

TOUR DES GLACIERS DE LA VANOISE Liberté Confort

Notre circuit phare, au cœur du premier parc national de France...
en chambre !



Entre les hautes vallées de Maurienne et de Tarentaise, le massif de La Vanoise est un condensé de toute la richesse des Alpes : carrefour géologique, conditions climatiques protégées et altitudes qui s'échelonnent jusqu'aux 3855m de La Grande Casse permettent une magnifique diversité de paysages, de fleurs et la présence remarquable de toute la faune alpine, en limite avec la « Haute Montagne ».

Voici notre Tour des Glaciers revisité, avec un hébergement en chambre et des étapes renouvelées. Un circuit pour une immersion privilégiée dans cette montagne d'exception !

🕒 6 jours

👤 Liberté / sans guide

🧳 Sans transport de bagages

🏠 Hébergement : Confort (chambre)

🏔️ Niveau : ***

💰 A partir de : 480€

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
- Le passage au village typique de Pralognan-la-Vanoise
- Les hébergements en refuges et hôtel conviviaux, en chambre.

Le parcours

Jour 1

TERMIGNON - AUBERGE DE 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 lesquelles se reflètent les sommets enneigés, chalets de pierre et quelques Tarines pour le fond sonore ! Installation pour deux nuits en refuge (2350m), en chambre.

5h de marche / Dénivelé : +1100 m -100 m

Jour 2

REFUGE DU PLAN DU LAC - LES AIGUILLES DE LANSERLIA

Depuis le refuge, départ pour une randonnée en boucle autour des Aiguilles de Lanserlia, un parcours qui vous plongera dans l'ambiance la plus secrète de la Vanoise. Avec en option, depuis le lac de Lanserlia (2700m), le tour du plateau sauvage du Turc. Retour au refuge, nuit en chambre.

3h30 de marche / Dénivelé : +480 m -480 m

5h30 de marche / Dénivelé : +830 m -830 m par le plateau du Turc

Jour 3

COL DE LA VANOISE - PRALOGNAN LA VANOISE

Traversée du vallon de la Leisse et montée au col de la Vanoise (2517m) entre la Grande Casse, le point culminant du massif (3855m) et les glaciers de la Vanoise. Descente vers le village de Pralognan-la-Vanoise en passant par le lac Long et le célèbre gué du lac des Vaches. Installation pour deux nuits à Pralognan, en hôtel, en chambre.

5h30 de marche / Dénivelé : +500 m -1350 m

Jour 4

LES CRÊTES DU MONT CHARVET (2362m) – PRALOGNAN LA VANOISE

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 options pour cette journée. Retour à Pralognan pour une seconde nuit à l'hôtel, en chambre.

6h30 de marche / Dénivelé : 1000 m -1000 m

Jour 5

COL D'AUSSOIS – REFUGE LE MONTANA OU REFUGE DE PLAN-SEC

Le tour des Glaciers se poursuit avec l'ascension du col d'Aussois. Après un démarrage tranquille dans le vallon de Chavière et une petite pause gourmande à l'alpage de Ritor...le chemin grimpe dans une ambiance de plus en plus minérale jusqu'aux 2914m du col ! Descente dans une large combe vallonnée qui nous ramène paisiblement sur la vallée de la Maurienne, les barrages de Plan d'Amont et Plan d'Aval et les hauteurs d'Aussois. Nuit en refuge, en chambre.

6h30 de marche / Dénivelé : +1215 m -960 m

Jour 6

SENTIER BALCON DU GENEPEY – 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.

5h de marche / Dénivelé + 450 m -1350 m

Fin de la randonnée à Termignon vers 14h30.

Le voyage

NIVEAU ***

Dénivelé : +/- 450m à 1350m

Temps de marche : 4h à 6h30 par jour

Type de randonnée : itinéraire de montagne ne présentant pas de difficulté technique particulière. Quelques variantes proposées avec des passages plus escarpés nécessitant un pied sûr.

