



SEJOUR RAQUETTES 2023

27 au 29 janvier 2023

3 groupes : initiation, moyen et sportif

L'association Laroque Rando reconduit cette saison les mini-séjours de marche en montagne avec raquettes. Les dates retenues sont du **vendredi 27 au dimanche 29 janvier 2023**.

Nous serons hébergés au **Chalet du Ticou à Bolquère**, qui est un centre de classe de découverte de la montagne de la Ligue de l'Enseignement du Lot.

Installé dans un bâtiment de style alpin, ce chalet de montagne convivial se trouve à 1,9 km du village de Bolquère, à 2,6 km de la station de ski de Bolquère-Pyrénées 2000 et à 2,7 km de la gare de Bolquère-Eyne.

Les repas (petit-déjeuner et dîner) sont servis dans une salle à manger conviviale donnant sur la montagne. L'établissement possède un bar avec cheminée et une salle de jeux.



Afin que le plus grand nombre d'adhérents puisse y participer, nous proposons 3 groupes et plusieurs niveaux de pratique.

Programme prévisionnel

Pour la journée du samedi :

- le groupe de niveau « sportif » sera pris en charge par un ou deux guides de montagne en fonction du nombre d'adhérents inscrits dans le groupe, c'est une randonnée raquettes assez sportive avec du dénivelé.
- le groupe de niveau « moyen » sera pris en charge par un ou deux guides toujours en fonction du nombre d'adhérents inscrits dans le groupe, avec un dénivelé qui sera déterminé en fonction de l'enneigement.
- le groupe « initiation », fera une randonnée tournée vers la découverte des raquettes avec moins de dénivelé et un apprentissage de cette technique de marche en montagne.
Réfèrent et animateur Jean-Pierre Renaux. En cas d'impossibilité de Jean-Pierre, un guide le remplacera et le prix sera en conséquence réactualisé.

Pour le jour d'arrivée le vendredi :

Possibilité de faire une petite randonnée de mise en jambes en raquettes ou à pied en fonction de l'enneigement. Cette balade sera menée par des animateurs du club de randonnée.

Rendez-vous sur le parking du chalet à 14h00.

Détail des séjours :

Du vendredi 27 janvier à 17h00 au dimanche 29 janvier 2023 après le petit déjeuner.

1- Groupes avec guides : moyen et sportif

Tarif par personne : 150 €

Cette somme comprend l'hébergement, la restauration, 3 guides pour la randonnée du samedi toute la journée, la fourniture des raquettes et bâtons pour ceux qui ne sont pas équipés et si besoin, le transport en bus ou minibus sur place pour se rendre au départ de la randonnée raquettes.

Déplacement : Laroque-des-Albères à Bolquère en voiture personnelle (co-voiturage à gérer par vous-même).

Hébergement :

- Disponibilité des chambres à partir de 17h00 le vendredi 27 janvier.
- Chambres doubles ou familiales avec un coin salle d'eau.
- Lits à faire à l'arrivée (draps fournis)

Restauration :

- Petit déjeuner en self-service (2)
- Le déjeuner du samedi midi sera pris sous forme de panier repas
- Les dîners du vendredi et du samedi seront en self-service

Divers :

- Animations proposées par le Chalet du Ticou.
- Le programme de la randonnée raquettes du samedi sera fonction de la météo et de l'enneigement.

2 - Groupe initiation avec Jean-Pierre Renaux

Tarif par personne : 120 €

Cette somme comprend l'hébergement et la restauration.

Déplacement : Laroque-des-Albères à Bolquère en voiture personnelle (co-voiturage)

Hébergement :

- Disponibilité des chambres à partir de 17h00 le vendredi 27 janvier.
- Chambres doubles ou familiales avec un coin salle d'eau.
- Lits à faire à l'arrivée (draps fournis)

Restauration :

- Petit déjeuner en self-service (2)
- Le déjeuner du samedi midi sera pris sous forme de panier repas
- Les dîners du vendredi et du samedi seront en self-service

Divers :

- Animations proposées par le Chalet du Ticou
- Le programme de la randonnée raquettes du samedi sera fonction de la météo et de l'enneigement.

IMPORTANT :

Par mesure de sécurité, les responsables du séjour devant connaître le niveau des personnes qui s'inscrivent, seuls les adhérents qui randonnent régulièrement seront acceptés.

Les adhérents de Laroque Rando « pré-inscrits » doivent confirmer leur participation en payant leur séjour du montant correspondant **au plus tard le 9 septembre 2022.** L'inscription ne sera confirmée qu'après réception du règlement.

Comme précisé lors des « pré-inscriptions », priorité sera donnée aux adhérents ayant leur licence à Laroque Rando. Pour les adhérents venant d'autres clubs, une confirmation d'acceptation leur sera donnée rapidement.

Toute annulation sera ensuite susceptible d'entraîner des frais en fonction de nos engagements auprès des prestataires.

Les chèques devront être adressés à :

Nicole Gonzalez

24 rue de la Soulane

66740 Laroque des Albères

1 - Pour le séjour avec guides - moyen et sportif (150 €)

2 - Pour le séjour initiation (120 €)

Amicalement

Jean-Pierre Renaux et Dominique Garcia