GRAND TOUR DES GLACIERS DE LA VANOISE 9J

Au cœur du premier parc national de France

Premier parc national en France créé en 1963, la Vanoise s'étend sur un immense territoire où tout est préservé : faune, flore et monde minéral. Au départ de Pralognan-la-Vanoise (capitale touristique du massif), ce séjour nous entraîne sur le tour des Dômes de la Vanoise, un ensemble de glaciers s'étendant sur une vingtaine de kilomètres au centre du parc. Du charismatique Lac des vaches au chaleureux refuge de l'Arpont, du Vallon d'Aussois au glacier de Gébroulaz, un itinéraire varié au plus près des grands sommets pour profiter des plus beaux paysages qu'offre ce massif.

9 jours

Accompagné / guidé

Avec ou sans transport de bagages

Hébergement : Classique (dortoir)

Niveau : ***

A partir de : 1230€

Vous allez aimer

- Le territoire sauvage et préservé du premier parc national de France
- Un itinéraire original autour des glaciers des Dômes de la Vanoise
- 2 nuits dans le village typique de Pralognan-la-Vanoise
- Le passage du col du Souffre le long du glacier de Gébroulaz
- La variété des paysages entre Maurienne et Tarentaise
- Aucun transfert durant le séjour pour plus d'immersion
- Les hébergements en gîtes et refuges d'altitude conviviaux

Le parcours

Jour 1

RDV à 10h30 à l'office du tourisme de Termignon, départ de la randonnée.

TERMIGNON - BELLECOMBE
La randonnée démarre à Termignon, le long du Doron de Chavière, par une montée un peu raide entre prés et forêt. L'effort trouve sa formidable récompense avec le spectacle qui se dévoile à l'arrivée sur l'alpage : vaste panorama, lacs turquoises dans lesquels se reflètent les sommets enneigés, chalets de pierre et quelques Tarines pour le fond sonore ! Nuit en refuge, en chambre de 4.
5h de marche / Dénivelé : +1300 m -200 m / 11km

Jour 2

AIGUILLES DE LANSERLIA - REFUGE DE LA FEMMA
Une journée sauvage pour se mettre dans l'ambiance du coeur du parc. La première montée permet d'accéder aux lacs de Lanserlia, au milieu d'une végétation rase. La suite se poursuit à travers de hauts plateaux jusqu'au vallon de la Rocheure et le refuge de la Femma. Possibilité de rallonger la randonnée en prolongeant jusqu'au superbe plateau sauvage du Turc. Nuit au refuge en dortoir, **sans les bagages.**
5h de marche / Dénivelé : +650m / -600m / 14km (+/- 150m/2km avec la Pointe de Lanserlia)
6h30 de marche / Dénivelé : +900m / -900m / 15km (par la Pointe de Lanserlia le plateau du Turc)

Jour 3

COL DE PIERRE BLANCHE - REFUGE ENTRE DEUX EAUX
La matinée commence par la montée au col de Pierre blanche au milieu des alpages et des marmottes. Le col permet d'accéder au vallon de la Leisse, très sauvage, au pied de l'immense face sud de la Grande Casse (3855m). Ce vallon amène tranquillement au refuge d'Entre Deux Eaux selon la période une visite de la ferme en contre-bas s'impose ! Nuit au refuge en dortoir, **sans les bagages**.
5h30 de marche / Dénivelé : +550 m -750 m / 15km

Jour 4

COL DE LA VANOISE - PRALOGNAN LA VANOISE
Traversée du vallon de la Leisse et montée au col de la Vanoise au pied de la Grande Casse ; les glaciers de la Vanoise. Descente au village de Pralognan la Vanoise en passant par le Lac Long et le célèbre gué du lac des Vaches. Nuit en hôtel, en chambre multiple.
5h30 de marche / Dénivelé : + 500m / -1250m / 14km

