

ETE 2017

SUCS ET HAUTS-PLATEAUX DU MEZENC EN RANDONNEE

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



Organisez votre séjour comme vous le souhaitez en choisissant vos randonnées dans notre "livret Découverte" et parcourez le Pays du Mézenc et de la Loire Sauvage à votre rythme.

Nos randonnées à la journée sont conçues et sélectionnées pour vous faire connaître l'histoire, le patrimoine, les paysages et la géologie de notre massif. Chaque circuit, adapté à votre niveau, comporte une fiche descriptive détaillée de l'itinéraire et de nombreuses informations sur les curiosités et sites remarquables rencontrés lors de votre parcours.

De retour à l'hôtel, vous pourrez nager dans la piscine intérieure chauffée, vous détendre dans le sauna ou le jacuzzi (nouveau hiver 2016), boire un verre sur la terrasse, jouer au billard ou au ping-pong...

Pour une plus grande diversité de randonnées, il est indispensable d'avoir une voiture. En effet, les randos ne commencent pas toutes aux Estables.

PROGRAMME

Jour 1 : accueil

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

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

Jour 2 : Les Sucs des Chartreux

Nombre de volcans sont appelés ici "sucs". Vous marcherez pas loin du plus célèbre de ces volcans, le Gerbier de Jonc, sur le territoire des moines chartreux qui ont façonné le paysage du XIIIe siècle jusqu'à la Révolution.

Distance (adaptable) : 16 km. Dénivelé : 600 m.

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

Jour 3 : sur le toit de l'Ardèche et de la Haute-Loire

Grimpez sur un des plus hauts sommets du Massif Central, le Mont Mézenc, culminant à 1753m d'altitude. Vous serez surpris par le magnifique panorama : la chaîne des Alpes du Mont Blanc au Mont Ventoux, les massifs du Sancy et du Cantal, le Mont Lozère...

Distance (adaptable) : 16 km. Dénivelé : 560 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 : lac de cratère de Saint-Front

Sur le plateau du Mézenc, tout est d'origine volcanique ; un des volcans les plus récents a vu s'installer dans son cratère le lac de Saint-Front il y a environ 140 000 ans. Les maisons sont des témoignages de cette activité volcanique passée.

Distance (adaptable) : 14 km. Dénivelé : 400 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 : les Gorges de la Loire

A 50 km de sa source, la Loire présente un visage complètement différent de ce que l'on imagine : des gorges encaissées que seuls des sentiers escarpés peuvent suivre.

Distance (adaptable) : 10 ou 16.5 km. Dénivelé : 400 ou 700 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 : les moulins du Chapeuil

Cette partie du massif présente un fort patrimoine rural : ferme aux lourds toits de lauzes, moulins à eau, fours à pain et maisons de la Béate, très nombreuses et essentiellement présentes en Haute-Loire.

Distance (adaptable) : 17 km. Dénivelé : 700 m.

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

Dîner à l'hôtel.

Jour 7 : ancienne lauzière du Mont Signon

La lauze, pierre volcanique épaisse, recouvre de nombreuses fermes du massif. Le vent n'avait qu'à bien se tenir ! Des différentes lauzières, carrières de lauzes, celle du Mont Signon est à coup sûr la plus belle : entourés par un superbe panorama, vous découvrirez l'extraction et le travail de la lauze.

Distance (adaptable) : 12 km. Dénivelé : 350 m.

Dîner à l'hôtel.

Jour 8

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 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 samedi 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 préparations de circuits de randonnées sont assurées par des professionnels diplômés Brevet d'Etat Accompagnateur en Moyenne Montagne disposant à ce titre d'une Assurance Responsabilité Civile Professionnelle, cependant, celle-ci ne saurait se substituer à l'Assurance dont chacun est titulaire pour couvrir ses propres actions.

NIVEAU

Randonnée de 15 à 20 km avec de 200 à 700m de dénivelé (4 à 7 heures de marche par jour). Quelques options ou raccourcis permettent d'adapter le circuit à votre niveau.

