



# SERVICE DES LOISIRS

du 7 au 14 septembre 2024

## SEJOUR A CHARGES ENTRE ZEN & DECOUVERTE

**Hautes-Alpes – Altitude 835m  
Aux portes du Lac de Serre-Ponçon  
et du Parc National des Ecrins**



Au cœur des Hautes-Alpes, le Lac de Serre-Ponçon est un petit coin de paradis naturel à l'atmosphère unique. Croisière sur le lac, visite du barrage de Serre-Ponçon, découverte des villages de Savines, Embrun et Briançon, randonnées dans la Vallée du Queyras, découverte de produits du terroir.

Retrouvez-vous au calme, dans un environnement naturellement préservé.  
Entre lac et montagne, faites le plein d'activités.  
Ressourcez-vous et goûtez à la convivialité !  
Optez pour le bien-être du corps et de l'esprit.  
Bienvenue aux Horizons du Lac !



## OSEZ LE SÉJOUR VITALITÉ !

### DÉCOUVREZ !

Envie de renforcer votre santé tout en vous amusant, découvrez notre séjour vitalité !

Aux portes du Parc National des Écrins, sur les douces rives du lac de Serre-Ponçon, notre équipe de professionnels vous attend. Venez booster votre vitalité en pratiquant des activités à la pointe des techniques de bien-être. Découvrez ce que la naturopathie a de mieux à vous offrir pour prendre soin de votre santé au naturel.

Oxygénez-vous dans les magnifiques forêts et alpages des montagnes du sud.

Détendez-vous dans le confort de notre chaleureux club.

Jamais l'automne n'aura été aussi en forme !

### AU PROGRAMME CETTE SEMAINE

L'accès aux installations du site et la possibilité de participer aux cours proposés

Shiatsu ou activité similaire, Sophrologie et Do In  
Cours de Yoga

Cours d'aquagym  
Aquabike (*en supplément*)

Excursions en autocar selon le programme joint

Balades pédestres à partir du club  
Découverte de la faune et de la flore avec un guide

Animations en soirées

**PISCINE COUVERTE CHAUFFÉE – SAUNA – HAMMAM – SALLE DE GYM**

### Votre programme

#### Samedi 7 septembre

#### Genève – Chorges

Dans la matinée, départ en direction de la France – Annecy – Aix-les-Bains  
Chambéry – Gap – **repas de midi libre en cours de route.**

Arrivée à **Chorges / installation à l'hôtel.**

**Pot d'accueil et présentation de votre séjour. Souper et animation.**

## **Dimanche 8 septembre Croisière sur le Lac de Serre-Ponçon**

**Petit-déjeuner à l'hôtel.**

Le matin : **temps libre** pour profiter des installations. **Repas de midi à l'hôtel.**

Après-midi : **croisière sur le lac de Serre-Ponçon et Savines le Lac.**

Grande classique de la région, l'immense étendue bleutée du Lac de Serre-Ponçon (2800 ha) fait partie des sites les plus attractifs des Hautes-Alpes.

Cette **croisière commentée d'une heure trente** vous permettra de découvrir de près la Chapelle de la Baie Saint-Michel, de comprendre la construction du barrage ainsi que d'approcher les criques inaccessibles de la terre. Une belle balade au fil de l'eau. Lors de la mise en eau du barrage de Serre-Ponçon, le village de Savines a été entièrement dynamité. Savines le Lac a été reconstruit et possède une église moderne en forme de proue de navire inaugurée en 1963. A voir les vitraux modernes qui retracent le chemin de croix du Christ.

Retour à l'hôtel. **Souper et animation.**

## **Lundi 9 septembre Notre-Dame du Laus et Apiland**

**Petit-déjeuner à l'hôtel.**

Le matin : **votre programme zen et repas de midi à l'hôtel.**

Après-midi : **Notre-Dame du Laus et Apiland Nature.**

Situé dans le Val Durance, le Sanctuaire de Notre-Dame du Laus est un très beau site à 910m d'altitude. Benoîte Rencurel (bergère) a eu entre 1664 et 1718 les apparitions de la vierge. La Basilique (17<sup>ème</sup> siècle) et son chœur en mosaïque, la Chapelle du précieux sang, la cellule où vécut Benoîte Rencurel.

Arrêt à **Apiland Nature.**

Situé au pied du barrage de Serre-Ponçon, dans la vallée des fruits et des vins, découvrez l'univers de l'apiculture dans un ancien Moulin à huile, admirablement conservé, transformé en **musée de l'abeille**. Dès l'entrée, découvrez une scénographie innovante et originale, dans 600 m<sup>2</sup> d'exposition, de produits et d'activité sur le thème de l'apiculture. Salle de projection avec **un documentaire exceptionnel sur la vie des abeilles et le métier d'apiculteur**, ruches panoramiques vitrées, sculpture géante d'une abeille.

