

NUMÉROS UTILES

Pompier 18

(J'appelle le 18 en cas d'incendie, de fuite de gaz, de risque d'effondrement, d'ensevelissement, de brûlure, d'électrocution, d'accident de la route, etc.)

Police 17

(J'appelle le 17 en cas de violence, d'agression, de vol ou de rochers sur la route)

Samu 15

(J'appelle le 15 en cas de besoin médical urgent, de malaise, de coma, d'hémorragie, de douleur thoracique, de difficultés respiratoires, de brûlures graves, d'intoxication, quand quelqu'un ne respire plus, etc.)

Numéro d'appel d'urgence européen 112

(J'appelle le 112 en cas d'urgence nécessitant une ambulance, les services d'incendie ou la police)

Numéro d'urgence pour les personnes sourdes et malentendantes 114

(J'appelle le 114 si je suis une personnes sourde ou malentendante, victime ou témoin d'une situation d'urgence qui nécessite l'intervention des services de secours)

SOMMAIRE

- PRÉSENTATION DE L'ÉQUIPE ET DE L'HÔTEL.....	P. 2
- INFORMATIONS UTILES	P. 4
- SERVICES ANNEXES	
SERVICES ANNEXES GRATUITS.....	P. 6
SERVICES ANNEXES PAYANTS.....	P. 7
- QUE FAIRE AUTOUR DE COEUR DES MONTAGNES ?	
ACTIVITÉS D'HIVER.....	P. 8
ACTIVITÉS D'ÉTÉ	P. 10
- NUMEROS UTILES	P. 12

PRÉSENTATION DE L'ÉQUIPE & DE L'HÔTEL

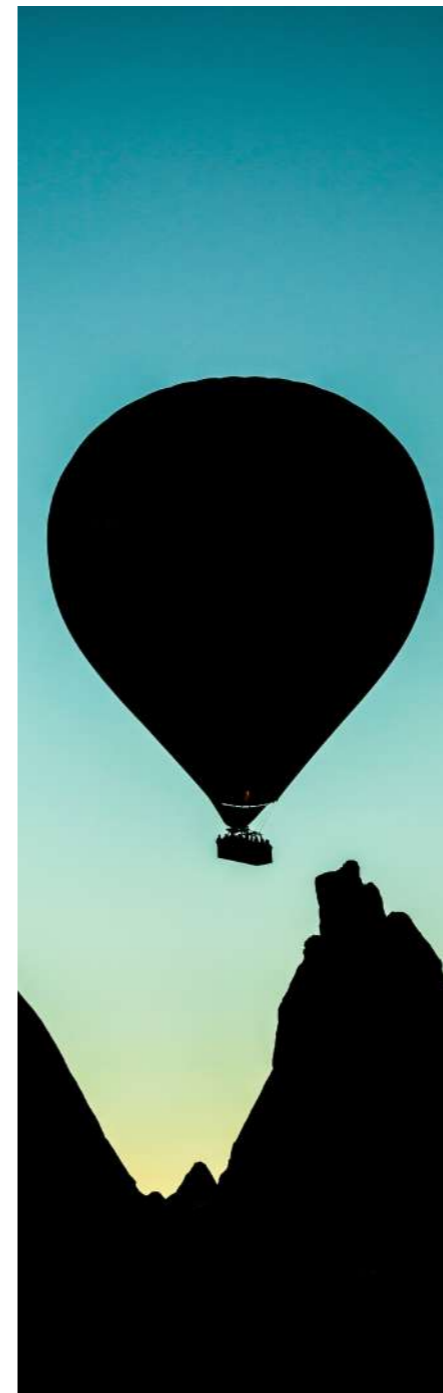
C'est en 2012 que Marie et Giovanni BRUNETTO ont racheté l'ancienne colonie de vacances du Col de Romeyère fermé depuis plus de 12 ans. Une année de travaux s'imposa pour transformer cette bâtisse en un hôtel, refuge, restaurant et boutique.

Au pied des pistes et de la forêt du Vercors, l'hôtel et refuge Cœur des Montagnes vous fait vivre été comme hiver des vacances inoubliables: zen, cosy, natures ou sportives!

Ski de piste, skating, ski de rando, randonnée, canyoning, escalade, curiosités touristiques... découvrez un grand choix d'activités sur place et à proximité.

Des chambres et dortoirs tout confort, une salle à manger lumineuse, un bain norvégien unique, un espace jeux pour les petits, un authentique pizzaiolo italien.

