FICHE TECHNIQUE

LE GRAND TOUR DE LA VANOISE 9J en Liberté

Au cœur du premier parc national de France

Référence · 300

Document généré le 05/10/2026

DURÉE	FORMULE	BAGAGES
9 jours	**Liberté / sans guide**	**Avec transport de bagages**

HÉBERGEMENT	NIVEAU	À PARTIR DE
Classique (dortoir)	**3/4 ★★★☆**	**845 €**

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. Entre Maurienne et Tarentaise, il rejoint également le Parc du Grand Paradis, premier parc naturel d'Italie. A eux deux, ces parcs délimitent la plus grande réserve naturelle d'Europe ! 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, en passant également au pied de la Grande Casse, le plus haut sommet du massif culminant à 3855 m. C'est en 1860 qu'un riche Anglais employa un bûcheron local pour tailler plus de 800 marches dans la glace et accéder ainsi pour la première fois à son sommet. Traversant des paysages majeurs des Alpes, ce séjour propose de profiter un peu plus longtemps du massif en partant à l'assaut du col du Souffre et du glacier de Gébroulaz à l'ouest. Un peu plus d'une semaine de trek, sans aucun transfert et certaines nuits dans de petits refuges d'altitude garantissent une immersion totale !

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 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

L'itinéraire jour après jour

JOUR 1

TERMIGNON - REFUGE 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 aux eaux turquoises dans lesquels se reflètent les sommets enneigés, chalets de pierres et quelques Tarines pour le fond sonore ! Installation pour deux nuits en refuge.

5h de marche / Dénivelé : +1300m / -200m / 11km

JOUR 2

REFUGE DE BELLECOMBE - LES AIGUILLES DE LANSERLIA

Randonnée jusqu'au lac de Lanserlia, un petit parcours qui vous plongera dans l'ambiance la plus secrète de la Vanoise. Possibilité de rallonger la randonnée en prolongeant jusqu'au superbe plateau sauvage du Turc, puis redescente par le vallon de la Rocheure. Nuit en refuge.

5h de marche / Dénivelé : +/ -850m / 15km (avec l'ascension de la Pointe de Lanserlia)

7h de marche / Dénivelé : +960m / -960m (par le plateau du Turc)

JOUR 3

COL DE LA VANOISE - PRALOGNAN

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 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.

7h30 de marche / Dénivelé : +600m -1500 m / 20km

JOUR 4

LES CRÊTES DU MONT CHARVET – 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 : 1050 m -1050 m / 14km

JOUR 5

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. Nuit au refuge, sans les bagages.

7h de marche/ Dénivelé : +1400 m ; -700 m / 15km

JOUR 6

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 7

LE SENTIER DÉCOUVERTE DU BARBIER - REFUGE DU MONTANA

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. Itinéraire un peu plus alpin possible, par le col de la Masse à 2923 m. Nuit au refuge du Montana.

5h00 de marche / Dénivelé : +1000 m -700 m / 14km

5h30 de marche / Dénivelé : +1200 m -950 m / 12km (par le col de la Masse)

JOUR 8

SENTIER BALCON DU GENEPY - REFUGE DE L'ARPONT

Le parcours se poursuit 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 pour rejoindre le refuge éponyme. Nuit en refuge en dortoir sans les bagages.

