



TOUR DES MUVERANS

Carnet Nunam 2026



SUISSE - MASSIF DES ALPES EN BOUCLE

EN BREF

Ce séjour de quatre jours propose une randonnée itinérante en boucle autour du massif des Muverans, dans le canton du Valais. Il suit des sentiers balisés à travers alpages, vallées et cols d'altitude, avec des étapes régulières et adaptées à une pratique confortable de l'itinérance. Les nuits en hébergements de montagne rythment le parcours et offrent une immersion progressive dans l'ambiance alpine. Le séjour s'adresse à des randonneurs disposant d'une première expérience sur plusieurs jours, souhaitant découvrir la randonnée itinérante en Suisse dans un cadre naturel préservé, sans recherche de performance.

VOUS ALLEZ AIMER

INFOS CLÉS

Voyage guidé :

Accompagnateur en montagne

Groupe : 6 à 8 participants

Durée : 4 jours

Niveau : 4 (soutenu)

Séjour en itinérance en refuges, montagne, dépaysement

- Le format "court" de 4 jours
- La diversité des paysages alpins : alpages, vallées et cols panoramiques
- Les soirées conviviales en refuge
- L'immersion totale et la coupure avec le quotidien
- L'observation de la faune sauvage : chamois, bouquetins, marmottes
- Un massif préservé, propice à la déconnexion et à l'itinérance
- L'encadrement par un professionnel de la montagne

NOTRE AVENTURE

Le Tour des Muverans est un itinéraire de randonnée itinérante en boucle situé dans le canton du Valais, au cœur d'un massif alpin encore largement préservé.

Ce parcours permet de découvrir, au fil des jours, une grande diversité de paysages caractéristiques des Alpes suisses : alpages ouverts, combes minérales, cols panoramiques et vallées discrètes, façonnés par une longue tradition pastorale.

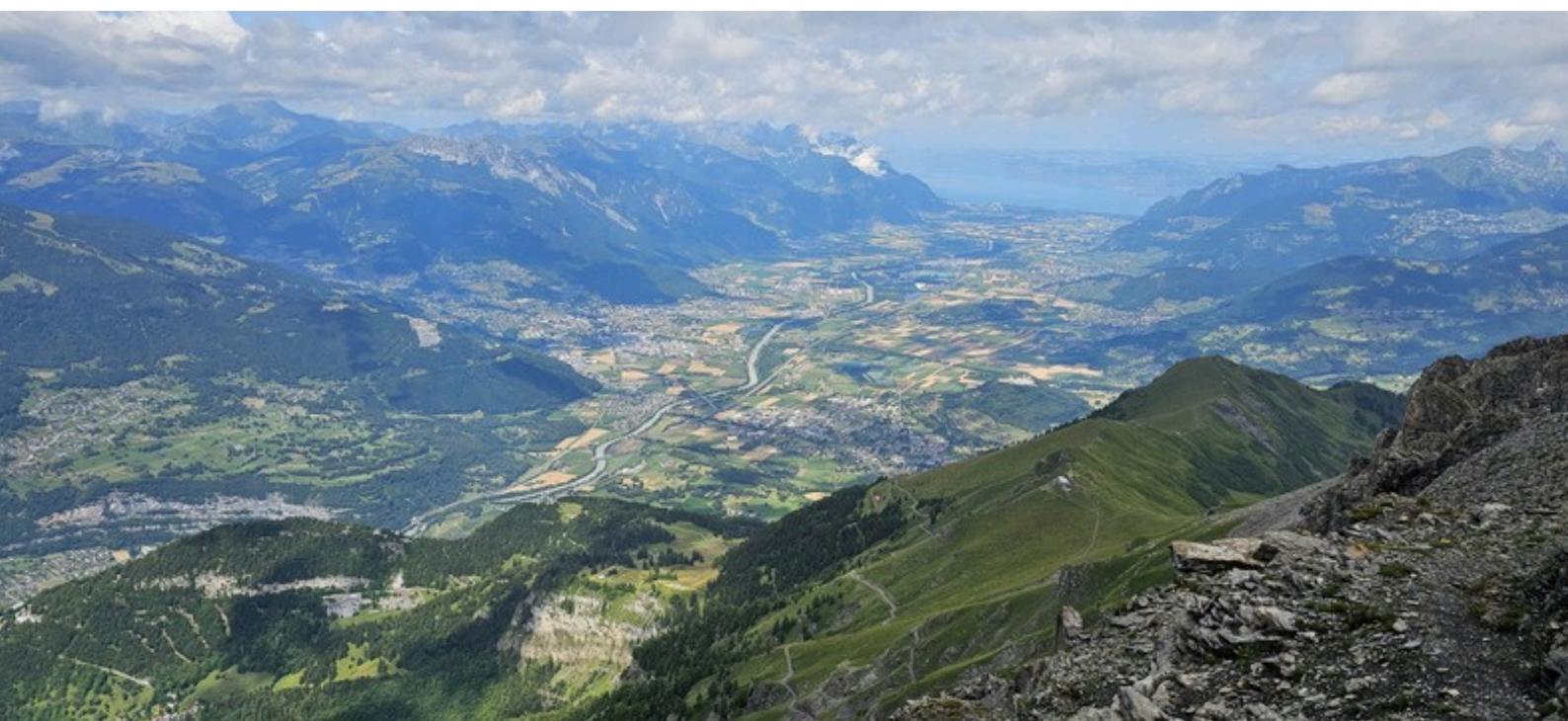
Le séjour s'organise autour d'étapes équilibrées, pensées pour offrir une progression fluide et agréable. Les sentiers balisés empruntés sont variés et bien entretenus, alternant entre chemins d'alpage, sentiers de montagne et passages en balcon.

