

Hiver 2020

## **SKATING ET BIATHLON A NÉVACHE**

### **Séjour ski de fond et biathlon dans la vallée de la Clarée**

#### **Séjour en étoile encadré**

**7 jours / 6 nuits / 4 ½ jours de skating et de biathlon**



*Ces dernières années, grâce à Martin Fourcade et aux Jeux Olympiques, le ski de fond, et le biathlon en particulier, ont connu les faveurs des médias et l'engouement du grand public. A Néevache, nous avons une bande de moniteurs passionnés qui rêvent depuis longtemps de faire découvrir leur sport au plus grand nombre.*

*En collaboration avec l'école de ski, l'Echailon propose donc depuis l'hiver 2019, des séjours tout compris pour vous permettre de vous essayer à la glisse en skating et de vous initier à la technique du tir à la carabine. Sur la semaine votre moniteur vous proposera une approche pédagogique et ludique pour vous faire plaisir sur les skis et avoir vos premières sensations de champions sur le pas de tir !*

---

SARL GENTIL, L'ÉCHAILLON IM005130001  
Garant financier : APST 15, av Carnot 75017 Paris  
TVA intracommunautaire : FR3840279613000019  
Assurance professionnelle : BEST ASSUR HOTEL, **contrat N°2D0182500327**  
Assurance annulation, assistance Open Odysée et interruption de séjour,  
Chez Europ Assistance, 1 promenade de la Bonnette, 92633 Gennevilliers cedex,  
[slv@europ-assistance.fr](mailto:slv@europ-assistance.fr) - **contrat N°58 223 429**  
**L'Echailon est adhérent au réseau Vagabondages**  
**Et à celui des Hôteliers Randonneurs.**

*Une semaine pour les enthousiastes dans le cadre nordique sublime de la Clarée ! A partir de 16 ans.*

## **PROGRAMME**

Voici une trame possible de votre séjour chez nous, il sera possible que votre moniteur intervertisse des demi-journées si nécessaire, en fonction de la disponibilité du stade ou de la météo.

Vous découvrirez le tir à la carabine, avec des carabines à plomb à air comprimé, sur des cibles à 10 mètres.

### **Jour 1 : accueil et installation à l'hôtel**

Accueil à L'Échaillon dans l'après-midi. Avant le dîner, nous vous offrons un pot d'accueil pour découvrir notre maison et ses différents services. Après le dîner, réunion d'information sur l'organisation des activités de votre semaine avec les moniteurs.

### **Jour 2 : reprise sur les skis et découverte de l'activité**

Le matin, après vous être équipés (chaussures, skis, bâtons, forfaits), votre moniteur vous proposera une initiation ou une révision de la technique du skating sur les pistes de ski de fond tracées du domaine de Névache. Vous ferez des exercices éducatifs pour gagner en aisance sur les skis.

L'après-midi, après avoir mangé à l'hôtel, vous allez découvrir le pas de tir de biathlon, les carabines et leur manipulation, apprendre les bonnes positions, etc...

### **Jour 3 : matinée biathlon et après-midi skating !**

Retour sur le pas de tir le matin, deuxième séance de biathlon.

Repas au chaud le midi à l'hôtel.

Après-midi sur les skis pour bien progresser : découverte et pratique des différents pas : un temps, deux temps, combiné...

### **Jour 4 : matinée skating et après-midi repos**

Une matinée un peu sportive pour sentir la glisse même en montée !

Repas au chaud le midi.

Demi-journée de détente ou de repos l'après-midi, pour recharger les batteries.

### **Jour 5 : balade à la journée en ski sur le domaine de la Clarée**

Randonnée à la journée (avec un pique-nique) pour découvrir le magnifique site de la haute vallée de la Clarée et ses chalets d'estive enfouis sous la neige, ou le très beau plateau du Col de l'Echelle, ou se faire plaisir sur la liaison vers Val-des-Prés et les Alberts. Selon les conditions de neige, nous pourrons partir avec des peaux de phoque sous les skis !

