




### Samedi 21 juillet

Niveau : modéré +

 Montréal - Calgary

- Déplacement vers Johnston Canyon.

- **Randonnée à Johnston Canyon.**

*Cascades et sentiers bien aménagés conduisant à de magnifiques chutes.*

**Coucher à Banff**

### Dimanche 22 juillet

Niveau : modéré

- **Randonnée dans les prés alpins "Sunshine".**

*Un décor idyllique pour la randonnée, au milieu de prés en fleurs entourés de montagnes majestueuses.*

**Coucher à Banff**

### Lundi 23 juillet

Au choix : intermédiaire ou avancé

- **Randonnée à Cory Pass** pour des points de vue spectaculaires sur la vallée de la Bow.

**Coucher à Banff**

### Mardi 24 juillet

Au choix : modéré ou intermédiaire

- **Randonnée à Larch Valley - Sentinel Pass.**

*Sentiers particulièrement spectaculaires du parc national de Banff. Sentinel Pass est l'un des plus hauts cols accessibles par sentier dans les Rocheuses.*

**Coucher à Lake Louis**

### Mercredi 25 juillet

Au choix : intermédiaire ou avancé

**Randonnée à la Plaine des Six Glaciers**

*Journée mémorable : de teahouse en teahouse dans un magnifique décor montagnard avec des vues saisissantes du lac Louise, de son château et des sommets qui l'entourent.*

**Coucher à Lac Louise**

### Judi 26 juillet

Niveau : intermédiaire

- Randonnée au **parc Yoho,**

- balade vers les chutes Takakkaw, les deuxième plus hautes chutes au Canada

- Randonnée sur le **sentier Iceline** considéré comme l'un des plus beaux du monde.

**Coucher à Crossing River**

### Vendredi 27 juillet

- **Randonnée au glacier Athabasca**

*Randonnée sur le glacier Athabasca dans le parc national de Jasper avec un guide spécialisé de la région.*

**Coucher à Crossing River**

### Samedi 28 juillet

Au choix : intermédiaire ou avancé

- **Randonnée à Helen Lake - Dolomit Pass**

*Magnifique points de vue sur les lac Helen et Bow et les sommets environnants : Crowfoot, Bow, Hector...*

**Coucher à Banff**

### Dimanche 29 juillet

 Calgary - Montréal

21 au 29 juillet  
2012

# Rocheuses Canadiennes



Tél. : 514 252-3330  
4545, Pierre-de-Coubertin  
C.P. 1000, succ. M  
Montréal H1V 3R2

En collaboration avec Voyages Loisirs

**RandoPleinAir.com**

**Coupon d'inscription**  
Téléphonez-nous - ou faxez - ou postez  
Tél : 514-252-3330 - fax : 514-253-5537

## Rocheuses 2012

Prénom apparaissant sur le passeport :

Nom apparaissant sur le passeport :

Adresse :

Code postal :

Province :

Courriel :

Téléphone (maison) :

Téléphone (bureau) :

Date de naissance ( jj / mm / aaaa )

Nom d'une personne-contact

Téléphone R: \_\_\_\_\_

B: \_\_\_\_\_

### Politique d'annulation

- 120 jours à 80 jours avant le départ : dépôt non remboursable  
- 79 jours à 60 jours avant le départ : 50% non remboursable  
- 59 jours et moins avant le départ : 100% non remboursable

**Coût du voyage : 2 315\$**

Téléphonez-nous ou écrivez-nous pour connaître le prix du transport aérien.

Le prix comprend le transport terrestre, l'hébergement, les déjeuners, les frais d'accès aux pistes, les guides et les taxes (sauf la taxe d'OPC, 0,35%)

**Dépôt : 15% au moment de l'inscription.**

Ce dépôt est non remboursable 120 jours et moins avant le départ, sauf si annulation du voyage par Randonnées Plein Air. Le paiement de la taxe d'OPC 0,035% est également ajouté à ce dépôt.

Payable par carte de crédit ou par chèque à l'ordre de Voyages Loisirs.

Numéro de carte

Date d'expiration (mm/aa) \_\_\_\_\_

Désirez-vous que le solde soit automatiquement prélevé sur votre carte de crédit?  oui  non

## Assurance Voyage

Téléphonez-nous pour connaître le taux des primes à payer

Désirez-vous souscrire à une police d'assurance?

oui  non

Si oui, inscrire les informations suivantes.

Si non, vérifiez auprès de votre compagnie d'assurance que vous êtes entièrement remboursé-e si vous devez annuler votre voyage pour cause de maladies... et que vous avez également une assurance médico-hospitalière.

Date de naissance : ( jj/mm/aaaa ) \_\_\_\_\_

Nom d'un bénéficiaire : \_\_\_\_\_

Choisir parmi les assurances offertes :

**Forfait supérieur**, comprenant les assurances annulation, médico-hospitalière, accidents et bagages.

**Forfait non médical**. Forfait supérieur sans l'assurance médico-hospitalière.

**Frais médicaux**

## Effets à emporter

- Pièces d'identité
- Bottes de randonnée
- Souliers de marche
- Sac à dos d'un jour (de 25 à 30 litres)
- Gourde d'eau
- Shorts, T-shirts
- Pantalons amples et légers
- Chandail de laine et / ou veste polaire
- Tuque et gants
- Sous-vêtements en laine mérino ou synthétiques
- Imperméable
- Coupe-vent
- Chaussettes
- Bâtons de marche
- Chapeau de soleil
- Crème solaire
- Produits de toilette
- Votre numéro de police d'assurance
- Médicaments personnels

## Rencontre préparatoire

Quelques semaines avant le départ, vous aurez l'occasion de rencontrer vos guides et de discuter des détails du voyage. Nous vous aviserons de la date.

## Description des niveaux de difficulté de Rando Plein Air

### Promenade

Peu ou pas de dénivelé  
Marche sur de petites routes de campagne ou des sentiers. Les distances varient entre 8 et 18 km.

Rythme de marche : entre 4 et 5 km / hre

### Modéré

Dénivelé entre 250 et 500 mètres  
Randonnées en montagne comprenant des dénivelés accessibles aux gens actifs et en santé.

Rythme de marche : entre 2 et 2,5 km / hre

### Intermédiaire

Dénivelé entre 500 et 800 mètres  
Exemple: monts Tremblant, Cascades (Adirondacks).  
Randonnée accessible aux personnes qui ont l'expérience de la montagne et qui se maintiennent en bonne forme par la pratique hebdomadaire d'activités aérobiques.

Rythme de marche : entre 2,5 km et 3 km / hre

### Avancé

Dénivelé entre 800 et 1200 mètres  
Exemple: monts Algonquin, Giant.  
Randonnée accessible aux personnes qui pratiquent fréquemment la montagne de niveau intermédiaire.

Rythme de marche : entre 3 et 3,5 km / hre

### Haut niveau

Dénivelé entre 1200 et 1500 mètres  
Exemple: Mont Washington  
Randonnée accessible aux personnes qui pratiquent fréquemment la montagne de niveau avancé.

Rythme de marche : entre 3 et 3,5 km / hre