

Les balcons de Haute Maurienne Vanoise

5 jours de randonnée à pied (en étoile), nuitées en chambre d'hôtes

Dans le cadre magique des montagnes de Haute Maurienne Vanoise, savourez un séjour de randonnée d'exception. Par des sentiers en balcon, nous accéderons à des lacs et à des panoramas imprenables. Une découverte de la vie en alpage au cœur de l'estive. En prime, une nature généreuse peuplée de bouquetins, de chamois et de marmottes. Sur les pentes prospèrent le mélèze, le pin cembro et foisonnent des quantités de fleurs aux couleurs éclatantes comme l'orchis vanille, l'edelweiss. Au gré des randonnées, une multitude d'ambiances, un partage de passions, un regard sur les traditions... pour vous offrir des souvenirs de Vanoise inoubliables !

DESCRIPTION DES RANDONNÉES

Randonnée jour 1 : Pointe de Lanserlia (2909 m)

TERMIGNON LA VANOISE

Par un itinéraire à l'écart des sentiers les plus fréquentés, montée au Col, aux Lacs et à la Pointe de Lanserlia. Retour par le vaste replat du Plan du Lac où est implanté un refuge. Un face à face avec l'impressionnante calotte glaciaire de la Vanoise et avec la Grande Casse, point culminant du massif. Une boucle dans une ambiance « haute montagne » au sein du Parc National de la Vanoise.

Dénivelé : montée 650 m, descente 650 m horaire de marche ≈ 4 h

Randonnée jour 2 : Trou de la Lune (2640 m)

AUSSOIS

Départ en altitude depuis un parking accessible en véhicule (ou montée en télésiège encore plus haut pour limiter le dénivelé). Nous contournons un parc à brebis pour rejoindre un sentier balcon qui grimpe en douceur vers la Turra. Au-delà, la pente couverte d'edelweiss permet d'atteindre le spectaculaire Trou de la Lune où les bouquetins sont parfois présents. Le site surplombe la vallée de l'Arc. Retour à Aussois par les Balmes puis en longeant un étonnant petit canal.

Dénivelé : montée 570 / 720 m, descente 1230 m horaire* ≈ 5 h 15 / 5 h 45 (*selon lieu de départ)*

Randonnée jour 3 : Lac de l'Arcelle (2295 m)

VAL CENIS - BESSANS

Par le chemin du Petit Bonheur, en bordure de l'Arc, nous rejoignons une des célèbres pierres cupulaires de Haute Maurienne. Un passage aménagé permet de poursuivre au-delà de la forêt subalpine et de se retrouver en balcon. Les pentes dominent la station de Val Cenis avec en prime un panorama superbe sur la vallée et la Vanoise. Dans un écrin de verdure, vous découvrirez le petit lac de l'Arcelle et ses pierres gravées aux alentours. Sur le parcours, le lis martagon ravira les amateurs de flore.

Dénivelé : montée 640 m, descente 640 m horaire de marche ≈ 5 h 30

Randonnée jour 4 : Alpage de Montbas (2070 m)

BRAMANS

Nous voilà rive gauche de l'Arc, riche de coins sauvages et délaissés. Direction l'église de St-Pierre d'Extravache, un petit joyau de l'art roman. Après une montée en forêt de mélèzes, nous atteignons le vallon suspendu de Bramanette où se niche un charmant refuge face aux plus hauts sommets de Savoie. Nous empruntons un sentier balcon en forêt offrant un vaste panorama au gré des éclaircies.

Aux chalets de Montbas résonnent les cloches des tarines. Un arrêt prolongé permet de partager la vie d'une famille en alpage : gestion de l'herbe, traite, fabrication de fromage... Un brin d'authenticité. **Déjeuner savoyard** avec fromage de l'alpage avant la descente par la forêt de Montbas.

