

Séjour de 3 jours avec initiation au ski de fond au pas alternatif et/ou au skating. Voyage en train + bus, départ en train depuis Paris le vendredi matin. 6 places proposées.

Organisateurs: Pascal Etieève 06 09 16 34 44 etieeve.cihm@yahoo.fr

Au cœur du Parc naturel régional du Vercors, Autrans et Méaudre sont deux villages voisins formant la commune nouvelle d'Autrans-Méaudre en Vercors. Venez découvrir le charme et la richesse de cette vallée accueillante.

Transport: Train à l'aller et au retour. Transferts entre Grenoble et Méaudre (bus).

Aller le vendredi 16 janvier : Paris gare de Lyon départ **7h11** – Grenoble arrivée **10h13**
Paris gare de Lyon départ **07h22** - Grenoble arrivée **11h09**
Bus Grenoble – Méaudre

Bus T64 Grenoble gare routière 10h30 (suivant 12h30) – Lans en Vercors Office de tourisme 11:13

Bus T66 Lans en Vercors Office de tourisme 11h20 - Méaudre Place 11h46

Retour le dimanche 18 janvier : Bus de Méaudre à Grenoble

Bus T66 Méaudre Place 16h22 - Lans en Vercors Office de tourisme 16h50

Bus Lans en Vercors Office de tourisme 16h50 - Grenoble gare routière 17h35

Ou

Bus Méaudre Place 17h27 - Lans en Vercors Office de tourisme 17h55

Bus Lans en Vercors Office de tourisme 18h15 - Grenoble gare routière 19h00

Ou Bus Lans en Vercors Office de tourisme 19h00 - Grenoble gare routière 19h39

Horaires possibles pour le Train Grenoble - Paris gare de Lyon

départ 18h45 arrivée 21h46

départ 19h59 arrivée 22h56

départ 20h47 arrivée 23h50

Note : Le masque peut être conseillé dans le train, le car. Pensez à vous munir de gel hydroalcoolique.

Équipement :

- Il est conseillé d'avoir son matériel, mais il sera possible de louer sur place.
- Prévoir : bonnet, gants, lunettes, coupe-vent, vêtements et sous-vêtements chauds, lunettes de soleil, crème solaire, pharmacie personnelle (liste non exhaustive) et petit sac à dos.
- Prévoir équipement de sécurité : sifflet, couverture de survie, frontale
- Prendre des chaussons pour l'hébergement ainsi que vos affaires personnelles de toilette.

Hébergement : Domaine des Mateaux, Méaudre.

Chambres de 4 personnes avec salle de bain. Draps fournis. Serviettes de toilette non comprises

Participation aux frais : Prix du week-end : **125€**, comprenant l'hébergement et la 1/2 pension (les petits déjeuners des samedi et dimanche et les dîners des vendredi et samedi soir)

Ce tarif ne comprend pas :

- Les dépenses partagées entre tous : les transports en bus et taxi
- Les dépenses personnelles (billets de train AR Paris-Grenoble, boissons ..) /! l'hébergement ne prend pas la CB !
- Les repas des midis : Pique nique à prévoir depuis Paris ou à faire (magasins au village)
- La location du matériel de ski au foyer de ski de fond : env. 15 €/jour
- Le forfait de ski de fond : prévoir environ 30€ pour 2 jours et demi

BULLETIN D'INSCRIPTION - INITIATION SKI DE FOND À MÉAUDRE LES 16, 17, 18 JANVIER 2026

Inscription auprès de Pascal Etiève après accord téléphonique. L'inscription ne sera validée qu'après réception du chèque de 125€ à l'ordre du CIHM accompagné du bulletin d'inscription rempli.

Indispensable : être titulaire de sa carte d'adhérent CIHM 2025/2026 et d'une attestation d'assurance valide.

Chaque participant achète lui-même son billet de train après avoir obtenu l'accord des organisateurs.

Infos neige : En cas d'absence ou de neige insuffisante, nous pratiquerons sur place, une activité alternative (randonnée pédestre, marche nordique, ou autre)

A remplir en lettres capitales (une fiche par participant): Nom et prénom :

N° adhérent CIHM 2025-2026 **obligatoire** ou carte découverte CIHM

Adresse :

Code postal, ville:

Tél mobile: E-mail:

Personne à contacter en cas d'accident : Nom Prénom

Parenté : Tél :

Je déclare être assuré (e) pour la couverture de l'activité choisie : Assureur :

N° affiliation : Tél urgence

Une assurance facultative, couvrant les accidents corporels (assurance individuelle accident) ainsi que les frais de recherche, de secours, d'évacuation et de rapatriement est vivement conseillée.

Location ski : OUI / NON :

Activité : Ski fond alternatif ☐ Skating: ☐ Ski libre : ☐
Niveau : ☐ débutant ☐ faux débutant ☐ débutant ☐ faux débutant

Conditions d'annulation: Voir les clauses détaillées sur le site du CIHM

Conditions d'annulation : Montant minimal forfaitaire 15€ ainsi que l'intégralité des frais engagés non récupérables.
De 60 jours à 31 jours du départ: 25 % - De 30 jours à 8 jours du départ: 50 % - A moins de 8 jours du départ : 100 %
Si vous êtes remplacé par quelqu'un de la liste d'attente, 15€ seront retenus quelle que soit la date de désistement.
Quelles que soient les modalités d'inscription, aucun report sur une autre sortie n'est possible.
Les inscriptions sur liste d'attente ne font l'objet d'aucun frais d'annulation, excepté cas particulier dûment précisé.

J'accepte les conditions d'inscription et de participation contenues dans la brochure et dans la fiche technique du week-end.

Je suis conscient que les organisateurs CIHM ne sont ni guides, ni moniteurs professionnels et que je suis avant tout responsable de ma propre sécurité. Néanmoins, adhérant à un groupe, je m'engage à ne pas m'isoler seul hors des pistes.

J'accepte les conditions sanitaires à appliquer lors des déplacements et à l'hébergement

Loi Informatique et Libertés du 6 Janvier 1978 : voir notice dans la brochure du CIHM.

Je joins un chèque de 125€.

Date : Signature