



TOUR DES GRANDES ROUSSES EN BIVOUAC

Carnet Nunam 2026



Vue sur le Mont Blanc

MASSIF DES GRANDES ROUSSES FRANCE

EN BREF

C'est parti pour une micro-aventure de 4 jours en bivouac! Le massif des Grandes Rousses, signifiant grandes roches, est bien connu pour la station de l'Alpe d'Huez et de Saint-Sorlin d'Arves. Mais que se cache-t-il dès qu'on s'éloigne de ces domaines? La chaîne culmine à 3465 m d'altitude avec le Pic Bayle, voisin du Pic de l'étendard 3464 m et du Pic Blanc 3323 m et abrite encore de majestueux glaciers. Ce tour emprunte des sentiers sauvages, en altitude et loin de l'urbanisation des stations. D'innombrables lacs bordent le chemin, les refuges de la Fare et de l'Étendard pour des pauses réconfortantes, l'ascension de la cime de la Vallette, perchée à 2858 m offrant une vue imprenable sur les aiguilles d'Arves. Après avoir basculé de la Crête des Sauvages, le vallon du Ferrand nous ouvre les bras et notre regard ne pourra s'empêcher de contempler le plateau d'Emparis et le massif des Écrins. Dernier passage au col de Sarenne et sa bergerie avant de terminer au magnifique village d'Huez.

VOUS ALLEZ AIMER

INFOS CLÉS

Voyage guidé 1 guides pour 6 personne max

Groupe : 3 à 8 participants

Durée : 4 jours

Niveau : 4 (soutenue)

Itinérance, montagne, alpages, bivouac, dépassement

Code voyage: GRR001-26

- L'itinéraire sauvage
- Le matériel et repas inclus
- L'ascension d'un sommet
- Le forma court
- Un séjour éthique et responsable
- L'encadrement professionnel par un guide local

ÉTHIQUE

Ce tour est réalisé de manière éthique et responsable avec un bilan carbone réduit. Le lieu de départ/arrivée est accessible en train et bus, il n'y a pas de suivis de bagages, les accommodations sont tenues par des locaux, sobres, chaleureuse et authentiques. Le guide, local lui aussi tient à vous transmettre les valeurs et la richesse de l'environnement montagnard. Une liberté d'esprit pour un voyage respectueux et vertueux.

NOTRE AVENTURE



Entre l'Oisans et la Maurienne, le massif des Grandes Rousses offre une traversée d'altitude sauvage, ponctuée de lacs, de cols et de panoramas grandioses sur les glaciers. Bien connu pour abriter la station de l'Alpe d'Huez, il révèle une toute autre facette dès qu'on quitte les domaines skiables : un espace minéral et lumineux, parsemé de prairies d'altitude et de lacs glaciaires.

Ce circuit itinérant explore les zones cachées du massif, avec nuits en bivouac au bord de lacs ou sur des replats panoramiques. L'itinéraire alterne passages en sentier, alpages et zones d'altitude, face aux paysages grandioses de Belledune, des aiguilles d'Arves ou encore du massif des Écrins. Deux refuges jalonnent la traversée – la Fare et l'Étendard – permettant de se ravitailler ou simplement de profiter d'une halte confortable.

L'ambiance évolue chaque jour : d'abord les plateaux et les lacs du versant Alpe d'Huez, puis les alpages du Couard, les hautes vallées du versant nord dominées par les glaciers du Pic de l'Étendard, avant de basculer vers le vallon du Ferrand et ses vues ouvertes sur les Aiguilles d'Arves et le massif des Écrins. Le dernier jour, le col de Sarenne et sa bergerie marquent le retour vers le versant sud et le village d'Huez, bouclant la boucle sur un panorama d'exception.

