

Plantes sauvages et paysages du Vercors

Avec repas aux herbes

Week-end de randonnée à pied (en étoile), nuitée en chambre d'hôtes

Randonnée thématique dans le Parc naturel régional du Vercors à travers une nature foisonnant de plantes sauvages. Au cœur des Quatre Montagnes, dans l'harmonie des couleurs printanières, nous partirons à la recherche des plantes sauvages comestibles comme la renouée bistorte, le chénopode bon-henri... Apprenez à connaître et reconnaître quelques espèces de plantes (culinaires, aromatiques, médicinales). Nous aborderons leurs usages populaires. Un week-end de randonnée pour percer les secrets de ces plantes mais aussi une invitation à partager un repas aux herbes. Venez goûter au plaisir de la randonnée en découvrant les paysages du Vercors, à la rencontre d'une nature riche et surprenante !

DESCRIPTION DES RANDONNÉES

Randonnée jour 1 : Rochers d'Herbouilly (1560 m)

Un itinéraire de randonnée aux multiples facettes. Des falaises, des plateaux, des prairies et des forêts offrant ainsi une diversité d'habitats à la flore. Nous traverserons la Plaine d'Herbouilly au caractère fragile et qui bénéficie d'un arrêté de protection de biotope. Vous découvrirez aussi le Plateau de Château Julien, milieu ouvert au sein du massif forestier avec un point de vue remarquable sur le Vercors sud. Au cœur d'un territoire humainement et naturellement riche, ce parcours est parsemé de plantes sauvages aux mille vertus.

Dénivelé : montée 390 m, descente 390 m horaire de marche ≈ 4 h

***Ou* Bois des Eyssartaux et prairie de Carrette (1370 m)**

Nous traverserons une forêt mixte du Vercors. Un parcours de randonnée qui côtoie aussi des prairies, des points de vue, un patrimoine naturel et culturel très divers (Barre aux Chèvres, « fenêtre » de la Grande Moucherolle », bornes taillées, 45^{ème} parallèle, Résistance...). Dans cet environnement vallonné et sans cesse changeant, la flore d'altitude au sein du Parc naturel régional du Vercors révèle toute sa richesse. Découvrez les plantes sauvages là où elles poussent et créez un contact privilégié avec la nature par le toucher et l'odorat.

Dénivelé : montée 410 m, descente 410 m horaire de marche ≈ 4 h 30

Après la randonnée, rendez-vous à la ferme des Jalines pour un **dîner agrémenté d'herbes**. Un moment de partage avec un couple producteur fermier (Bleu du Vercors, St Marcellin...) et éleveur de la race de vache locale « villarde ».

Randonnée jour 2 : Source de Roybon (1470 m)

Au sortir du couvert forestier composé de hêtres, épicéas, sapins, pins sylvestres, mélèzes... le sentier devient panoramique. La diversité des milieux traversés permet de trouver une multiplicité de plantes sauvages. Vous apprendrez à connaître et à reconnaître les bonnes plantes qui ont nourri nos ancêtres, oubliées pour la plupart. Vos yeux seront portés aussi sur le paysage. Après être arrivés

au pied des Arêtes du Gerbier, nous descendrons le Vallon de la Fauge. L'eau, rare en surface dans le Vercors, s'écoule ici et dégringole en cascade. Nous finirons de découvrir le patrimoine naturel qui borde nos montagnes par le chemin des « traces ».

Dénivelé : montée 470 m, descente 470 m horaire de marche ≈ 4 h 30

Ou **Signal de Nave (1609 m)**

Stimulez vos sens en découvrant les plantes sauvages de l'extrémité nord du Vercors. De la Combe de Nave au Bec de l'Orient, des végétaux oubliés dont la connaissance traditionnelle est un patrimoine à préserver. Nous cheminons en douceur dans un vallon verdoyant où plusieurs prés offrent des panoramas sur le Massif Central, les méandres de l'Isère et même le Mont-Blanc. Une journée pour s'enrichir des multiples secrets médicaux ou culinaires dont recèle une remarquable variété de plantes sauvages.

Dénivelé : montée 300 m, descente 300 m horaire de marche ≈ 4 h

Observation : itinéraires de randonnées et horaires de marche fournis à titre indicatif. Le programme peut être modifié suivant la météo, l'état du terrain, le niveau du groupe, les conditions locales particulières... Ces modifications (chronologie des randonnées, itinéraire, destination des sorties...) sont uniquement faites dans votre intérêt. Votre accompagnateur s'adapte et s'efforce de rendre votre séjour agréable et convivial, ceci en toute sécurité.

