



MA PREMIÈRE NUIT EN REFUGE

Partir dormir en refuge en famille





MASSIF DU CHABLAIS - VALLÉE VERTE EN BOUCLE

EN BREF

C'est une escapade en famille d'une nuit que Mathieu, accompagné de Timaël (son fils) vous proposent, pour vivre la montagne autrement, dans un des plus beaux belvédères de Haute-Savoie. Un séjour imaginé pour que parents et enfants partagent ensemble l'aventure du refuge. Peut-être une première pour les petits, et parfois même pour les grands.

De belles découvertes au programme : les lapiaz, les étoiles, le Mont-Blanc au réveil. Les enfants n'aiment pas toujours marcher uniquement avec leurs parents, mais entre eux, ils redoublent d'énergie et trouve la motivation !

VOUS ALLEZ AIMER

INFOS CLÉS

Voyage guidé :

Accompagnateur en montagne

Groupe : 10 à 12 participants

Durée : 2 jours

Niveau : 1

Séjour en itinérance en refuge, montagne, dépaysement

- Le panorama à 360° sur le lac d'Annecy, le Mont-Blanc et les Aravis
- L'ambiance chaleureuse et conviviale du refuge labellisé Refuges en Famille
- La cuisine du refuge aux saveurs locales et népalaises, simple et généreuse
- La nuit en dortoir, une vraie expérience dépayssante pour petits et grands
- Débrancher complètement — pas de réseau, pas d'écrans, juste la famille et la montagne
- La fierté des enfants (et des parents !) d'avoir dormi en refuge pour la première fois

NOTRE AVENTURE



Et si vous passiez une nuit en famille en refuge ? Loin des lumières de la ville, les étoiles au dessus de la tête, un moment riche de partage en famille et de déconnexion.

Ce séjour vous emmène au Refuge du Parmelan, en Haute-Savoie, pour une expérience inoubliable encadrée par un accompagnateur en montagne. Labellisé Refuges en Famille, ce refuge a été sélectionné pour sa facilité d'accès, son authenticité et son accueil adapté aux enfants comme aux plus grands.

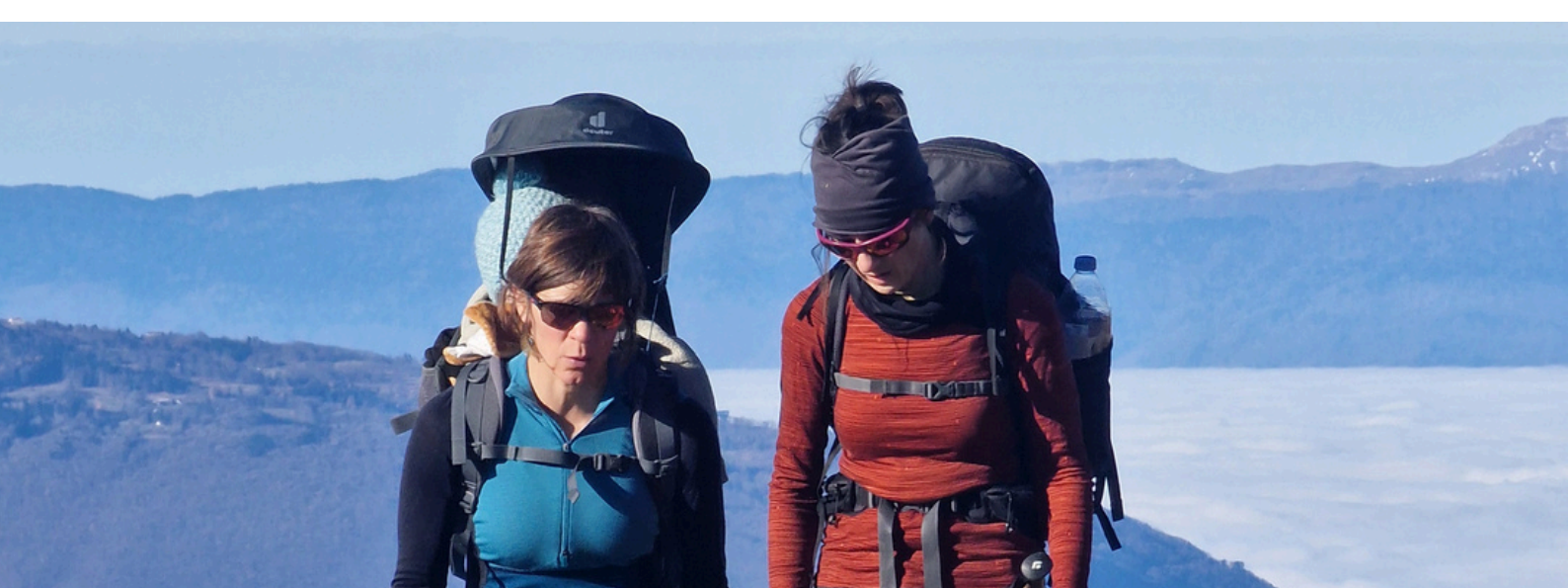
Depuis le parking du Chalet de l'Anglettaz, la montée d'environ 1h45 est parfaitement accessible aux familles. En chemin, Mathieu éveille les petits et les grands à la faune, la flore et la géologie de ce plateau calcaire couvert de lapiaz, ces sculptures naturelles de pierre qui font toute la magie du Parmelan.

