

HIVER 2018

DOMAINE NORDIQUE DU MEZENC A VOTRE RYTHME

Séjour ski de fond en liberté
8 jours / 7 nuits - 6 jours de ski de fond



Goûtez aux joies du ski de fond sur le domaine nordique des Estables avec ses 52 km de pistes damées. Les pistes de ski se trouvent à 2 km de l'hôtel, sur les hauts plateaux du Massif du Mézenc, entre Auvergne et Ardèche. Vous partirez à la découverte des sucs, volcans typiques de notre région ; vous profiterez de jolis panoramas sur les Alpes et les principaux sommets du Massif Central !

Si vous le souhaitez, vous pourrez profiter de notre navette qui vous emmènera au départ des pistes, à côté de la maison forestière ; retour prévu le soir de la même manière. Pour le ski alternatif, le matériel nécessaire vous sera prêté : skis, bâtons et chaussures (matériel de skating à louer).

En fin d'après-midi, de retour à l'hôtel, vous pourrez vous détendre dans le sauna et sa douche norvégienne ou le jacuzzi, nager dans la piscine intérieure chauffée... ou bouquiner près de la cheminée !

PROGRAMME

Jour 1 : accueil

Nous vous accueillons le premier jour à l'hôtel La Découverte aux Estables à partir de 16h. Après une journée de route ou de train, vous pourrez vous détendre dans notre piscine intérieure chauffée.

Jour 2 : remise en jambe et lancez-vous

9h: distribution du matériel.

Si vous le souhaitez, vous pouvez prendre notre navette à 9h15 qui vous déposera au départ des pistes à la Maison Forestière. Vous pourrez commencer la matinée par quelques exercices, au départ des pistes, pour retrouver l'équilibre avec les skis. Il n'est jamais inutile de revoir quelques techniques après une longue période sans glisse. Puis vous pourrez partir à votre guise sur la piste verte du "Chier" ou la piste bleue de la Source.

Notre navette vous attendra sur le parking de la maison forestière à 17h.

De retour à l'hôtel, prenez un bain dans notre piscine intérieure chauffée face au paysage enneigé !

Prolongez la soirée au salon, autour d'un verre près de la cheminée, ou bouquinez au coin du feu jusqu'à ce que le sommeil vous emporte !

Jours 3, 4, 5, 6 : Découverte du domaine skiable

Grâce à la carte du domaine, suivez les rails et c'est parti pour profiter du superbe domaine nordique du Mézenc, ski aux pieds, et de ses 52 km de pistes damées pour des journées inoubliables de glisse.

Si vous le souhaitez, vous pouvez prendre notre navette à 9h15 qui vous déposera au départ des pistes.

Vous pourrez alors emprunter à votre guise :

- la piste verte : le Chier 1.5km
- la piste bleue : La Source 3.3km
- la piste bleue : Le Chemin de ronde 6.5km
- la piste rouge : Les Boutières 4.5km
- la piste rouge : Les Airelles : 5.9km
- la piste rouge : Coste belle : 8.2km
- la piste rouge : La Drialle de Soutrou 9.1km
- la piste noire : Le Mézenc 12.8km

Le soir, vous pourrez prendre notre navette à 17h sur le parking de la maison forestière pour le retour à l'hôtel ou rentrer par la piste descendant au village.

Profitez ensuite de nos installations : la piscine, les jeux de société, le billard, le baby foot ou encore entamez une partie de ping pong endiablée.

Envie de douceur ? relaxez vous dans notre espace bien-être (sauna, jacuzzi, douche norvégienne) avec la vue sur les monts enneigés (accès en extra).

Besoin de remise en forme personnalisée? demandez un massage à Virginie (avec supplément).

Dîner à l'hôtel.

dernier jour

Dernier jour pour se régaler sur le domaine nordique des Estables, ou pourquoi pas pour essayer le ski alpin ou une balade en raquettes.

Vous pourrez rentrer un peu plus tôt aux Estables pour avoir le temps de faire quelques emplettes au village .

Jour 8 : Départ

Départ le matin par la navette à 9h15 vers la gare de Puy en Velay, ou avant 10h30 pour ceux qui sont en voiture.

N.B.: Le programme ci-dessus n'est qu'un exemple ; votre hôte vous conseillera au jour le jour, en fonction de la météo, de l'enneigement. Si vous avez votre véhicule, il pourra vous proposer de skier sur les domaines de Chaudeyrac et des Sources de la Loire.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Les séjours se déroulent du samedi en fin d'après-midi au samedi suivant après le petit-déjeuner. Nous vous accueillons le samedi à l'hôtel La Découverte aux Estables entre 16h et 18h. 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 ou en train, voir la rubrique "accès" à la fin de la fiche technique.

Pour les personnes venant en train, nous vous accueillons à la gare du Puy-en-Velay à l'horaire que nous vous avons indiqué à la réservation (en principe vers 17h20), uniquement le samedi.

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

DISPERSION

Vous nous quitterez le jour 8, après le petit-déjeuner, entre 9h et 10h.

Pour les personnes venant en train, nous vous amènerons à la gare du Puy-en-Velay pour l'horaire indiqué lors de la réservation (en principe, arrivée à la gare vers 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 vous pouvez confirmer directement votre réservation en ligne avec votre carte bancaire et notre système de paiement sécurisé ou vous choisissez un paiement par chèque ou par chèque vacances ou par virement.
- Au besoin, cochez les options et la proposition 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.
- Il n'y a pas d'encadrement. il est conseillé à chacun de vérifier que son assurance couvre l'activité pratiquée.

