

Balade avec un âne Entre Léman et Mont Blanc

6 jours - sans sac

LE DECOR

Situé entre Léman et Mont Blanc, le Chablais se dessine majestueusement. Massif préalpin, il se constitue de petites montagnes n'excédant pas 2500m.

Cette région est largement connue pour ses grandes stations qu'elle abrite comme Avoriaz, Morzine, les Gets ou les Portes du soleil. Moins sous le feu des

projecteurs, le caractère de ce massif se dessine par de nombreuses petites vallées et combes qui le découpent. Ces dernières sont ornées par de nombreux petits villages qui soulignent le caractère traditionnel de cette région. Plus haut, sur les pentes, disséminés çà et là des chalets témoignent de la vie pastorale. A chaque franchissement de col, c'est un nouveau paysage qui se dévoile avec en arrière plan, l'imposant massif du Mont Blanc d'un côté ou le gigantesque Lac Léman de l'autre.



Notre parcours se déroule dans la réserve naturelle du Roc d'Enfer. La faune et la flore y sont remarquablement riches et les rencontres courantes. Voir une marmotte courir sur un névé, surprendre un chamois, écouter le chant d'une cascade ou d'un oiseau, ceux sont autant de captivantes découvertes qui ne manqueront pas de séduire les plus petits comme les plus grands. Il sera facile de partir à la recherche d'indices de vie, apprendre à reconnaître des traces d'animaux, les mouler ou bien encore faire un sifflet avec la tige d'un pissenlit. Crayons de couleur, peinture, font partie du matériel qui suit, le soir à l'étape, pour la réalisation d'un herbier et d'œuvres personnelles.

LES POINTS FORTS

Les observations animalières: marmottes, chamois, mouflons
La découverte de la flore et la réalisation d'un herbier
Les rencontres avec les alpagistes, tissu de la population locale
Les superbes paysages notamment du Mont Blanc
Devenir un apprenti fermier

ITINERAIRE

La randonnée se déroule du dimanche en début d'après-midi au vendredi après-midi.

J1 LE VALLON DE MORZINE

Rendez-vous le dimanche à 14h30 à office du tourisme de Morzine. Accueil et découverte de nos compagnons les ânes. Apprentissage de leur entretien, du battage et des règles de sécurité. Départ pour la première étape facile en fond de vallée jusqu'au village d'Essert Romand. Nuit en gîte
Temps : 2 heures de marche/ Dénivellation: + 250 m

J2 LE BALCON ET COL DE LA BASSE

Après avoir quitté la forêt de fond de vallée, c'est parmi les alpages que nous monterons jusqu'au col de La Basse. Découverte d'une nouvelle vallée, avec en ligne de mire le panorama du massif du Mont Blanc et la Suisse voisine. Réalisation d'un herbier qui sera enrichi tout au fil de la semaine. Descente sur l'alpage de Combafoü pour un barbecue et une nuit sous tente.
Temps : 4 heures 30 de marche/ Dénivellation: + 630 m - 260 m

J3 L'ALPAGE DU FORON

La journée commencera par une visite chez « Mamie Thérèse », toujours prête à raconter une bricole de sa vie d'alpagiste. Monté jusqu'au col de la Bolire puis descente sur la cascade des Munes pour construire un petit moulin à eau et patouiller dans le ruisseau à la recherche des crevettes d'eau douce. Nous prendrons le temps de mouler quelques empreintes de pas et d'observer chamois et marmottes. Nuit en auberge équipée d'une petite piscine au village du Praz de Lys.
Temps : 4 heures de marche/ Dénivellation: + 400 m - 350 m

J4 LE BELVEDERE DU MARCELLY

Randonnée en boucle depuis l'auberge jusqu'au Pic du Marceley, un véritable sommet perché à 2000m. Ce belvédère surplombant la vallée du Giffre offre là encore un beau panorama sur le massif du Mont Blanc et le Lac Léman. Passage obligé lors de notre descente au lac de Roi là aussi pays des marmottes. Découverte de la tourbière avec sa flore particulière près de l'auberge: droséra, grassettes, sphaignes. Nuit en auberge au Praz de Lys.
Temps : 5 heures de marche/ Dénivellation: + 580 m - 580 m

J5 PANORAMA DU MONT BLANC AU MONT CALY

Descente sur le hameau de Bonnavaz pour rejoindre celui des Places et l'alpage du Mont Caly. Les environs sont propices à l'observation de mouflons, un sérieux objectif pour cette étape. Ensuite, traversée en balcon face au Mont Blanc pour rejoindre la petite station des Gets. Nuit en hôtel au village des Gets.
Temps : 6 heures de marche/ Dénivellation: + 450 m - 590 m

J6 LA FERME DE LA SARRE

Avant de quitter le village, visite de la ferme de la Sarre où les enfants pourront devenir apprentis fermiers et découvrir la fabrication du fromage de chèvre. Ensuite descente pour rejoindre le village de Morzine. Fin de la randonnée vers 16h
Temps : 3 heures de marche/ Dénivellation: + 150 m - 350 m

Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction. Des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement. Plusieurs parcours étant possibles entre les étapes, l'itinéraire donné à titre indicatif est susceptible d'être modifié.