### **Jour 6 : biathlon comme les champions et du skating, dernière session**

Séance de biathlon l'après-midi, avec possibilité d'organiser un petit challenge !

Séance de skating le matin pour revoir les techniques enseignées pendant la semaine.

### **Jour 7 : fin du séjour et dispersion**

Fin du séjour après le petit-déjeuner.

## **FICHE PRATIQUE**

### **ACCUEIL**

Le 1<sup>er</sup> jour, dans l'après-midi, à l'hôtel\*\* l'Échaillon à Névache.

**En cas de problème, vous pouvez appeler au 04 92 21 37 30**

### **DISPERSION**

Le 7<sup>ème</sup> jour, au même endroit, à Névache, après le petit-déjeuner. Libération des chambres pour

10 heures. Si vous désirez faire encore du ski, cela sera possible mais sans encadrement. Possibilité de déjeuner à midi (supplément de 17 € par personne) et de rester jusqu'au départ de la navette pour le train de nuit. Cependant, nous vous demandons impérativement de libérer les chambres pour 12h.

### **EXTENSION**

**Arrivée :** Possibilité d'arriver la veille ou le matin par le train de nuit avec un supplément pour la demi-pension à partir de 61 € (selon la saison et selon le forfait choisi) ou de 9 € pour le petit-déjeuner et de 17 € pour le repas de midi. Les chambres seront disponibles vers 17 heures la veille et vers 14h le 1<sup>er</sup> jour, mais vous pourrez entreposer vos bagages et attendre dans l'hôtel. Si vous arrivez la veille, nous vous demandons de réserver impérativement par mail ou par courrier accompagné d'un acompte de 20 € par personne.

**Départ :** Si vous désirez prendre le déjeuner de midi, ce sera possible (17 € par personne) avec réservation obligatoire la veille. Vous pouvez également rester une nuit supplémentaire à la fin de votre séjour avec un supplément pour la demi-pension à partir de 61 € (selon la saison et selon le forfait choisi). Nous vous demandons également de réserver impérativement par mail ou par courrier accompagné d'un acompte de 20 € par personne.

### **NIVEAU**

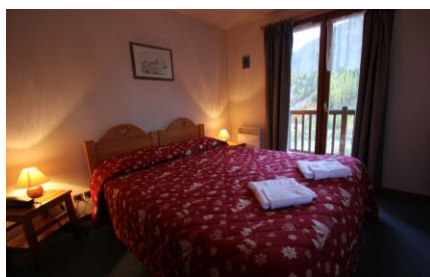
Ce séjour est proposé aux novices du biathlon, aucune expérience n'est nécessaire pour le tir. En revanche, vous devez déjà avoir fait du ski de fond et appris la technique du skating : vous avez un niveau débrouillé/confirmé.

### **HEBERGEMENT**

L'hébergement à l'Echaillon peut se faire à l'hôtel, dans la nouvelle annexe « Le Chavillon » ou dans les Chalets Thabor.

**L'Echaillon** : L'hôtel est composé de 19 chambres, réparties ainsi :

- **Des chambres de 2** : Pour couple avec un lit à l'italienne ou 2 lits simples, avec sanitaire dans la chambre (lavabo, douche et WC).
- **Des chambres de 3** : Avec 3 lits simples avec sanitaire dans la chambre (lavabo, douche et WC).
- **Des chambres de 4** : Uniquement pour les familles. Composée, d'une chambre pour couple et d'un coin montagne pour les enfants de moins de 12 ans (lit superposé), avec sanitaire dans la chambre (lavabo, douche et WC).
- **Des suites de 2 chambres de 2 places** : bien séparées avec un sanitaire commun (douche, lavabo, WC) pour les 2 chambres.



