



Guide pratique de votre mini- séjour Habère Poche les 4,5,6,7 février 2025 (3 nuits-4 jours)

Le séjour a lieu au centre Neaclub « Les Cîmes du Léman »

21 participants - Activité Raquettes - Emporter raquettes et chaines de marche

Départ Pour le départ : 2 sites le 4 mars au matin :

1 - Parking du Prisme à Seyssins à 7h45 pour un départ à 8h :
1 voiture 3 personnes Responsable Nicole Plat, Gérard Plat , Marie-Andrée

2 - Parking Carrefour de Meylan
Regroupement à 7h45 en face des pompes à essence
pour un départ des voitures à 8h. **RV à partir de 7h45.**
Responsable : Josiane Brun (06 76 30 15 10)



Les voitures : 8 voitures

André Sébastien, Maryse, Christian C.
Viviane Palussière, Annette, Jacqueline,
Michel Patroix, Claudette, Josiane Brun,
Manfred Patzelt Nicole Plat, Gérard, Marie-
Andrée (à Seyssins) Yves Bon, Annick Vinay,
Alain Gritti , Eliane,
Regine Givet, Jean Bernard,
Juliand Richard , Marie-Cécile,

Ces prévisions peuvent aussi être modifiées selon les événements de dernières minutes....

Départ à 8h de Meylan ou de Seyssins

(Pour les voitures qui partent directement sans passer par les lieux de rendez-vous,
confirmer votre départ par SMS à Josiane , Nicole confirmera le départ de Seyssins)
vers Habère Poche ~2h 165 km (A41 A410 A40 ; puis vers Bogève et Domaine nordique de Plaine Joux)

**Regroupement prévu vers 10h sur le parking du Domaine nordique
de Plaine Joux (46.197609,6.462807)**



Pour tout problème concernant ce départ, vous pouvez me contacter 06 76 30 15 10

JB- Cartorando38 – 28/01/2025 - Guide Mini-séjour hiver 2025–Habère-Poche

Le prix du séjour est de 310€ en chambre double, il comprend

L'hébergement

Base chambre double ou à 2 lits avec sanitaire privé. Draps et linge de toilette fourni. Chambre individuelle pour ceux qui en ont fait la demande (17€ la nuit de supplément)

La pension complète du dîner du 1^{er} jour au déjeuner du dernier jour

Les déjeuners sont fournis sous forme de panier-repas à mettre dans votre sac à dos pour les jours 2,3 et 4 Prévoir des contenants pour éviter trop de déchets)

Prévoir aussi vos gourdes pour l'eau et vos thermos pour le café La taxe de séjour

Les lits faits à l'arrivée (draps et couverture fournis)

L'assurance à la MAIF dans le cadre de l'association

cartorando38. L'assurance annulation auprès de l'hébergeur

L'apéritif de bienvenue offert

Ce prix ne comprend pas :

Le transport en voiture est calculé par voiture et sera à répartir entre les occupants (voir §Transport)

Les dépenses personnelles

Les boissons autres que le vin des diners

Le déjeuner du 1^{er} jour (à emporter dans votre sac à dos)

Transport

Aller et Retour : Aller estimé aux environ de 160 km par Annecy et

Autoroute Sur place quelques kilomètres selon le choix des randos

Les frais de transport par voiture seront à partager entre les occupants.

Le tarif de 0,33€/km en rajoutant les frais d'autoroute

Répartitions des participants au niveau des chambres

P1	BON	YVES
P2	CHIEPPA	CHRISTIAN
1	BRUN	JOSIANE
	PATZELT	MANFRED
2	GIVET-AUBERT	JEAN BERNARD
	GIVET-AUBERT	REGINE
3	GRITTI	ALAIN
	GRITTI	ELIANE
4	PATROIX	CLAUDETTE
	PATROIX	MICHEL
5	PLAT	GERARD
	PLAT	NICOLE
6	SEBASTIEN	ANDRE
	SEBASTIEN	MARYSE
7	JULIAND	MARIE CECILE
	JULIAND	RICHARD
8	CHARRENSOL	ANNETTE
	JOURDAN	JACQUELINE
9	VINAY	ANNICK
	PALUSSIÈRE	VIVIANE
10	DESMARAIS	MARIE ANDREE