NIVEAU

Randonnée très facile, avec des marches de 8 à 12 km maximum par jour. Etapes très souples pouvant être adaptées. Accessible aux enfants à partir de 6 ans.

altitude - mont blanc

La Côte du P'Nôt Montriond
F. 74110 Morzine Avoriaz
Tél. (00 33) (0)4 50 79 09 16
info@altitude-montblanc.com
www.altitude-montblanc.com

PORTAGE DES BAGAGES

Les bagages sont acheminés en voiture d'étape en étape. Le petit sac de la journée pourra être confié aux ânes

CLIMAT

Beau et chaud en été. La chaleur est toutefois tempérée par l'altitude. Des pluies sont toujours possibles.

ALTITUDE

L'itinéraire se déroule entre 950 et 1862 mètres

SI VOUS VENEZ EN TRAIN:

DEPART de Paris 07h12 - arrivée à Cluses à 12h19 puis liaison en bus à 12h30, arrivée à Morzine à 13h30. Accès par la gare SNCF de Cluses Paris 7h12, arrivée Cluses 12h19 liaison en bus à 12h30, arrivée à Morzine à 13h30.

RETOUR

Transfert assuré pour le bus de Cluses (gare SNCF).
Train pour Paris à 17h22, arrivée à Paris 23h00.

Tous les horaires de train et bus doivent être vérifiés auprès de la SNCF tél. 3635 ou www.sncf.com et Gare routière de Cluses au 04 50 98 07 81

SI VOUS VENEZ EN VOITURE

Autoroute jusqu'à Cluses, puis direction Morzine/ Avoriaz. suivre Taninges, Les Gets et enfin Morzine.

SI VOUS SOUHAITEZ ARRIVER LA VEILLE OU PROLONGER VOTRE SEJOUR

Office du tourisme de Morzine 04 50 74 72 72
Hôtel Les Bruyères 04 50 79 15 76

EN CAS DE PROBLEME DE DERNIERE MINUTE

Prévenez votre guide le soir du premier jour au 04 50 75 73 26 (Gîte le Cloret) (le guide au 04 50 79 09 16)

HEBERGEMENT - REPAS

1 nuit en gîte, 2 nuits en auberge (avec piscine), une nuit en hôtel, et 1 nuit en camping (bivouac sous tentes, tentes et matelas fournis). Dîner et petit déjeuner en gîte ou restaurant, pique-nique tiré du sac à midi.

POUR SUIVRE VOTRE ITINERAIRE

1/25000e IGN 3528ET Morzine
La carte Michelin n°74

ENCADREMENT

Accompagnateur : diplômé selon la législation en vigueur, connaissant bien la conduite des ânes

DATES 2010

Du dimanche 4 au samedi 9 juillet
Du dimanche 11 au samedi 16 juillet
Du dimanche 18 au samedi 23 juillet
Du dimanche 25 au samedi 30 juillet

Du dimanche 1 au samedi 6 août
Du dimanche 8 au samedi 13 août
Du dimanche 15 au samedi 20 août
Du dimanche 22 au samedi 27 août

PRIX 2010

Adulte: 595 euros

Enfant : 450 euros

Le prix comprend: les frais d'organisation et l'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé, les repas, les encas, les nuits en refuge, gîte ou hôtel, le transport des bagages les taxes de séjour et le service des ânes.

Ne sont pas compris: les dépenses à caractère personnel (boissons, etc...), les visites, le voyage aller et retour de votre domicile aux points de rendez-vous et dispersion, les taxes d'aéroport et autres exclusions clairement et dûment décrites sur la fiche technique correspondante.

MATERIEL CONSEILLE

VETEMENT

- 1 pantalon de toile – short – T-shirt
- 1 polaire ou pull chaud
- 1 veste goretex
- 1 cape de pluie
- 1 chapeau de soleil
- Chaussettes à bouclettes
- 1 tenue de rechange confortable pour l'étape (survêtement ou jogging)
- 1 paire de chaussures de randonnée déjà rodée
- 1 paire de chaussures légères pour l'étape
- 1 maillot de bain

MATERIEL DIVERS

- 1 couteau, une gourde ou Thermos, 1 bol + couverts pour les pique-niques
- 1 lampe de poche
- 1 paire de lunettes de soleil
- 1 duvet pour la nuit sous tente
- affaires de toilette minimum + serviette
- petite pharmacie personnelle (élastoplaste, tricoté, crème solaire, stick pour les lèvres, etc...)
- Boules « quies »
- Papier hygiénique
- Carte d'identité

BAGAGES

- Prévoyez un sac à dos confortable pour vos effets de la journée (un vêtement chaud, une cape de pluie, une gourde, protection solaire ...). Il faut prévoir un peu de place pour transporter un pique-nique et des encas.

- 1 sac de voyage souple pour contenir vos effets

Attention: un seul sac par personne pour vos bagages, style sac marin **ne dépassant pas 9 kg**. Ils seront transférés d'un refuge à l'autre par un véhicule à notre charge.