Les distances journalières sont équilibrées pour pouvoir profiter des lieux tout en faisant du chemin. Il est cependant nécessaire d'avoir une bonne condition physique car le poids du sac sera plus lourd qu'à l'habitude. Les bivouacs sont choisis pour leur cadre, leur exposition et leur tranquillité. Le matériel fourni est de qualité et adapté à une telle aventure. Toute la logistique est gérée par le guide, des conseils vous seront apportés et un temps d'organisation sera pris pour l'organisation et le bon déroulement du tour pour que vous puissiez profiter pleinement de l'expérience.

C'est une immersion totale en montagne, à un rythme plaisir, entre challenge et contemplation.



Lac de la Jasse



Spot de bivouac

AU FIL DES JOURS



J1 ALPE D'HUEZ - PLATEAU SUPÉRIEUR

Randonnée : ↗ +750m ↘ -500m ↔ 13 km ⌚ 4h30

Repas inclus : dîner

Hébergement : Bivouac

Rendez-vous à 13h00 à l'Alpe d'Huez, accueil et présentations autour d'un café pour faire un point matériel.

Transfert en navette locale jusqu'au lac Besson. C'est ici que débute notre randonnée avec la traversée du plateau des lacs inférieurs puis une montée en altitude par le refuge de la Fare. Nous installerons le camp pour la nuit dans l'alpage du col du couard.

J2 COL DU COUARD - LAC TOURNANT

Randonnée : ↗ +900m ↘ -600m ↔ 13km ⌚ 6h30

Repas inclus : Petit déjeuner, pique-nique, dîner

Hébergement : Bivouac

Le réveil fait face au massif de Belledune puis nous plions le camp. Départ en douceur dans l'alpage direction le lac de Grand Maison, pour ensuite grimper le col de Monfroid à plus de 2300 m. Une certaine ambiance nordique règne par ici et nous passons alors au refuge de l'Étendard le temps d'une petite pause réconfortante. Une fois passés les 2 lacs à proximité, il sera temps d'installer le camp pour la deuxième nuit, sous la surveillance du grand glacier Saint-Sorlin. Vue sur le Mont Blanc et les Aiguilles d'Arves sont au programme de la soirée.

J3 LAC TOURNANT - LES SABLATS

Randonnée : ↗ +800m ↘ -1100m ↔ 15km ⌚ 7h

Repas inclus : Petit déjeuner, pique-nique, dîner

Hébergement : Bivouac

Un bon café et direction la cime de la Vallette et ses 2 858 m d'altitude. Une vue à couper le souffle sur la partie nord du massif des Grandes Rousses et les Écrins qui apparaissent. Nous retrouvons l'alpage isolé du col de La Valette qui délimite l'Isère et la Savoie pour ensuite basculer par la crête des Sauvages dans la paisible vallée du Ferrand. C'est la face Est du massif qui surplombe et c'est face au plateau d'Emparis et aux Écrins que nous installerons le dernier bivouac.

J4 LES SABLATS - HUEZ

Randonnée : ↗ +60m ↘ -800m ↔ 12km ⌚ 4h

Repas inclus : Petit déjeuner, pique-nique

Lever de soleil sur les Écrins et les rayons qui réchauffent le camp, nous reprendrons le chemin du col de Sarenne pour faire un arrêt dégustation à la petite bergerie. L'ambiance ici donnerait presque envie de tout plaqué et de s'installer dans l'alpage mais il nous faudra longer le torrent de Sarenne par la forêt dont les ruines qui s'y dissulent, témoignent d'une riche histoire, d'un proche passé. L'arrivée au village d'Huez marquera la fin de ce tour. Une navette locale nous remontera ensuite à la station.

AVERTISSEMENT

Ce programme est donné à titre indicatif. Pour des raisons indépendantes de notre volonté (météorologie, sentiers dégradés ou fermés, réglementation spécifique dans les Parcs, fatigue importante du groupe, etc.), nous pouvons être amenés à le modifier. En particulier sur l'île de Ténérife, la météo complexe due aux alizés peut contraindre les autorités à interdire temporairement certains sentiers pour des raisons de sécurité.

