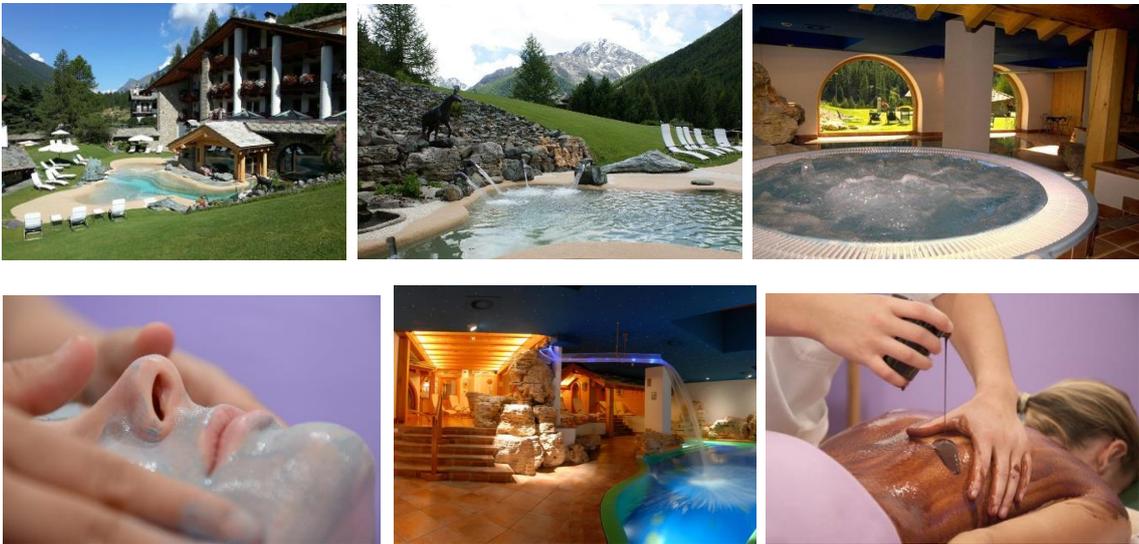




# Détente en Montagne 2023



<p><b>Date</b></p>	<p>Du lundi 19 juin au dimanche 25 juin 2023</p>
<p><b>Activité</b></p>	<p>Séjour de <b>totale détente en montagne...</b> à <a href="#">Cogne</a> - au cœur du <a href="#">Parc National du Grand Paradis</a> - dans la <a href="#">Vallée d'Aoste</a> (Italie). Logements (6 nuits) et soupers typiques à la carte dans l'hôtel***s <a href="#">Notre Maison</a>.</p> <p>Ce séjour organisé par <b>SPORNAT</b> asbl est destiné à toute personne souhaitant se détendre en montagne - dans un endroit de rêve - tout en profitant d'un programme d'activités facultatives les plus diverses conseillées et établi à la carte (en individuel ou petits groupes, avec ou sans accompagnement).</p>
<p><b>Hôtel*** Notre Maison</b></p> 	<p><b>La famille Celesia</b></p>  <p>Notre Maison est un <a href="#">hôtel très familial</a> dans lequel les parents - <i>Irma et Angelo</i> - et leurs enfants - <i>Stefania et Andrea</i> – ont le don de vous y accueillir très chaleureusement pour que vous puissiez vous y sentir comme chez vous et y faire le plein d'un bien-être écologique incommensurable.</p> <p><b>Espace Wellness</b></p> <p>Chaque jour, vous pouvez profiter à volonté de toutes <a href="#">les installations de l'hôtel</a></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Le petit lac alpin extérieur avec une eau chauffée à 35°, jacuzzi et aérothérapie... un petit oasis de bien-être en plein air</li> <li>✓ Une piscine intérieure avec vue sur les montagnes</li> <li>✓ Un sauna chauffé au bois et un autre sauna finlandais</li> <li>✓ Des cascades d'eau et jets cervicaux</li> <li>✓ Un hammam et jacuzzi intérieur</li> <li>✓ Un centre de massages bien-être des plus variés</li> </ul> 

## Chambres

Au moment de l'inscription, chaque participant a le choix de choisir le [type de chambre](#) souhaité :

1. Soit en chambre double (1 lit matrimonial ou 2 lits séparés) **standard** 16 m<sup>2</sup>
2. Soit en chambre single standard 16 m<sup>2</sup>



3. Soit en chambre double (1 lit matrimonial ou 2 lits séparés) **supérieure** 30 m<sup>2</sup>
4. Soit en chambre single supérieure 30 m<sup>2</sup>



## Restaurant

Chaque soir, en fonction de vos envies et appétits (jusqu'à 5 services pour les plus affamés), vous pouvez choisir votre [menu à la carte](#) composé essentiellement de plats typiquement valdôtains cuisinés avec les saveurs de la Vallée et la passion des hôteliers.



## Planning

### Lundi 19/06/2023

Nous vous accueillons à l'hôtel\*\*\*s [Notre Maison](#) à [Cogne](#) (en fin d'après-midi)

### Dimanche 25 juin 2023

Dissolution du séjour « Détente en Montagne » à l'hôtel\*\*\*s **Notre Maison** après le petit déjeuner.

