



ÉTOILE - Alpes du sud

2 à 3 jours - niveau *Initié* à *Expert*

UBAYE FORTISSIMO™

Alpes de Haute Provence, Barcelonnette



**De belles grosses montagnes ...
... ensoleillées et peu roulées ...**

Le meilleur d'une sélection d'itinéraires de pur VTT de montagne, pour les vététistes à la recherche d'un terrain de jeu ludique avec de la pente.

et toujours façonné à la mesure de l'homme."

Tout est là pour que les adeptes du **VTT de montagne** tombent sous le charme de ce somptueux recoin des Alpes du Sud.

Bonne table et dépaysement garantis.

"L'Ubaye, une vallée au caractère très particulier, à la fois ancienne et moderne, traditionnelle et novatrice, peuplée et déserte, riche et pauvre. Le tout magnifié par un cadre grandiose

L'avis du staff

"**VTT demontagne**, autrement dit : il y a de la dénivelée. Pour vous régaler durant ces 3 jours vous devez être capables de rouler toute la journée sur des sentiers techniques et parfois usants (concentration, pente, obstacles)."

Grégory

"Prévu pour le niveau *Initié* ce trip est déclinable en niveau *Expert*, avec bien entendu des variations dans mon énorme jardin. "

Tom



Sur place

Situation Géographique

Au nord, le Parc naturel régional du Queyras, au sud, le Parc national du Mercantour, à l'est, l'Italie et à l'ouest, le lac de Serre-Ponçon.

En plein milieu la vallée de l'Ubaye ... que dire de plus ?

Hébergement et repas

Hébergement collectif tout confort (chambres ou dortoirs) en pension complète... bonnes tables et bonne humeur ! Pique-niques le midi à base de produits frais de qualité.

Portage et assistance

Vos affaires personnelles restent au gîte. Vos affaires de VTT vous suivent toute la journée. Un petit sac à dos suffit pour rouler (nécessaire de réparation). Un atelier mobile, un stock de pièces et un *VTT mulet* sont basés au gîte.

Dates

À définir avec Camino™.

De juin à octobre. Se mettre en contact avec **Camino™** pour connaître les départs garantis.

RDV / Dispersion

RDV

Le premier jour à 09h00 au gîte de St Ours (04), près de Barcelonnette.

Dispersion

Le dernier jour à St Ours.

Effectif

Le Groupe

De 5 à 12 personnes.

Encadrement

Guides et moniteurs de VTT **Camino™** diplômés d'état, spécialistes des Enduro Trips® et du raid en montagne.



Ressources

Houba, Houbaye- S. Kiefer

VTTMagazine n°224 avril 09

Écran panoramique- S. Kiefer

VTTMagazine n°181 mai 05

www.ubaye.com

Sur un raid, **Camino™** ne compte pas les kilomètres, autrement dit vous êtes venus pour rouler, toute l'équipe travaille à vous en donner un max. C'est vous qui donnez le tempo.

Bien entendu le guide, garant de votre intégrité physique, saura faire évoluer le parcours de façon à vous combler et chez **Camino™** nous avons de la marge...

... vous allez vous gaver !



Niveau *Initié*

Technique

Vous êtes vétériste, le pilotage est donc au centre de votre pratique. Grâce à votre expérience personnelle du VTT, vous êtes plus ou moins à l'aise sur différents types de terrain et dans différentes conditions. Bien entendu votre poste de pilotage est réglé, ainsi que vos suspensions.

Physique

Si vous ne faites pas du VTT au moins une fois par semaine (surtout en hiver) vous avez au minimum une pratique sportive régulière sans relâche. Pendant le trip 4 à 6 h d'activité / jour. 800 à 1200 m ▲ et 35 à 50 km / jour.

En clair

Vous aimez le VTT, mais vous mettre la caisse n'est pas votre objectif n°1 dans la pratique du VTT. Vous ne roulez pas pour rouler. Avant d'être du cyclisme le VTT est pour vous un sport de pilotage où vous privilégiez les parcours avec du single, même à la montée. Vous passez une montée technique sur le vélo et éprouvez du plaisir à évoluer dans une descente accidentée et ne fuyez pas les passages techniques quitte à descendre ponctuellement de vélo.

