, l'hôtel est partenaire du Parc Naturel des Monts d'Ardèche.

* excepté pour la chambre pour PMR (personne à mobilité réduite) : toilettes dans la salle de bain avec douche adaptée. Chambre orientée vers l'est.

Espace bien-être – nouveauté 2016

Depuis décembre 2015, vous pouvez profiter de notre nouvel espace bien-être pour un vrai moment de détente et de plaisir, pour oublier stress et soucis du quotidien ! De larges baies vitrées vous permettront de profiter du paysage et de la vue sur les hauts-plateaux. Vous trouverez dans l'espace bien-être réaménagé :

- une **piscine intérieure chauffée** ouverte été comme hiver, déjà existante (température de l'eau entre 27 et 28°C, dimensions 9m50 x 3m80, profondeur 1m40) ; horaires d'ouverture : de 7h30 à 20h ;
- un **sauna** à poêle à pierres chaudes (déjà présent dans l'hôtel, celui-ci a été déplacé dans une pièce plus lumineuse) ;
- une douche multi-jets et une douche norvégienne (seau d'eau froide, après sortie du sauna) ;
- **Nouveau : un jacuzzi** 5 places assises et 1 place allongée, avec jets ;
- **Nouveau : une cabine de massage** (pour massages à but non thérapeutique).

Pour l'utilisation des installations, plusieurs formules sont à votre disposition :

- Accès libre toute la journée à la piscine et à la douche multi-jets.
- Accès à l'espace bien-être (sauna, jacuzzi, douche norvégienne) à la séance (10.50 €/pers) ou à la semaine à volonté (50 €/pers).
- Séances de massage : plusieurs durées (sur réservation) : 30 mn (45 €/pers), 45mn (55 €/pers) ou 1h (65 €/pers).
- Séances collectives de relaxation de 45 min (15 €/pers, minimum 3 personnes).
- Forfait bien-être pour la semaine à 105 €/pers : incluant l'accès au sauna et au jacuzzi pour toute la semaine, une séance de relaxation collective de 45 min, un massage ressourçant de 45mn.

Le village des Etables

A la limite de la Haute-Loire et de l'Ardèche, au pied du Mont Mézenc (Géant des Cévennes à 1753 m), le village des Etables est la plus haute commune du Massif Central à 1340 m. De mai à octobre, de nombreuses activités sont proposées en plus de la randonnée : VTT, parcours d'escalarbre, cyclotourisme, vélo à assistance électrique (VAE), parapente, course d'orientation, escalade, pêche... A proximité, on peut aussi pratiquer l'équitation, la via ferrata, la baignade...

De décembre à mars, la neige recouvre les hauts-plateaux du Mézenc et la station des Etables : on peut y pratiquer raquette à neige, ski de fond, ski de randonnée nordique, ski alpin et snowboard (grâce aux 8 pistes dont une avec enneigement artificiel), chiens de traîneaux, snow-kite, construction d'igloos...

Depuis 2014, le village des Etables fait partie du Parc Naturel des Monts d'Ardèche.

Vos hôtes

Brigitte, Philippe et Alexandre vous reçoivent en toute convivialité ; ils vous feront découvrir cette région et tomber sous le charme de ses vastes paysages.

Restauration

Christophe, cuisinier à l'hôtel depuis plus de 15 ans, vous mijote des produits issus majoritairement de producteurs régionaux et locaux. Toutes les préparations sont faites « maison » et la cuisine familiale de notre chef vous permet de déguster des plats traditionnels et du terroir avec des produits frais et de saison. Nos repas, servis sous forme de menu unique, sont variés, équilibrés et adaptés aux efforts que vous devrez fournir dans le cadre de vos randonnées. N'hésitez pas à nous informer si votre anniversaire tombe pendant votre séjour, Philippe, pâtissier de formation se fera un plaisir de vous préparer un gâteau de sa spécialité.

TRANSFERTS INTERNES

Pas de transfert organisé sur place. Nécessité d'avoir son propre véhicule : si un grand nombre de nos circuits démarrent de l'hôtel, nous avons aussi d'autres circuits avec différents départs pour varier les plaisirs.

PORTAGE DES BAGAGES

Pas de portage de bagages. Portage uniquement des vivres de courses, pique-nique et effets personnels pour la journée.

GROUPE

Pas de groupe constitué. Nous vous accueillons seul, en couple, entre amis ou en groupe.

ENCADREMENT

Pas d'encadrement. Mais nous vous conseillons pour vos circuits.

DOSSIER DE RANDONNEE

Chaque matin, avant votre départ, nous vous fournissons une carte de l'itinéraire choisi. Si vous le souhaitez, nous pouvons vous transmettre le fichier gpx à télécharger dans votre gps.