ACTIVITÉS D'ÉTÉ À 20 MN DE L'HÔTEL



Idéal pour les enfants :

Baignade en piscine : Gratuit à l'hôtel, ou parc aquatique Villard de Lans,
Baignade en rivière : Pont en Royans, en lac Saint-Romans
Accro-branches : Autrans, Lans en Vercors
Luge d'été : Autrans, Villard de Lans
Patinoire : Villard de Lans
Randonnée avec chevaux, poneys ou ânes : Lans en Vercors, Saint Martin en Vercors, Villard de Lans
Pêche à la truite : site aménagé pour les enfants Saint-Laurent-en-Royans

Détente sportive :

Golf : 18 trous Corrençon en Vercors, 9 trous La Chapelle en Vercors
Tennis : Villard de Lans, Saint Jean en Royans

Pour les amateurs de sensations :

VTT de descente : avec remontée mécanique Côte 2000 Villars de Lans et Méaudre
Escalade : Avec des falaises calcaires réputées, pratiquer l'escalade en Vercors est presque une seconde nature ! Falaises de Presles:300 voies équipées sur une hauteur de 300 m
Vol libre : 12 sites d'envols agréés, accessibles et élitistes. Lans en Vercors, Méaudre
Montgolfière : Villard de Lans, Corrençon
Spéléologie et spéléologie sous-marine : Grotte du Gournier...

Les GTV Grandes Traversées du Vercors

Les Grandes Traversées du Vercors se font sur plusieurs jours ou par étape, avec un guide (conseillé) ou en autonomie (plan sur demande). Découvrez une nature préservée et des paysages grandioses, dignes du Grand Nord ! Tout un réseau de professionnels est à votre disposition. Plus d'infos sur www.vercors-gtv.com

Sans oubliez nos grands sites touristiques à visiter : Grotte de Choranche, de Thaïs, Musée de l'eau, Couvent de Carme, L'abbaye de Saint Antoine, Le château de Sassenage, Le jardin des fontaines pétrifiante, le bateau à roue, Le facteur cheval, La magie des automates, Le musée de la Préhistoire, Le musée de la résistance et bien d'autres encore.

ACTIVITÉS D'ÉTÉ AU DÉPART DE L'HÔTEL:

Vous vivrez des moments inoubliables. Cœur des Montagnes vous donnera tous les renseignements nécessaires selon vos envies.

Randonnée pédestre et trail: le Vercors offre une richesse exceptionnelle tant au niveau de ses reliefs que de la faune et de la flore. **Des sentiers balisés** pour tous les niveaux, à faire en lézardant en famille ou au pas de course!

Canyoning, via ferrata: l'eau a sculpté de nombreuses gorges et canyons de difficultés très variées, dans des sites grandioses.

Canyon des Ecouges: à 4 kms de l'hôtel, 1ère partie très engagée, 2ème partie ludique et accessible dès 8 ans, avec guide.