Retour à l'hôtel. **Souper et animation.**

## **Mardi 10 septembre**

**Petit-déjeuner à l'hôtel.**

Le matin : **votre programme zen et repas de midi à l'hôtel.**

Après-midi : **Abbaye du Boscodon**

Situé dans la vallée de l'Embrunais, dans un très beau cadre sur fond de prairies, de belles forêts et de montagne, c'est un imposant édifice du 12<sup>ème</sup> siècle. L'Abbaye séduit par sa pureté, sa luminosité et une grande harmonie de ses volumes, notamment la vaste église romane à une nef, la sacristie, la chapelle, l'aile de officiers, la salle capitulaire ou chapitre. Restaurée, l'abbatiale est redevenue un lieu de culte et de prières. **Visite guidée encadrée par les membres de l'abbaye.**

Retour à l'hôtel. **Souper et animation.**

## **Mercredi 11 septembre**

Le matin : **votre programme zen et repas de midi à l'hôtel.**

L'après-midi : **tour du Lac de Serre-Ponçon et Muséoscope du Lac.**

Pour dompter la Durance un homme, Yvan Wilhelm (ingénieur) imagine un barrage pour limiter les effets des crues, soutenir les besoins en eau pour l'irrigation de la

Basse Durance. La route qui permet de faire le tour du lac offre de très beaux points de vue sur cet écrin entouré de montagnes. Vous découvrirez la Baie Saint-Michel, les Demoiselles Coiffées de Pontis (phénomène géologique), le Belvédère du Sauze, la vallée de l'Ubaye, l'imposant et impressionnant Barrage en terre (unique en Europe au moment de sa construction).

**Muséoscope du Lac** : situé au belvédère du barrage de Serre-Ponçon, le Muséoscope du lac surplombe le lac. A travers un parcours sonore et visuel, il retrace l'histoire de la construction du barrage de Serre-Ponçon, c'est un lieu propice à l'éveil qui associe dans un même espace scénique le loisir et la culture.

**5 salles donc 1 avec spectacle en 5D :**

- la salle des maquettes des anciens villages
- la salle de cinéma Durance : film sur la poésie de l'eau suivi d'un film sur les motifs de la construction du barrage et de témoignages des anciens habitants
- les gradins : une animation symbolise la mise en eau du barrage
- la salle de cinéma Ubaye : film sur la réalisation du barrage
- les hublots : la légende d'Amédée, l'homme du lac

Retour à l'hôtel. **Souper et animation.**

## Jeudi 12 septembre

**Petit-déjeuner à l'hôtel.**

Le matin : **vosre programme zen et repas de midi à l'hôtel.**

L'après-midi : **Montdauphin Place Forte et Fontaine Pétrifiante.**

Situé au confluent de la Durance et du Guil, le site de Montdauphin domine la vallée, couronnant un plateau glaciaire à 1050m d'altitude. La Place Forte créée par Vauban fin 17<sup>ème</sup> siècle, a gardé une architecture militaire admirable. Formidable ensemble bâti avec la pierre marbrière rose de Guillestre, elle allie les fortifications à un village habité toute l'année. A l'intérieur de l'enceinte se trouve le Pavillons des Officiers, le Pavillon de l'Horloge, l'Eglise Saint-Louis inachevée, les puissants remparts bastionnés remarquablement conservés, ses fossés et courtines. Elle est l'une des plus belles places fortes conçues par Vauban qui voulait en faire une citadelle imprenable. **Belle vue sur la vallée et le massif des Ecrins.**

Des artisans sont installés au cœur du village.

En bordure de la Durance, au pied de la Place Forte, **découverte du site naturel de la Fontaine Pétrifiante.** Retour à l'hôtel. **Souper et animation.**

## Vendredi 13 septembre

**Petit-déjeuner à l'hôtel.**

Le matin : **vosre programme zen et repas de midi à l'hôtel.**

L'après-midi : **Prapic Vallée du Champsaur.**

Situé à la limite de la Provence et du Dauphiné, la **Vallée du Champsaur** présente un remarquable patrimoine rural avec un paysage de bocage découpé en damiers, modelé par l'homme au cours des siècles, irriguée par le Drac, elle est l'une des portes d'entrée du Parc National des Ecrins.

Au fond de la vallée du Drac Noir, dans un superbe paysage, **le pittoresque village de Prapic** (1500m d'altitude) a conservé son architecture du 19<sup>ème</sup> siècle.

L'église du 19<sup>ème</sup> renferme un mobilier liturgique en mélèze, les fontaines en pierre ou en latte de bois, les maisons avaient souvent un mur pignon tressé pour la ventilation du foin.