MATERIEL FOURNI

Nous pourrions mettre à votre disposition un nécessaire d'outils en cas de besoin.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vêtements

Collant ou short cycliste, veste imperméable et coupe-vent, T-shirts légers ou chauds, gants (en cas de mauvais temps), chaussettes légères et chaussettes chaudes, sur-chaussures, tenue de rechange confortable pour le soir, un maillot et une serviette pour la piscine de l'hôtel.

Divers

Casque, pompe et chambre à air de secours, kit réparation, lunettes de soleil, crème solaire, éventuellement un petit sac-à-dos, un bidon d'eau, une pharmacie personnelle* (élastoplaste, double peau contre les ampoules, désinfectant, pansements...), éventuellement un GPS, appareil photos...

* De nombreux produits ou médicaments ne peuvent être administrés que sur prescription médicale (doliprane, bétadine...). L'hôtelier ne pourra donc pas vous les donner, sauf sur ordre du SAMU en cas d'urgence. Il vaut donc mieux prévoir.

DATES ET PRIX

Chaque semaine du 6 mai au 23 septembre 2017.

A partir de 545 euros. Le supplément "single" (chambre individuelle) est obligatoire pour les personnes seules.

Séjour de 2 semaines consécutives : réduction 5% sur l'ensemble des 2 semaines. Non disponible pour la réservation en ligne, nous contacter directement.

Enfants de +12 ans dans la chambre des parents : réduction 20 %.

Tarifs groupes : nous consulter.

Taxe de séjour : 0.80 €/adulte/jour en 2016.

Options :

- panier pique-nique à 11€/personne, comportant une salade, un morceau de pain et un fromage, un dessert et un fruit.
- Forfait bien-être 105 €, incluant l'accès à l'espace bien-être (sauna, jacuzzi, douche norvégienne) pour toute la semaine à volonté, une séance de relaxation collective de 45 min, un massage ressourçant de 45mn.
- Forfait remise en forme 50 €, incluant l'accès à l'espace bien-être (sauna, jacuzzi, douche norvégienne) pour toute la semaine à volonté.
- Assurance annulation / interruption de séjour : 3.9% du montant total du séjour. Détails à voir sur le site internet.

LE PRIX COMPREND

- la demi-pension, du jour 1 soir au jour 8 matin (hébergement en chambre double ou individuelle, les petits-déjeuners et dîners) ;
- les circuits cyclo avec carte et tracés GPS à télécharger (au format gpx) ;
- l'accès à la piscine intérieure et à la douche multi-jets (aux horaires d'ouverture) ;
- le local sécurisé pour garer votre vélo ;
- le prêt de notre outillage de réparation (outillage spécifique à prévoir) ;
- le parking de l'hôtel.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- le repas de midi ;
- l'assurance annulation / interruption de séjour ;
- le transfert gare / hôtel en navette ;
- l'accès à l'espace remise en forme (sauna, jacuzzi, douche norvégienne) ;
- les massages et séances de relaxation ;
- les visites éventuelles de musées ;
- les boissons prises à l'hôtel, au bar et à table, les extras ;
- la taxe de séjour (adulte uniquement).

LES PLUS DE VOTRE SEJOUR

- Des circuits cyclo choisis par des accompagnateurs du pays et adaptés à votre niveau chaque matin ou soir, avant votre départ ;
- de nombreuses routes secondaires peu fréquentées ;

- à choisir : des routes de plateau ou de montagne ;
- nous vous prêtons un kit de réparation si besoin ;
- un hôtel familial avec un accueil individuel et convivial ;
- la piscine intérieure chauffée en accès libre, l'espace remise en forme (sauna, jacuzzi, douche norvégienne) en option.

Coordonnées de l'hôtel

Hôtel la Découverte

Route des Boutières - 43150 Les Estables

Tel : 04 71 08 30 08 – Fax : 04 71 08 30 41

Mél : estables@ladecouverte.com - site : www.decouverte-estables.com

Membre des **Hôteliers Randonneurs** - www.randonnee-hotels.com

Accès à l'hôtel

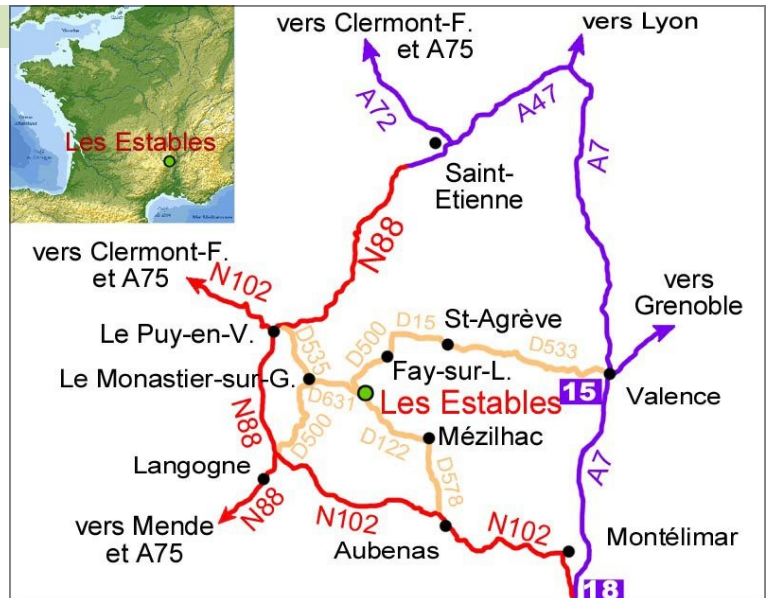
En train :