## Programme d'activités

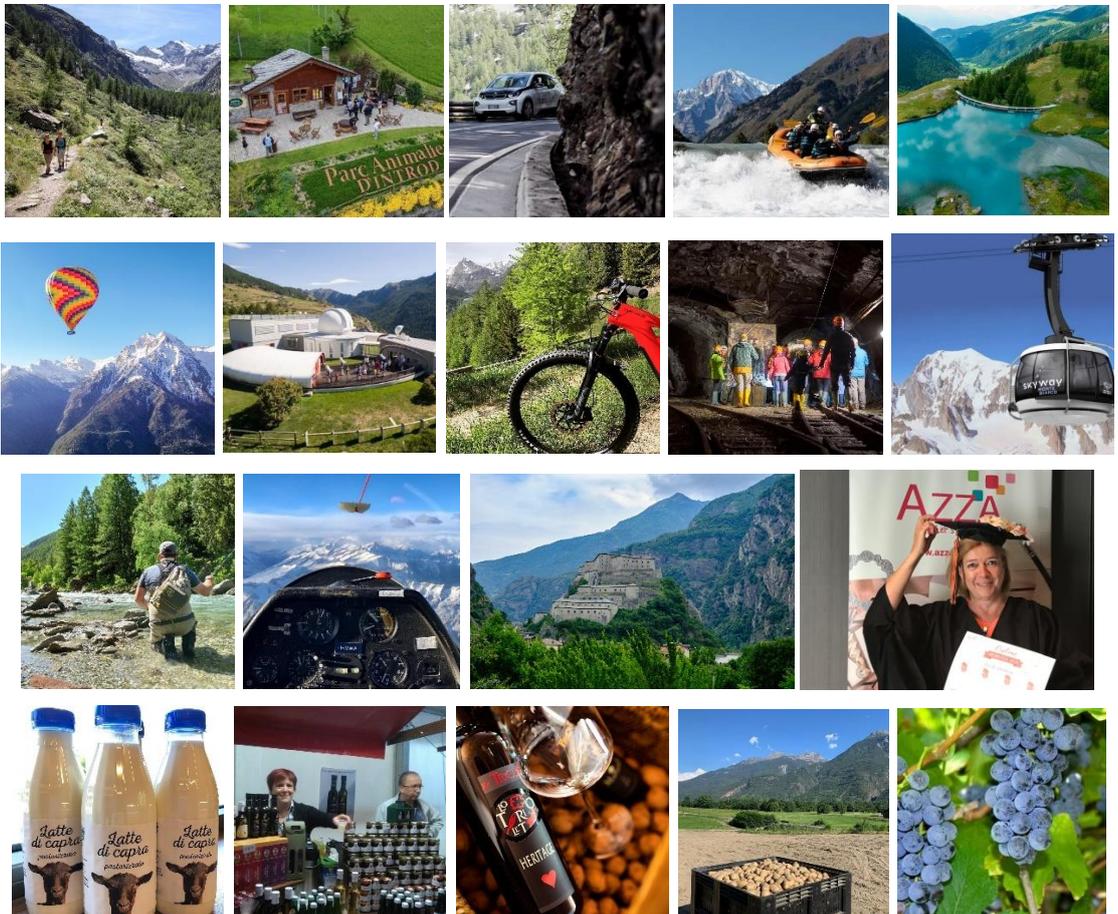


Pendant notre séjour, nous proposons à chaque participant un programme d'activités facultatives les plus diverses à la carte, au choix de chacun, en étroite collaboration avec [Green Vallée d'Aoste](#), notre partenaire touristique local privilégié.

Ces activités sont organisées par nos soins, avec ou sans notre accompagnement sur place.

Quelques exemples de l'éventail d'activités qui seront proposées :

- des petites balades diverses ou randonnées accompagnées dans la Vallée de Cogne
- la visite du [Parc animalier d'Introd](#)
- des visites de fermes et producteurs de produits naturels locaux
- la visite guidée du Jardin Botanique Alpin Paradisia à Valnontey (Cogne)
- une dégustation de vins d'altitude
- une découverte guidée de la Vallée d'Aoste en voiture électrique
- des ateliers de scrapbooking destinés aux personnes déjà habituées aux techniques de scrap (pas pour débutants), avec notre animatrice Azza attirée... Cécile Daelman
- une descente (initiation) en rafting sur la rivière Doire Baltée
- une visite guidée du centre historique d'Aoste... la petite Rome des Alpes
- une visite de barrage et centrale électrique
- des balades en vélos électriques ou VTT disponibles gratuitement à l'hôtel
- une visite de la mine de magnétite de Cogne
- une visite d'observatoire astronomique
- le [SkyWay Monte Bianco Courmayeur](#)... la 8<sup>ème</sup> Merveille du Monde qui vous emmènera sur le toit de l'Europe dans une cabine rotative à 360°.
- un vol en montgolfière et/ou planeur
- une nuitée en refuge
- une initiation de pêche sportive en rivière
- des visites de châteaux
- et bien d'autres choses encore suivant les profils et envies des participants...