**Le Chavillon** : Nouveau bâtiment, fraîchement rénové, qui est composé de 8 chambres de 2 places avec salle de bain privatives, et d'une salle de petit-déjeuner. Chaque chambre est décorée avec gout, dans un style montagnard et chaleureux. Le Chavillon est situé à 200 mètres de l'Echaillon, un petit chemin, bien entretenu, vous guidera jusqu'à l'hôtel pour venir prendre le diner.



Les petits déjeuner se font sur place, servis sous forme de buffet, une serveuse sera là pour vous accueillir le matin.

**N.B. : Possibilité de chambre seule** en haute saison : vous serez logés en suite et partagerez la salle de bain et les WC avec 1 ou 2 autres personnes. **Votre tarif** sera celui d'une chambre double. En moyenne et basse saison, chambre seule avec sanitaire privatif possible selon les disponibilités.

A l'Echaillon se trouve une salle de restaurant, un salon avec une cheminée, un bar et une salle d'animation ou de réunion avec coin T.V. et coin cheminée.

La **restauration** est soignée, adaptée aux sportifs et cuisinée à base de produits locaux et le plus possible à base de produits bio.



### **ESPACE BIEN-ÊTRE en fin d'après-midi de 16h30 à 19h**

Sauna, hammam, Størvatt (jacuzzi extérieur en bois chauffé au feu de bois), salle de détente, bar, et espace massage au retour des activités neige. Dans votre forfait il est prévu 3 accès durant votre séjour.

### **LES MASSAGES et SOINS (en option sur réservation)**

Nous disposons d'une salle de massage, nos masseuses vous proposeront leur carte de massages aux huiles essentielles. Les massages sont en option sur réservation et à régler directement à la masseuse en chèque ou espèces.

Quelques exemples :

- Le Récupérateur, modelage tonique qui permet la détente et la décontraction des jambes et du dos après une journée de sport.
- Les Pierres Chaudes, modelage décontractant, la chaleur des pierres chaudes se diffuse lentement et profondément à travers les muscles.
- Etc. ...

### **ENCADREMENT**

Par des moniteurs de ski de fond, tous diplômés d'État.

### **MATERIEL FOURNI**

Ski, bâtons, chaussures. Et les carabines (avec les plombs) pour les séances sur le pas de tir !

### **EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR**

- Carte d'identité valide



- Un sac à dos moyen pour les randonnées de journée (assez grand pour contenir le repas de midi, votre eau et vos vêtements chauds, éventuellement l'appareil photo)
- Un anorak chaud et **imperméable**
- Un pantalon chaud, ample et **imperméable**
- Des collants chauds, bonnet chaud
- Guêtres ou stop touts (facultatif)
- 2 à 3 paires de chaussettes
- Vêtements de rechange
- Chaussures pour l'intérieur
- Après-skis ou chaussures de randonnée
- Affaires de toilette (2 serviettes de toilette sont fournies à l'hôtel)
- Maillot de bain et drap de bain pour le sauna
- Pharmacie personnelle, collyre
- **Une boîte hermétique** (type Tupperware) pour la salade des pique-niques et une gourde
- 1 photo si vous pensez prendre un badge de traçage des pistes pour la semaine
- Et pourquoi pas une spécialité de votre région à partager avec vos compagnons de séjour

#### Obligatoire :

- **2 paires de gants chauds**
- **Lunettes de soleil très protectrices**
- **1 rouleau d'Elastoplaste 8 cm** (Sert à tout : ampoules, traumatisme, etc....)
- **Ecran total et crèmes pour les lèvres et le visage**

#### Conseillé :

- La « double-peau » pour soigner les ampoules (qui se trouve en pharmacie)
- Lunettes de vue de rechange en cas de casse
- Des bouchons d'oreilles Ear ou boules Quies
- Gourde si possible isotherme, couteau, couverts