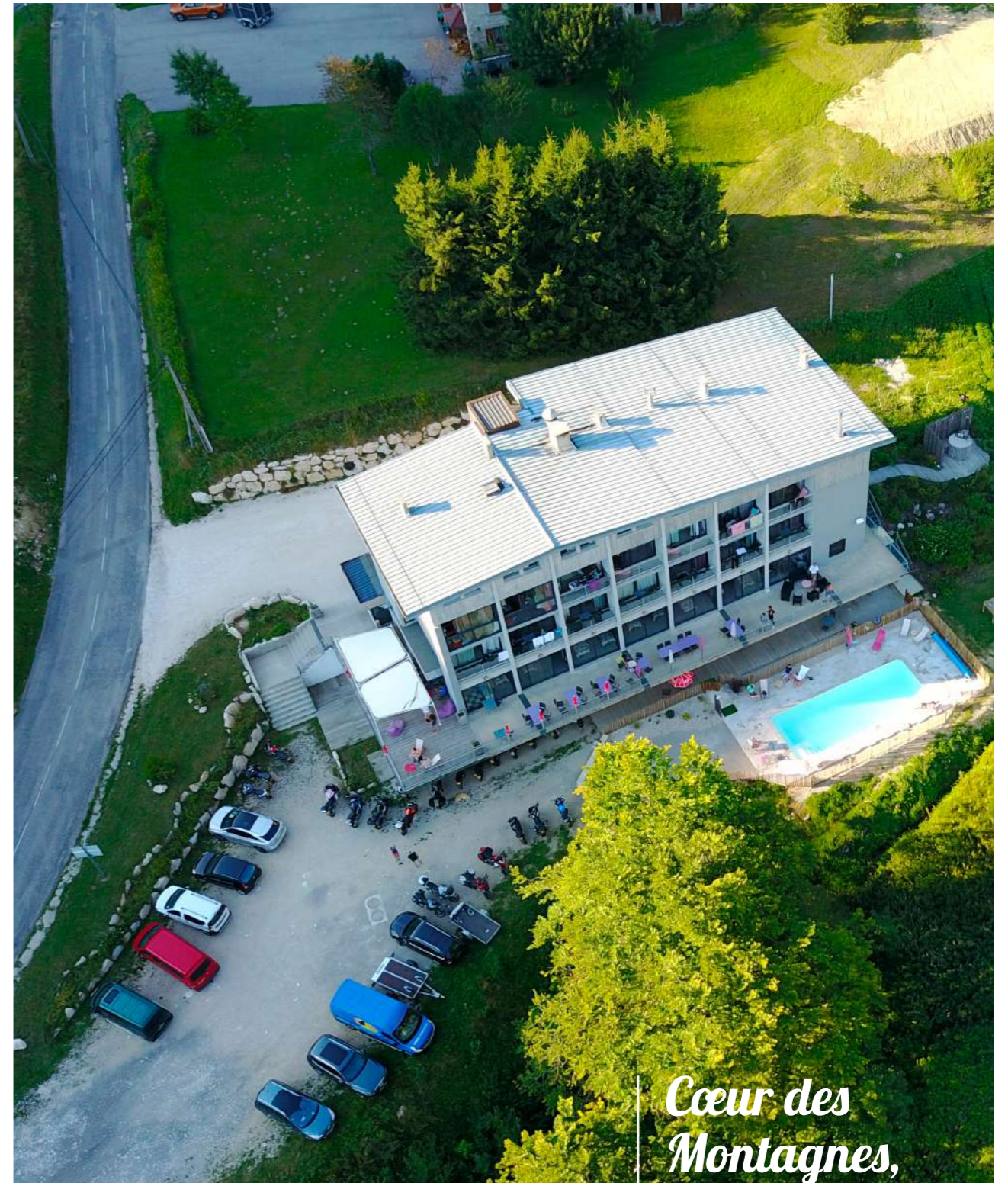
En motos: Nombreuses routes de montagne et cols: Mont Noir, Carri, Limouches, Machine, Echarasson, Bataille.

VTT et cyclotourisme: des parcours en pleine nature pour les amoureux du deux roues!
220 kms de sentiers VTT



50 kms de sentiers

balisés au départ de l'hôtel,
3000 kms de sentiers au total



**Cœur des
Montagnes,**

c'est une parenthèse de détente et de bien-être, à savourer en famille ou entre amis!

INFORMATIONS UTILES

Les horaires

L'accueil est ouvert de **16h00 à 22h00**

Le restaurant est ouvert pour le :

- Petit déjeuner de **8h30 à 10h**.

- Déjeuner de.....**12h à 14h**
(restauration le midi hiver uniquement)

Si vous le souhaitez vous pouvez réserver un panier repas la veille.

- Dîner de**19h00 à 22h00**

Merci de vous présenter à table entre

19h00 et 20h15

La piscine ouverte de **10h00 à 19h00**
(en saison estivale uniquement)



