

LA VANOISE DE COLS EN LACS

6 jours au cœur du premier Parc Naturel de France



Premier du genre en France, le Parc National de la Vanoise, créé en 1963, est un immense territoire où tout est préservé : faune, flore et monde minéral. Situé entre Maurienne et Tarentaise, ses limites rejoignent celles du Grand Paradis en Italie voisine pour former la plus grande réserve naturelle d'Europe. Au centre du massif, la calotte glaciaire des Dômes de la Vanoise s'étend sur une vingtaine de kilomètres de longueur.

Ce parcours, au cœur du parc, emprunte la route des hauts cols qui relie Aussois, Pralognan et la Haute Maurienne. Des passages d'altitude dans un monde fragile et minéral, les vastes alpages de la Vanoise, les bâtisses en pierres sèches rythment cette belle itinérance.

🕒 6 jours

👤 Accompagné / guidé

🧳 Avec transport de bagages

🏠 Hébergement : Classique (dortoir)

🏔️ Niveau : ***

💰 A partir de : 720€

Vous allez aimer

- Le territoire sauvage et préservé du premier parc national de France
- Un itinéraire longeant les glaciers des Dômes de la Vanoise par les hauts cols
- La variété des paysages entre Maurienne et Tarentaise
- Les étapes aux villages de Pralognan et de Bonneval-sur-Arc
- Les hébergements en gîtes, refuges et hôtels conviviaux

Le parcours

Jour 1

RDV à 14h15 à l'office du tourisme d'Aussois (ou à la gare SNCF de Modane à 14h). Prévoyez d'avoir déjà déjeuné.

AUSOIS - LAC DU PLAN D'AMONT

Après une traversée du village, montée par le hameau des Côtes et par les lacs d'Aval et d'Amont jusqu'au refuge de Plan Sec. Nuit en refuge.

3h00 de marche / Dénivelé : +850 m

Jour 2

COL D'AUSOIS - PRALOGNAN LA VANOISE

Départ par la Chapelle Notre Dame des Anges. Montée au col d'Aussois (2914m), avec en toile de fond le Dôme de la Vanoise, la Dent Parrachée ainsi que le Mont-Blanc au loin. Au col, détour possible à la pointe de l'Observatoire à 3015m. Descente par le vallon de Ritor jusqu'aux Prioux, puis petit transfert pour rejoindre Pralognan, capitale de la randonnée. Nuit en refuge.

6h30 de marche / Dénivelé : +750 m -1300 m

Jour 3

COL DE LA VANOISE - ENTRE DEUX EAUX ou PLAN DU LAC

Petit transfert jusqu'aux Fontanettes. Montée au col de la Vanoise (2517m). Vues imprenables sur l'aiguille de la Vanoise et la Grande Casse (3855m), point culminant du massif. Passage au lac des Vaches et son célèbre gué, suivi des lacs Long et Rond pour rejoindre le vallon de la Leisse et le refuge Entre Deux Eaux ou Plan du Lac. Vue sur les Dômes de la Vanoise. Nuit en refuge.

5h30 de marche / Dénivelé : +1250 m -500 m

Jour 4

LAC DE LA ROCHEURE - FOND DES FOURS

Départ pour le vallon de la Rocheure, que l'on remonte jusqu'au lac et col, à 2900m d'altitude. Traversée du haut plateau glaciaire de Méan Martin, désertique et sauvage, pour rejoindre au pied de la face nord, le refuge du Fond des Fours. Nuit en refuge (*Sans les bagages).

5h00 de marche / Dénivelé : +750 m -450 m

Jour 5

COL DES FOURS - BONNEVAL SUR ARC

Montée au col des Fours (2976 m), puis descente au Pont de la Neige, sous le col de l'Iseran. Le sentier traverse ensuite les alpages pour rejoindre le très beau village de Bonneval-sur-Arc. Nuit en hôtel ou auberge.

5h30 de marche / Dénivelé : +500 m -1200 m

Jour 6

BALCON DE LA MAURIENNE - VALLON DES EVETTES

En fonction du groupe et de la météo, traversée en balcon de la vallée de la Haute Maurienne, face au sommet de l'Albaron (3637 m) ou montée dans le Vallon des Evettes en passant par le joli village de l'Ecot (village classé).

4h30 de marche / Dénivelé : +600 m -700 m

En fin de randonnée, transfert en taxi à Aussois ou Modane pour 15h30.

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.

Séjour également disponible à la carte, consultez- nous...

Le voyage

NIVEAU ***

Dénivelé : +/- 900 m en moyenne par jour.

Temps de marche : 5 à 7 heures par jour.

Type de randonnée : itinéraire de montagne ne présentant pas de difficulté technique particulière.

ENCADREMENT

Nombre de participants compris entre 6 et 14 personnes encadrés par un professionnel diplômé (accompagnateur en montagne).

HÉBERGEMENT

CLASSIQUE : 4 nuits en dortoir en refuge. 1 nuit en hôtel ou auberge en chambre multiple.

Douches chaudes dans les hébergements chaque soir sauf au refuge du Fond des Fours.