Seul votre accompagnateur reste juge de ce programme et est habilité à prendre les décisions nécessaires pour préserver la sécurité du groupe et le bon déroulement du séjour.

DATES & BUDGET



DATES & PRIX

Du 17 au 20 septembre 2026 • 890€ / personne

Assurance multirisques (facultative) : 58,80€

LE BUDGET EN DÉTAILS

Le prix comprend :

- Le prêt du matériel (tente, duvet, tapis de sol, lampes frontales)
- Les repas (petit-déjeuner, déjeuner, dîner) de J1 à J4, sauf le petit-déjeuner le J1 et dîner le J4
- Les transferts en navette locale
- Les frais de création et d'organisation du séjour
- L'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômée d'État

Le prix ne comprend pas :

- Le transport aller/retour de votre domicile au point de rendez-vous
- L'assurance facultative annulation et/ou rapatriement, perte de bagages
- Les dépenses à caractère personnel (boissons, souvenirs, pourboires, etc.)
- Les barres énergétiques, en-cas, fruits secs, etc.
- Tout ce qui n'est pas inclus dans « Le prix comprend »
- Les frais réels de séjour supplémentaires en cas de modifications de vol ou pour cause de mauvais temps

Vos dépenses sur place :

- Vos dépenses personnelles
- Les boissons en refuge

À propos de l'eau : L'eau des refuges (si les sources coulent) est potable, en revanche celle rencontrée sur les chemins peut être contaminée. Il est conseillé d'emporter un filtre, des pastilles micropure ou vous pouvez acheter de l'eau en bouteille dans les refuges (non inclus dans le prix du séjour). Le guide possède un filtre qui sera partagé.

SUIVEZ LE GUIDE !



Clément c'est le genre d'accompagnateur avec qui on se sent en confiance. Rire facile, mollets solides, toujours un œil sur la sécurité, et cette capacité à transmettre sans jamais imposer : il a fait de la randonnée son terrain de jeu et de rencontre. Trekkeur, rêveur, siesteur assumé et gourmet de bivouac, il prépare ses itinéraires avec sérieux et minutie pour offrir des aventures où l'on découvre, respire et savoure. Ce qu'il aime par-dessus tout ? Partager un lever de soleil, une étoile filante, un effort bien dosé ou... une pâtisserie locale. Dans chacun de ses séjours, la joie, le dépassement, la découverte, l'effort et le réconfort se mêlent dans un cocktail délicieux. Adeptes du travail bien fait, Clément allie rigueur, sens aigu de la sécurité et pédagogie vivante, souvent ponctuée d'un mot pour rire.

OÙ RETROUVE-T-ON NOTRE GUIDE ?

