



Les Randonneurs de La Cha
93, place de l'Eglise
74230 DINGY-ST-CLAIR

Séjour en coorganisation
avec Le CDRP 74

Le Tour des Gorges du Verdon

Du 12 au 16 Septembre 2022



Séjour en coorganisation
avec Le CDRP 74 N° FR011316



50, rue de la Chapelle
le Grand Chable
74160 BEAUMONT



RANDONNEURS SPORTIFS

Durée : du 12/09/2022...au.....16/09/2022
5 jours et 4 nuits

Organisation et gestion : RANDONNEURS DE LA CHA et Espace Evasion

Hébergement : Hôtel-Auberge

Acheminement : covoiturage

Equipement : De randonnée montagne. Chaussures de marche avec semelles type « Vibram ». La liste complète sera fournie aux participants.

Formalités : Carte d'identité. Permis de conduire

La licence FF Randonnée est obligatoire.

Prix global : 550 € (+Frais de covoiturage et péage : environ 340€/voiture)

Il comprend :

- l'hébergement en demi-pension (4 nuits),
- 4 pique-niques de midi
- Les transferts prévus au programme
- l'encadrement par 1 accompagnateur en montagne

Reste à votre charge :

- Le pique-nique du jour 1.
- Les boissons
- Le trajet en covoiturage (péages inclus)
- L'assurance

Maximum participants : 15 personnes - Minimum : 8 personnes

Paiement : fournir à l'inscription (au plus tard le 31/01/2022)

- 1 chèque de 160 € encaissé à partir du 31/01/2022 et
- 1 chèque de 390 € encaissé le 10/08/2022
- 1 chèque (en option) de 21 € pour l'assurance à partir du 31/01/2022

Renseignements : Catherine Duong : 06 68 34 06 50. Muriel Dal Gobbo : 06 73 62 56 79.

Assurances : votre licence FFR vous assure une couverture assurance assistance-rapatriement.

Assurance annulation et interruption de séjour (facultative) : 21 €.

Notice consultable sur le site de l'association ou du comité : randonneursdelacha.com

Date limite inscription 31/01/2022

DESCRIPTIF PROGRAMME

Sac à dos : vous portez vos affaires de la journée et un pique-nique.

- Jour 1 : Rendez-vous à l'Auberge à La Palud sur Verdon pour le diner
- Jour 2 : Départ à pied depuis l'hôtel et le petit village de la Palud sur Verdon (933m). Traversée du plateau du Barbin puis descente en forêt pour atteindre le 1er belvédère sur les gorges à Mareiste. Ensuite, le sentier du Bastidon (810 à 865m) en balcon sur le Verdon permet de rejoindre La Maline (893 m). Transfert en taxi en fin d'après-midi pour rejoindre l'hôtel.

Dénivelée : + 850 m ; - 850 m / 18 km / Temps de marche : 6h30



Possibilité de raccourcir de 3.5 km et 1 heure de marche.

- Jour 3 : Transfert en taxi vers 8h30 au Chalet de la Maline (893m) - descente au fond du Grand Canyon afin de longer le Verdon par le célèbre sentier Martel, splendide itinéraire au pied d'immenses parois verticales toutes plus étonnantes les unes que les autres. Tantôt près de l'eau, tantôt en hauteur sur un éperon rocheux et en franchissant les tunnels qui ont fait la réputation de cet itinéraire ! Courte montée permettant de rejoindre le Point Sublime (796m) et le taxi vers 17h30 pour transfert à l'Auberge.

Dénivelée : + 830 m ; - 930 m / 13 km / Temps de marche : 6h



- Jour 4 : Transfert en taxi vers 8h30 au Point Sublime.! De Rougon, montée jusqu'au plateau de Suech (1200 m) pour un panorama spectaculaire. Poursuite jusqu'au plateau de Praux (1540m), où se trouve une bergerie. Descente sur la rivière Bau et découverte du village en ruine de Châteauneuf les Moustiers (1020m). Puis retour à La Palud (933m).

Dénivelée : + 790 m ; - 690 m / 13 km / Temps de marche : 6h



Possibilité de raccourcir de 200 m de dénivelée et 45 mn de marche en partant de Rougon.

- Jour 5 : retour, pique-nique au lac de Sainte Croix.

Les horaires des randonnées sont donnés à titre indicatif en heures de marche effectives. Les conditions météorologiques, la forme physique des participants ou tout autre incident non prévisible à ce jour peuvent amener l'organisateur à modifier le programme ci-dessus.

Voici les modalités d'inscription :

- **PRISE EN COMPTE DES INSCRIPTIONS** : en fonction de l'ordre de réception du bulletin « inscription » auquel seront joints les 2 chèques et éventuellement celui de l'assurance.

- **Licence FF Randonnée OBLIGATOIRE minimum IRA**

- **RENSEIGNEMENTS : Catherine DUONG - 06 68 34 06 50**

- **ASSURANCES ANNULATION/INTERRUPTION DE SEJOUR**: possibilité de souscrire une assurance annulation/interruption de séjour (conditions tarifaires spécifiées) par la FFR (21 euros)

- **BULLETIN D'INSCRIPTION** : Adressez votre (ou vos) bulletin d'inscription, signé(s), accompagné de votre (ou de vos) chèque de règlement à l'ordre des « randonneurs de La Cha », dans la boîte aux lettres du Club, à l'attention de : Catherine DUONG

LE BULLETIN D'INSCRIPTION DEVIENDRA DEFINITIF APRES LA DATE DE CLOTURE LE 31 JANVIER 2022 ET APRES CONFIRMATION DU CLUB.