Au sommet, un panorama à 360° vous attend : du lac d'Annecy au Mont-Blanc, en passant par les Aravis et le Jura. Le refuge vous accueille avec une restauration simple et généreuse, à base de produits locaux.

La nuit se passe en dortoir, dans une ambiance authentique et conviviale.

Le lendemain matin, le petit-déjeuner avec vue sur les Alpes, ça ne s'oublie pas. Puis Mathieu vous emmène en randonnée pour approfondir la découverte du plateau du Parmelan.





AU FIL DES JOURS



J1 MONTÉE AU REFUGE

Randonnée : ↗ +380m ↘ - 0m ↔ 3km ⌚ 2h

Repas inclus : dîner, (prévoir son pique-nique)

Hébergement : Refuge (dortoir)

Mathieu et Timaël vous donne rendez-vous au parking de l'Anglettaz, à 10h30 pour faire connaissance et se préparer pour partir à l'ascension du Parmelan. Un itinéraire sur chemin de randonnée, vous attendez pour monter progressivement vers le plateau et découvrir la vue au fur et à mesure. Le temps de marche indiqué de 2h est indicatif, nous effectuerons de nombreuses pauses et prendrons le temps de pique-niquer en chemin.

J2 BALADE SUR LE PLATEAU ENTRE LES LAPIAZ

Randonnée : ↗ +20m ↘ - 380m ↔ 4km ⌚ 3h

Repas inclus : Petit-déjeuner (pique-nique commandable au refuge)

Hébergement : Retour maison

Après avoir passé la nuit là-haut et pris le temps de bien déjeuner nous nous mettrons en marche pour une randonnée sur le plateau du Parmelan, au coeur des Lappiaz. Un itinéraire ludique qui chemine sur les rochers. Entre sentier et rocher, les enfants seront de véritable explorateur de la nature. Une pause pique-nique sur le parcours et nous seront de retour au parking en début d'après-midi.

AVERTISSEMENT

Ce programme est donné à titre indicatif. Pour des raisons indépendantes de notre volonté (météorologie, sentiers dégradés ou fermés, réglementation spécifique dans les Parcs, fatigue importante du groupe, etc.), nous pouvons être amenés à le modifier.

Seul votre accompagnateur reste juge de ce programme et est habilité à prendre les décisions nécessaires pour préserver la sécurité du groupe et le bon déroulement du séjour.

