

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

Jean Pierre PELOSSE : 04 78 23 72 37 ou 06 51 73 57 41 - jppelosse@free.fr

Et consulter le lien suivant après inscription : <http://hce.asso.fr/covoiturage>

Encadrement du séjour :

Aurélien LEBRUN : 06 99 09 13 46, 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, un drap-sac pour le refuge.

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 en 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 22 juillet au 29 juillet 2017

Massif des Aravis

◆ Rendez-vous :

Début du séjour : samedi 22 juillet 2017 à 17h
au Camping du Crêt de St Jean de Sixt (04 50 02 38 89)

Fin du séjour : samedi 29 juillet 2017 à 10h
au Camping du Crêt à St Jean de Sixt.

Localisation : Haute-Savoie (74)

◆ **Accès :** il est **impératif** de respecter l'heure de RdV sur place ou en gare.

- 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 possible (pour ceux qui le demandent) en gare SNCF de Annecy, le samedi 22 juillet à 16h. Retour par la même gare.

◆ Descriptif du séjour :

- Séjour itinérant.
- Caractère montagne marqué.
- 3 nuits en camping aménagé, 2 en camping sauvage, 1 en bivouac et 1 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. (altitude 956m).

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. (D+ 330m, D- 330m).

3ème jour : Belle montée au Lac de Lessy. Pause de midi aux Chalets de Mayse, puis après avoir franchi le col de la Forclaz à 1844m, on redescend facilement au Lac et aux chalets de Lessy. Nuit en bivouac au pied du mythique Jallouvre. (D+ 880m, D- 100m).

4ème jour : Montée technique et raide vers l'Aiguille Verte avec un passage en crête permettant une vue splendide sur la chaîne des Aravis et le Mont Blanc. Pique-nique au bout de l'effort puis belle descente sur les chalets de Cuillery à 1410m. Nuit en camping sauvage. (D+ 240m, D- 640m).

5ème jour : Journée assez facile et roulante, on remonte un vallon jusqu'au col de la Clef des Annes à 1765m puis redescende facile sur le col des Annes à 1721m. Nuit en camping sauvage entre les chalets d'alpage. (D+400m, D-100m).

6ème jour : Grosse journée, encore une ! On rejoint d'abord facilement le col de Borneronde puis les chalets du Planet à 1666m. Ensuite, ça se corse passablement pour atteindre le légendaire refuge de Gramusset niché sous la Pointe Percée, sommet culminant de la chaîne des Aravis à 2 700m. Dans un décor minéral splendide, on se laisse aisément consoler avec le bon repas mitonné par les gardiennes ou gardiens ! Nuit au refuge. (D+ 590m, D- 140m).

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.