Dénivelé : montée 610 m, descente 610 m horaire de marche ≈ 4 h 30

Randonnée jour 5 : Refuge du Carro (2759 m)

BONNEVAL-SUR-ARC

Nous démarrons du hameau de l'Écot, entièrement classé, au charme irrésistible. Le sentier s'élève rapidement puis on chemine en balcon en profitant d'une vue exceptionnelle sur les glaciers qui verrouillent la frontière franco-italienne. Un océan de verdure devant une mer de glace. Nous passons à côté du discret Lac du Pys et continuons jusqu'au Refuge du Carro pour admirer deux autres lacs. Plus bas, vous contemplerez une cascade spectaculaire débouchant d'un canyon.

NB : un départ plus en altitude est possible ce qui ramène le dénivelé positif à 570 m et le temps de marche à 6 h.

Dénivelé : montée 930 / 570 m, descente 930 m horaire* ≈ 6 h 30 / 6 h (*selon lieu de départ)*

Observation : itinéraires de randonnées et horaires de marche fournis à titre indicatif. Le programme peut être modifié suivant la météo, l'état du terrain, le niveau du groupe, les conditions locales particulières... Ces modifications (chronologie des randonnées, itinéraire, destination des sorties...) sont uniquement faites dans votre intérêt. Votre accompagnateur s'adapte et s'efforce de rendre votre séjour agréable et convivial, ceci en toute sécurité.

DESCRIPTION DU SÉJOUR

DURÉE : 5 jours / 4 nuits.

DATES PROPOSÉES : du 5 au 9 juillet 2010
dates de votre choix (selon dispo.) pour les groupes ≥ 6 personnes.


PRIX PAR PERSONNE : 428 €

Prix incluant : l'encadrement, les demi-pensions en table et chambre d'hôtes, les pique-niques du midi, le déjeuner en alpage le jour 4, la taxe de séjour, les draps et les serviettes de toilette.

Prix n'incluant pas : les boissons et autres dépenses personnelles, le transport aller retour du domicile au lieu fixé pour le rendez-vous et la dispersion, les transferts allers retours au point de départ des randonnées, les assurances personnelles, le forfait des remontées mécaniques le jour 2 (choix éventuel).

En option : l'assurance (annulation et interruption de séjours, bagages) et l'assistance pour un montant correspondant à 2,85 % du prix du séjour.

CONSTITUTION DU GROUPE : de 6 à 12 participants maximum.

NIVEAU REQUIS :  marcheur moyen.

La découverte du milieu montagnard, sous ses aspects naturels et humains, est privilégiée.

Hervé ASTIER VERSANT NATURE Villa Les Génétys - Bois Barbu 38250 VILLARD DE LANS Tél. : 04 76 94 07 13 Portable : 06 87 17 95 94
contact@versantnature.com www.versantnature.com Établissement habilité tourisme par arrêté préfectoral : HA 038 08 0007 - Garantie financière :
Caisse d'Épargne Rhône-Alpes 42 bd Eugène Deruelle 69003 LYON - Assurance RCP : MMA/Cabinet Piquet-Gauthier BP 27 69921 OULLINS Cedex

ENCADREMENT : accompagnateur en montagne diplômé d'Etat.

HÉBERGEMENT ET RESTAURATION : nuitées en chambre d'hôtes, dans un chalet savoyard à l'ambiance pierres et bois (chambres de 2, de 3 ou de 4/5 places). Les dîners en table d'hôtes sont l'occasion de goûter aux spécialités locales. Les pique-niques sont accompagnés de vivres de course.

PORTAGE : sac à dos allégé, contenant uniquement vos affaires personnelles de la journée et votre pique-nique.

CARTOGRAPHIE : IGN Top 25, 3534 OT Les Trois Vallées - Modane.
IGN Top 25, 3633 ET Tignes, Val d'Isère - Haute Maurienne.
IGN Top 25, 3634 OT Val Cenis.