ROAD BOOK

Avant le départ, nous vous remettons un dossier de voyage contenant :

- 2 Cartes IGN TOP 25 avec le tracé de l'itinéraire
- 1 road-book comprenant tous les renseignements nécessaires pour la randonnée
- 1 porte carte
- La liste des hébergements

TRANSPORT DE BAGAGES

Deux formules :

Sans transport de bagages : la totalité de vos bagages est portée par vos soins. **Avec transport de bagages** : vos bagages sont acheminés chaque jour à votre hébergement par un véhicule logistique.

HÉBERGEMENT

CONFORT :

2 nuits en refuge en chambre de 4 personnes,

2 nuits en hôtel en chambre de 2 personnes,

1 nuit en refuge en chambre de 2 personnes.

Prévoir un sac de couchage + une taie d'oreiller pour les 2 premières nuits

Tous les hébergements sont équipés de douches chaudes.

Les hébergements qui nous accueillent les premiers et dernier jours de ce circuit offrent le confort de chambres de 2 personnes, très récentes, qui permettent d'avoir plus d'intimité que dans un dortoir, avec les sanitaires qui sont à partager.

Ce sont des refuges de montagne et non des hôtels d'altitude. Ancien chalet d'alpage pour l'un et refuge du Parc de la Vanoise pour l'autre, ils compensent une certaine rusticité par un cadre authentique et un accueil chaleureux !

LES REPAS

Les petits déjeuners et dîners sont prévus dans chaque hébergement.

Les pique-niques sont non compris et peuvent être commandés la veille dans chaque hébergement. Possibilité de vous ravitailler dans les commerces à Pralognan les jours 3 et 4.

CONDITION PHYSIQUE

Etre capable de faire aisément 20km de marche (en plaine) en 4 heures maximum.

Si ce n'est pas le cas, dans un délai de trois semaines avant le départ, à raison de 2 à 3 fois par semaine, nous vous conseillons d'entreprendre un bon entraînement : 4 à 5 km de jogging ou 3 à 4 heures de randonnée ou de vélo. Votre préparation physique facilitera votre séjour et vous permettra de l'apprécier d'autant plus.

Infos pratiques

ACCÈS AU POINT DE DÉPART

Début de la randonnée à Termignon.

EN TRAIN

Aller

La veille : départ de Paris Gare de Lyon à 10h57, arrivée à Modane à 16h10
Puis bus de Modane à Termignon, départ à 16h50 arrivée à 17h20

Retour

Bus de Termignon à Modane, départ à 14h50, arrivée à 15h20
Puis train : départ de Modane à 15h52, arrivée Paris Gare de Lyon à 21h02

Tous les horaires de train doivent être vérifiés auprès de la Sncf : [https://www.oui.sncf/
http://www.mobisavoie.fr/8495-horaires-ete-2018.htm](https://www.oui.sncf/http://www.mobisavoie.fr/8495-horaires-ete-2018.htm)

EN VOITURE

Autoroute jusque 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
<http://www.maurienne-tourisme.com/stationvillage/termignon/>

Hôtel** La Turra : +33 (0)4 79 20 51 36
<http://www.hotellaturra.com/>

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

DÉPARTS ET PRIX

Départs du 19 juin au 20 septembre 2021, circuit confort 6 nuits.

Sans transport de bagages.

Pour 2 personnes minimum : **480€** par personne

Avec transport de bagages :

Pour 2 ou 3 personnes : **935€** par personne

Pour 4 ou 5 personnes : **710€** par personne

Pour 6 personnes et plus : **625€** par personne

Option personne seule : nous contacter

LE PRIX

Comprend :

- Les demi-pension du dîner du premier jour au petit-déjeuner du dernier jour ;
- L'hébergement en refuges et hôtel, en chambre de 2 personnes ;
- Le road book : descriptif et cartes IGN (1 dossier road book complet pour 1 à 4 personnes, dossier complémentaire à partir de 5 personnes. Dossier supplémentaire : supplément de 10 à 25€) ;
- Le transport quotidien des bagages entre les hébergements, si vous avez choisi cette option ;
- Les frais d'organisation et les taxes de séjour.

Ne comprend pas :

- Les pique-niques du midi ;
- Les dépenses à caractère personnel (les boissons, les visites...) ;
- 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.

Équipement et bagages

Équipement spécial 2021

- > Sac de couchage
- > Chaussons d'intérieur
- > Masques
- > Gel hydroalcoolique personnel

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 (3.8% 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.

