

**Description**

1er jour : Vous prenez le train à Paris Austerlitz, vous changez de train à Chambéry où un café est ouvert face à la gare pour vous restaurer avant de prendre la correspondance de Grenoble que vous quittez à Brignoud. Là vous prenez la navette de la station Prapoutel les 7 laux et vous descendez au terminus. Vous m'appellez pour que je vienne vous chercher. Nous prendrons un nouveau petit café convivial avant de partir en rando vers le Gros Caillou. Durée de la marche 5 heures, dénivelé 600 mètres

2ième jour : nous prenons à nouveau la navette de Prapoutel, partons pour le col du Merdaret et redescendons aux Adrets où vous prendrez à nouveau le taxi pour attraper le train de Brignoud qui vous ramènera à Paris gare de Lyon. Durée de la marche 5 heures, dénivelé 600 mètres

Dates des séjours	Niveau physique	Niveau technique
Samedi 14 janvier dimanche 15 janvier	Facile	Δ alpin facile

Observations particulières

Randonnée d'initiation à la raquette en montagne.

Matériel nécessaire

- Sac à dos (30 litres), raquette, DVA, pelle et sonde chaussures de montagne à tige montante, coupe vent type Gore-Tex pour le haut et un pour le bas (si possible), un moyen et un gros pull over ou polaire épaisse, 1 paire de gants, bonnet ou serre tête, écharpe, guêtres, lunettes de soleil, crème solaire, gourde ou thermos, drap sac pour les nuits en gîte, serviette de toilette. Le pack DVA pelle et sonde peut être loué au CAF à un prix intéressant.

PRIX : 100€

Ce prix comprend le guide, une nuitée en dortoir en demi-pension.

Ce prix ne comprend pas le transport en train depuis Paris, le taxi éventuel, les transferts entre Grenoble et Prapoutel, les navettes, l'hôtel avant et après la randonnée, le pack DVA, pelle et sonde.

Hébergement : dortoir en îte

Nombre de participants : 5 personnes maximum + Gilles Deloustal

Déplacements en train Chaque participant se chargera d'acheter son billet SNCF aller Paris-Brignoud et retour Brignoud-Paris. Les billets TER Grenoble-brignoud et le car Grenoble-Prapoutel et Prapouté-Grenoble seront à prendre sur place. N'hésitez pas à appeler pour plus de précisions.

Rendez-vous chez moi pour le café

Trajet aller jeudi soir :

Paris Austerlitz départ 23h02

Chambéry arrivée samedi 4h58 petit déjeuner à l'Arc Hotel qui ouvre à 5h30 tél 0479623726)

Chambéry départ 6h26

Brignoud arrivée 6h59

taxi de Prapoutel (tél 04 76 71 06 40) pour 30€ à partager entre les participants pour aller de la gare à chez moi

Trajet retour dimanche soir

Brignoud départ 18h30

Grenoble arrivée 18h54

Grenoble départ du train 19h21

Paris gare de Lyon arrivée à 22h28

En option si vous pouvez vous libérer vendredi et lundi

Je viens vous chercher à la gare de Brignoud vendredi à 16 heures et je vous ramène à Brignoud lundi à 6h30 pour être à Paris gare de Lyon à 10h33. Je vous propose nuitée en dortoir et petit déjeuner contre 30€ par personne et par nuitée, selon disponibilités. Vous pouvez aussi voir la liste des hébergements disponibles sur mon site internet www.deloustal.com