ÉQUIPEMENT PERSONNEL CONSEILLÉ

- un sac à dos confortable (35 à 40 l),
- des bâtons de marche (recommandé),
- des chaussures de randonnée à tige haute, imperméables, avec une bonne semelle,
- deux paires de chaussettes chaudes de randonnées,
- un pantalon de randonnée, confortable pour marcher (privilégier la matière synthétique qui sèche plus vite),
- un short ou un bermuda,
- des sous-vêtements (synthétiques de préférence),
- deux tee-shirts respirant,
- un sous pull ou une micro polaire à manches longues,
- un pull chaud ou une fourrure polaire,
- une veste imperméable et coupe-vent de type Gore-Tex avec un capuchon,
- une cape de pluie, une housse de pluie pour le sac à dos,
- du linge de rechange pour le soir (sous-vêtements, chaussettes, caleçon long/survêtement...),
- des chaussons légers,
- des gants, un bonnet, une casquette (ou un bob),
- des guêtres,
- une gourde (minimum 2 l) + 1 gobelet pour les pique-niques,
- des lunettes de soleil, de la crème solaire, un stick à lèvres,
- une trousse de toilette,
- une mini pharmacie (paracétamol, bande adhésive élastique de type élastoplaste, pansements pour les ampoules, pansements multi-usages, antiseptique, antalgique, arnica, vitamine C, boules Quies, médicaments personnels...),
- du papier hygiénique,
- pour les porteurs de lunettes de vue, une paire de rechange (ou des lentilles),
- un appareil photo.

Vous pouvez compléter cette liste et l'adapter selon votre propre résistance au froid. Prévoyez en fonction de vos besoins des vivres de course supplémentaires (fruits secs, biscuits énergétiques...).

ACCUEIL ET ACCÈS

RENDEZ-VOUS : le jour 1 à **9 h** devant la Maison de la Vanoise à Termignon la Vanoise.

FIN DE VOTRE SÉJOUR : le jour 5 en fin d'après-midi à Termignon la Vanoise.

ACCÈS :

Par le train : TGV Paris-Modane par liaison régulière en 4 h.

Correspondance par autocars avec les villages de H^{te} Maurienne : www.altibus.com, 0820 320 368.

Transporteur Transdev Savoie : www.transavoie.com, 04 79 05 01 32 / 0820 227 413.

Par la route : autoroute A43, sortie Modane, puis D1006 direction Termignon la Vanoise.

Si vous souhaitez arriver la veille ou prolonger votre séjour, n'hésitez pas à nous consulter.

RÉSERVATION

Inscription à plus de 30 jours du départ : envoyer par courrier votre bulletin d'inscription accompagné d'un chèque d'acompte de 30% du montant du séjour soit **128 € + l'assurance et assistance si l'option est souscrite (12,20 €)** **Merci de libeller votre chèque à l'ordre d'Hervé ASTIER.**

L'acompte est prélevé dès que le départ est assuré.

Le solde de **300 €** est à régler au plus tard 30 jours avant le début du séjour.

Inscription à moins de 30 jours du départ : envoyer par courrier votre bulletin d'inscription accompagné d'un chèque du montant total du séjour soit **428 € + l'assurance et assistance si l'option est souscrite (12,20 €)** **Merci de libeller votre chèque à l'ordre d'Hervé ASTIER.**

Le règlement par virement est possible (RIB communiqué sur demande).

Adresse : Hervé ASTIER VERSANT NATURE Villa Les Génétys - Bois Barbu 38250 VILLARD DE LANS.

ANNULATION ET ASSURANCES

Annulation de notre part de votre séjour : une autre destination vous est proposée ou vos versements vous sont remboursés. Aucune indemnité n'est versée.

Annulation de votre part : quelque en soit le motif, il est impératif de nous prévenir au plus tôt par courrier ou par mail. Voici les frais d'annulation :

- . A plus de 30 jours du début de votre séjour : 50 € de frais de dossier,
- . De 30 à 22 jours : 25% du prix du séjour est dû,
- . De 21 à 15 jours : 50%,
- . De 14 à 8 jours : 75%,
- . De 7 à 2 jours : 90%,
- . A moins de 2 jours : 100%.

Pour éviter ces frais, l'assurance « frais d'annulation et d'interruption de séjours » est vivement conseillée. Elle reste facultative et vous pouvez la refuser. Les garanties détaillées et les exclusions sont décrites sur la notice consultable en ligne ou disponible sur simple demande. La garantie de l'assuré prend effet dès son inscription au séjour.

L'assurance bagages et l'assistance sont incluses (voir notice).

Nous restons à votre service et vous souhaitons d'avance un AGRÉABLE SÉJOUR.