VOTRE SAC À DOS POUR LA NUIT SANS BAGAGE

Pour la nuit où vous n'avez pas votre bagage à l'hébergement (vous le retrouvez la nuit suivante), voici quelques conseils concernant les éléments à rajouter à votre sac à dos (environ 2 kg suffisent !):

- un petit nécessaire de toilette
- votre drap-sac
- vêtements de rechange (le strict nécessaire !)

LES REPAS

Les petits déjeuners et dîners sont servis dans les hébergements.

Pour le midi, votre accompagnateur vous aura soigneusement préparé un pique-nique généralement composé de salades variées et de produits régionaux (sauf J1).

Nous faisons de notre mieux pour prendre en compte les régimes particuliers (sans gluten, végétariens etc.). Nous vous encourageons cependant à prévoir quelques produits complémentaires pour vos propres pique-niques.

CARTOGRAPHIE

Cartes IGN 1:25000 : Les Arcs 3532ET, Tignes-Val d'Isère 3633ET, Les Trois Vallées 3534OT.

Infos pratiques

ACCÈS AU POINT DE DÉPART

**RDV Dimanche à 14h15 devant l'office du tourisme à Aussois (ou à la gare SNCF de Modane à 14h).
Prévoyez d'avoir déjà déjeuné.**

EN TRAIN

Horaires 2019 pour info.

Aller : départ de Paris-Gare de Lyon à 6h27 ou 7h53, arrivée à Modane à 10h50 ou 13h56.

Retour : Départ Modane à 17h50 ou 18h04 arrivée à Paris-Gare de Lyon à 22h14 ou 00h11.

Les horaires donnés le sont à titre indicatif et doivent être vérifiés impérativement auprès de la SNCF.

<https://www.oui.sncf/>

EN VOITURE

Autoroute A6 jusqu'à Lyon, puis A43 direction Chambéry et Modane. A Modane, direction Aussois par la D215.

Grand parking gratuit à côté de l'office du tourisme.

EN COVOITURAGE

Quelques sites de mise en relation entre conducteurs et passagers pour partager des trajets: <https://covoiturage-libre.fr/>

<https://www.laroueverte.com/> <https://www.roulezmalin.com/> <https://www.blablacar.fr/>.

En fin de randonnée, transfert en taxi à Aussois ou Modane pour 15h30.

HÉBERGEMENT AVANT ET APRES LE SÉJOUR

Office du Tourisme d'Aussois : +33 (0)4 79 20 30 80

www.aussois.com

ASSURANCE

Conformément à la réglementation, nous sommes assurés en Responsabilité Civile Professionnelle. En aucun cas nous ne pouvons nous substituer à votre Responsabilité Civile Personnelle. Si vous avez choisi l'assurance assistance rapatriement EUROP ASSISTANCE que nous proposons, Altitude Mont Blanc sert seulement d'interface entre le client et l'assureur. Nous ne pouvons influencer sur l'une ou l'autre des parties. Nous nous en tenons aux conditions strictes de vente. Vous êtes responsables du respect des procédures de déclaration de tout sinistre.

Avant de prendre toute décision, contactez EUROP ASSISTANCE.

POUR 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

LE PRIX

Comprend :

- Les frais d'organisation et l'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé ;
- Les repas en pension complète du dîner du J1 au pique nique du J6 , les encas ;
- Les nuits en refuge, gîte ou hôtel, les éventuels jetons douches dans les refuges et les taxes de séjour ;
- Le transport de vos effets personnels chaque jour (sauf nuit 4) et les transferts routiers.

Ne comprend pas :

- Les dépenses à caractère personnel (boissons, etc.) ;
- Le déjeuner du J1 ;
- Le transport des bagages du jour 4 ;
- L'assurance assistance annulation (4.2% du montant du voyage) ;
- Les taxes d'aéroport et autres exclusions clairement et dûment décrites sur la fiche technique correspondante.

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

Équipement et bagages

ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

Vêtements

- Pantalons de randonnée
- Short (1 maillot de bain au cas où)
- Tee-shirts "respirant" 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
- 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
- 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 30 à 40 litres pour vos effets de la journée (un vêtement chaud, une cape de pluie, une gourde, boîte et couverts pour le pique-nique, protection solaire et papiers d'identité) et un peu de place pour transporter un pique-nique et des encas.

TRANSPORT DE BAGAGES

Votre bagage est acheminé par un véhicule logistique d'étape en étape. Vos affaires de rechange doivent être regroupés en **1 seul sac souple ne dépassant pas 12kg** ! Nous insistons particulièrement sur la taille et le poids de votre bagage transporté durant votre circuit, celui-ci est manipulé chaque jour par un chauffeur à plusieurs reprises (Merci de penser à leur dos !) pour être acheminé dans des refuges dont l'accès n'est pas toujours simple.

Utilisez un bagage par personne, car regrouper les affaires de deux personnes en un seul contenant aboutit généralement à un poids excessif. Mieux vaut deux sacs de 10kg qu'un seul de 20 !

Attention, les bagages trop lourds ou trop volumineux ne seront pas pris en charge par les chauffeurs !

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.

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

Nous restons à votre écoute pour toute information.