6h de marche / Dénivelé : +750 m -750 m / 16km

JOUR 9

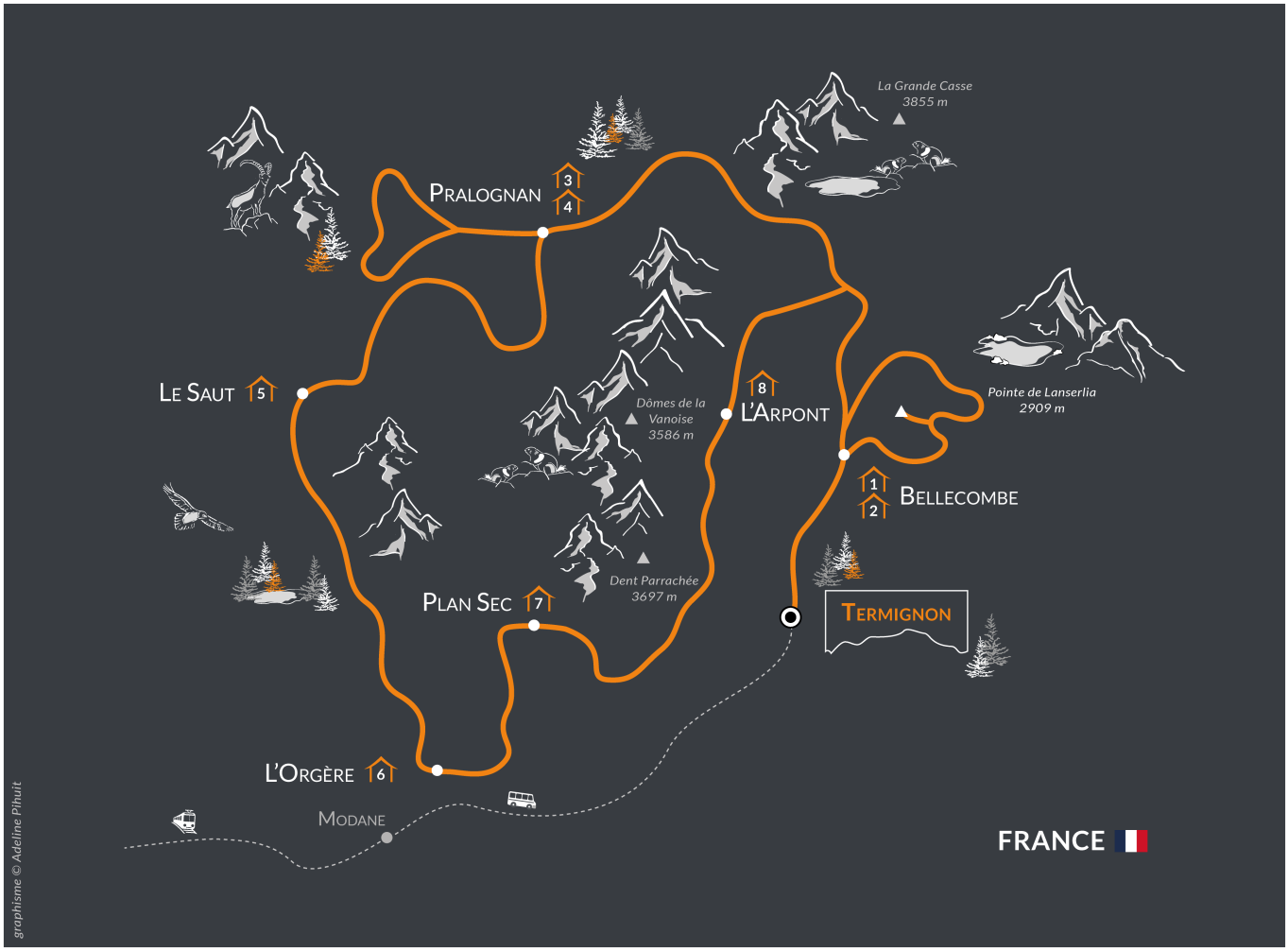
DESCENTE VERS TERMIGNON

Descente directement sur Termignon depuis l'Arpont en revenant sur ses pas de la veille puis via les alpages du Mont. 2h30 de marche / Dénivelé : -1000m

Fin de la randonnée à Termignon. En juillet et août, possibilité de réaliser une longue boucle par les lacs de Lozières puis une redescente vers le refuge du Plan du Lac et le parking de Bellecombe. Il faut alors prendre le bus pour la dernière descente à Termignon.

5h30 de marche / Dénivelé : +740 -730m

Fin de la randonnée à l'auberge de Bellecombe, retour à Termignon en navette.



Dates & tarifs

DÉPARTS ET PRIX

Départ au choix du 20 juin au 03 septembre 2027

Sans transport de bagages
845€ par personne, hébergement classique.
Supplément départ personne seule (sans transport des bagages) : +100€

Avec transport des bagages (sauf nuits 5 et 8) sur demande seulement :
2 à 6 personnes : 1020€/ pers. hébergement classique

Option confort (jusqu'à 5 nuits en chambre de 2 pers. sous réserve de disponibilité) : +90€ par personne, réservation par 2 pers. mini.

Information et réservation par téléphone ou mail.

LE PRIX

Comprend :

- Les demi-pensions du dîner du 1er jour au petit-déjeuner du dernier jour ;
- 1 dossier road book papier pour un groupe de 1 à 4 pers. et la version numérique à télécharger pour chaque participant ; road book papier supplémentaire sur demande.
- Le transport des bagages entre les hébergements, sauf nuits 3, 5 et 8, si vous avez choisi l'option ;
- Les taxes de séjour ;
- Les frais d'organisation et de réservation.