Jour 5

LES CRÊTES DU MONT CHARVET
Un itinéraire en boucle depuis Pralognan pour découvrir l'une des randonnées les plus fameuses de la vallée et l'ambiance surprenante d'une montagne de gypse. Variété des paysages, panorama à 360°, nuancier de couleur… au programme de cette magnifique journée. Le Petit Mont Blanc (2680m) (+/- 1000m) ou bien le cirque du Petit Marchet et le col de la Valette (2554m) (+ 1150m / - 840m) sont des alternatives possibles pour cette journée. Retour à Pralognan pour une seconde nuit à l'hôtel, en chambre multiple.
6h30 de marche / Dénivelé : 1050 m -1050 m /14km

Jour 6

COL DES SAULCES – COL DE CHANROUGE – REFUGE DU SAUT
Montée au col des Saulces, sous le petit Mont Blanc, le belvédère parfait de la vallée de Pralognan, du Massif de le Grande Casse et de l'ensemble des Dômes de la Vanoise. Traversée sous l'Aiguille du Rateau au milieu des alpages pour rejoindre le vallon de Chanrouge et le refuge du saut, au-dessus de la station de Méribel, **sans les bagages**.
7h de marche/ Dénivelé : +1400 m ; -650 m /15km

Jour 7

COL DU SOUFFRE - COL DE CHAVIERE - L'ORGERE
Depuis le refuge, l'itinéraire se déroule dans une ambiance toute en couleurs, le long du glacier de Gébroulaz jusqu'au du col du Soufre (2817m). Le paysage minéral se poursuit entre le lac Blanc et le col de Chavière (2896 m) dans un univers géologique exceptionnel. Retour dans les alpages avec la descente sur le lac de la Partie et le vallon de l'Orgère. Nuit au refuge de l'Orgère, en dortoir.
7h30 de marche / Dénivelé : +1150 m -1350 m / 17km

Jour 8

LE SENTIER DÉCOUVERTE DU BARBIER - REFUGE DE PLAN SEC ou LA DENT PARRACHÉE
Grande traversée par la sentier découverte nature du parc de la Vanoise pour rejoindre le col du Barbier, à travers l'une des plus belles forêts de la région. Entrée dans le vallon d'Aussois, au-dessus des lacs de barrages de Plan d'Amont et Plan d'Aval. Petit détour possible jusqu'au col de la Masse à 2923 m. Nuit au refuge de Plan Sec, **sans les bagages.**
5h00 de marche / Dénivelé : +900 m - 500 m /12km
5h30 de marche / Dénivelé : +1200 m - 800 m (par le col de la Masse) /11km

Jour 9

SENTIER BALCON DU GENEPY - TERMIGNON
Le parcours se termine avec une grande traversée en balcon qui surplombe la vallée de la Maurienne et le torrent de l'Arc. Le sentier chemine sous les contreforts de la dent Parrachée et le glacier de L'Arpont avant de redescendre sur le village de Termignon.
7h00 de marche / Dénivelé + 500 m -1500 m / 19km

Fin de la randonnée à Termignon vers 15h30.

Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction ; des impondérables sont toujours possibles (liés aux conditions naturelles ou à la forme du groupe) et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement.

Le voyage

NIVEAU ***

Dénivelé : +/- 550m à 1250 m en moyenne par jour
Temps de marche : 5 à 7 heures par jour.
Type de randonnée : itinéraire de montagne sur sentiers balisés souvent caillouteux.

Il est nécessaire d'être en bonne condition physique générale. Pratiquez régulièrement un sport d'endurance tel que la marche, la course à pied, le vélo, de 3 à 4 heures par semaine. Votre préparation physique facilitera votre séjour et vous permettra de l'apprécier d'autant plus.
Découvrez le descriptif des niveaux en cliquant ici : niveaux des randonnées

ENCADREMENT

Nombre de participants compris entre 6 et 14 personnes encadrées par un professionnel diplomé (accompagnateur en montagne).
L'accompagnateur en montagne peut être amené à modifier le programme pour l'adapter au niveau des participants et/ou aux conditions naturelles. Il reste le seul décideur en dernier recours.
En remerciement, il est d'usage de donner un pourboire à votre accompagnateur à la fin de votre randonnée, selon votre satisfaction. Ceci n'est pas obligatoire mais très apprécié.

