

Tour du THABOR

Au pays du Thabor et des Cerces



La Vallée de la Clarée, Névache, Le Mont Thabor, le Massif des Cerces... Des noms évocateurs d'un pays oublié de l'industrie du ski. Des larges vallées de montagne au climat quasi méditerranéen, des sommets abrupts et des lacs émeraude, des troupeaux de brebis et des soupe aux herbes sauvages... Comme un petit coin de paradis blotti entre France et Italie.

Ce circuit l'aborde avec ampleur, jouant à saute-vallée entre Maurienne, Clarée et Guisane, offrant les panoramas les plus variés, jusqu'à la Vanoise et aux Ecrins voisins. Il fait la part belle à la découverte des traditions de ce pays, joyau en mutation douce vers un tourisme serein.

🕒 7 jours

👤 Accompagné / guidé

🧳 Avec transport de bagages

🏠 Hébergement : Classique (dortoir)

🔪 Niveau : ***

💰 A partir de : 770€

Vous allez aimer

- Un itinéraire varié qui alterne grands cols, passages sauvages et douces vallées
- L'ascension possible du Thabor
- Un circuit itinérant qui ne sacrifie en rien au confort (portage des bagages sauf nuit 1)
- La polenta des Rois Mages et les 350 sourires de Névache !

Le parcours

Jour 1

VALMEINIER - COL DES MARCHES

Départ de Valmeinier, 1850m. Montée au col des Marches (2725m), descente sur le lac de Bissorte. Nuit au refuge des Marches, sans bagages.

5h00 de marche / Dénivelé: + 900 m - 520 m

Jour 2

COL DES SARRASINS – LE LAVOIR

En route pour le col des Sarrasins (2844m), puis descente sauvage sur le Lavoir. Nuit en gîte d'étape.

5h00 de marche / Dénivelé +650 m – 950 m

Jour 3

TRAVERSEE DU MONT THABOR – VALLEE ETROITE

Col de la Vallée Etroite (2434m), puis col des Méandres (2727m) sous le Mont Thabor. L'ascension du Thabor (3181m) et une visite à la chapelle de Notre-Dame-des-Sept-Douleurs (!) est possible pour les volontaires. Descente dans la Vallée Etroite par le plan du dîner ! Nuit au refuge des Rois Mages.

5h30 de marche / Dénivelé + 850m -950m

7h30 de marche / Dénivelé +1300m -1400m pour l'ascension du Thabor

Jour 4

COL DU VALLON - NEVACHE

Montée au col de Vallon (2645m) et traversée du plateau de Saume Longue et descente par les alpages. Ou bien une journée facile pour arriver tôt à Nevache : montée au col des Thuers (2194m) puis descente sur le bourg de Nevache.

Visite du village et de ses multiples chapelles.

4h00 de marche / Dénivelé: + 450 m -600 m (col des Thuers)

6h30 de marche / Dénivelé : +900m -1050m (col du Vallon)

Jour 5

COL DU CHARDONNET – ALPE DU LAUZET

Petit transfert dans la vallée de la Clarée. Montée au refuge puis au col du Chardonnet (2638m) par les larges alpages et les lacs de la mine. Panorama sur le Massif des Ecrins. Descente dans la vallée de la Guisane, jusqu'au gîte d'étape de Daniel, à L'alpe du Lauzet, sans les bagages.

5h30 de marche / Dénivelé : + 800m - 750m

Jour 6

LES CERCES – COL DE LA PONSONNIERE

Traversée du massif des Cerces. Montée par le GR, puis hors sentier, vers le col et le lac des Béraudes pour voir les bouquetins. Descente sur le refuge des Drayères, pour une dernière nuit dans la Haute Vallée de la Clarée.

6h30 de marche / Dénivelé: + 1050m - 600m

Jour 7

COL DES ROCHILLES - VALMEINIER

Montée au col des Rochilles (2450m), entre prairies humides et lacs émeraude. Virage à droite en direction du pas des Griffes (2554m), pour regagner les alpages de Valmeinier, terme de notre randonnée.

5h30 de marche / Dénivelé: +720m - 1100m

Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction; des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement.

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 : 6 nuits en dortoir, en refuge ou en gîte d'étape.

VOTRE SAC À DOS POUR LES NUITS 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.

CARTOGRAPHIE

IGN Top 25 -3535 OT Névache – Mont Tabor

Infos pratiques

ACCÈS AU POINT DE DÉPART

Rdv à 10h00 devant l'office du tourisme de Valmeinier (9h30 à la gare SNCF de St Michel de Maurienne.)

En fin de randonnée vers 15h30 à Valmeinier, 16h00 à la gare SNCF de St Michel de Maurienne.

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

Séjour possible pour votre groupe constitué à partir de **770 euros par personne** (pour un groupe de 10 personnes)

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
- Le transport de vos effets personnels chaque jour (sauf jour 1 et jour 5) et les transferts en bus.

Ne comprend pas :

- Les dépenses à caractère personnel (boissons, etc.) ;
- Les visites ;
- Le transport des bagages du jour 1 et jour 5 ;
- 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.