#### **DATES ET PRIX**

TARIFS Skating et Biathlon	Chambre à 3 places	Supplément chambre à 2 places
Du dim 22/12 au sam 28/12/19	755 €	30 €
Du dim 29/12/19 au sam 04/01/20	765 €	40 €
Du dim 12/01 au sam 18/01/20	755 €	30 €
Du dim 19/01 au sam 25/01/20	755 €	30 €
Du dim 26/01 au sam 01/02/20	765 €	40 €
Du dim 02/02 au sam 08/02/20	765 €	40 €
Du dim 09/02 au sam 15/02/20	765 €	40 €
Du dim 16/02 au sam 22/02/20	770 €	55 €
Du dim 23/02 au sam 29/02/20	770 €	55 €
Du dim 01/03 au sam 07/03/20	765 €	40 €
Du dim 08/03 au sam 14/03/20	765 €	40 €
Du dim 15/03 au sam 21/03/20	755 €	30 €

#### **Sur place, il vous faudra régler une participation au traçage des pistes (tarifs 2019) :**

- Adulte semaine (à partir de 16 ans) : **57 €**, ou **11 €** par jour
- Enfant semaine de 10 à 16 ans : **36 €** (gratuit jusqu'à 10 ans), ou **5,5 €** par jour
- Séance de 3 heures pour les adultes : **8 €**
- Forfait 2 jours consécutifs : **18 €**,
- Forfait 3 jours consécutifs : **24 €**.

## LE PRIX COMPREND

- La pension complète du jour 01 au repas du soir au jour 07 après le petit-déjeuner
- La taxe de séjour
- 4,5 jours d'encadrement
- Le prêt du matériel de ski et de biathlon
- Les transports locaux
- 3 accès à l'Espace Bien-Être

## LE PRIX NE COMPREND PAS

- L'assurance annulation / rapatriement facultative (3.9%)
- La carte Passeport Montagne annuelle facultative (19 €),
- Les transports aller et retour jusqu'à Névache
- L'éventuel supplément « Aventure Nordique » pour les ados (100 €).
- La participation au traçage des pistes
- Les boissons et dépenses personnelles
- Les massages ou les soins (45 € à 70 € de 30 à 60 minutes)

# POUR EN SAVOIR PLUS

## ACCÈS À NÉVACHE L'HIVER

**N'hésitez pas à nous contacter afin que nous vous conseillions le meilleur trajet (voiture ou train) pour venir passer une semaine inoubliable à l'Echaillon !**

### 1. En Train :

- **Ligne Paris-Milan pour arriver en gare d'OULX :**

**Pour l'aller**, prenez le TGV qui quitte Paris en matinée pour arriver à en gare d'Oulx en milieu d'après-midi. Vous pourrez alors prendre la navette régulière « 05voyageurs » de Oulx-TGV jusqu'à l'office du tourisme de La Vachette (Horaires et tarifs à vérifier sur [www.05voyageurs.com](http://www.05voyageurs.com)). Une navette de l'Echaillon sera organisée à partir de La Vachette jusqu'à l'hôtel. Il sera donc impératif de nous prévenir de vos horaires d'arrivées afin que nous nous organisions pour venir vous chercher. Sans ça, vous devrez prendre un taxi.

**Pour le retour**, l'Echaillon organise un transport de l'hôtel à La Vachette pour prendre le bus d'Oulx qui passe en début de matinée et vous permet la correspondance avec le TGV Milan-Paris qui part d'Oulx en fin de matinée, et arrive à Paris en milieu d'après-midi (horaires actuels à trouver sur [www.oui.sncf](http://www.oui.sncf)).

- **Pour arriver en gare de Briançon :**

Par le nord, sur la ligne Paris-Lyon-Valence-Briançon ou Grenoble-Gap-Briançon

- Les trains de jour : TGV puis TER
- Le train de nuit direct à partir de Paris-Austerlitz, tant qu'il existe, est le plus pratique pour les personnes venant du nord de la France.

