

La Vallée des Merveilles

Séjour en itinérance du 10 au 19 juin 2023



Informations générales sur notre itinérance :

La vallée des Merveilles et le tour du mont Bégo

Distance totale = 85 km+ découverte

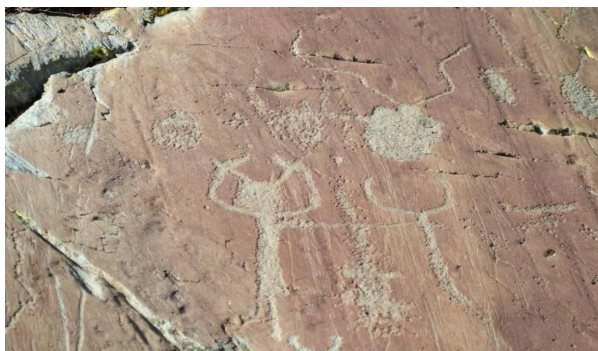
Dénivelé positif = 5800 m

Dénivelé négatif = 6000 m

Altitude Max = 2668 m

Altitude min = 631 m

IBP total = 510



Détail du séjour :

- Séjour en itinérance
- 7 jours d'itinérance + 1 de découverte
- 10 jours avec voyages A/R

- Etapes de 7 à 20 kilomètres avec dénivelé maxi <1400 m, indice d'effort de 49 à 157

| Etape | De ... à ... | Distance | Déniv. - / + | Alt. min/MAX | I B P |
|-------|--------------------------------------|------------|--------------|--------------|-------|
| | Avion + bus vers départ | | | | |
| 1 | ST Martin /refuge Madone de Fenestre | 13 | 436/ 1385 | 961/1911 | 109 |
| 2 | La Madone /refuge de Nice | 8 | 462/776 | 1860/2541 | 93 |
| 3 | Refuge de Nice/Valmasque | 9 | 783/757 | 2200/2668 | 85 |
| 4 | Valmasque/Casterino | 10 | 705/37 | 1553/2221 | 49 |
| 5 | Casterino/La Mine | 10 | 781/737 | 1511/2269 | 91 |
| 6 | La Mine/ les Merveilles | 7 | 30/616 | 1538/2124 | 60 |
| | Les Merveilles | découverte | | | |
| 7 | Merveilles/Belvédère | 19.8 | 1822/538 | 822/2434 | 106 |
| | Bus + avion retour | | | | |

Hébergement et accès :

- Demi-pension en hôtels et gîtes.
- Couchage en dortoir et chambres de quatre à six.
- Portage du sac

Conditions :

- Ce séjour est ouvert aux membres de Bassée en Balade en règle avec le certificat médical.
- Le prix du séjour en demi-pension est de **530 €** par personne.

Sont compris dans ces prix :

- L'hébergement en demi-pension.

Ne sont pas compris :

- Le voyage jusqu'à Nice (A/R)
- L'assurance annulation.



Organisation et encadrement :

- Organisation : Bassée en Balade, 29, rue Jean Jaurès 59496 Salomé ;
Tél. +33(0)781 896 368
Courriel : bassee.en.balade@gmail.com

- Encadrement : Jean-Pierre DESMET
jeanpierredesmet.jpd@gmail.com
Tél. 06 37 65 39 04

Le nombre de participants est prévu pour 14 personnes. Les inscriptions seront prises en compte dans la limite des places disponibles, au fur et à mesure de la réception des bulletins d'inscription accompagnés des chèques prévus, libellés à l'ordre de Bassée en Balade.

Recommandations :

Il convient d'être suffisamment entraîné pour apprécier ce séjour. Un bon équipement -- veste, pantalon, chaussures, bâtons, lunettes de soleil – permet d'affronter le soleil et éventuellement la pluie. Quant au sac à dos, on le prendra d'une taille permettant le transport de boisson, pique-nique et de vêtements nécessités par l'évolution des conditions climatiques au cours de la journée de randonnée.

| | |
|---|---|
| RCP : GROUPAMA Paris Val de Loire 60, Bd. Duhamel du Monceau 45160 OLIVET Ct n° : 41789295M / 0002 | Garantie financière : GROUPAMA Assurance-crédit & Caution 132 rue des Trois Fontanot 92000 Nanterre Tel 33(0)149313131 ct. n° 4000716162 /0 |
| Adresse postale : Bassée en Balade, 29, rue Jean Jaurès 59496 Salomé Association Loi de 1901, déclarée à la Préfecture du Nord sous le n° W595004366 Siège Social : Hôtel de Ville, place du général de Gaulle, 59480 La Bassée Affiliée à FFRandonnée sous le n° 04414, labellisée Rando Santé® Soutenue par la ville de La Bassée | tél. +33(0)781 896 368, bassee.en.balade@gmail.com , http://benb.fr Agréée par le Ministère de la Jeunesse et des Sports sous le n° 59 S 3008 Bénéficiaire de l'immatriculation tourisme n° IM075100382 de la Fédération française de la randonnée pédestre, 64 rue du Dessous des Berges, 75013 Paris N° SIRET 447 712 670 00010, code NAF 93.12Z |