DESCRIPTION DU WEEK-END

DURÉE : 2 jours / 1 nuit.

DATES PROPOSÉES : 9 et 10 juin 2012
dates de votre choix (selon dispo.) pour les groupes ≥ 6 personnes.

PRIX PAR PERSONNE : 134 € en chambre de 3 à 4 places (voir rubrique « en option »)

Prix incluant : l'encadrement, le dîner à la ferme, la nuitée et le petit-déjeuner en chambre d'hôtes, les pique-niques du midi, la taxe de séjour, les draps et les serviettes de toilette.

Prix n'incluant pas : les boissons et autres dépenses personnelles, le transport aller retour du domicile au lieu fixé pour le rendez-vous et la dispersion, les transferts aller retour aux points de départ des randonnées, les assurances personnelles.

En option : l'assurance (annulation et interruption de séjours, bagages) et l'assistance pour un montant correspondant à 2,85 % du prix du séjour, chambre de 2 places (supplément éventuel, nous consulter).

CONSTITUTION DU GROUPE : de 6 à 12 participants maximum.

NIVEAU TECHNIQUE : 1 facile.

La découverte du milieu montagnard, sous ses aspects naturels et humains, est privilégiée.

Hervé ASTIER VERSANT NATURE Villa Les Génétys - Bois Barbu 38250 VILLARD DE LANS
Tél. : 04 76 94 07 13 Portable : 06 87 17 95 94 contact@versantnature.com www.versantnature.com
Établissement inscrit au registre des opérateurs de voyages et de séjours : immatriculation n° IM038100 053 - Garant : Caisse d'Épargne et de Prévoyance Rhône-Alpes 42 bd Eugène Deruelle 69003 LYON - Assureur RCP : MMA IARD 14 bd Marie et Alexandre Oyon 72030 LE MANS

ENCADREMENT : accompagnateur en montagne diplômé d'Etat.

HÉBERGEMENT ET RESTAURATION : nuitée et petit-déjeuner en chambre d'hôtes. Le dîner à la ferme des Jalines est l'occasion de déguster des plats du terroir agrémentés d'herbes. Les pique-niques sont accompagnés de vivres de course.

PORTAGE : sac à dos allégé, contenant uniquement vos affaires personnelles de la journée et votre pique-nique.

CARTOGRAPHIE : IGN Top 25, 3236 OT Villard de Lans - Mont Aiguille.

ÉQUIPEMENT PERSONNEL CONSEILLÉ

- un sac à dos confortable (35 à 40 l),
- des chaussures de randonnée à tige haute, imperméables, avec une bonne semelle,
- deux paires de chaussettes chaudes de randonnées,
- un pantalon de randonnée, confortable pour marcher (privilégier la matière synthétique qui sèche plus vite),
- un short ou un bermuda,
- des sous-vêtements (synthétiques de préférence),
- un tee-shirt respirant,
- un sous pull ou une micro polaire à manches longues,
- un pull chaud ou une fourrure polaire,
- une veste imperméable et coupe-vent de type Gore-Tex avec un capuchon,
- une cape de pluie, une housse de pluie pour le sac à dos,
- du linge de rechange pour le soir (sous-vêtements, chaussettes, caleçon long/survêtement...),
- des chaussons légers,
- des gants, un bonnet, une casquette (ou un bob),
- des guêtres,
- une gourde (minimum 1,5 l) + 1 gobelet pour les pique-niques,
- des lunettes de soleil filtrant les U.V., de la crème solaire à haut indice de protection, un stick à lèvres,
- une trousse de toilette,
- une mini pharmacie (paracétamol, bande adhésive élastique de type élastoplaste, pansements pour les ampoules, pansements multi-usages, antiseptique, antalgique, arnica, vitamine C, boules Quies, médicaments personnels...),
- votre carte de groupe sanguin,
- du papier hygiénique,
- pour les porteurs de lunettes de vue, une paire de rechange (ou des lentilles),
- un appareil photo.

Vous pouvez compléter cette liste et l'adapter selon votre propre résistance au froid. Prévoyez en fonction de vos besoins des vivres de course supplémentaires (fruits secs, biscuits énergétiques...).

