



## **FRANCE - Week-end initiation au free ride à la Grave**

### **3 jours - code voyage : FR017**

Sortez des sentiers battus ! Avec la majestueuse Meije en toile de fond, venez vous initier au ski hors pistes en toute sécurité sur le spot mythique du free ride européen.

### **Les points forts :**

Le confort de l'hébergement en appartement de charme au c?ur du village (sauna) ; La Grave : la Mecque du ski free ride ; l'encadrement par un moniteur ESF et guide de haute montagne.

#### **Niveau requis :**

Savoir tourner skis parallèles sur piste rouge en station.

#### **Attention :**

Nous avons tout prévu, le prix comprend les forfaits pour le téléphérique !

Groupe de 8 pers. maximum.

Le guide fournit l'équipement collectif de sécurité (cordes, mousquetons, ARVA, pelle, sonde). Le matériel de ski est à votre charge.

Pour plus de souplesse, les transferts sur place pour vous rendre au départ des activités s'effectueront en minibus ou en voiture.

### **Aéroport le plus proche**

St-Exupéry (Lyon)

### **Rendez-vous**

Office de tourisme de la Grave

Heure : 13h 00

### **du jour 1 - midi**

### **au jour 1 - soir**

La Grave

Rendez vous à la Grave à 13h00. Vérification du matériel et montée à 3 200m d'altitude par le téléphé

ique. C'est parti pour les premières courbes sur les Vallons, sous l'œil attentif de votre moniteur qui vous donne ses techniques pour appréhender tous types de neige. Dîner au restaurant à la Grave.

Heures de ski : 3h

Hébergement : appartement

### **du jour 2 - matin**

### **au jour 2 - soir**

La Grave

Montée en téléphérique pour une nouvelle journée de ski sur les Vallons de la Meije et de Chancel. Le moniteur nous fait découvrir les meilleurs itinéraires, aux noms poétiques ou surprenants : Jardin Secret, Zone Interdite ... (selon conditions de neige). Pique-nique en cours de journée, dîner au restaurant à la Grave.

Heures de ski : 5h

Hébergement : appartement

### **du jour 3 - matin**

### **au jour 3 - soir**

La Grave

Montée en téléphérique pour une dernière journée de ski sur les Vallons de la Meije et de Chancel, toujours encadrée par notre moniteur. Pique-nique en cours de journée. Retour à l'appartement pour se changer, dispersion du groupe à 17h00 à la Grave.

Heures de ski : 5h

### **Dispersion**

Office de tourisme de la Grave

Heure : 17h 00

### **Aéroport le plus proche**

St-Exupéry (Lyon)

Pour des raisons météorologiques, d'organisation, de cas de force majeure ou pour votre sécurité, ce programme peut être modifié sur place. Dans ce cas, nos accompagnateurs proposeront toujours une solution de remplacement.

# Formalités France

Les informations mentionnées ne sont données qu'à titre indicatif et peuvent être sujettes à modification par les autorités concernées. Wavao vous conseille de les vérifier dès votre inscription.

## Carte nationale d'identité

Pour les Français, il faut vous munir de votre carte National d'identité. Pour les membres de l'Union européenne la carte nationale d'identité permet de voyager en France.

## Passeport

**Le passeport en cours de validité.**

**Un conseil important :** nous vous recommandons de photocopier tous vos documents officiels y compris votre billet d'avion et de les séparer de vos documents originaux. Vous pouvez aussi les scanner et vous les envoyez sur votre adresse e-mail.

## Vaccinations

Aucune vaccination n'est obligatoire par les autorités pour les voyageurs en provenance d'Europe. Nous vous recommandons d'être à jour dans vos vaccinations : tétanos, polio, diphtérie, hépatite B

## Information complémentaires

# Climat France

On distingue différents climats : climat océanique à l'ouest, tempéré au nord et au centre, continental à l'est et méditerranéen au sud. L'été est chaud et sec dans le sud et l'est de la France, il est doux à l'ouest. L'hiver est froid au nord et à l'est avec des températures proches de 0°, doux à l'ouest et dans le sud. Les pluies sont plus importantes au printemps et en automne en France que durant le reste de l'année.

## Paris

mois	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Temp min °C	1	1	3	5	9	12	14	13	11	7	3	2
Temp max °C	6	7	10	13	17	21	23	23	20	15	9	7
Précipitation (mm)	54	44	48	53	65	55	63	43	55	60	52	59

## Marseille

mois	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Temp min °C	2	3	5	8	12	16	18	18	15	11	6	3
Temp max °C	10	11	14	17	21	25	28	28	25	20	14	11
Précipitation (mm)	40	40	40	40	40	20	10	20	60	90	70	50

## Le matériel

Pour ce voyage, vous n'avez pas besoin de duvet.

## Les chaussures

Pour les randonnées, nous vous conseillons des chaussures adaptées aux lieux traversés... Dans le désert, des chaussures de randonnée basses ou des sandales de marche sont suffisantes. En montagne, des chaussures de randonnée hautes avec des tiges renforcées sont recommandées. Pour les autres activités, nous vous conseillons d'emporter dans vos bagages la paire de basket que vous avez l'habitude d'utiliser régulièrement pour être le plus confortable possible.