	
<b>Lunch midi</b>	<p>Chaque jour du séjour, en fonction des programmes d'activités qui seront établis avant le départ, nous prévoyons des lunches divers tels que pique-niques, pizzeria, petits diners au jardin de l'hôtel, lunch à la ferme, ...</p> 
<b>Réunion</b>	<p>Dans le courant du mois de mars ou avril 2023, nous organisons une petite réunion avec l'ensemble des participants afin de pouvoir faire connaissance avant le départ mais également pour présenter toutes les activités possibles et établir des programmes sur mesure pour chacun.</p>
<b>Inscriptions</b>	<p>Départ assuré à partir de 10 participants valablement inscrits. Inscription obligatoire <a href="#">par mail</a> ou en ligne <a href="#">sur notre site</a>.</p>
<b>Transport</b>	<p>Chaque participant doit organiser lui-même son voyage aller-retour. Un co-voiturage pourra éventuellement être mis en place entre les participants (à titre indicatif : Bruxelles-Cogne = 890 km). Pour les participants souhaitant faire le trajet en avion, nous pouvons organiser leur transfert (à leurs frais) de l'aéroport jusqu'à l'hôtel et vice-versa.</p>
<b>PAF</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>1.185,00 €</b> / personne en chambre double <b>standard</b> (matrimoniale ou 2 lits séparés)</li> <li>2. <b>1.437,00 €</b> / personne en chambre single standard</li> <li>3. <b>1.347,00€</b> / personne en chambre double <b>supérieure</b> (matrimoniale ou 2 lits séparés)</li> <li>4. <b>1.599,00 €</b> / personne en chambre single supérieure</li> </ol> <p>Acompte de</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 385,00 € si chambre double standard</li> <li>2. 637,00 € si chambre single standard</li> <li>3. 547,00 € si chambre double supérieure</li> <li>4. 799,00 € si chambre single supérieure</li> </ol> <p>à verser au moment de l'inscription sur le compte de <b>SPORNAT</b> asbl n° BE38 6527 9912 3872 avec la communication « <i>Prénom Nom – Détente en Montagne 2023</i> ». Seul le versement de cet acompte (non remboursable, excepté en cas d'annulation du séjour de notre part) valide définitivement l'inscription.</p> <p>Le solde (800,00 €) est à payer pour le 15 mai 2023 au plus tard.</p>

	<p>La participation aux frais comprend :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Le logement, dans le type de chambre choisi, des 6 nuits à l'hôtel****s Notre Maison</li> <li>• L'accès illimité au centre de bien-être (piscine, jacuzzi, sauna, ...) de l'hôtel</li> <li>• La demi-pension (petit-déjeuner et souper à l'hôtel avec 1/2 eau et 1/4 vin inclus)</li> <li>• Les 5 repas de midi à l'hôtel et à l'extérieur (du mardi au samedi inclus)</li> <li>• L'apéritif de bienvenue du dimanche soir</li> <li>• La visite du Jardin Botanique Alpin Paradisia à Valnontey (Cogne)</li> <li>• Les visites de 2 châteaux</li> <li>• La visite des monuments historiques d'Aoste</li> <li>• La prestation des organisateurs tout au long du séjour</li> </ul> <p>La participation aux frais ne comprend pas :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Le transport aller-retour Belgique-Aoste</li> <li>• Les boissons supplémentaires lors des repas du soir ou pendant la journée</li> <li>• Les massages spécifiques proposés dans le centre de bien-être de l'hôtel</li> <li>• Les frais liés aux activités diverses proposées à la carte choisies par les participants</li> <li>• Les assurances personnelles (RC Vie Privée, Accident, Annulation et Assitance).</li> <li>• Les dépenses et extras personnels</li> </ul>
<p><b>Mesures spécifiques Covid-19</b></p>	<p><b>Mesures spécifiques applicables (fin juin 2023) en Belgique et en Italie :</b>  En s'inscrivant au séjour « Détente en Montagne », tous les participants s'engagent à respecter les mesures spécifiques qui seront d'application dans la Vallée d'Aoste et en Belgique au moment du séjour (testing, enregistrement, attestations, port du masque, tracing, ...).</p> <p><b>En cas d'annulation du séjour</b> de notre part pour raison sanitaire Covid-19, nous garantissons un remboursement intégral (100%) des PAF (acomptes et soldes) déjà payées au moment de l'annulation.</p>
<p><b>Contacts</b></p>	<p><b>Eric Michiels</b> de <b>SPORNAT</b> asbl  <i>Ambassadeur France Benelux Green Vallée d'Aoste</i>  <i>Guide Accompagnateur en Randonnée C.F.A.R.</i>  <i>Membre Union Professionnelle des Métiers de la Montagne</i>  <i>Moniteur Instructeur Marche Nordique OTOP®</i>  0475/379.409 – <a href="mailto:rando@spornat.com">rando@spornat.com</a></p> <p><b>Christine Delattre</b> de <b>SPORNAT</b> asbl  <i>Guide Nature C.N.B. - Herboriste - Apicultrice</i></p>