TRANSPORT DE BAGAGES

Avec transport de bagages : vos bagages sont acheminés à votre hébergement par un véhicule logistique les jours 1, 4, 5 et 7.

HÉBERGEMENT

CLASSIQUE : 6 nuits en refuge en dortoir et 2 nuits en chambre de 2/3 pers. en hôtel.
Tous les hébergements sont équipés de douches chaudes, néanmoins en raison des périodes de sécheresse de plus en plus récurrentes, l'accès aux douches n'est pas garanti.

LES REPAS

Les petits déjeuners et dîners sont prévus dans chaque hébergement. Pour le midi, votre accompagnateur prépare un pique-nique à base de salades de produits régionaux. Merci de nous préciser vos allergies et régimes alimentaires **au moment de la réservation.** Nous faisons de notre mieux pour prendre en compte les régimes particuliers (sans gluten, végétarien, etc.). Nous vous encourageons cependant à prévoir quelques produits complémentaires pour vos propres pique-niques.

Infos pratiques

ACCÈS AU POINT DE DÉPART

Début de la randonnée à Termignon. RDV à 10h30 à l'office du tourisme.

EN TRAIN
Aller (la veille) : départ de Paris Gare de Lyon, arrivée à Modane. Puis bus ligne S52, de Modane à Termignon.
Retour : bus ligne S52, de Termignon à Modane. Puis train, départ de Modane, arrivée Paris Gare de Lyon.
Tous les horaires de train doivent être consultés auprès de la SNCF. Pour le bus S52, consultez le guide la mobilité ou Cars Région Savoie.

EN VOITURE
Autoroute jusqu'à Modane puis suivre Termignon. Grand parking gratuit à Termignon au centre du village.

Fin de la randonnée à Termignon.

HÉBERGEMENT AVANT ET APRÈS LE SÉJOUR

OT Termignon : +33 (0)4 79 20 51 67
Hôtel** La Turra : +33 (0)4 79 20 51 36
Hôtel l'Outa : +33 (0)4 57 40 00 34

NOUS CONTACTER

Si vous êtes en retard, contactez l'agence : **+33 (0)4 50 79 09 16** ou **+33 (0)6 42 49 76 07**

Dates & tarifs

Du 05/07/25 au 13/07/25	Dernières places !!!	**1275 €**
Du 19/07/25 au 27/07/25	Départ garanti	**1275 €**
Du 02/08/25 au 10/08/25	Départ garanti	**1275 €**
Du 16/08/25 au 24/08/25	Départ garanti	**1275 €**
Du 30/08/25 au 07/09/25	Départ ouvert	**1230 €**

LE PRIX

Comprend :

- L'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé ;
- L'hébergement en demi-pension et les taxes de séjour ;
- Les pique-niques du midi, les encas ;
- Le transport des bagages entre les hébergements les jours 1, 4, 5 et 7 ;
- Les frais d'organisation.

Ne comprend pas :

- Les dépenses à caractère personnel (les boissons, les visites...) ;
- Le transport des bagages les jours 2, 3, 6 et 8 ;
- Le voyage depuis votre domicile jusqu'au lieu d'accueil et retour ;
- L'assurance assistance annulation (4,2% du montant du séjour).

Le tarif s'entend tout compris du point de rendez-vous au point de dispersion.