Liste des participants , téléphone et adresse mail

NOM	PRENOM	TELEPHONE	MAIL
BON	YVES	06 14 68 61 54	yves.bon@orange.fr
BRUN	JOSIANE	06 76 30 15 10	brun.josiane@numericable.fr
CHARRENSOL	ANNETTE	06 75 59 25 68	annette.charransol@orange.fr
CHIEPPA	CHRISTIAN	06 80 22 29 63	christian.cc3@gmail.com
DESMARAIS	MARIE ANDREE	06 74 00 41 09	pmadiois@orange.fr
GIVET-AUBERT	JEAN BERNARD	06 73 76 99 92	jeanbernard.givet@free.fr
GIVET-AUBERT	REGINE	06 79 56 73 76	regine.givet@free.fr
GRITTI	ALAIN	07 86 26 80 78	egritti@netcourrier.com
GRITTI	ELIANE	06 71 82 32 20	el.gritti@yahoo.fr
JOURDAN	JACQUELINE	06 71 76 04 96	jjourdan38@orange.fr
JULIAND	MARIE-CECILE	06 74 54 18 83	mcjuliand@yahoo.fr
JULIAND	RICHARD	06 88 60 08 99	richard.juliand@yahoo.fr
PALUSSIÈRE	VIVIANE	06 33 26 27 74	palussiere.viviane@orange.fr
PATROIX	CLAUDETTE	06 45 26 13 31	c.patroix@yahoo.fr
PATROIX	MICHEL	06 52 20 19 75	michel.patroix@gmail.com
PATZELT	MANFRED	06 21 60 62 45	manfred.patzelt@numericable.fr
PLAT	GERARD	06 35 92 61 73	gplat2000@yahoo.fr
PLAT	NICOLE	06 86 77 22 43	nicoleplat@yahoo.fr
SEBASTIEN	ANDRE	06 87 90 43 59	and.sebastien@free.fr
SEBASTIEN	MARYSE	06 49 98 06 78	maryse.sebastien49@gmail.com
VINAY	ANNICK	06 11 90 58 02	avinay@laposte.net

Organisation des randonnées raquettes ou crampons

Nous ferons 2 groupes avec un(e) animateur et un(e) serre file désignés au départ
Réviser vos matériels si besoin, ne pas oublier de prendre les crampons à chaînes, la neige se faisant rare....

En cas de méforme physique avertir la veille Josiane : Si vous le souhaitez, vous pouvez rester au centre pour récupérer.

Vous trouverez le tableau de la liste des randonnées possibles que Michel et moi avons tracées, (à partir de documents du Centre, de fiches obtenues à l'Office du Tourisme des Habères et des parcours d'Openrunner dans ce coin)

Il y aura toujours des possibilités de rallonger ou d'écourter selon la météo, la forme ou l'envie

Nous aurons une petite réunion chaque soir pour faire le point et prévoir le lendemain

Randonnées prévues

Tableau en fin de document, les cartes sont regroupées en Annexe séparée

Jour 1 - Ne pas oublier son pique-nique

Nous prévoyons de faire une randonnée en raquettes ou crampons pour tout le monde en partant du parking du Domaine nordique de Plaine-Joux vers la Pointe de Miribel. Pour l'instant, au vu des webcams du domaine la neige se fait rare, on utilisera très certainement les crampons .

Cette décision est susceptible de changer au vu des conditions météo et circulation le jour du départ.

Jours 2, 3 et 4

Pour les jours suivants, voir le tableau des randonnées possibles, le choix sera fait à la réunion du soir ainsi que les groupes.

Pour le dernier jour, rando plus courte, pour prendre la route et pour être sur Grenoble vers 17h -18h.

Formalités

N'oublier pas vos papiers d'identité

Votre carte d'assurance maladie

Vos médicaments et ordonnances

La fiche **actualisée** du fond du sac

Points particuliers pour le départ du centre le vendredi matin

Ne rien oublier dans sa chambre et penser à rendre les clés à l'accueil Régler ses dépenses personnelles

