



FRANCE - TOUR DES HAUTS COLS DE LA VANOISE

Carnet Nunam 2026



VANOISE SAVOIE

EN BREF

Une itinérance de six jours pour parcourir le massif de la Vanoise en passant par ses plus hauts cols. Loin des sentiers battus, ce trek n'est pas le traditionnel tour des glaciers de la Vanoise mais bel et bien un itinéraire plus sauvage et moins fréquenté. Un séjour pensé pour réduire son empreinte carbone en privilégiant un accès depuis une gare de Maurienne de laquelle nous partirons directement à pied. Environnement haut alpin, terrain varié, passage de hauts cols entre 2500 et 3000m, quelques sentiers escarpés, pierriers et l'ascension de certains des sommets les plus emblématiques du massif vous attendent lors de ce trek !

INFOS CLÉS

Voyage guidé, 6 journées de randonnée

Groupe : 5 à 8 participants

Durée : 6 jours

Niveau : 4 (soutenu)

Randonnées, refuges de montagne, Massif de la Vanoise, Savoie

Code voyage: GW04-26

VOUS ALLEZ AIMER

- Un itinéraire peu fréquenté
- Randonner au sein du plus ancien parc national de France
- Le confort des nuits en refuge
- Un univers haut alpin - randonner entre 2000 et 3000m d'altitude
- Pouvoir observer la faune de montagne dans un environnement privilégié



Nunam en Maurienne

AU FIL DES JOURS



J1 MONTEE AU REFUGE

Repas inclus : dîner

Hébergement : nuit en refuge, en dortoir partagé

Environ 6 km de marche - 850m de D+

Rendez-vous vers 14h00 à la gare de Modane. Après un brief sur le séjour et une présentation du groupe, nous démarrons le trek par une montée à travers bois en direction de notre premier refuge, juste à la porte du parc national de la Vanoise.

J2 AU COEUR DU PARC

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

Hébergement : nuit en refuge, en dortoir partagé

Environ 12km de marche - 1200m de D+

Après le petit déjeuner, nous nous mettons en route et nous retrouvons vite au-dessus des 2000m. Magnifique journée en perspective avec vues dégagées, passages à flanc de montagne, lac de montagne, col à 2800m et passages dans les pierriers. Sans doute aurons nous l'occasion de nous arrêter quelques temps pour observer quelques animaux au passage avant d'atteindre notre refuge. Nuit vers 2500m.

J3 LE LONG DU GLACIER

Repas inclus : petit déjeuner, pique-nique du midi et dîner

Hébergement : nuit en refuge, en dortoir partagé

Environ 15km de marche - 1000m D+

Nous partons ce matin en direction d'un premier col à plus de 2800m. De là, nous longerons le glacier avant de redescendre dans la combe qui nous mènera au refuge du saut. Ce n'est pas là que nous passerons la nuit mais nous passerons certainement faire un crochet au lac de Chanrouge avant de continuer vers le col suivant. De là redescende dans le vallon avant d'atteindre notre refuge dans l'après-midi.

J4 LE PETIT MONT BLANC

Repas inclus : petit déjeuner, pique-nique du midi et dîner

Hébergement : nuit en refuge, en dortoir partagé

Environ 16km de marche - 1050m D+

Encore une belle journée qui s'annonce ! Nous passerons plusieurs hauts cols et ferons l'ascension d'un sommet emblématique du massif, le petit Mont Blanc. Vue à 360, panorama grandiose en perspective; Il est également classé en réserve biologique. Changement de vallon et de décor ensuite pour la redescende puis remontée vers notre refuge dans l'après-midi.

J5 VERS LE 3000

Repas inclus : petit déjeuner, pique-nique du midi et dîner

Hébergement : nuit en refuge, en dortoir partagé

Environ 12km de marche - 1050m D+

Col à 2900m et ascension d'un sommet à plus de 3000m pour cette avant-dernière journée. Encore de belles émotions et des paysages à couper le souffle.

J6 LE BARBIER

Repas inclus : petit déjeuner, pique-nique du midi

Environ 15km de marche - 1500m D-

Peu de montée mais beaucoup de descente pour aujourd'hui ! Un dernier beau col puis nous retrouverons peu après le milieu forestier. Retour à la gare de Modane pour 15h.



DATES & BUDGET



DATES & PRIX

31 août au 05 septembre 2026

Prix
890€/pers

LE BUDGET EN DÉTAILS

Le prix comprend :

- La conception du séjour et la prestation d'encadrement par l'accompagnatrice en montagne
- L'hébergement en refuges de montagne, dortoirs partagés
- Les repas indiqués du dîner du 1er jour au pique-nique du dernier jour

Le prix ne comprend pas :

- L'assurance facultative annulation et multirisques
- L'acheminement vers le lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation et sur le lieu de départ des randonnées
- Tout ce qui n'est pas inclus dans "le prix comprend"

Vos dépenses sur place :

- Vos dépenses personnelles
- Les boissons (hors eau)
- Les pourboires éventuels

SUIVEZ LA GUIDE !