Le séjour s'adresse à des personnes ayant un entraînement physique occasionnel ou régulier.

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. 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.

PORTAGE DES BAGAGES

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

Un sac-à-dos d'environ 30 litres est en principe suffisant.

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

Nous vous fournissons un road-book et une carte IGN de randonnée (ref : 2836 OT) au début du séjour.

Le road-book est composé de 7 circuits que nous avons sélectionnés et choisis nous-mêmes grâce à notre grande connaissance du massif.

MATERIEL FOURNI

Si vous choisissez le panier pique-nique (en supplément), nous vous fournirons une boîte hermétique pour la salade et les couverts.

Nous pouvons vous prêter une boussole si vous le souhaitez.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vêtements

Pantalon de marche, veste de montagne (imperméable et coupe-vent), short ou bermuda, T-shirts, pull chaud ou fourrure polaire, casquette ou chapeau (pour éviter les insulations), gants et bonnet (en cas de mauvais temps), chaussettes de randonnée (plusieurs paires), guêtres (utiles en cas de pluie), tenue de rechange confortable pour le soir, un maillot de bain et une serviette pour la piscine de l'hôtel (ou pour la randonnée si le pique-nique est au bord de l'eau !), une paire de **chaussures de randonnée montantes ou semi-montantes** (un bon maintien des chevilles est important) et une paire de chaussures pour le soir.

Divers

Lunettes de soleil, crème solaire, un **sac à dos** (d'environ 30 litres), une gourde d'1.5 litre minimum, une **pharmacie personnelle*** (élastoplaste, double peau contre les ampoules, désinfectant, pansements...), fil et aiguilles de couture (au cas où), appareil photos, jumelles...

* 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. Vous choisissez votre jour de départ.

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

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) ;
- la carte de randonnée et le road-book avec toutes les informations utiles pour vous guider lors de votre séjour,
- l'accès à la piscine intérieure et à la douche multi-jets (aux horaires d'ouverture) ;
- 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 de randonnée choisis par des accompagnateurs du pays et adaptés à votre niveau ;
- Le matin, ou le soir, nous étudions le circuit ensemble ;
- De nombreuses informations dans le road-book sur tout ce que vous verrez en randonnée ;
- Un patrimoine rural authentique à découvrir tout au long des randonnées ;
- 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

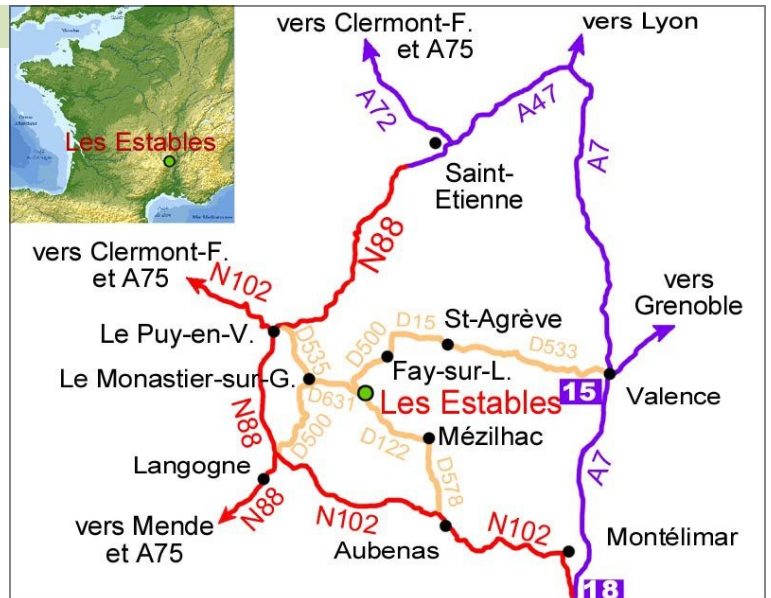
En train :

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.