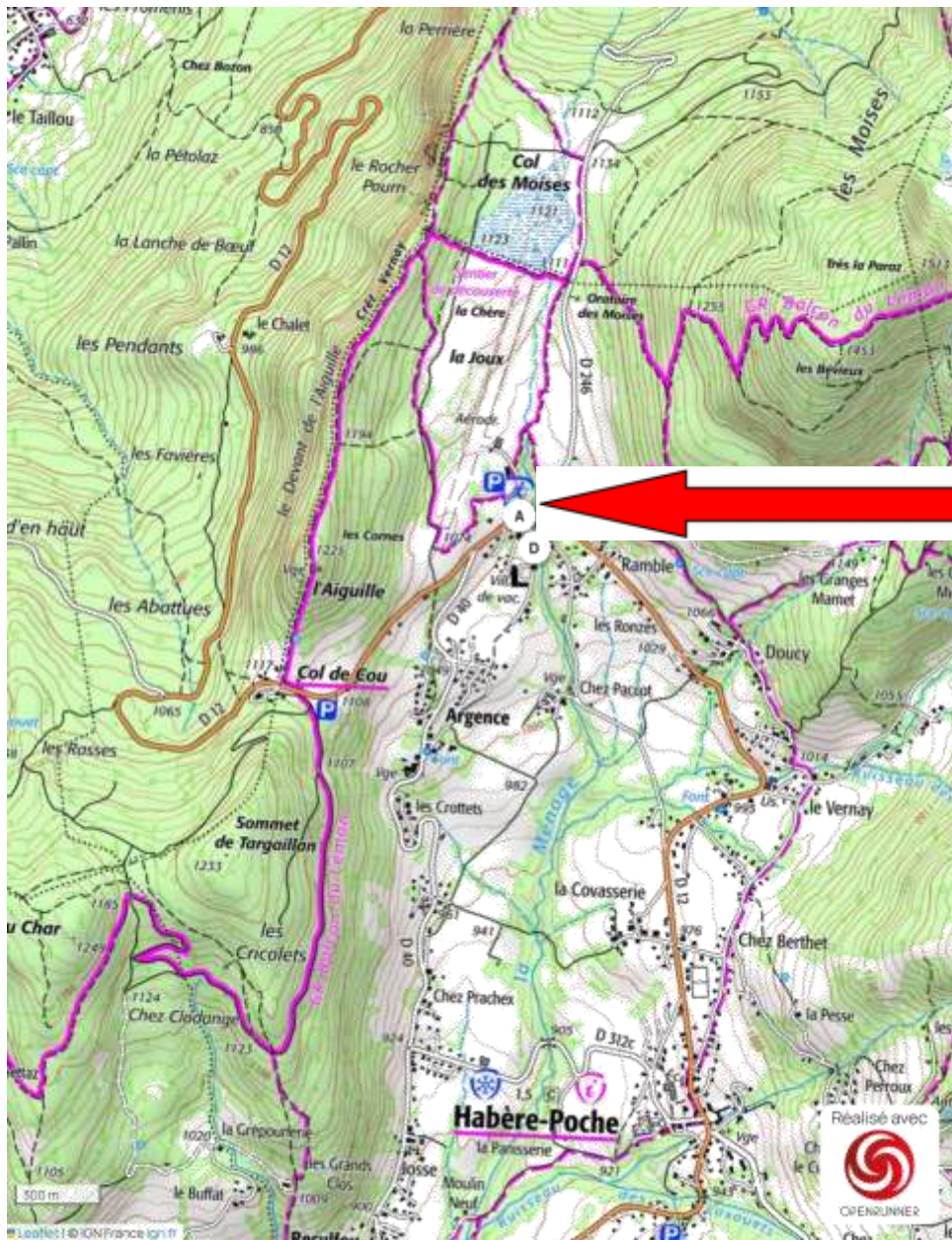
La dépose à Grenoble se fera aux mêmes endroits qu'au départ

Je reste à votre disposition pour tout complément d'information.

Josiane

TABLEAU DES RANDONNEES PROPOSEES

	Nom	Distance km	Dénivelée m	N° OPENRUNNER	N°VISORAN DO	Départ
1	Pointe de Miribel Plaine de Joux	8	410	20371771	68866871	Plaine de Joux Parking D No
2	Mont Forchat	7.16	460	20495566	68866915	Centre
	Mont Forchat 2	8.45	460	20495430	68866941	Centre
	Mont Forchat 3	9.76	500	20495557	68866963	Centre
3	Tour du Lac du Vallon La Chèvrerie	5.7	344	20414013	68867001	Parking « cha Prés du lac d
	Pointe de la Gay La Chèvrerie	9.6	700	20589801	68867495	
4	Les Mouilles La Grange de Lullin	7.7	303	20527991	68867529	Les Mouilles
5	Tour Pointe des Jottis	9.4	540	20407028	68867573	Col de Jamba
6	Col du Feu ND D'Hermone	8.5 8.1	500 442	20589962 20413940	68867615 68868555	Col du Feu (L