Pensez à réserver à l'accueil

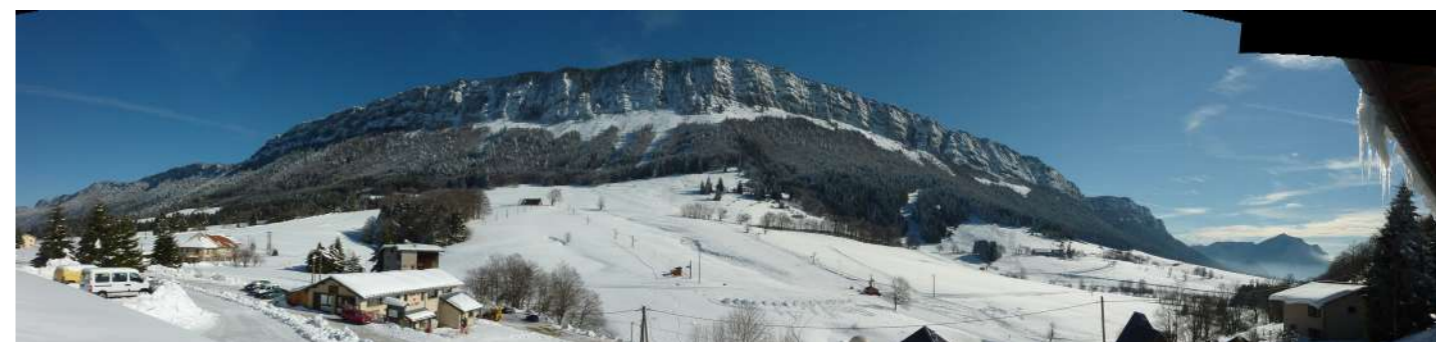
Votre bouteille de Champagne

Elle sera servie dans votre chambre

dans un seau à champagne et 2 flûtes

Tarifs des consommations

Boissons chaudes	Prix TTC	Apéritifs	Prix TTC
Café expresso	1,20 €	Pichet de rouge ou blanc : 25 cl	3,00 €
Grand café	2,00 €	Pichet de rouge ou blanc : 65 cl	6,00 €
Thé / Infusion	2,00 €	Verre de vin	1,50 €
Café décaféiné	1,30 €	Bière pression heineken 25/50cl	3,00 € 5,50 €
Chocolat Chaud	2,20 €	Bière pression affligen 25/ 50cl	3,50 € 6,00 €
Café / Chocolat Viennois	3,00 €	Bière artisanale	4,00 €
Capuccino	3,20 €	Kir du Vercors, 10cl	3,00 €
Verre de vin chaud ,12cl	2,50 €	Vin de noix du terroir, 6cl	2,00 €
Pichet de vin chaud, 50cl	6,00 €	Whisky, 4cl	4,00 €
Chocolat des Alpes	3,20 €	Pastis, 2cl	2,00 €
Citron chaud	2,00 €	Martini Rouge ou blanc, 6cl	2,00 €
		Suze, 6cl	2,00 €
Boissons		Pétillants	
Sirop à l'eau	1,10 €	Clairette coupette, 10 cl	3,00 €
Diabolo	1,50 €	Kir du Vercors, 10cl	3,00 €
Coca au verre	1,50 €	Clairette bouteille, 75cl	15,00 €
Orangina au verre	1,50 €	Champagne bouteille, 75cl	35,00 €
Eau pétillante S.Pellegrino au verre	1,50 €		
Jus d'orange ou pomme au verre	1,50 €	Digestifs	
Quantité au verre : 25 cl		Génépi, 4cl	4,00 €
nestea, 33cl	2,00 €	Chartreuse, 4cl	5,00 €
Coca ou orangina 33cl	2,00 €	Liqueur du Dauphinais 4cl	3,00 €
Schweppes, 33cl	2,00 €		
San Pellegrino, 1L	5,00 €		



ACTIVITÉS D'HIVER À 20 MN DE L'HÔTEL

Sports d'hiver :

Station de ski alpin, de plus haute altitude: 125km de pistes, au-dessus de 2000m d'altitude. Villard de Lans – Corrençon

Stations de ski nordique: Autrans, Meaudre, Lans en Vercors, Villard de Lans, Corrençon, Herbouilly

Snowkite: Autrans

Patinoire: Villard de Lans

Trampoline park: Villard de Lans

Escalade sur cascade de glace: Lans en Vercors

Idéal pour les enfants :

parcours ludique et jeux pour découvrir la glisse : à partir de 3 ans, hameau de Ribambel – Corrençon

Chiens de traîneaux: Autrans - Vassieux et Xavier au Col de Roméyère

Piscine couverte à vagues: Villard de Lans

Tennis couverts: Villard de Lans

Les GTV Grandes Traversées du Vercors

Les Grandes Traversées du Vercors se font sur plusieurs jours ou par étape, avec un guide (conseillé) ou en autonomie (plan sur demande). Découvrez une nature préservée et des paysages grandioses, dignes du Grand Nord ! Tout un réseau de professionnels est à votre disposition. Plus d'infos sur www.vercors-gtv.com

En raquette :

La pratique de la raquette en terrain vierge nécessite une bonne connaissance du milieu montagnard. De nombreux accompagnateurs diplômés proposent des sorties et stages pour tout niveau.