Equipement et bagages

ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

Vêtements

- Pantalons de randonnée
- Short (1 maillot de bain au cas où)
- Tee-shirts "respirants" ou en laine mérinos
- Caleçon long "respirant" ou en laine mérinos
- Polaire ou pull
- Coupe-vent ou veste Goretex
- Cape de pluie + guêtres ou pantalon type Goretex + une cape de sac
- Doudoune légère
- Une paire de gants et un bonnet léger
- Chapeau ou casquette
- Chaussettes de randonnée (double couche, à bouclettes…1 paire par jour)
- Chaussures de randonnée déjà rodées et à semelles bien crantées
- 1 tenue de rechange pour le soir
- Chaussures de rechange pour le soir

Matériel divers

- Trousse de toilette
- Serviette de toilette (séchage rapide, vendue en boutique spécialisée)
- Lunettes de soleil et crème solaire
- Gourde ou thermos (1,5 litre minimum)
- Couteau et couverts
- Une boîte hermétique en plastique en guise d'assiette pour vos pique-niques (0,4 à 0,5L)
- Gobelet pour le café
- Petite pharmacie personnelle (antalgique, pansements type compeed...)
- Couverture de survie
- Frontale ou lampe de poche
- Un drap-sac et une taie d'oreiller (les gîtes fournissent des couvertures)
- Deux bâtons télescopiques (fortement recommandés)
- Carte d'identité ou passeport valide

SAC À DOS

Prévoir un sac à dos confortable de 40 à 50 litres pour vos effets de la journée (un vêtement chaud, une cape de pluie, une gourde, boite et couverts pour le pique-nique, protection solaire et papiers d'identité) avec un peu de place pour transporter un pique-nique et des encas.
Votre sac doit être suffisamment grand pour contenir vos affaires pour les journées sans bagages.

TRANSPORT DE BAGAGES

Vos affaires de rechange doivent être regroupées en **1 seul sac souple de 10kg maximum par personne.** Votre bagage est acheminé par un véhicule logistique, sauf les jours 2, 3, 6 et 8, dans des hébergements dont l'accès n'est pas toujours simple.
Attention, les bagages trop lourds ou trop volumineux ne seront pas pris en charge par les chauffeurs, pensez à leurs dos !

VOTRE SAC A DOS POUR LES NUITS SANS BAGAGES

Pour les nuits 2, 3, 6 et 8, vous n'aurez pas votre bagage à l'hébergement (vous le retrouvez le lendemain). Voici quelques conseils concernant les éléments à emporter (environ 2 kg suffisent !) :
- Un petit nécessaire de toilette
- Votre drap-sac
- Vêtements de rechange pour le lendemain (le strict nécessaire !) et vêtements/chaussures confortables pour la soirée.

Détails

MODALITÉS D'INSCRIPTION ET DE PAIEMENT

- Par courrier : formulaire à remplir ci-dessous.

- Par internet : http://www.altitude-montblanc.com/

- Par téléphone : +33 (0)4 50 79 09 16

Merci de préciser si vous souhaitez prendre une assurance annulation (4.2% du prix du voyage).

Nous vous faisons ensuite parvenir, par e-mail, une facture proforma (par couple) avec une demande d’arrhes de 30%, associée aux coordonnées de votre compte chez Altitude Mont-Blanc (rubrique "mon compte"). Vous pouvez faire votre règlement par CB, virement bancaire, chèque ou chèques vacances. Vous recevez ensuite une confirmation d’inscription. Le solde du séjour est à régler 1 mois avant le départ, sans rappel de notre part. A la suite de votre règlement, nous vous faisons parvenir votre dossier roadbook.

Les conditions de vente, annulation etc. sont disponibles sur notre site.

Nous restons à votre écoute pour toute information.

Formulaire d'inscription par courrier postal

NOM:

PRENOM:

Date de naissance:

Adresse:

Téléphone:

Téléphone mobile:

Email:

SEJOUR DEMANDE:

Nombre de jours:

Assurance:

Prix du séjour: x 30% = d'arrhes

Fait à: LE

Signature:

à renvoyer avec vos arrhes à:
Altitude Mont-Blanc, 62 Passage du Nant Devant, 74110 Montriond, FRANCE