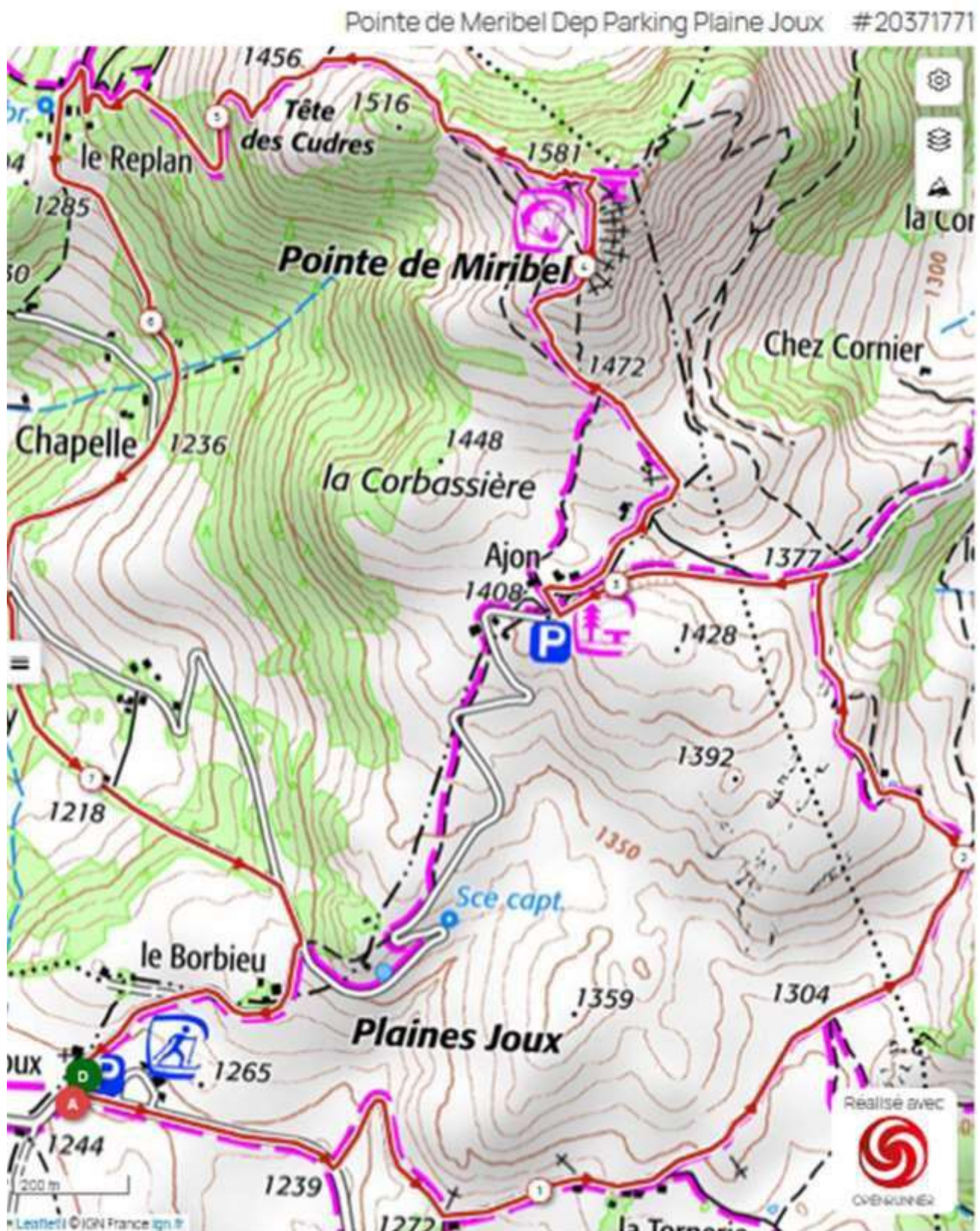


**SITUATION DU CENTRE NEA CLUB
HABERE POCHE**

JOUR 1 Pointe de Miribel