ACCUEIL ET ACCÈS

RENDEZ-VOUS : le jour 1 à **9 h 30** devant l'Office de Tourisme de Villard de Lans.

FIN DE VOTRE SÉJOUR : le jour 2 en fin d'après-midi à Villard de Lans ou à Autrans.

ACCÈS :

Par le train : Train ou TGV jusqu'à Grenoble, puis autocars réguliers VFD/Transisère de Grenoble à Villard de Lans (www.transisere.fr, 0820 08 38 38).

Par la route : . Depuis Grenoble : aller jusqu'à Sassenage, puis prendre la direction Villard de Lans,
. Depuis Valence : A49, sortie « La Baume d'Hostun », suivre ensuite l'itinéraire St Nazaire-en-Royans, Pont-en-Royans, les Gorges de la Bourne.

Si vous souhaitez arriver la veille ou prolonger votre séjour, n'hésitez pas à nous consulter.

RÉSERVATION

Inscription à plus de 30 jours du départ : envoyer par courrier votre bulletin d'inscription accompagné d'un chèque d'acompte de 30% du montant du séjour soit **40 € + l'assurance et assistance si l'option est souscrite (3,82 €)** **Merci de libeller votre chèque à l'ordre d'Hervé ASTIER.**

L'acompte est prélevé dès que le départ est assuré.

Le solde de **94 €** est à régler au plus tard 30 jours avant le début du séjour.

Inscription à moins de 30 jours du départ : envoyer par courrier votre bulletin d'inscription accompagné d'un chèque du montant total du séjour soit **134 € + l'assurance et assistance si l'option est souscrite (3,82 €)** **Merci de libeller votre chèque à l'ordre d'Hervé ASTIER.**

Le règlement par virement est possible (RIB communiqué sur demande).

Adresse : **Hervé ASTIER VERSANT NATURE Villa Les Génétys - Bois Barbu 38250 VILLARD DE LANS.**

ANNULATION ET ASSURANCES

Annulation de notre part de votre séjour : une autre destination vous est proposée ou vos versements vous sont remboursés. Aucune indemnité n'est versée.

Annulation de votre part : quelque en soit le motif, il est impératif de nous prévenir au plus tôt par courrier ou par mail. Voici les frais d'annulation :

- . A plus de 30 jours du début de votre séjour : 30 € de frais de dossier,
- . De 30 à 22 jours : 25% du prix du séjour est dû,
- . De 21 à 15 jours : 50%,
- . De 14 à 8 jours : 75%,
- . De 7 à 2 jours : 90%,
- . A moins de 2 jours : 100%.

Hervé ASTIER VERSANT NATURE Villa Les Génétys - Bois Barbu 38250 VILLARD DE LANS
Tél. : 04 76 94 07 13 Portable : 06 87 17 95 94 contact@versantnature.com www.versantnature.com
Établissement inscrit au registre des opérateurs de voyages et de séjours : immatriculation n° IM038100 053 - Garant : Caisse d'Épargne et de Prévoyance Rhône-Alpes 42 bd Eugène Deruelle 69003 LYON - Assureur RCP : MMA IARD 14 bd Marie et Alexandre Oyon 72030 LE MANS

Pour éviter ces frais, l'assurance « frais d'annulation et d'interruption de séjours » est vivement conseillée. Elle reste facultative et vous pouvez la refuser. Les garanties détaillées et les exclusions sont décrites sur la notice consultable en ligne ou disponible sur simple demande. La garantie de l'assuré prend effet dès son inscription au séjour.

L'assurance bagages et l'assistance sont incluses (voir notice).

Nous restons à votre service et vous souhaitons d'avance un AGRÉABLE WEEK-END.

Hervé ASTIER VERSANT NATURE Villa Les Génétys - Bois Barbu 38250 VILLARD DE LANS

Tél. : 04 76 94 07 13 Portable : 06 87 17 95 94 contact@versantnature.com www.versantnature.com

Établissement inscrit au registre des opérateurs de voyages et de séjours : immatriculation n° IM038100 053 - Garant : Caisse d'Épargne et de Prévoyance Rhône-Alpes 42 bd Eugène Deruelle 69003 LYON - Assureur RCP : MMA IARD 14 bd Marie et Alexandre Oyon 72030 LE MANS