Par le sud, sur la ligne Marseille-Briançon (TER)

A l'arrivée de votre train à Briançon, il existe 3 navettes Résalp pour vous conduire à Névache, le trajet dure environ 35 minutes. **IMPORTANT : LA RESERVATION DE VOTRE TRAJET EN NAVETTE SE FAIT PAR L'HOTEL L'ECHAILLON.** Il est donc impératif de nous contacter dès que vous connaissez vos horaires de train.

Dans le cas où les horaires de navettes ne vous conviendraient pas, vous pouvez contacter la compagnie Resalp au 04 92 20 47 50 afin de réserver un taxi.

## **2. En voiture :**

**Par le nord**, Grenoble, puis Col du Lautaret puis Briançon. N'hésitez pas à contacter le 04 65 03 00 05 ou consulter le site [inforoute.hautes-alpes.fr](http://inforoute.hautes-alpes.fr) afin de connaître les conditions de circulations et l'état d'enneigement des routes.

Vous devez circuler obligatoirement avec des pneus neige ou avoir une paire de chaîne dans le coffre de la voiture.

**Par le sud**, Valence ou Sisteron - Gap - Embrun - Briançon.

⇒ Puis à Briançon, prendre la direction Col du Montgenèvre/Italie. A 3km de Briançon, tournez à gauche vers la vallée de la Clarée, Névache est à 16km.

**Autre possibilité depuis le Nord : par Chambéry et le Tunnel du Fréjus** (au péage prenez un aller-retour valable 7 jours – le passage est cher – environ 45 € l'aller et 55 € l'aller et retour ; prix à vérifier sur [www.sftrf.fr](http://www.sftrf.fr)).

En hiver, à la sortie du Tunnel de Fréjus, vous poursuivez en direction de « OULX » puis du col de Montgenèvre. Attention à ne pas suivre le GPS qui peut vous amener à Bardonecchia pour passer à Névache par le col de l'Echelle qui est fermé l'hiver.

En bas du col de Montgenèvre, prenez à droite en direction de la Vallée de la Clarée et de Névache.

## **ANIMAUX**

Votre animal domestique (un seul) est accepté s'il est propre et silencieux. Il ne pourra pas être accepté dans la salle à manger et devra être tenu en laisse. Nous comptons sur votre attention à faire ce qu'il faut pour qu'il ne gêne pas les autres personnes, car certaines n'aiment pas les animaux et d'autres en ont peur. À votre arrivée, nous vous demandons une caution de **50 €** que nous vous rendrons si votre animal n'a fait aucun dégât pour la semaine. Il ne pourra pas vous suivre sur les pistes de ski.

## **LINGE DE MAISON**

Nous vous fournissons 1 drap de bain et 1 serviette de toilette par personne pour la semaine. Prévoir un drap de bain pour le sauna ou d'autres serviettes si vous avez besoin de plus. Possibilité de prêt d'un peignoir et de chaussons (3 €) pour l'espace bien-être. Changement de serviette sur demande : 1,50€ par personne

## **ENTRETIEN DES CHAMBRES**

Une personne passe tous les jours pour faire les lits et nettoyer la salle de bain/WC.

## **LA CIGARETTE**

Nous vous demandons de ne pas fumer dans les chambres et dans l'ensemble de l'hôtel.

## **INFORMATIONS ANNEXES**

A Névache nous ne disposons ni de distributeur de billet ni de pharmacie ni de station-service. Merci de prévoir en conséquence.

## **TRÈS IMPORTANT**

**L'encadrement se réserve le droit de modifier le programme quelle qu'en soit la cause (conditions météorologiques, niveau technique des participants, etc....) dans le souci d'un meilleur déroulement du séjour.**

**RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION À**

**L'Échaillon**

Hôtel\*\*, SPA & Activités

Névache 05100 Briançon

Tél : 04 92.21.37.30

Courriel : [infos@echaillon.com](mailto:infos@echaillon.com)

[www.hotel-echaillon.com](http://www.hotel-echaillon.com)

***Avec le bulletin d'inscription accompagné d'un acompte de 30%***