Départ Parking Domaine Nordique de Plaine-Joux

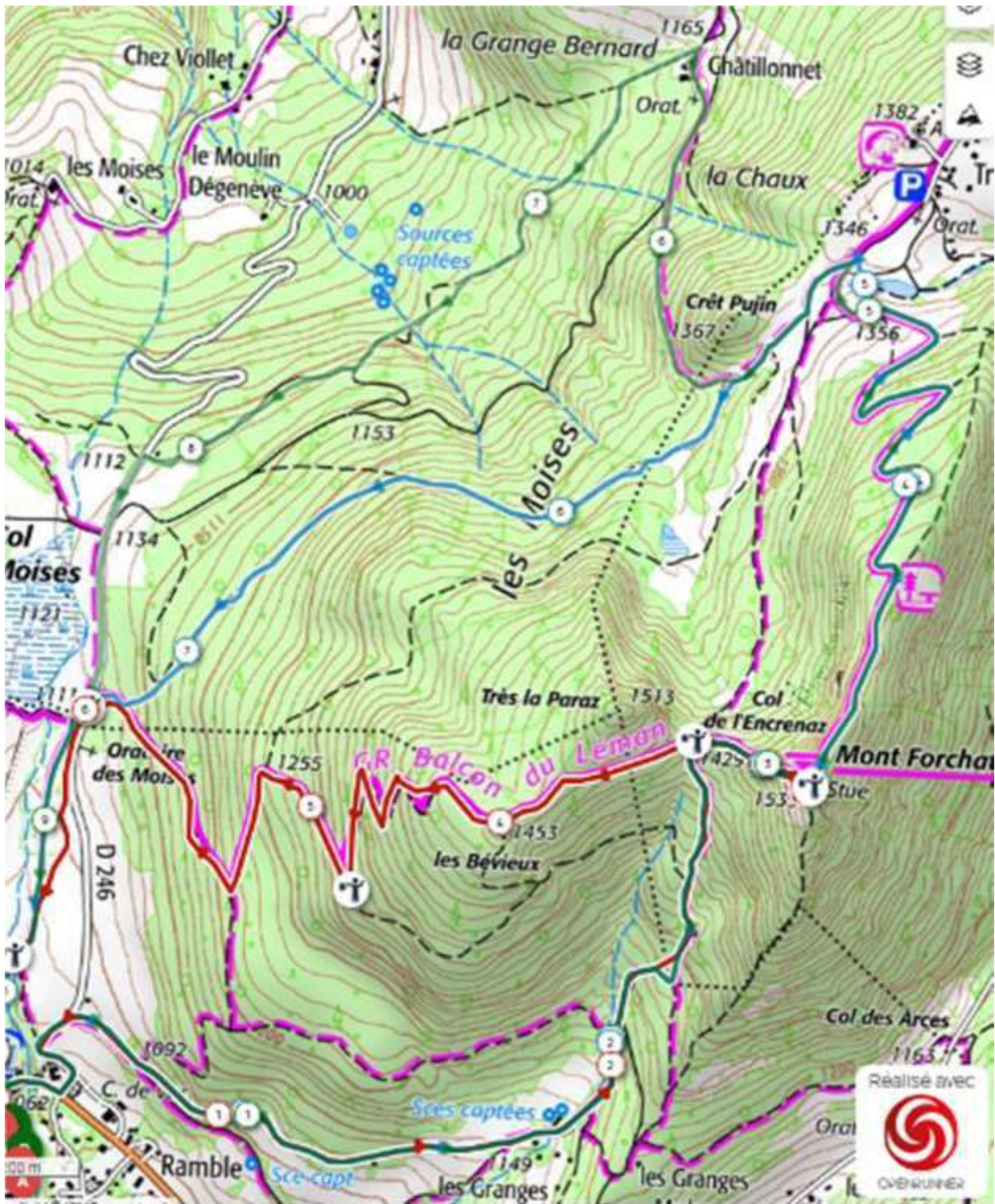
(OP 20371771)



