



RANDONNEE DECOUVERTE A RAVOIRE

Une randonnée de deux jours en montagne

Ravoire, un promontoire situé sur les hauteurs du coude du Rhône, une montagne modeste et qui recèle pourtant quelques merveilles tels marais d'altitude, clairières bucoliques, chapelles, mélézins, et d'autres.

Durant ces deux jours, nous irons à la découverte de ce sommet tantôt du côté nord tantôt du côté sud, en empruntant chemins muletiers, pistes forestières et sentiers de randonnée.

Une randonnée en immersion dans une nature splendide !

6 et 7 NOVEMBRE 2021

RANDONNEE DECOUVERTE A RAVOIRE

INFORMATIONS PRATIQUES

- Marche :** De difficulté moyenne,
9 et 11 km, dénivelés moyens à grands, 5 h 30 de marche effective par jour
Sentiers de montagne et chemins carrossables en gravier
- Votre guide :** Bastian Keckeis est accompagnateur en montagne avec Brevet fédéral. Il aime la marche qui transforme.
- Vous :** Bonne marcheuse ou bon marcheur, amoureux ou amoureuse de la nature, vous aimez découvrir les richesses de notre patrimoine.
- Hébergement :** En hôtel, en chambre double
- Prix :** 330.- CHF
comprenant accompagnement par un professionnel, hébergement en ½ pension, pique-nique du 2^{ème} jour
Votre trajet jusqu'au lieu de départ ainsi que celui du retour, les boissons, ainsi que vos dépenses personnelles ne sont pas compris.
- Inscription :** Dès maintenant et jusqu'au 11 octobre 2021, avec le formulaire en ligne sur le lien <http://www.latracebleue.ch/information/inscription.php> ou par poste avec le formulaire ci-joint à l'adresse de La Trace Bleue
Le versement d'un acompte de 130.- CHF confirme l'inscription.
Rabais de 10% pour « early birds » inscrits avant le 9 août 2021
Maximum 11 / minimum 5 personnes



Début :	samedi 6 novembre 2021, 9h30, Ravoire, Le Feylet
Fin :	dimanche 7 novembre, 15h45, même endroit

Accès : En transports publics, via Martigny
En voiture, via Martigny - Ravoire
parking possible à proximité du Feylet

Equipement : Voir page suivante

Conditions : Le programme peut être modifié en fonction des conditions météorologiques.
Chaque participant doit posséder une assurance accident personnelle.
Conditions générales complètes sur le site internet



RANDONNEE DECOUVERTE A RAVOIRE

PROGRAMME

Samedi 6 novembre Ravoire, Feylet - Col de La Forclaz

9h25 Arrivée du bus depuis Martigny

9h30 Rassemblement, présentations, informations sur la randonnée

En suivant sentiers muletiers et chemins de randonnée, nous monterons en direction de l'Arpille, alpage communal, à travers hameaux, forêts d'épicéas et mélèzes.

Nous atteindrons le point culminant de cette montagne d'où la vue se dégage dans toutes les directions par temps clair. Puis descendrons vers le Col de La Forclaz en traversant tapis de genévriers et prairies blondes.

9 km / + 900 m / - 600 m / 5 h 00 de marche

Souper et nuit à l'hôtel du Col de La Forclaz



Dimanche 7 novembre Col de La Forclaz - Ravoire, Feylet

Nous monterons sur l'adret au travers de forêts d'épicéas puis de mélèzes avant d'atteindre l'Arpille. Nous suivrons ensuite la crête jusqu'au Cœur, une clairière splendide où dorment étangs et rochers. Enfin, notre descente nous permettra de passer par l'alpage de Charavex et le sentier ombragé du Gottreu.

11 km / + 800 m / - 1200 m / 5 h 30 de marche

15h45 Clôture

16h00 Départ du bus pour Martigny



Ce programme peut être modifié en fonction des hébergements, de l'état des chemins et de la météo.

RANDONNEE DECOUVERTE A RAVOIRE

LISTE DE MATERIEL

Le matériel emporté doit être adapté à la randonnée. Il est donc important de suivre cette liste et de se procurer l'équipement adéquat.

Matériel de base **IMPORTANT**

Ce matériel est essentiel. Il sera contrôlé avant le départ de la randonnée.

Sac à dos de 25 à 45 litres	0
Souliers de montagne montants, imperméables et à semelles profilées	0
Couvre-chef	0
Lunettes de soleil	0
Gourde ou thermos (minimum 1.5 l.)	0
Pique-nique pour le premier jour	0

Habillement

Prenez des habits chauds. A cette saison, il peut faire froid le matin et le soir.

Veste imperméable ou coupe-vent	0
Pull chaud ou polaire	0
Pantalons de marche	0
Habits pour la nuit	0
Sous-vêtements de rechange	0
éventuel :	
Habits de rechange	0
Pantalons imperméables	0
Souliers légers pour le soir	0
Gants	0

Autre matériel

Lors de votre préparation, veillez à ne pas alourdir votre sac à dos avec du matériel inutile.

Petit nécessaire de toilette	0
éventuel :	
Pèlerine ou parapluie	0
Bâtons de marche télescopiques	0
Couteau de poche	0
Jumelles	0
Appareil de photo	0

N'hésitez pas à me contacter pour toute information supplémentaire concernant le matériel.

RANDONNEE DECOUVERTE A RAVOIRE

FORMULAIRE D'INSCRIPTION

J'inscris personne(s) à la randonnée

La/les personne(s) inscrite(s) est/sont en bonne santé et peut/peuvent suivre cette randonnée.

J'ai versé l'acompte par poste/internet et paierai le solde au début de la randonnée.

Nom : Prénom :

Adresse :

.....

N° de téléphone :

Adresse de courrier électronique :

Remarques :

J'ai eu connaissance de cette randonnée par :

Par mon inscription, j'accepte les conditions générales ci-dessous.

Date :

Signature :

COORDONNEES BANCAIRES

Banque Raiffeisen Moléson
1628 Vuadens

En faveur de:
CH92 8080 8003 4599 0095 4
La Trace Bleue
Keckeis Bastian
Champ-Clos 1
1772 Grolley

ccp: 17-237-8

RANDONNEE DECOUVERTE A RAVOIRE

FICHE D'URGENCE : à remplir avant le départ

et à placer dans la poche supérieure du sac à dos

Nom :

Prénom :

Adresse :

.....

Date de naissance :

Nom et prénom personne de contact :

N° de téléphone personne de contact :

Médecin de famille :

N° de téléphone médecin de famille :

Caisse maladie : et accident :

Membre REGA ? : (si oui, numéro de membre)

Groupe sanguin :

Maladie / allergie actuelle :

.....

Médicaments pris actuellement :

.....

Informations importante en cas d'urgence :

.....