PROGRAMME 3 JOURS

Le programme est donné à titre indicatif et comme pour tous les Enduro Trips® l'itinéraire est évolutif en fonction du niveau et de la motivation des participants. Bien entendu les conditions météorologiques sont un facteur à ne pas négliger dans les choix du guide. Nombre illimité de navettes.

3 jours de VTT ▶ **35 km** Dén. ▲ **1000 à 1500 m.** ▼ **1000 à 1500 m.**

Les inévitables :

- la forteresse de Tournoux, visite originale et ludique du patrimoine
- le fameux *chemin horizontal* ... une longue traversée en balcon au dessus de la vallée de Barcelonnette.

Le tout agrémenté de parcours variés, parfois en altitude sur des sentiers aériens, ou dans les alpages, puis à l'abris des mélézins et la douceur de leurs sentiers, et bien entendu à travers les batteries et fortifications, vestiges guerriers qu'on peut découvrir à VTT.

Les parcours sont variés et jamais trop techniques.

Les pilotes de tous profils, y trouveront un terrain à la hauteur de leurs espérances. C'est unique ... quand vous voulez, rien que pour vous !

Équipement technique individuel

VTT

VTT de qualité bien entretenu et révisé
modèle de rando ou enduro léger.
120 à 150 mm de débattement.

Accessoires

pièces et produits nécessaires
à l'entretien de votre VTT
1 sac à dos (15-20 litres),
avec poche à eau.

Protections

OBLIGATOIRES
gants longs, bon casque de raid
(visière, ventilations), lunettes,
veste coupe-vente type Gore-tex.

FACULTATIVES
short épais, type baggy,
genouillères.

Les pieds

chaussures de VTT à semelles
crantées, type rando (pas de XC),
avec cales pour pédales auto.

Pour le soir

linge de toilette,
1 duvet ou 1 sac à viande (draps),
les gîtes fournissent la couette.

Divers

vos fringues ,1 lampe frontale,
1 canif (pique-niques),
pharmacie individuelle.

ATTENTION
PRÉVOIR UN ÉCLAIRAGE POUR
ROULER DANS TOURNOUX



Quelques conseils

pour rouler serein lors d'un raid Camino™

- J'ai un blocage rapide pour le serrage de la tige de selle, et même mieux une tige- télescopique.
- Je roule toujours avec dans mon sac à dos : 1 paire de plaquettes et 1 patte de dérailleur + au moins 1 chambre à air avec valve Presta (même en tubeless).
- Mes pneus sont costauds et m'assurent un bon grip (2,1/2,2 est un minimum pour l'avant). Tubeless ou non, au choix... le débat est encore bien animé.
- J'aime les poignées type *Lock On*.
- J'ai toujours avec moi ma pompe haute pression pour ajuster les suspensions de mon VTT.
- J'ai aux pieds des chaussures de VTT qui me permettent de poser le pied de façon stable et sûre, même d'urgence... et avec lesquelles je marche confortablement.

TARIFS 2010

à partir de 250 €

Les prix indiqués sont valables pour des départs à partir de 5 participants. Un supplément sera demandé pour tout départ à moins de 5.

2 JOURS

250 €

Le prix comprend,

l'encadrement de l'activité VTT par un moniteur diplômé d'état, l'hébergement, la pension complète du pique-nique de J1 au pique-nique de J2.

Le prix ne comprend pas,

idem que pour le séjour 3 jours.



3 JOURS

380 €

Le prix comprend,

l'encadrement de l'activité VTT par un moniteur diplômé d'état, l'hébergement, la pension complète du pique-nique de J1 au pique-nique de J3.

Le prix ne comprend pas,

le VTT, le matériel VTT individuel (casque, sac à dos...), les produits et les pièces pour l'entretien et les réparations du vélo. Les encas et les vivres de courses, les boissons pendant les repas et toutes dépenses d'ordre personnel, le voyage A/R pour rejoindre le séjour, l'assurance individuelle Responsabilité civile et Rapatriement.

