

Informations sur votre séjour ou déplacement (covoiturage, train), joindre :

Bernard DUBOUCH : 04 37 28 98 46 ou 06 25 90 73 40

dubouch.bernard@neuf.fr

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

Encadrement du séjour :

Frédérique ZEIDLER (06 63 08 66 30), 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 »), petite tente de randonnée (individuelle déconseillée), 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, matériel de cuisine et couverts complets, pharmacie de premiers secours, abri et chaises WC, véhicule pour le transport des bagages d'une étape à l'autre, un 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



Hautes Vosges, la vallée des lacs

Ce séjour est une magnifique occasion de découvrir toutes les richesses des Hautes Vosges : nature préservée, superbes vues sur la plaine alsacienne et la Forêt-Noire toute proche et patrimoine exceptionnel !

Ce séjour se fait en étoile autour d'un gîte avec une nuit en bivouac en cours de semaine. Nous découvrirons les Crêtes et ses Hautes-Chaumes, le beau village de Liezey et le plateau de Champdray, irons faire un petit tour en Alsace, puis découvrirons la vallée des lacs avec Gérardmer.

Nous disposerons de vues magnifiques sur les vallées vosgiennes depuis la terrasse du gîte.

Du 22 juillet au 29 juillet 2017

Hautes Vosges, la vallée des lacs

◆ Rendez-vous

Début du séjour : samedi 22 juillet 2017 à partir de 17h au Chalet du Ski Club d'Epinal situé sur la route des crêtes, commune de Xonrupt

Fin du séjour : samedi 29 juillet 2017 à 10h au Chalet du Ski Club d'Epinal

Localisation : dans le département des Vosges (88)

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

Par la route : (carte Michelin n°516 Alsace-Lorraine) en venant de Lyon : A6 direction Roanne, Paris. A Besançon, prendre la sortie n°4, direction Vesoul. A Remiremont, prendre la direction Gérardmer, puis col de la Schlucht, Colmar. 200 m avant le col de la Schlucht, prendre « Route des Crêtes - 3 Fours ». Sous la route des crêtes, au niveau du sommet du Hohneck, prendre la direction « refuge du Sotré ».

Par le train : Ramassage possible (pour ceux qui le demandent) en gare SNCF de Remiremont (Accès Plus) samedi 22 juillet à 16h. Retour par la même gare.

◆ Descriptif du séjour :

- hébergement : 6 nuits en gîte (non adapté) type chalet de montagne et 1 nuit en bivouac envisagée selon les conditions météorologiques.
- difficulté : séjour à caractère montagne, une bonne condition physique est indispensable.

◆ Tarifs

Participants	Tarifs
Personne handicapée en Joëlette (PJ)	300 €
Personne Handicapée Marchant (HM)	150 €
Accompagnateur Actif (AA)	60 €
Simple Accompagnant	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 :

1^{er} jour : Accueil à partir de 17h au Chalet du Ski Club d'Epinal (altitude 1 240 m). Nuit au gîte où nous nous installons pour la semaine.

2^{ème} jour : Journée de mise en forme en direction du Hohneck et des 3 Fours. Vue d'ensemble sur toutes les Hautes Vosges, la Lorraine, l'Alsace, la Forêt Noire et les Alpes (D+ 300 m, D- 300 m) ! Il ne serait pas étonnant de voir au détour d'un sentier l'un des nombreux chamois qui peuplent les sommets. Retour au gîte.

3^{ème} jour : Randonnée sur les Hautes-Chaumes en direction du Kastelberg et du Rainkopf en passant par le « sentier des Névés » (D+ 600 m, D- 600 m). Nous irons à la rencontre des belles vaches vosgiennes, dont la robe ressemble un peu à celle des dalmatiens... Nuit au gîte.

4^{ème} jour : Petit transfert en voiture et découverte de la petite commune de Liezey et de ses artisans locaux. Nous longerons la rivière du Barba et passerons au « Trou de l'enfer (!!!) » pour rejoindre notre lieu de bivouac situé à 800 m d'altitude. (D + 400 m, D- 400 m).

5^{ème} jour : Montée sur le plateau de Champdray avec vue sur les crêtes vosgiennes. Nous jouerons à « saute montagne » en passant du sommet de Spiemont à la Tête de Laleu. Transfert en véhicule et retour au gîte.

6^{ème} jour : Petit transfert vers le lac vert où nous ferons une randonnée très alpine et rocailleuse autour des falaises du Tanet ou une belle randonnée dans le vignoble alsacien en fonction de la météo. Retour au gîte. (D+ 400m, D- 400m).

7^{ème} jour : Découverte de la ville de Gérardmer, de son lac et de son riche passé dans le secteur du textile. (D+ 200 m D- 200 m). Nuit au gîte.

8^{ème} jour : Séparation du groupe aux environs de 10h.