En ski nordique ou ski nordique de randonnée : sept sites Nordiques sont répartis sur l'ensemble du territoire, comprenant plus de 800km de pistes tracées et balisées. Des professionnels proposent circuits et raids.

Coeur des Montagnes est référencé gîte d'étape de la GTV

ACTIVITÉS D'HIVER AU DÉPART DE L'HÔTEL:

Partez ski au pied de
Coeur des Montagnes

Le service de location de skis et raquettes est en face de l'entrée, de l'autre côté de la route. Les tarifs y sont très abordables et l'accueil chaleureux, n'oubliez pas de leur préciser dès le premier jour que vous logez à l'hôtel.

Ski alpin, snow-board, snow-blade,

luge, une station familiale loin de la cohue alpine, de 1000 à 1475 m d'altitude. Idéal pour les débutants, sans oublier des forfaits à prix mini.

Ski nordique :

un magnifique domaine skiable, avec plusieurs niveaux de difficultés. Et aussi le ski de randonnée nordique en espace vierge.
50 kms de pistes : ski de fond classique et skating.

Raquettes :

50 kms de sentiers balisés au milieu des forêts.
La station des Coulmes, est réputée pour la qualité de son accueil et son espace naturel préservé.



6 kms de pistes

(3 vertes, 2 bleues, 1 rouge)
3 remontées mécaniques
Cours ESF débutant et 1ère étoile Cours particuliers.



C'est pizza party

Tous les vendredis soirs, venez déguster les pizzas de Giovanni cuites au feu de bois.

Menu du soir

unique proposé par Giovanni avec choix des desserts, en fonction des saisons et «fait maison».
Le menu est affiché à l'accueil

SERVICES GRATUITS

Un petit coin jeu est mis à disposition pour vos enfants dans la salle de restaurant.

Bien pratique pour les parents, qui peuvent surveiller leurs petits tout en prenant l'apéritif.

Les jeux et livres sont mis à disposition gratuitement. Prenez soin de les remettre à leurs places. N'hésitez pas à utiliser les tables de la grande salle pour organiser vos jeux de société, une grande variété de choix proposée vous permettrons de partager de bon moment en famille ou entre amis.

Pour vos enfants

- Mise à disposition de lit d'appoint pour les enfants de moins de 12 ans.
- Nous réchauffons les biberons et petits pots de vos enfants en cuisine, n'hésitez pas à le demander.
- Des chaises hautes sont disponibles dans la salle de restaurant.

Pour votre confort

- Wifi gratuite pour les personnes séjournant à Coeur des Montagnes, n'hésitez pas à demander votre code HotSpot à l'accueil.
- Sèche cheveux disponible à l'accueil pour l'espace refuge.
- Stylos, ciseaux et tout autres fournitures de bureau sont également disponibles, venez les demander à l'accueil de l'hôtel.

En extérieur

Des jeux d'extérieurs sont mis à disposition gratuitement, n'hésitez pas à demander, ballons, molky et boules de pétanques à l'accueil.

En hiver, quelques luges sont disponibles.

Coté pratique

Un local à ski et/ou chaussures est mis à disposition, pensez à y descendre en chausson, ainsi vous remonterez dans votre chambre les pieds au sec et au chaud!

SERVICES PAYANTS

Le bain nordique, moment de pur détente en pleine nature avec une vue imprenable sur le Vercors, expérience inoubliable, été comme hiver, de jour comme de nuit. (12€/pers.)

Comment faire? Inscrivez-vous la veille sur l'ardoise prévue à cette effet, en face de l'accueil. Le bain est chauffé au bois et nécessite 6h d'attention pour le monter à la bonne température. Nous vous fournissons un peignoir pour votre confort.



- Salle de relaxation, de fitness et d'activités d'éveil physique, une tapis de sol et vous voilà parti pour une séance d'étirement.
- Location d'une grande salle de séminaire, ambiance nature avec vue sur nos montagnes, équipements de vidéo-projection mis à disposition.
- Location de VTT en juillet et Août en demi-journée, journée, weekend et semaine. Tarif de nos partenaires.
- Nos petits déjeuners sont uniquement sucré pour le proposer à un petit prix. Vous désirez un petit déjeuner salé? N'hésitez pas à le préciser à l'accueil, une assiette de fromage et de charcuterie vous sera servi, le matin, moyennant un supplément de 4 €.