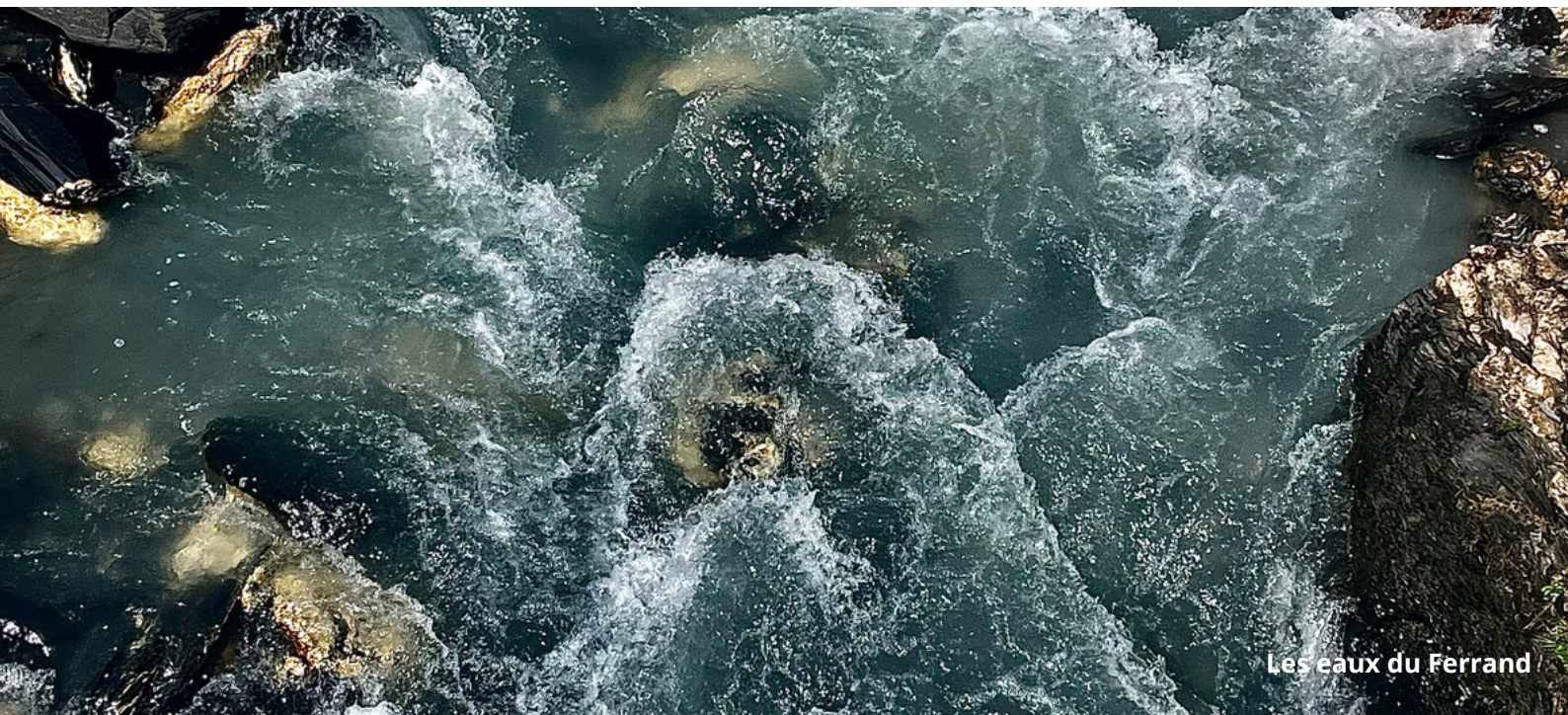
Clément vous retrouve à la station de l'Alpe d'Huez. En se rendant sur place avant vous, cela lui permet de s'occuper des derniers préparatifs, pour vous accueillir dans les meilleures conditions.

NIVEAU PHYSIQUE



Ce séjour est classé « **Niveau 4 : soutenu** » en raison du dénivelé plutôt élevé de certaines randonnées et surtout pour le portage du sac et les nuits en bivouac qui apportent un degré supérieur à l'aventure. L'itinéraire passe en altitude mais reste accessible à tout bon marcheur..!

Pour davantage de détails sur la signification du niveau physique chez Nunam Aventures, se référer à la page <https://nunam-aventures.fr/echelle-de-niveau/>



🏠 COMBIEN SOMMES-NOUS ?

Le séjour est assuré pour un minimum de 3 personnes et ne comptera pas plus de 8 personnes.

Pour plus de convivialité et du fait de l'altitude, la taille du groupe est limitée, ce qui permet au guide d'assurer une sécurité optimale tout en gardant une meilleure proximité avec les participants.

🏠 OÙ DORMONS-NOUS ?