8 km dénivelée 410m

JOUR 2 Mont Forchat

Départ du Centre 3 possibilités



Centre Mont Forchat (OP 20495566) 7.16km



Centre Mont Forchat Petit Lac retour les Moises (OP 20495430) 8.45 km

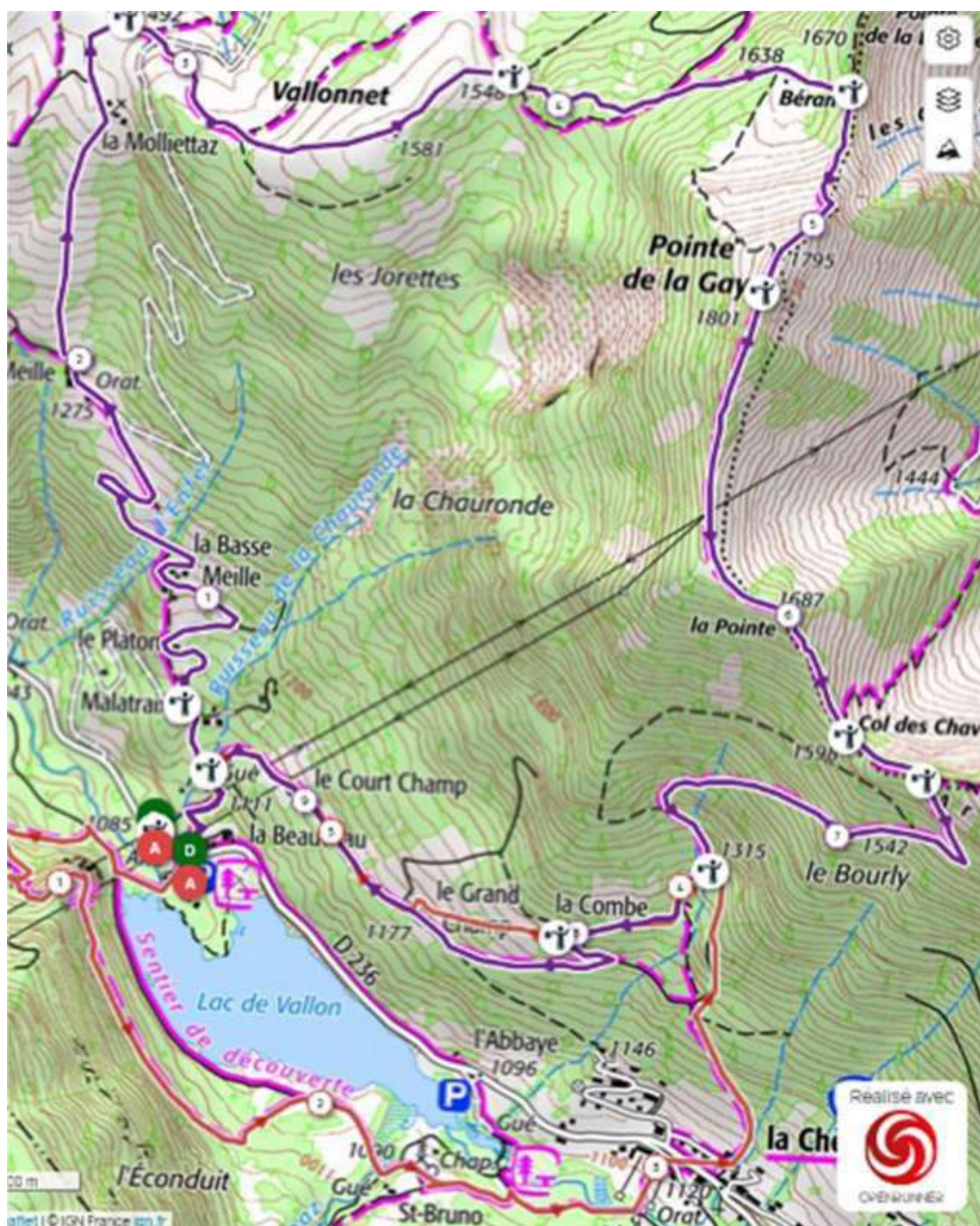


Centre Mont Forchat Petit Lac Châtillonnet (OP20495557) 9.76 km