Passage à Pont du Fossé pour la visite d'un distillateur de génépi, fabricant d'argousier et de sève de bouleau.

Retour à l'hôtel. **Souper et animation.**

**Samedi 14 septembre**

**Chorges – La Mure – Genève**

**Petit-déjeuner à l'hôtel.**

Retour sur la Suisse. Arrêt à **La Mure pour le repas de midi.**

Arrivée à Genève / Gare Cornavin en fin d'après-midi.

## **Prix AVIVO comprenant**

- **Le transport en autocar 4\* tout confort**
- **Le logement pour 7 nuits à hôtel-club 3\* Les Horizons du Lac à Chorges**
- **7 soupers à l'hôtel avec vin, eau en carafe et café**
- **6 repas de midi à l'hôtel avec vin, eau en carafe et café**
- **Le repas de midi lors du trajet retour avec vin et café**
- **Les animations à l'hôtel en journée et en soirée**
- **L'accès à la piscine et au SPA**
- **L'accès aux installations du site et la possibilité de participer aux cours proposés (Shiatsu, Sophrologie et Do In, Yoga, aquagym ...)**
- **Les balades pédestres avec guide**
- **Un accompagnant AVIVO durant tout le séjour**

<b>Membre AVIVO .....</b>	<b>1'180.-</b>
<b>Non membre .....</b>	<b>1'280.-</b>
<b>Supplément single</b>	<b>200.-</b>

### **NON COMPRIS :**

- **Le repas de midi lors du voyage aller**
- **L'assurance annulation – assistance (obligatoire)**
- **Les dépenses à caractère personnel**

### **Votre hôtel : Hôtel-Club 3\* les Horizons du Lac à Chorges**

Situé à proximité du parc national des Ecrins, l'hôtel offre une vue sur les Alpes et dispose d'une piscine intérieure chauffée, d'une salle de sport, d'un hammam et d'un sauna. Des massages et soins de beauté sont dispensés sur réservation et moyennant des frais supplémentaires.

Les chambres disposent d'une terrasse ou d'un balcon et offrent une vue sur la vallée. Le restaurant et le bar sont dotés d'une terrasse.

Vous pourrez vous détendre auprès de la cheminée du salon.

Connexion Wi-Fi gratuite, bibliothèque, salle de billard.

## CONDITIONS GÉNÉRALES

### 1 – Inscriptions

Veillez-vous inscrire dès que possible, certains voyages ayant des places limitées.

**L'inscription est effective dès réception du bulletin d'inscription accompagné du versement équivalent au 30% du montant total de votre réservation.**

Le solde du voyage doit nous parvenir au plus tard **30 jours avant le départ.**

**Attention** : L'absence complète ou partielle du règlement du solde de la facture moins de 30 jours avant la date de départ sera considérée comme une annulation. Votre place sera proposée aux personnes en liste d'attente et les frais d'annulation s'appliqueront selon article 2 ci-dessous.

### 2 – Annulations

Toute annulation de votre part devra être communiquée immédiatement au siège de l'AVIVO.

**En cas de désistement, l'AVIVO retiendra les frais d'annulation suivants :**

<b>Plus de 30 jours</b>	avant la date du départ	<b>50.-</b> pour frais de dossier
<b>De 30 à 21 jours</b>	avant la date du départ	<b>50 %</b> du prix du voyage
<b>De 20 à 15 jours</b>	avant la date du départ	<b>75 %</b> du prix du voyage
<b>15 jours ou moins</b>	avant la date du départ	<b>100 %</b> du prix du voyage
<b>En cas de non-présentation</b> à la date du départ		<b>100 %</b> du prix du voyage

### 3 – Assurances annulation et rapatriement obligatoire

A l'inscription, l'AVIVO vous demandera la preuve qu'une assurance annulation de voyage, assistance, et rapatriement, a été souscrite et vous couvrira durant votre voyage.

C'est auprès de cette assurance que vous pourrez éventuellement obtenir le remboursement de vos frais d'annulation (en fonction de leurs conditions générales).

Sur demande, l'AVIVO peut la souscrire pour vous auprès du TCS / Livret ETI.

### 4 - Assurances maladie / Accident

Le participant doit être au bénéfice d'une assurance individuelle couvrant les frais de maladie ou d'accident valable dans les pays visités.

Chaque participant est responsable de la prise de médicament ordonnée par son médecin.

### 5 – Formalités

Vous devez être en possession des documents exigés par les autorités de police, de douane ou de santé pour les différents pays où doit se dérouler le voyage. L'AVIVO ne pourra en aucun cas supporter les frais d'annulation résultant d'un refus ou d'un retard dans la délivrance de ces documents par les autorités compétentes.