Les nuits se feront en bivouac, sur des spots sélectionnés par le guide avec de l'eau à proximité. Il est possible que les spots soient différents en cas d'imprévu ou de contraintes météo ou de terrain. Chacun, chacune devra monter sa tente et son équipement même si le guide est aussi là pour vous aider. Le camp est un espace collectif où tout le monde participe à l'organisation et au fonctionnement. Une nuit en bivouac est une superbe expérience, mais des craintes liées à nos croyances peuvent surgir. La discussion est évidemment ouverte à ce sujet et le guide s'assure que vous puissiez passer une nuit sereine. Le matériel est de qualité pour assurer votre confort, bien que sommaire, ainsi que votre sécurité, et le guide vous expliquera toutes les bonnes astuces pour une nuit reposante.

🏠 BON APPÉTIT !

Les repas sont prévus par le guide, qui s'assure de vous proposer un menu énergétique et équilibré. Si vous avez un régime alimentaire spécifique, précisez-le lors de votre inscription.

🏠 POURBOIRES

Le versement d'un pourboire reste à votre libre appréciation. Il n'est pas obligatoire, mais très apprécié si vous avez été satisfait de votre séjour et des petites attentions portées par votre guide.



ÉQUIPEMENT

Nous vous conseillons de prêter attention au poids du sac, 40 à 50 L seront suffisants pour emporter avec vous le matériel de bivouac. L'organisation des sacs se fera au départ, tous ensemble pour bien répartir le matériel.

ÉQUIPEMENT EN JOURNÉE

- **sur soi :**
 - une tenue adaptée aux conditions climatiques. Les températures peuvent varier fortement en montagne comme froide le matin et soir et chaud en journée : short ou pantalon, tee-shirt respirant (pas de coton)
 - une bonne paire de chaussures de randonnée (nb : le terrain rocailleux est exigeant et pour éviter les ampoules, portez plusieurs fois vos chaussures avant le départ ;-)
 - une paire de bâtons
 - Chapeau ou casquette
 - Lunettes de soleil
- **dans le sac de randonnée :**
 - une gourde d'eau (1,5L minimum)
 - de la crème solaire, un stick à lèvres
 - une polaire ou doudoune chaude
 - une veste imperméable
 - des gants fin
 - un sursac
 - Drap de sac
 - un tupperware + couverts
 - des barres énergétiques, en-cas, fruits secs, etc.
 - une couverture de survie
 - un couteau de poche
 - votre pharmacie personnelle (à minima des pansements double peau)
 - vos papiers d'identité (dans une pochette étanche type ziploc)
 - de l'argent liquide
 - Bouchons d'oreille
 - 1 colan et 1 t-shirt manche longue (pour le soir)
 - sous-vêtements de rechange
 - 1 t-shirt de randonnée
 - trousse de toilette minimaliste (savon bio, dentifrice , brosse à dent)
 - une lampe frontale
 - vos médicaments habituels et contre la douleur (paracétamol)
 - des pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- **Laisser le place pour :**
 - Tente, Duvet, Tapis

Cette liste est donnée à titre indicatif, et doit être adaptée en fonction des conditions météorologiques annoncées, mais aussi de vos besoins personnels. Poids maximum : 10/12kg

PASSEPORT / BANQUE

Carte nationale d'identité ou passeport

Il est conseillé d'avoir une carte vital

Banque : Vous êtes en France, tout est comme d'habitude. Prévoyez de l'espèce, les refuges ne prennent pas la carte.

SANTÉ

Préparez votre corps et votre tête en amont de votre aventure. Un trek en montagne est exigeant et nécessite d'être reposé et en bonne forme physique.

Important : prévenez votre guide de vos problèmes de santé éventuels. Il portera une attention particulière à votre sécurité et ainsi vous faire passer un séjour plus agréable



PROTÉGEZ VOTRE AVENTURE AVEC NOUS !

Chez **Nunam Aventures**, nous savons qu'un voyage doit rimer avec détente, découverte et plaisir. Mais pour que votre séjour soit vraiment sans soucis, mieux vaut être bien préparé, peu importe où vous allez ! C'est là qu'intervient notre **assurance voyage** : un petit coup de pouce pour voyager l'esprit léger.