JOUR 3 La Chèvrerie Lac du Vallon

Départ du Lac 2 possibilités

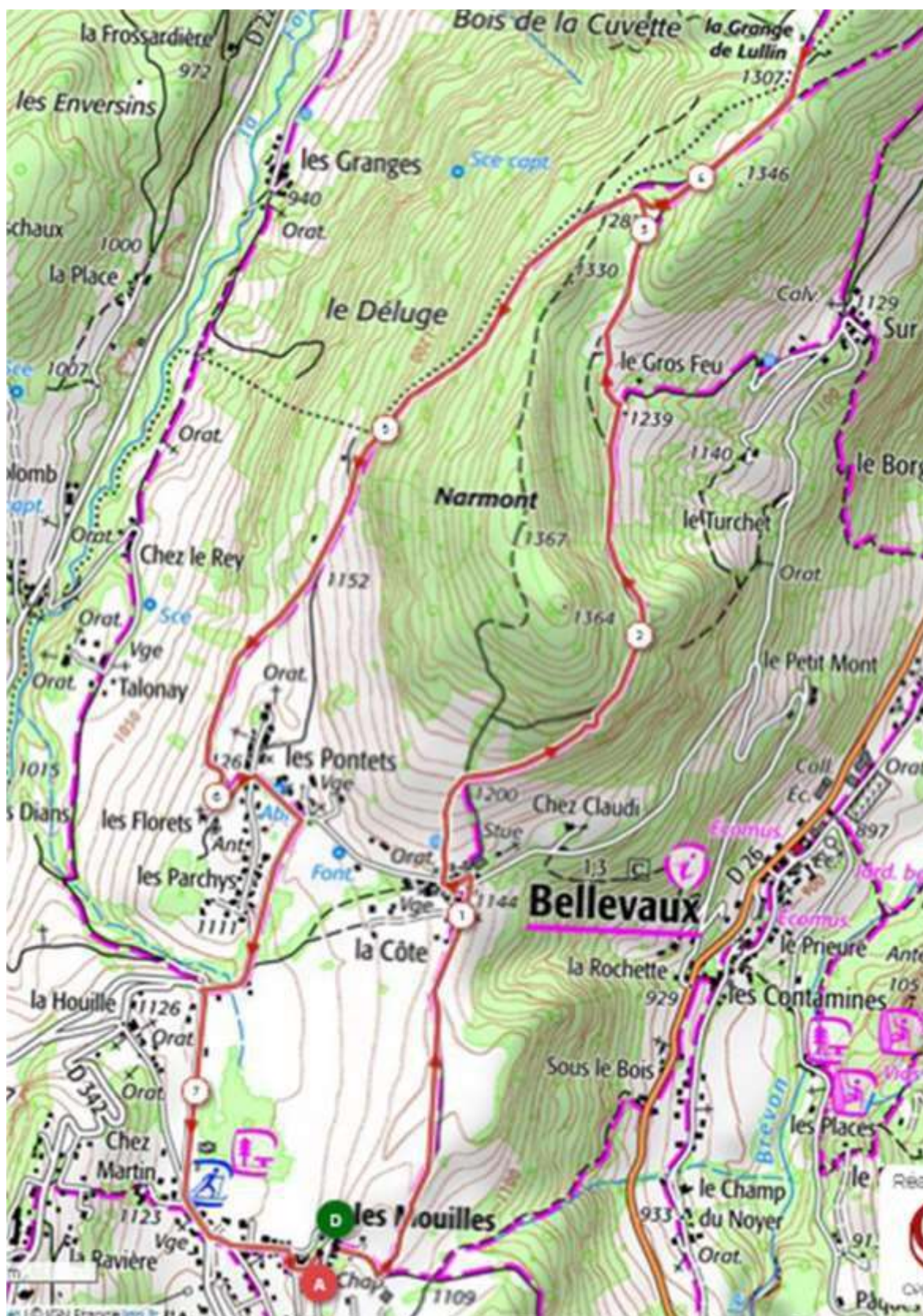


Parking du Lac Tour du Lac La Chèvrerie (OP 20414013) 5.7 km 

Parking du Lac Pointe de la Gay (OP 20589801) 9.6km 