## Les Vêtements

Nous vous conseillons sur nos voyages de prendre des tenues type sportswear (décontractée). Ne pas oublier l'essentiel : chaussettes, pantalons de toile, bermudas, maillot de bain (indispensables pour les

baignades), chemises, tee-shirt, pull chaud ou polaire, kway, lunettes de protection solaire catégorie 3 minimum, chapeau ou casquette. Pour les voyages en altitude ou en hiver, pensez à prendre également de s vêtements chauds : anorak ou veste chaude et coupe vent, bonnet et gants.

À prévoir également : une trousse et serviette de toilette, une pharmacie personnelle, de la crème et stick de protection solaire, une lampe frontale avec piles et ampoules de rechange, une gourde de 1 litre minimum ainsi que du micro-pure, des boules Quiés, un couteau de poche, du papier hygiénique, un briquet pour destruction, des calinettes.

## **Les bagages**

Nous vous recommandons de prendre deux sacs de voyages. Un gros sac souple, sac à dos ou sac de sport de 15 kg maximum (70 à 80 litres) pour toutes vos affaires. Un petit sac à dos de 30 litres pour porter vos affaires du jour (gourdes, lunettes, appareil photos...). Pas de valises, uniquement sacs souples !

## **Conseils pratiques...**

Partir en bonne santé est un élément important pour la réussite des vacances. Notamment, l'ennui dentaire peut venir tout gâcher. Il est toujours plus sage d'effectuer une visite de contrôle avant le départ. Côté vaccins, nous conseillons de bien vérifier auprès d'un médecin les principaux (tétanos, diphtérie, poliomyélite, typhoïde). Nous conseillons également le vaccin contre les hépatites A et B. Enfin, en cas de besoin, pour le traitement antipaludéen, n'hésitez pas à consulter un service médical spécialisé. Sur place, nos accompagnateurs disposent toujours d'une pharmacie de première urgence. Nous recommandons cependant de partir avec sa propre pharmacie (aspirine, élastoplast, désinfectant, antiseptique intestinal et anti-diarrhéique, petits ciseaux, anti-moustiques, micro-pure... etc.)

La monnaie la plus facile à changer reste le dollar US, même si dans la plupart des pays on peut aussi changer des euros. Les cartes de crédit ne sont pas encore acceptées partout dans le monde. Il est toujours possible de procéder au change à l'aéroport ou dans les hôtels. La monnaie locale est toujours utile pour payer quelques dépenses sur place (repas, activités facultatives, souvenirs, eau et boissons... etc.)

## **Règles pratiques...**

Suivre et respecter les consignes données par nos accompagnateurs.

Respecter les us et coutumes locales du pays visité.

Garder une photocopie des 4 premières pages du passeport, des visas et des billets d'avion en plus des originaux.

Constituer une caisse commune avec les autres participants pour payer les boissons et les éventuelles autres dépenses communes.

Constituer une enveloppe pour nos accompagnateurs et leur équipe locale est une tradition, mais en aucun cas obligatoire.

La réussite de nos voyages est un mélange de simplicité, de détente, de solidarité, de convivialité, de déc

ouverte, de partage, et de respect. L'esprit est plutôt de passer des vacances entre amis que de voyager en petit groupe organisé.

C'est aussi une aventure à partager ! L'important n'est plus seulement où l'on va, mais avec qui l'on part.

## **Le prix comprend :**

### **si vous réservez les vols avec Wavao**

le départ garanti à 2 participants, l'accompagnateur local francophone, les vols internationaux au départ de Paris, les taxes aériennes, l'accueil et l'assistance sur place, les transferts, la logistique et les transports sur place, le transport des bagages, les petits déjeuners, les déjeuners (attention : nos formules de voyages nous amènent très souvent à faire des pique-niques à midi), les dîners (repas chauds le soir), les entrées dans les sites visités et autres activités, les hébergements, les frais de dossier.

### **si vous ne réservez pas les vols avec Wavao**

le départ garanti à 2 participants, l'accompagnateur local francophone, l'assistance sur place, les transferts, la logistique et les transports sur place (hors transferts jusqu'aux lieux de rendez-vous et de dispersion sur place), le transport des bagages, les petits déjeuners, les déjeuners (attention : nos formules de voyages nous amènent très souvent à faire des pique-niques à midi), les dîners (repas chauds le soir), les entrées dans les sites visités et autres activités, les hébergements, les frais de dossier.

**Attention : tous nos départs sont garantis à partir de 2 participants !**

## **Le prix ne comprend pas :**

### **si vous réservez les vols avec Wavao**

les formalités, les frais de visas et autres taxes d'entrée et de sortie de territoire (sauf si mentionnés dans les points forts), les repas libres mentionnés dans le programme, les entrées, visites et autres activités payantes mentionnées dans le programme, l'assurance multi-risques facultative, les boissons, les pourboires (sauf si mentionnés dans les points forts), les dépenses et achats personnels, les surcharges carburant imposées par les compagnies aériennes.

### **si vous ne réservez pas les vols avec Wavao**

les vols internationaux, les formalités, les frais de visas et autres taxes d'entrée et de sortie de territoire (sauf si mentionnés dans les points forts), l'accueil et les transferts jusqu'aux lieux de rendez-vous et de dispersion sur place (sauf si mentionnés dans les points forts), les repas libres mentionnés dans le programme, les entrées, visites et autres activités payantes mentionnées dans le programme, l'assurance multi-risques facultative, les boissons, les pourboires (sauf si mentionnés dans les points forts), les dépenses et achats personnels.