POURQUOI SOUSCRIRE UNE ASSURANCE VOYAGE ?

Imaginez ceci : vous êtes sur le point de partir en vacances. Vos billets sont réservés, vos valises prêtes, et votre programme est millimétré. Mais soudain, un imprévu arrive : un accident, une maladie... C'est là que l'assurance entre en jeu !

Avec notre assurance voyage, vous êtes couvert pour une multitude de situations qui pourraient perturber votre voyage. Finies les inquiétudes : on s'occupe des galères, et vous, vous profitez de chaque instant !

NOTRE FORMULE D'ASSURANCE VOYAGE

Nous avons choisi une assurance voyage adaptée à nos séjours en partenariat avec MARSH leader mondial en courtage d'assurance.

Le contrat est : **Assurance Multirisque Voyage, Contrat d'assurance collective à adhésion facultative n°24441**

Conçu pour vous protéger en toutes circonstances des risques inhérents à nos voyages et aux activités pratiquées, ce contrat est parfaitement adapté aux voyages d'aventure.

Nos principales garanties :

- L'assurance annulation toute cause justifiée quelle qu'elle soit, constituant un obstacle immédiat, réel et sérieux (Covid 19 inclus),
- L'assistance rapatriement voyage,
- Les frais d'interruption de séjour ou d'activité sportives,
- Départ ou retour impossible,
- L'assurance bagages (y compris retard de livraison),
- L'assistance aux personnes et rapatriement : frais médicaux et/ou d'hospitalisation à l'étranger (Covid inclus).

LES AVANTAGES DE SOUSCRIRE CHEZ NOUS

- Annulation toute cause justifiée quel qu'elle soit, constituant un obstacle immédiat, réel et sérieux (Covid 19 inclus).
- Assistance 24/7 : peu importe où vous êtes dans le monde, notre service d'assistance est là, prêt à vous aider à n'importe quelle heure.
- Sans prise de tête : vous pouvez souscrire directement lors de la réservation de votre voyage.
- Des garanties solides : nous travaillons avec des partenaires de confiance, leaders dans le domaine des assurances voyages.

COMMENT SOUSCRIRE ?

Souscrire à l'une de nos assurances voyage est ultra simple ! Lors de votre réservation, il vous suffit de sélectionner l'assurance. Vous avez aussi la possibilité de passer un coup de fil à notre équipe qui saura vous guider selon vos besoins.

QUESTIONS FRÉQUENTES

• **Dois-je souscrire une assurance si je pars en Europe ?**

Oui ! Même si la carte européenne d'assurance maladie (**à demander !**) peut couvrir certains frais médicaux, elle ne remplace pas une assurance voyage complète. L'assurance que nous proposons vous offre une couverture bien plus large, y compris l'annulation, le rapatriement, et bien plus encore.

• **Et si je décide d'annuler mon voyage ?**

Vous êtes couvert pour des raisons justifiées, comme une maladie, un accident ou un événement soudain empêchant la réalisation de votre voyage.

• **L'assurance couvre-t-elle le COVID-19 ?**

Oui, incluant les frais médicaux et le rapatriement, si nécessaire.

BESOIN D'AIDE ?

Notre équipe est à votre disposition pour vous aider. Contactez-nous par téléphone ou par e-mail. Parce que chez **Nunam Aventures**, votre voyage, c'est notre priorité.

contact@nunam-aventures.fr

Tel : +33 (0)6 29 88 25 05

BON VOYAGE!



Nunam Aventures www.nunam-aventures.fr

SAS, capital 8000€, siège social : 40 rue des Pierailles, 73230 Verel Pragondran
RCS/SIREN Chambéry 931051916

N° d'immatriculation Atout france IM073240016, Garantie financière : APST
Assurance Responsabilité Civile et Professionnelle : Hiscox SA - Numéro de contrat : 03511735

#nunamaventures
contact@nunam-aventures.fr

Collectif de guides
producteurs de voyages d'aventure