🌿 DATES & PRIX

Du 20 juillet au 21 juillet

- 190€ / 1 adulte + 1 enfant (-8ans)
- 210€ / 1 adulte + 1 enfant (+8ans)
- Adulte supplémentaire : 90€
- Enfant supplémentaire : 60€

Assurance multirisques (facultative)

🌿 LE BUDGET EN DÉTAILS

Le prix comprend :

- Le repas du soir au refuge + petit déjeuner (prévoir pique-nique J1)
- La nuit au refuge en dortoir
- Les frais de création et d'organisation du séjour
- L'encadrement par une accompagnatrice en montagne diplômée d'État

Le prix ne comprend pas :

- L'assurance facultative annulation et/ou rapatriement, perte de bagages
- Les dépenses à caractère personnel (boissons, souvenirs, pourboires, etc.)
- Les barres énergétiques, en-cas, fruits secs, etc.
- Les pique-niques (commandable au refuge pour le J2)
- Tout ce qui n'est pas inclus dans « Le prix comprend »

Vos dépenses sur place :

- Vos dépenses personnelles
- Les boissons



🌿 SUIVEZ LE GUIDE !



Mathieu Thirant, accompagnateur en montagne diplômé d'État, encadre ce séjour qu'il a conçu après s'être rendu sur place pour faire une reconnaissance du terrain et vous proposer des itinéraires loin des foules. Il sera accompagné également de Timaël, son fils, graine d'aventurier de 3ans et demi.

Nunam Aventures assure l'organisation et le support administratif du séjour.

🌿 OÙ RETROUVE-T-ON NOTRE GUIDE ?

Mathieu vous donne rendez-vous au parking de l'Anglettaz à 10h30

🌿 NIVEAU PHYSIQUE



Ce séjour est classé « **Niveau 1 : découverte** » pour une première expérience en montagne en famille..

Pour davantage de détails sur la signification du niveau physique chez Nunam Aventures, se référer à la page <https://nunam-aventures.fr/echelle-de-niveau/>



❁ COMBIEN SOMMES-NOUS ?

Le séjour est assuré à partir de 5 duo (1 adulte + 1 enfants) donc environ 10 personnes. La capacité est grande. La taille du groupe est variable, jusqu'à 12 ou 14 personnes (adultes, enfants).

❁ OÙ DORMONS-NOUS ?

Nous dormirons au refuge du Parmelan, en dortoir.

❁ BON APPÉTIT !

Le repas du soir et le petit déjeuner sont inclus dans le séjour. Les deux pique-niques sont à prévoir. Pour celui du deuxième jour, il est possible de le commander au refuge (14€).

❁ POURBOIRES

Le versement d'un pourboire reste à votre libre appréciation. Il n'est pas obligatoire, mais très apprécié si vous avez été satisfait de votre séjour et des petites attentions portées par votre guide.



ÉQUIPEMENT

MATERIELS DE RANDONNÉE OBLIGATOIRE ADULTE:

- Un sac à dos de 40l environ avec sur-sac étanche, avoir de la place libre à l'intérieur pour votre pique-nique ou sac à dos porte bébé, si vous avez besoin de porter votre enfant.
- Une casquette ou un chapeau
- Une paire de lunettes de soleil de qualité
- Crème solaire et stick à lèvres
- Un bonnet et un buff
- Un pantalon de randonnée
- Une couche intermédiaire type polaire
- Un T-shirts techniques manches longues ou courtes
- Paires de chaussettes de randonnée et autres sous vêtements
- Une paire de chaussures de randonnée
- Une gourde ou poche à eau de 1,5l minimum
- En-cas pour grignoter
- Une lampe frontale
- Une couverture de survie
- Un petit tapis « cul sec » pour s'asseoir dehors

MATERIEL OBLIGATOIRE ENFANT :

- Des vêtements de rechange pour les enfants, si ils se mouillent
- Lunettes de soleil
- Casquette
- Crème solaire
- Gourde
- Chaussure de randonnée (pas de semelle lisse)

AUTRES ÉQUIPEMENTS UTILES :

- Nécessaires de toilette minimum
- Une petite serviette de toilette
- Des mouchoirs voire papier toilette
- Un couteau de poche
- Une petite pharmacie personnelle (pansements double-peaux, paracétamol, élastoplaste 8cm...)
- Argent en monnaie, CB, Carte Vitale, carte d'identité et contrat d'assistance

Cette liste est donnée à titre indicatif, et doit être adaptée en fonction des conditions météorologiques annoncées, mais aussi de vos besoins personnels.