NIVEAU

Le séjour s'adresse à tous. Le niveau dépend des pistes empruntées.

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, l'hôtel "la Découverte" des Estables, classé 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.

Une salle de ping-pong, un billard, un salon avec cheminée et borne internet gratuite, un bar en self-service, et une grande bibliothèque sont autant d'équipements mis à votre disposition

Le restaurant panoramique, le vaste jardin, vous permettront de profiter d'une vue sans pareille.

Connexion WIFI gratuite dans l'hôtel

Les repas (petit-déjeuners et dîners) 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

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) ;
- un **jacuzzi** 5 places assises et 1 place allongée, avec lumière ;
- 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 (12 €/pers) ou à la semaine à volonté (55 €/pers).
- Séances de massage : plusieurs durées (sur réservation) : 30mn (50 €/pers), 45mn (60 €/pers) ou 1h (70 €/pers).
- Séances collectives de relaxation de 45min (16 €/pers, minimum 3 personnes).
- Forfait bien-être pour la semaine à 115 €/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 Estables

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 Estables 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'escalade, 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 Estables : 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), balade en chiens de traîneaux, snow-kite, construction d'igloos...

Depuis 2014, le village des Estables 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

Pour les personnes désirant venir en train, un transfert en minibus est assuré à partir de la gare SNCF du Puy en Velay mais uniquement sur réservation et à heure fixe le samedi :

- du Puy en Velay aux Estables : le jour 1 pour le train arrivant à 17 h 20,
- des Estables au Puy en Velay : le jour 8 pour le train partant à 10 h 30.

Pour réserver, nous prévenir au moins une semaine avant, au 04 71 08 30 08. Nombre de places limité.

Nous consulter pour confirmation des horaires et les numéros des trains.

Sur place, nous organisons le transport en minibus pour rejoindre le point de départ des pistes le matin à la Maison Forestière des Estables et pour retourner à l'hôtel le soir.

Si vous souhaitez déjeuner à l'hôtel le midi (dans le cas où vous choisissez la formule pension complète), le transport avant et après midi n'est pas proposé.

PORTAGE DES BAGAGES

Pas de portage. Prévoir un petit sac pour la boisson et les vivres de course.

GROUPE

Que vous soyez seul, en couple, avec des amis ou avec votre club, nous vous accueillerons tous.

ENCADREMENT

Possibilité de prendre contact avec un Moniteur de l'Ecole de Ski Français disponible au village (sur réservation).

Tél ESF : 04 71 08 30 22.

DOSSIER DE RANDONNEE

Pas de dossier de randonnée.

MATERIEL FOURNI

Skis de fond classiques à écailles. Bâtons et chaussures de ski de fond Salomon.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vêtements

Sous-vêtements chauds, pantalon confortable mais pas trop chaud, veste polaire, veste de montagne (imperméable et coupe-vent), bonnet ou cagoule, gants chauds ou/et moufles (prévoir le mauvais temps), écharpe, chaussettes chaudes, tenue de rechange confortable pour le soir, un maillot et une serviette pour la piscine de l'hôtel, une paire de **chaussures de randonnée montantes pour la raquette si vous souhaitez essayer (pas "d'après-ski" ou chaussures basses)** et une paire de chaussures ou chaussons pour le soir.

Divers

Lunettes de soleil ou masque pour la neige, crème solaire, un **sac à dos** (de 20 à 30 litres), une gourde d'1.5 litre minimum éventuellement isotherme, une **pharmacie personnelle*** (élastoplaste, double peau contre les ampoules, désinfectant, pansements...), couverture de survie, 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...). Pas de pharmacie au village, il vaut mieux prévoir.

DATES ET PRIX

Dates des séjours : en février et en mars 2018.

A partir de 545 euros. Le supplément "single" (chambre individuelle) est obligatoire pour les personnes seules, sauf si les personnes seules souhaitent partager leur chambre.

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 :

- Forfait bien-être 115 €, 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 55 €, incluant l'accès à l'espace bien-être (sauna, jacuzzi, douche norvégienne) pour toute la semaine à volonté.
- Transfert gare / hôtel en navette : 22 € par personne A/R.
- 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 suivant : comprend l'hébergement en chambre double ou individuelle, les petits-déjeuners et les dîners. *Pension complète possible sur demande.*
- l'accès à la piscine intérieure et à la douche multi-jets (aux horaires d'ouverture) ;
- le prêt du matériel de ski de fond ;
- les transports matin et soir pour la maison forestière des Estables (lieu de départ des pistes).

LE PRIX NE COMPREND PAS

- 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 boissons prises à l'hôtel, au bar et à table, les extras ;
- le supplément pour pension complète ;
- la taxe de séjour (adulte uniquement) ;
- le tarif du forfait d'accès aux pistes : 39.60 € la semaine en 2016.

LES PLUS DE VOTRE SEJOUR

- Nous sommes sur des hauts-plateaux : même en montant peu, vous apprécierez des panoramas très ouverts ;
- Pas besoin de voiture : transferts pour le départ des pistes si vous le souhaitez avec nos minibus ;
- Navette entre l'hôtel et la gare, mise en place par l'hôtelier. Ne craignez pas de conduire sur la neige !

- Un village authentique et typique de la région.
- Une ambiance familiale et des installations de qualité dans l'hôtel ;
- La piscine intérieure chauffée en accès libre, et en option l'espace remise en forme (sauna, jacuzzi, douche norvégienne) les massages personnalisés.

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

- 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.