Depuis Paris Gare de Lyon :

- Départ TGV à 13h00*
- Arrivée à Saint-Etienne à 14h45*
- Départ de Saint-Etienne TER à 14h55*
- Arrivée au Puy en Velay à 17h20*
- Nous organisons une navette depuis la gare du Puy-en-Velay : départ 17h25*
- Arrivée aux Estables à 18h00*

Retour pour Paris :

- Départ de la navette de l'hôtel à 9h15*
- Arrivée au Puy-en-Velay à 9h45*
- Départ du Puy-en-Velay TER à 10h30*
- Arrivée à Saint-Etienne à 12h05*
- Départ de Saint-Etienne TGV à 12h15*
- Arrivée à Paris Gare de Lyon à 15h00*



* Ces horaires sont susceptibles de varier de quelques minutes. Nous contacter si besoin.

En voiture :

Conseil pour l'utilisation du GPS : pour la destination, saisir "LES Estables" (chez nous) et non "Estables" (en Lozère)...

Coordonnées GPS des Estables :

Lattitude (décimal): 44.904907

Longitude (décimal): 4.161065

Lattitude (sexagésimal): N 44°54'17.67"

Longitude (sexagésimal): E 4°9'39.84"

En hiver, éviter les raccourcis ou tenir compte des informations sur l'état des routes.

Etat des routes :

Massif Central : www.inforoute-massif-central.fr

Haute-Loire : 0 811 651 897- www.inforoute43.fr

Loire : 04 77 34 46 06 – www.inforoute42.fr

Ardèche : 04 75 65 52 52

Accès depuis Lyon :

- prendre l'A7 direction Valence, puis l'A47 direction Saint-Etienne.
- Avant Saint-Etienne, suivre la N88 direction Le Puy en Velay
- Avant Le Puy en Velay, prendre la sortie Saint-Germain-Laprade / Brives Charensac. Au rond-point, suivre la D150 direction Le Monastier-sur-Gazeille. Au lieu-dit Les Pandraux, suivre la D28 direction Lantriac, puis la D36 direction Laussonne, puis les Estables.
- **Route recommandée en hiver :** avant Le Puy en Velay, prendre la sortie Saint-Germain-Laprade / Brives Charensac. Au rond-point, suivre la direction Malescot puis Brives-Charensac, puis la direction Le Monastier-sur-Gazeille par la D535. Traverser Le Monastier et rester sur la D535 direction Les Estables. Terminer sur la D631.

Accès depuis Clermont-Ferrand :

- Prendre l'A75 direction Millau. Prendre la sortie 20 et suivre la N102 direction Le Puy en Velay.
- Avant d'arriver au Puy en Velay, passer le village de Borne puis, plus loin, vers Polignac, suivre la D136 direction Saint-Etienne. Après avoir franchi la Loire, suivre la D374, direction Brives-Charensac.
- Dans Brives-Charensac, suivre la direction Le Monastier-sur-Gazeille par la D535. Traverser Le Monastier et rester sur la D535 direction Les Estables. Terminer sur la D631.

Accès depuis Montpellier – Béziers :

- Suivre l'A75 direction Clermont-Ferrand. Après la sortie 39.2, suivre la N88 jusque Mende. Puis suivre la N88 jusqu'au Puy en Velay.

- Dans la ville du Puy, suivre la direction Saint-Etienne. Au rond-point d'Auchan, suivre la D988A direction Le Monastier – Brives-Charensac.
- Après avoir traversé la Loire à Brives-Charensac, suivre la direction Le Monastier-sur-Gazeille par la D535. Traverser Le Monastier et rester sur la D535 direction Les Estables. Terminer sur la D631.

Accès depuis Montélimar (autoroute A7):

- Prendre la N102 direction Le Puy en Velay, en passant par Aubenas.
- Dans la ville du Puy, suivre la direction Saint-Etienne. Au rond-point d'Auchan, suivre la D988A direction Le Monastier – Brives-Charensac.
- Après avoir traversé la Loire à Brives-Charensac, suivre la direction Le Monastier-sur-Gazeille par la D535. Traverser Le Monastier et rester sur la D535 direction Les Estables. Terminer sur la D631.

Dans les Estables, suivre la direction Mont Mézenc, Borée. A la sortie du village, après deux grands virages, vous trouverez l'hôtel sur le côté droit.