

Au cœur de la Vanoise

Traversée

5 jours de randonnée à pied (en itinérance), nuitées en refuges gardés

La Haute Maurienne Vanoise est au cœur des splendides paysages du Parc National de la Vanoise, lieu emblématique de la protection de la montagne depuis sa création en 1963. L'itinéraire de randonnée proposé, d'ouest en est, déploie des paysages de toute beauté. Couronné de glaciers et de « géants » des Alpes, parsemé de lacs d'altitude, entaillé de profondes vallées pastorales s'ouvrant sur des cols mythiques, c'est une terre privilégiée pour la faune et la flore avec une multitude d'espèces... l'émerveillement est total. En accordant nos pas au rythme d'une nature préservée, venez explorer le cœur de la Vanoise !

DESCRIPTION DES RANDONNÉES

Randonnée jour 1 : Termignon la Vanoise (1300 m) → Refuge de l'Arpont (2309 m)

Depuis Termignon, lové dans un méandre de l'Arc, nous nous dirigeons tranquillement au Pont du Chatelard à 2 km. La pente se fait alors plus raide. Nous profitons de l'unique portion boisée de tout l'itinéraire. Plus haut, nous foulons l'herbe estivale des sentiers et atteignons le lieu-dit du Mont. Le parcours se poursuit en pente douce à travers une mer d'arcosses puis nous passons près de la chapelle St Laurent. Un dernier petit raidillon mène au refuge.

Dénivelé : montée 1030 m, descente 20 m horaire de marche ≈ 4 h 15

Randonnée jour 2 : Refuge de l'Arpont (2309 m) → Refuge d'Entre Deux Eaux (2130 m)

Nous empruntons un sentier balcon taillé vers le nord offrant un point de vue magnifique sur les glaciers de la Vanoise. Nous naviguons à vue vers le lac de Chasseforêt et la moraine du glacier du Pelve. Il n'est pas rare d'y observer des bouquetins. Plus loin, le décor change, avec plus d'herbe. Après les lacs des Lozières, nous entamons la descente vers Entre Deux Eaux, pâturage à l'activité séculaire et point de fusion de deux vallées : la riante Rocheure et la sauvage Leisse.

Dénivelé : montée 650 m, descente 830 m horaire de marche ≈ 6 h 45

Randonnée jour 3 : Refuge d'Entre Deux Eaux (2130 m) → Refuge de la Femma (2360 m)

On s'engage dans le vallon de la Leisse en passant près du superbe Pont de Croé-Vie. Puis, on s'élève en direction du Col de Pierre Blanche dont la vue vaut le détour. Nous descendons enfin dans les alpages, en marchant plein est vers le Refuge de la Femma où les marmottes batifolent.

Dénivelé : montée 750 m, descente 520 m horaire de marche ≈ 6 h 30

Randonnée jour 4 : Refuge de la Femma (2360 m) → Refuge du Fond des Fours (2530 m)

Nous grimpons jusqu'au Col de la Rocheure en passant par le lac du même nom. L'univers minéral s'impose, propice aux saxifrages, à l'androsace des Alpes et au célèbre génépi ! Face au glacier des Fours, nous perdons ensuite de l'altitude pour arriver au Refuge de Fond des Fours, un hameau de trois chalets Chaloin. Peut-être verrons nous planer le majestueux gypaète barbu.

Dénivelé : montée 590 m, descente 420 m horaire de marche ≈ 5 h 30

Randonnée jour 5 : Refuge du Fond des Fours (2530 m) → Bonneval-sur-Arc (1787 m)

Le sentier s'oriente vers le Col des Fours. Nous atteignons la Pointe des Fours à 3072 m d'altitude face aux sommets frontaliers. En contrebas repose un des lacs les plus élevés de Vanoise. Nous rejoignons le Pont de la Neige et traversons le vallon de la Lenta occupé par des prairies de fauche. Nous arrivons à Bonneval, village du bout du monde parmi les plus beaux de France.

Dénivelé : montée 550 m, descente 1290 m horaire de marche ≈ 4 h 45

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, les disponibilités des hébergements... Ces modifications (itinéraire, destination des sorties...) sont uniquement faites dans votre intérêt. Nous pouvons aussi être amenés à faire le circuit dans l'autre sens. 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 26 au 30 juillet 2010
dates de votre choix (selon dispo.) pour les groupes ≥ 6 personnes.



PRIX PAR PERSONNE : 369 €

Prix incluant : l'encadrement, les demi-pensions en refuges, les pique-niques du midi, la taxe de séjour.

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 assurances personnelles, les jetons de douche.

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 (en bonne forme physique) à bon marcheur. La découverte du milieu montagnard, sous ses aspects naturels et humains, est privilégiée.

ENCADREMENT : accompagnateur en montagne diplômé d'Etat.

HÉBERGEMENT ET RESTAURATION : nuitées en refuges gardés (dortoirs) et équipés de douches chaudes. Les dîners sont l'occasion de goûter aux spécialités locales. Les pique-niques sont accompagnés de vivres de course.

PORTAGE : vos affaires personnelles pour les 5 jours plus un pique-nique chaque jour.

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

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

ÉQUIPEMENT PERSONNEL CONSEILLÉ

- un sac à dos confortable (50 l),
- des bâtons de marche (recommandé),
- un drap-sac individuel (ou sac à viande) pour les nuits en refuges,
- 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,
- une lampe frontale ou une lampe de poche légère,
- des lunettes de soleil, de la crème solaire, un stick à lèvres,
- une mini trousse de toilette, une serviette de toilette (petite dimension),
- 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...). Veillez à limiter le poids et le volume.

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 Bonneval-sur-Arc.

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

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 **111 € + l'assurance et assistance si l'option est souscrite (10,52 €)** **Merci de libeller votre chèque à l'ordre d'Hervé ASTIER.**

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

Le solde de **258 €** 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 **369 €** + l'assurance et assistance si l'option est souscrite (**10,52 €**) **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.

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