Accompagnatrice en montagne, je vis à Chambéry, petite ville située entre les beaux massifs des Bauges, de Chartreuse et de Belledonne et porte d'entrée des Alpes : mon petit coin de paradis pour passer mon temps en nature et en montagne. Parce que je crois que l'on protège ce que l'on aime, j'ai à cœur de vous faire découvrir et aimer cette nature qui m'est chère. Par le biais d'un weekend ou d'un séjour plus long, laissez-moi vous embarquer au cœur des Alpes dans ce monde plein de surprises, de beauté et de tranquillité. Je suis également à l'écoute de vos projets plus spécifiques et sur-mesure, n'hésitez-pas à me contacter pour en discuter !

Mon nom d'entreprise : Terres d'Alpes

OÙ RETROUVE-T-ON NOTRE GUIDE ?

Gwen vous retrouve à la gare de Modane pour 14h00



DÉROULÉ DU SÉJOUR

Ce voyage de 6 jours peut être soumis à des changements liés aux conditions météorologiques, aux besoins du groupe, aux prestataires extérieurs et aux impondérables du voyage. La guide se réserve donc le droit de modifier le programme, en amont et pendant le séjour, si nécessaire.

Ce séjour est participatif, votre implication est la bienvenue. Notre objectif est que vous soyez acteur de votre aventure et que la vie de groupe, au cours de ce voyage, soit un véritable moment de partage, de bienveillance et de bonheur.

NIVEAU PHYSIQUE



Ce séjour est classé « Niveau 4 : soutenu », avec des journées de randonnée de plus de 1000m de dénivelé et des passages plus techniques et en hors-sentier.

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/>

ET LES DÉPLACEMENTS ?

Vous pouvez venir en train jusqu'à la gare de Modane ou prendre votre véhicule.



🏠 COMBIEN SOMMES-NOUS ?

De 5 à 8 pers. Un groupe de taille limitée nous permet de mieux profiter de notre séjour en assurant notamment une logistique plus souple. Les attentes de chacun sont aussi mieux respectées. Bref un petit groupe pour un chouette weekend.

🏠 OÙ DORMONS-NOUS ?

L'hébergement se fait en refuges de montagne

- Dortoirs partagés

🏠 BON APPÉTIT !

Dans les refuges, la cuisine locale et de saison est privilégiée.

Les repas du petit-déjeuner et du dîner seront pris dans la salle commune, préparés par nos hôtes. Le repas du midi sera pris sous forme de pique-nique froid. Les menus sont adaptés à la pratique du sport. Il est possible d'avoir des menus végétariens si les gîtes sont prévenus en amont (besoin d'avoir les informations pour le ravitaillement), prévenez moi au plus vite !

IMPORTANT : Si vous avez une allergie alimentaire, merci d'en faire part lors de votre réservation.



ATTENTION, BON PLAN !

Chez Nunam Aventures, on porte un intérêt immense à la **nature** et au fait que vous soyez **bien équipé**. Deux éléments parfois difficiles à concilier. Pour se faire, dès que vous vous inscrivez à un voyage, vous recevez un **code promotionnel de 20%** valable sur un kit de la marque [Lagoped](#) concocté par nos soins et visible ci-dessous.

Lagoped, c'est notre partenaire privilégié. En plus d'être une marque française, leurs produits sont conçus à 35 kilomètres de nos bureaux, sourcés et produits en Europe. Du circuit court, comme nos voyages Nunam. Profitez-en, en plus, ils ne font quasiment **jamais de soldes** !

KITS FEMME

ÉTÉ



HIVER



KITS HOMME

ÉTÉ



HIVER



ÉQUIPEMENT

Nous vous conseillons de partir avec 1 sac à dos de 30L (35L max) avec sangles de serrage pour plus de confort.

POUR MARCHER

- **Sur soi :**
 - une tenue adaptée à la randonnée en montagne : une première couche fine et respirante près du corps (ex Tee shirt à manches courtes en mérinos), une couche intermédiaire type polaire et une couche isolante plus chaude type doudoune. Une paire de chaussettes de randonnée type merinos. Un pantalon de randonnée - a minima déperlant.
 - une paire de chaussures de randonnée crantées déjà utilisées (ne partez pas avec une paire de chaussures neuves ;-) mais assurez-vous malgré tout que vos semelles soient en **très bon état**
 - des bâtons de marche - obligatoires
- **Accessible dans le sac pour randonner la journée**
 - une ou deux gourdes remplies (2L minimum au total)
 - un bonnet
 - un cache-cou et une paire de petits gants
 - des lunettes de soleil, de la crème solaire indice 50 et une casquette
 - une veste imperméable
 - un tee-shirt de rechange que vous pourrez laver pendant le trek ainsi que sous-vêtements et paire de chaussettes
 - des couverts de rando et un tupperware (pour les pique-niques)
 - des barres énergétiques, en-cas, fruits secs, etc pour la durée du trek
 - une couverture de survie
 - votre pharmacie personnelle (à minima des pansements double peau)
 - vos papiers d'identité (dans une pochette étanche type ziploc)
 - de l'argent liquide
 - quelques zip locks qui pourront vous servir de poubelle
 - quelques feuilles de papier toilettes et un tube de gel hydroalcoolique éventuellement
 - une housse de protection imperméable pour le sac
 - boules quies
 - petite serviette micro-fibre et savon type alep ou marseille + brosse à dents et dentifrice
 - drap de sac
 - frontale

Pensez au prêt de matériel et à voyager léger : tenez-vous en à la liste qui comprend l'essentiel du matériel nécessaire et obligatoire.

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



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