Chaque journée apporte son lot de points de vue dégagés sur les sommets environnants et sur les grands espaces du Valais, invitant à prendre le temps de marcher, d'observer et de comprendre les milieux traversés.

Les nuits en hébergements de montagne participent pleinement à l'expérience du séjour. Elles permettent de vivre le rythme de la montagne, de partager des moments conviviaux en fin de journée et de découvrir l'organisation de la vie en altitude.

Le tempo du séjour reste volontairement modéré, laissant une place importante à l'échange, à la contemplation et à l'appropriation progressive de l'itinérance.

Accessible à des randonneurs ayant déjà une première expérience de la randonnée sur plusieurs jours, le Tour des Muverans est un séjour équilibré, qui combine confort de l'organisation, cohérence de l'itinéraire et richesse des paysages. Une belle manière d'aborder la randonnée itinérante en Suisse, dans un massif à taille humaine, authentique et accueillant.





AU FIL DES JOURS

J1 ↗ DU PONT DES NANT À DERBORENCE

Randonnée : ↗+950m ↘ -720m ↕ 13km ⏱ 6h

Repas inclus : dîner, (prévoir son pique-nique)

Hébergement : Refuge du lac de Derborence

Depuis le Pont des Nant, nous remontons le vallon de Nant par un sentier progressif, au cœur d'un environnement sauvage dominé par les falaises calcaires des Muverans. Les alpages et pentes herbeuses offrent de belles opportunités d'observation de la faune alpine, notamment chamois et marmottes.

La montée se poursuit jusqu'au col des Essets (2029 m), point de passage marquant de l'étape, d'où s'ouvrent de larges panoramas sur les massifs environnants. Le changement d'ambiance est net, avec une descente plus minérale en direction de Derborence.

Nous rejoignons ensuite le site spectaculaire de Derborence et son lac, niché au pied des parois du Diablerets. Une étape emblématique du Tour des Muverans, sauvage et contrastée, entre vallons préservés et paysages grandioses.

J2 ↗ DE DERBORENCE A LUI D'AOÛT PAR RAMBERT

Randonnée : ↗ +1350m ↘ -880m ↕ 17km ⏱ 8h

Repas inclus : Petit-déjeuner, pique-nique, dîner

Hébergement : Gîte Lui d'Août

Depuis Derborence, nous quittons le cirque minéral et ses éboulis spectaculaires pour entamer une montée progressive au cœur d'un univers sauvage et minéral. Le sentier s'élève sous les parois calcaires, offrant des vues impressionnantes sur le vallon et les sommets environnants.

Nous atteignons ensuite la cabane Rambert, perchée à 2580 m, véritable belvédère sur le massif des Muverans et les Alpes valaisannes. Ce lieu emblématique marque le point culminant de l'étape et constitue une pause privilégiée dans un décor résolument alpin.

La descente s'effectue ensuite en direction de Lui d'Août, à travers un paysage qui s'adoucit progressivement, alternant pierriers, alpages et pâturages. Une étape exigeante mais spectaculaire du Tour des Muverans, offrant une immersion complète dans la haute montagne valaisanne.

J3 ⚠ DU LUI D'AOÛT À LA CABANE DE LA TOURCHE

Randonnée : ↗ +1000m ↘ -770m ↔ 15km ⏳ 6h00

Repas inclus : Petit déjeuner, pique-nique, dîner

Hébergement : Cabane de la Tourche

Depuis le gîte de Lui d'Août, nous entamons la montée dans une ambiance progressivement plus alpine en direction du col de Demèvre. Le sentier traverse alpages et zones minérales, offrant de belles perspectives sur les vallons valaisans et les sommets du massif des Muverans.

Après le col, l'itinéraire se poursuit sur un terrain d'altitude plus sauvage, alternant traversées minérales et replats herbeux, avant de rejoindre la cabane de la Tourche, idéalement située dans un cadre isolé et panoramique. Une étape équilibrée, mêlant montée régulière et immersion en haute montagne.