Ne comprend pas :

- Les pique-niques du midi ;
- Les éventuels jetons douche, les boissons, les visites ;
- Le transfert retour à Termignon en bus le J9 (environ 6€/pers.) ou en taxi en basse saison (juin et sept.) ;
- L'encadrement (vous êtes garant de votre sécurité) ;
- Le voyage depuis votre domicile jusqu'au lieu d'accueil et retour ;
- L'assurance assistance annulation.

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

Le voyage

NIVEAU ***

Dénivelé : +/- 250m à 1350 m en moyenne par jour
Temps de marche : 5 à 6 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.

Le roadbook fournit les informations nécessaires pour effectuer votre randonnée. Il reste cependant indispensable de savoir maîtriser la lecture de carte au 1:25'000 et d'être suffisamment autonome en montagne pour pouvoir aborder l'itinéraire sereinement, quelle que soit la météo (brouillard, neige,...). L'encadrement par un professionnel n'est pas inclus dans le forfait liberté.
Vous risquez de traverser des zones blanches, sans réseau téléphonique. Pour votre sécurité, vous pouvez vous munir d'une radio ou d'un téléphone de dernière génération permettant de communiquer via un satellite.

Attention : jusqu'à fin juin, des névés seront encore présents sur le parcours, notamment sur les versants nord. Chaussures montantes de montagne, guêtres et bâtons de marche sont indispensables. Soyez prêt !

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.

BALISAGE DE LA RANDONNÉE

Le circuit est balisé par un fléchage jaune et un marquage régulier au sol. Les sentiers sont identifiés par numérotation. Il est préférable de maîtriser la lecture de carte IGN au 1/25000.

TRANSPORT DE BAGAGES

Deux formules proposées :
sans transport de bagages : la totalité de vos bagages est portée par vos soins.
avec transport de bagages : vos bagages sont acheminés à votre hébergement par un véhicule logistique sauf les nuits 3, 5 et 8.

HÉBERGEMENT

CLASSIQUE

6 nuits en dortoir (refuge) et 2 nuits en chambre de 2 à 4 personnes, selon nombre de participants (refuge et petit hôtel de montagne).

CONFORT

Jusqu'à 5 nuits en chambre de 2 à 4 personnes, selon le nombre de participants, en hôtel, gîte et refuge et 3 nuits en refuge dortoir.

Douches chaudes dans tous les hébergements; 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. Les pique-niques sont non compris et peuvent être commandés la veille dans chaque hébergement.

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.

CARTOGRAPHIE

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

Infos pratiques

ACCÈS AU POINT DE DÉPART

Début de la randonnée à Termignon.

EN TRAIN

Aller: Départ de Paris à Modane. Puis bus de Modane à Termignon.

Retour: Bus de Termignon à Modane. Train de Modane à Paris

Bus Modane > Termignon : Altibus

Tous les horaires de train doivent être vérifiés sur le site de la SNCF.

EN VOITURE

Autoroute jusque Modane puis suivre Termignon. Grand parking gratuit à Termignon au pied des pistes.

EN COVOITURAGE

Quelques sites de mise en relation entre conducteurs et passagers pour partager des trajets: laroueverte, blablacar

Fin de la randonnée à Termignon pour récupérer vos bagages.

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

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 influer 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.

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**

Équipement 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
- Doudoune légère
- 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 (0,4 ~ 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 d'étape en étape, sauf les jours 3, 5 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 3, 5 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

Nous vous faisons ensuite parvenir, par e-mail, une facture proforma (par couple) avec une demande d’arrhes de 35%, 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

Complétez ce formulaire et renvoyez-le avec vos arrhes.

Nom	
Prénom	
Date de naissance	
Adresse	
Téléphone	
Téléphone mobile	
Email	
Séjour demandé	**LE GRAND TOUR DE LA VANOISE 9J en Liberté**
Nombre de jours	**9**
Assurance	
Prix du séjour	**845 €**
Arrhes estimatives (30%)	**253,50 €**
Fait à	
Le	
Signature	

A renvoyer avec vos arrhes à

Altitude Montblanc, 62 Passage du Nant Devant, 74110 Montriond

+33 (0)4 50 79 09 16 · info@altitude-montblanc.com