

du 6 au 13 septembre 2025

## SEJOUR A CHARGES ENTRE ZEN & DÉCOUVERTE

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



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

#### **Tous les matins, votre programme zen :**

Yoga – gym douce – stretching

Aquagym

**LE PROGRAMME DETAILLE VOUS SERA REMIS A VOTRE ARRIVEE  
LORS DE LA REUNION D'ACCUEIL**

\* \* \* \* \*

#### **Les après-midis :**

Excursions en autocar selon le programme joint

\* \* \* \* \*

#### **Animations en soirées**

\* \* \* \* \*

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

## Votre programme

### Samedi 6 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 7 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 8 septembre

### Maison du Berger de Champoléon

**Petit-déjeuner à l'hôtel.**

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

Après-midi : départ pour la **visite de la Maison du Berger de Champoléon.**

Ecomusée pour connaître le monde ovin alpin, un voyage inattendu dans les cultures pastorales des Alpes, à la découverte de métiers de berger et d'éleveur aujourd'hui. Chacun trouvera de quoi s'étonner au fil d'une visite ludique et d'un parcours de la vallée à la montagne. Des films, des expositions, des objets curieux, des rencontres, un centre de documentation, etc ... Au cœur d'une vallée sauvage au pied des massifs grandioses du Parc National des Ecrins.

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

### Mardi 9 septembre

### Embrun & le trésor de la Cathédrale

**Petit-déjeuner à l'hôtel.**

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

Après-midi : départ pour **Embrun**. Située à la naissance du Lac de Serre-Ponçon, la «Petite Nice des Alpes» regarde de son roc la vallée de la Durance. Au détour des ruelles apparaissent les témoignages du riche passé historique d'Embrun : maisons à encorbellement (14<sup>e</sup>), maisons Renaissance, belles portes à panneaux moulurés ou sculptés, arcatures Lombardes, mordillons, mascarons, cadrans solaires, fontaines Italiennes (16<sup>e</sup>) en marbre rose, Maison des Chanonges (13<sup>e</sup>), Maison des Gouverneurs (16<sup>e</sup>), Cathédrale Notre-Dame du Real (12<sup>e</sup>). **Visite guidée du Trésor de la Cathédrale**, constitué d'une très belle collection de vêtements sacerdotaux (15<sup>e</sup> et 19<sup>e</sup>), de pièces d'orfèvrerie, de tableaux et manuscrits richement enluminés.

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

## Mercredi 10 septembre

## Lac de Serre-Ponçon & Muséoscope

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

L'après-midi : départ pour le tour du lac de Serre-Ponçon. Grande classique de la région, l'immense étendue bleutée du lac (2800 ha) fait partie des sites les plus attractifs des Hautes-Alpes.

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 11 septembre

## Sisteron petit train

**Petit-déjeuner à l'hôtel.**

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

L'après-midi : départ pour **Sisteron**. « Porte de la Provence », dominée par sa citadelle, ville natale du poète Paul Arène (1843-1896) sur la Route Napoléon, Sisteron est une halte privilégiée entre les Alpes et la mer. Ville insolite par sa beauté, sa couleur, sa lumière.

Vous embarquez à bord du **petit train pour un circuit commenté de la ville** et accès au pied de la Citadelle. Puis **visite de la ville avec vosre guide et temps libre** (pas de visite de la Citadelle). Vous ne manquerez pas les façades romanes, les Andrones (passages couverts), les Belles Portes Cossues, la Cathédrale Notre Dame des Pommiers, multitudes de fontaines, les tours de fortifications (14<sup>e</sup>), le rocher de la Beaume, qui domine la cluse de la Durance, attire et retient le regard. Retour à l'hôtel. **Souper et animation.**

## Vendredi 12 septembre

## Vallouise

**Petit-déjeuner à l'hôtel.**

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

L'après-midi : départ pour **Vallouise**. Situé dans le Briançonnais, porte d'entrée du Parc National des Ecrins (dominé par le Mont Pelvoux 3946m), on dit de Vallouise que « c'est une vallée dans un écrin ». Vallouise est nommée ainsi en l'honneur de Louis XI qui arrêta les persécutions contre les Vaudois (religioneux précurseurs du protestantisme). Village typique qui a su préserver l'authenticité de son architecture, de très belles maisons à arcades de marbre (dont l'une des plus célèbres est celle de la Marquise de Bardonnèche avec son cadran solaire du maître cadranier Francesco Giovani Zarbula), Fontaines en bois, Eglise Saint-Etienne (15<sup>e</sup>) décorée

d'une peinture murale remarquable), Piéta en bois polychrome, Retable de style baroque en bois sculpté et doré. Retour à l'hôtel. **Souper et animation.**

**Samedi 13 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>CHF. 1'290.-</b>
<b>Non membre .....</b>	<b>CHF. 1'390.-</b>
<b>Supplément single .....</b>	<b>CHF. 290.-</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 Écrins, 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.