J4 ⚠ DE LA TOURCHE AU PONT DES NANTS PAR LES MARTINET

Randonnée : ↗ +500m ↘ -1350m ↔ 10km ⏳ 4h30

Repas inclus : Petit déjeuner, pique-nique, dîner

Hébergement : /

Depuis la cabane de la Tourche, nous amorçons la dernière traversée du Tour des Muverans. Le sentier progresse dans un environnement minéral et ouvert, avec de larges vues sur les crêtes et les vallons environnants.

La descente s'effectue ensuite progressivement vers le versant vaudois, où le paysage s'adoucit peu à peu : pierriers, alpages puis forêts annoncent le retour en fond de vallée. Nous rejoignons finalement le Pont des Nant, point final de cet itinéraire sauvage, bouclant une traversée alpine complète et variée.

⚠ 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 14 au 17 juillet 2026 • 590€ / personne

Assurance multirisques (facultative) : 35,50€ /personne

⌚ LE BUDGET EN DÉTAILS

Le prix comprend :

- L'hébergement des nuits de J1 à J4 (3 nuits)
- Les repas (petit-déjeuner, déjeuner, dîner) de J2 à J4, le dîner de J1
- Les frais de création et d'organisation du séjour
- L'encadrement par une accompagnatrice en montagne diplômée d'Etat

Le prix ne comprend pas :

- 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 »

Vos dépenses sur place :

- Vos dépenses personnelles
- Les boissons

⌚ **Le petit plus qui fait plaisir, pas de frais de dossier chez Nunam Aventures !**

INFOS PRATIQUES

Ⓐ SUIVEZ LE GUIDE !



Mathieu Thirant, accompagnateur en montagne diplômée d'État, encadre ce séjour qu'il a conçu après s'être rendu sur place pour faire une reconnaissance du terrain et vous proposer des itinéraires loin des foules.
Nunam Aventures assure l'organisation et le support administratif du séjour.

Ⓐ OÙ RETROUVE-T-ON NOTRE GUIDE ?

Mathieu vous donne rendez-vous au parking de la station de Thollon Les Mémises, à 8h30 le dimanche 6 septembre 2026.

Ⓐ NIVEAU PHYSIQUE

Ce séjour est classé « **Niveau 4 : soutenu** » en raison du dénivelé élevé de certaines randonnées, ceci parfois associé à un terrain plus ou moins technique. Mais ces randonnées restent accessibles 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/>



❶ COMBIEN SOMMES-NOUS ?

Le séjour est assuré pour un minimum de 6 personnes, et ne comptera pas plus de 8 personnes.

❷ OÙ DORMONS-NOUS ?

Nous dormirons en refuge en montagne en dortoir de 6, 8 places ou plus. Les refuges de montagne sont appelé "cabane" en suisse mais je vous rassure elles ne ressemblent pas à des cabanes !

❸ BON APPÉTIT !

La totalité des pique-nique serons commandés dans les refuges pour la journée du lendemain. Les dinés seront pris dans les refuges et inclus dans le tarif.

❹ 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.



❶ ÉQUIPEMENT

MATERIELS DE RANDONNÉE OBLIGATOIRE :

- Un sac à dos de 40l environ avec sur-sac étanche, avoir de la place libre à l'intérieur pour votre pique-nique chaque jour
- Un sac étanche (sac plastique) pour protéger vos affaires de l'humidité
- Une casquette ou un chapeau
- Une paire de lunettes de soleil de qualité
- Crème solaire et stick à lèvres
- Un bonnet et un buff
- Une paire de gants légers
- Un pantalon de randonnée
- Une veste de pluie type Gore Tex (ou cape de pluie)
- Une doudoune légère
- Une couche intermédiaire type polaire
- Un T-shirts techniques manches longues + 1 t-shirt technique manche courte (la laine Mérinos permet de limiter les odeurs et de prendre peu d'affaire)
- Paires de chaussettes de randonnée et autres sous vêtements
- Une paire de chaussures de randonnée montantes
- Une paire de bâtons (je peux vous en prêter)
- Une gourde ou poche à eau de 1,5l minimum
- En-cas pour grignoter (5 jours)
- Une lampe frontale
- Un drap de soie + taie d'oreiller
- Une couverture de survie
- Un petit tapis « cul sec » pour s'asseoir dehors

AUTRES ÉQUIPEMENTS UTILES :

- •Un short
- •Une tenue confortable pour le soir
- •Nécessaires de toilette minimum
- •Une petite serviette de toilette
- •Des mouchoirs voire papier toilette
- •Un couteau de poche
- •Des boules quies ! (nuit en dortoir)
- •Une petite pharmacie personnelle (pansements double-peaux, paracétamol, élastoplaste 8cm...)
- •Argent en monnaie, CB, Carte Vitale, carte d'identité et contrat d'assistance

Cette liste est donnée à titre indicatif, et doit être adaptée en fonction des conditions météorologiques annoncées, mais aussi de vos besoins personnels.

ASSURANCE VOYAGE

❶ 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.

❷ 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 !

❸ 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).

❶ 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.

❷ 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.

❸ 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.

❹ 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



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