Et tout ce qui n'est pas indiqué dans **Le prix comprend**.

Matériel	1 jour	2 jours	3 jours	4 jours	5 jours	6 jours
VTT	55 €	105 €	155 €	205 €	250 €	295 €
Casque ou protections	10 €	18 €	25 €	32 €	38 €	44 €
Pack Sécu	18 €	32 €	47 €	58 €	68 €	79 €
Pack Enduro	70 €	135 €	195 €	255 €	310 €	365 €

VTT : rando, all mountain ou enduro (140 à 160 mm) Casque : intégral ou simple Protections : coudières + protections genoux-tibias
 Pack Sécu : casque intégral + protections Pack Enduro : VTT + pack Sécu

Bulletin d'inscription

à renvoyer rempli, signé et accompagné du paiement à

camino™

Eybertière 38 880 AUTRANS

Tel : 0033 (0)670 100 698

Séjour choisi : **UBAYE FORTISSIMO™**

Dates séjours : du _____ au _____

Participant n° 1

Responsable du dossier

Melle Mme M.

Date de naissance _____

NOM _____ Prénom _____

Adresse _____ CP _____ Ville _____

Pays _____ Tel. domicile _____ Tél. travail _____

Portable _____ E-mail _____@_____

Utilise son propre matériel : Marque _____ Modèle _____ Année _____

Utilise le **matériel de Camino™** Taille _____ m _____ cm Poids _____ kg VTT Casque intégral

Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections) Pack Enduro (VTT + Pack Sécu)

Régime alimentaire particulier _____

Personne à prévenir en cas de problème NOM prénom _____ Tel. _____

Prestations demandées	Prix / pers.	Qté	Total
Prix du séjour			
VTT Camino			
Casque ou protections			
Pack Sécu			
Pack Enduro			
Autre :			
		TOTAL	
Je m'inscris + de 30 jours avant le départ, je règle un acompte de 30 % =			
Reste un acompte à régler au plus tard 30 jours avant le départ (TOTAL - acompte) =			
Je m'inscris - de 30 jours avant le départ, je règle le montant total =			

Je joins un chèque, ou Chèque vacances de _____ € à l'ordre de Camino™.

Je règle par virement bancaire d'un montant _____ €. Banque _____

Date du virement _____ Les frais de virement bancaire restent à votre charge. Nous fournir une photocopie de votre virement.

Je soussigné(e) NOM _____ Prénom _____

agissant tant pour moi-même que pour le compte des autres personnes inscrites sur le présent bulletin d'inscription certifie avoir pris

connaissance du descriptif détaillé du séjour et de la fiche technique, des conditions générales de vente de Camino™.

Date _____ & signature

Participant n° 2

Melle Mme M.

Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT Casque intégral

Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections) Pack Enduro (VTT + Pack Sécu)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 3

Melle Mme M.

Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT Casque intégral

Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections) Pack Enduro (VTT + Pack Sécu)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 4

Melle Mme M.

Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT Casque intégral

Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections) Pack Enduro (VTT + Pack Sécu)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 5

Melle Mme M. Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT Casque intégral

Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections) Pack Enduro (VTT + Pack Sécu)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 6

Melle Mme M. Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT Casque intégral

Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections) Pack Enduro (VTT + Pack Sécu)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 7

Melle Mme M. Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT Casque intégral

Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections) Pack Enduro (VTT + Pack Sécu)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 8

Melle Mme M. Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT Casque intégral

Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections) Pack Enduro (VTT + Pack Sécu)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 9

Melle Mme M. Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT Casque intégral

Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections) Pack Enduro (VTT + Pack Sécu)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 10

Melle Mme M. Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT Casque intégral

Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections) Pack Enduro (VTT + Pack Sécu)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 11

Melle Mme M. Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT Casque intégral

Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections) Pack Enduro (VTT + Pack Sécu)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 12

Melle Mme M. Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT Casque intégral

Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections) Pack Enduro (VTT + Pack Sécu)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 13

Melle Mme M. Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT Casque intégral

Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections) Pack Enduro (VTT + Pack Sécu)

Régime alimentaire particulier