JOUR 4 Les Mouilles La Grange Lullin

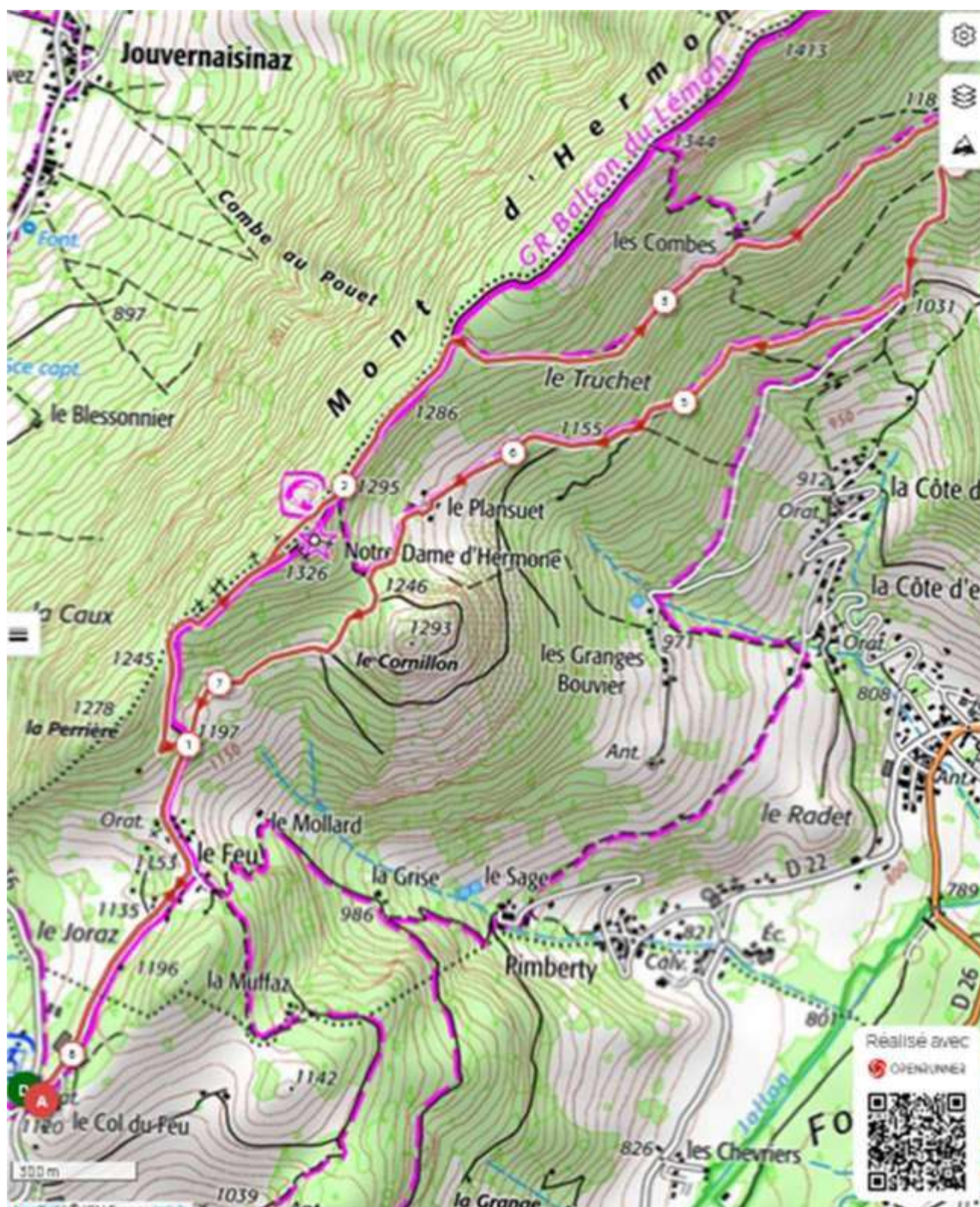
OP 20527991



7.7km dénivelée 303m

Col du Feu ND D'Hermone

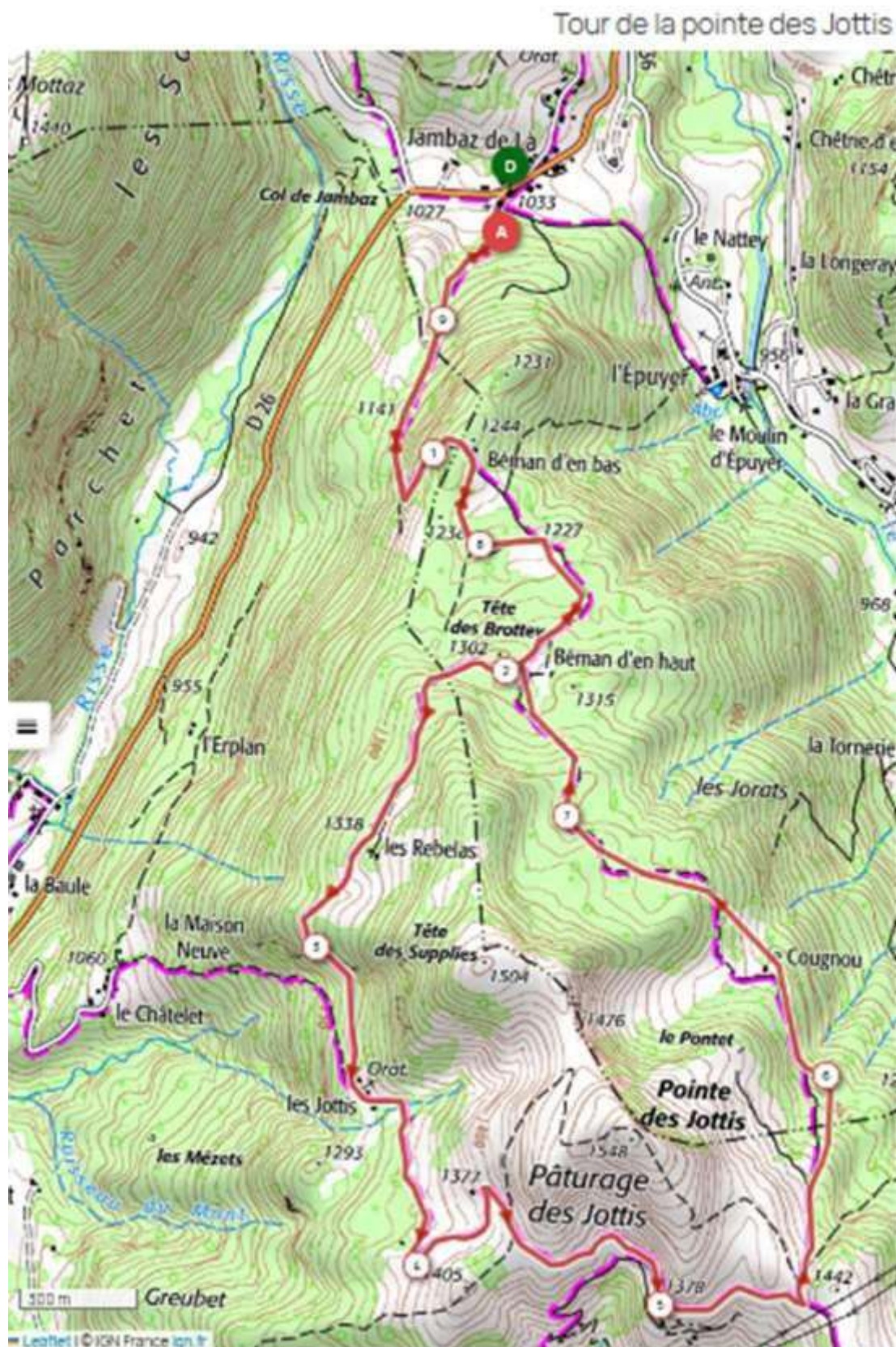
(OP 20413940)



8.10km Dénivelée 442m

Tour de la Pointe des Jottis

(OP 2040 7028)



9.4 km Dénivelée 540 m