

Grand tour de la Vanoise hors-saison en 8j

Des cabanes aux glaciers




La fin de l'été marque traditionnellement la fin de la saison de randonnée en montagne. Les refuges ferment, les fleurs s'abandonnent au gel, les marmottes se mettent au lit sous terre et les plus hauts sommets se couvrent de neige. Bref en automne la montagne se dépeuple. Ne serait-ce pas le moment d'en profiter pour partir à l'aventure ?

Avec @Whereisallan nous vous proposons un trek exceptionnel au cœur du parc national de la Vanoise. L'objectif est de partager une longue immersion de 8 jours pour faire le grand tour de la Vanoise tout en devenant autonome en trek : cartographie, météo, matériel, préparation... Nous aurons le temps de profiter de cette semaine pour partager toutes les astuces sur les chemins et au coin du feu, lors des soirées dans les refuges non gardés du parc.

8 jours

 Accompagné / guidé

 Prix : 1070€

Hébergement : Refuges, gîte

 Niveau : ***

Le parcours

Jour 1

RDV à la gare SNCF Modane à 11h puis transfert en bus à 11h30 pour le départ de la randonnée à Termignon (30min).

GLACIER ET REFUGE DE L'ARPONT

Après un petit transfert en bus depuis la gare de Modane départ pour la grande aventure. On quitte rapidement le petit village de Termignon pour une montée en direction des glaciers. Plongée immédiate au milieu des alpages, des animaux et des cascades. Première nuit au refuge de l'Arpont.

Distance : 8km / Dénivelé : +1000 m

Jour 2

SOUS LES DÔMES DE LA VANOISE ET LA GRANDE CASSE – REFUGE DE LA LEISSE

Nous continuons en début de journée sur le tracé du tour des glaciers. Les langues glaciaires ont bien fondues mais ont laissés derrière elles de nombreux lacs, cachés au pied des sommets du massif. La deuxième partie de la journée se déroule dans le très sauvage vallon de la Leisse, au pied de l'immense face sud de la Grande Casse. Nuit en refuge.

Distance : 17km / Dénivelé : +800 m ; -600 m

Jour 3

COL DE LA LEISSE – COL DU PALET

L'itinéraire continue jusqu'au col de la Leisse d'où nous découvrons les remontées du glacier de Tignes et sa station. L'ambiance village fantôme de l'intersaison dénote avec l'effervescence de l'hiver. Après s'être ravitailler en nourriture nous rejoignons le refuge du soir, caché derrière une crête, à nouveau au cœur du parc national. Nuit en refuge.

Distance : 16km / Dénivelé : +850m -700m

Jour 4

POINTE DE LA VALLAISONAY (3020m) – REFUGE DE PLAISANCE

Journée avec plusieurs options qui nous permet de jouer selon la météo du jour. Un des itinéraires possibles est la traversée de la Vallaisonay à 3000m d'altitude. Face aux glaciers et aux pics de l'Epena, la Grande Glière ou encore le Grad Bec, il s'agit d'un merveilleux belvédère en plein centre du parc. Descente dans le cirque reculé du Cul du Nan où se trouve le refuge pour la nuit.

Distance : 10km / Dénivelé : +650 m ; -1050 m

Jour 5

CHAMPAGNY LE HAUT – REFUGE DU GRAND BEC

Descente le long du torrent et de ses cascades, toujours face aux glaciers, pour rejoindre la vallée de Champagny et ses hameaux typiques, la période est propice pour observer les mélèzes se parer de leurs couleurs d'automne. Remontée en face puis traversée jusqu'au refuge perché sur son promontoire.

Distance : 17km / Dénivelé : +1150 m ; -950 m

Jour 6

COL DE LESCHAUX – LAC DES VACHES - PRALOGNAN

Une des étapes-reine de cette aventure avec la traversée en balcons des cols de Leschaux, noir et rosset. Une belle descente nous emmène au célèbre lac des vaches et son passage à gué en son centre. Un joli sentier permet de passer proche de belles cascades et de rejoindre le petit village de Pralognan.

Nuit en gîte au village et ravitaillement pour les deux derniers jours.

Distance : 13km / Dénivelé : +500 m ; -1450 m

Jour 7

VALLÉE DE CHAVIERE – REFUGE DE PECLÉT POLSET ou FOND D'AUSSOIS

Pour ces deux derniers jours nous choisirons si l'on préfère boucler ce tour de la Vanoise en finissant à Termignon ou explorer la vallée de Chavière et tirer directement sur Modane. La première option permet de gravir un second sommet à 3000m avant de basculer sur Aussois tandis que la seconde permet d'aller tutoyer le joli glacier de Gébroulaz et le col du souffre, très atypique. Dans les deux cas nuit en refuge.

Distance : 15km / Dénivelé : +1000 m ; -100 m pour le refuge de Peclét Polset

Distance : 16km / Dénivelé : +1500 m ; -600 m pour le refuge de fond d'Aussois

Jour 8

COL DE CHAVIERE – MODANE ou BALCON DU GENEPI - TERMIGNON

Selon l'option choisie la veille nous continuons notre route. L'option de Termignon suit le tracé du tour des glaciers tandis que l'autre passe par le col de Chavière, très sauvage. Dans les deux cas la descente dans la vallée marque la fin de cette belle aventure avant de reprendre le train.

Distance : 15km / Dénivelé : +350 m ; -1750 m par Chavière

Distance : 18km / Dénivelé : +450 m ; -1500 m pour Termignon

Fin de la randonnée à la gare SNCF de Modane vers 16h. En cas d'arrivée à Termignon bus jusqu'à la gare de Modane.

Le voyage

NIVEAU ***

Dénivelé : autour de 1000m en moyenne par jour.

Temps de marche : 6 à 8 heures par jour.

Type de randonnée : Pas de difficulté technique particulière (quelques passages aériens le jour 6, évitables si besoin).

Il est nécessaire d'être en très bonne condition physique générale. Pratiquez régulièrement un sport d'endurance tel que la marche, la course à pied, le vélo, de 3 à 4 heures par semaine. Votre préparation physique facilitera votre séjour et vous permettra de l'apprécier d'autant plus.

ENCADREMENT

6 à 8 personnes encadrés par un professionnel diplômé (accompagnateur en montagne). L'accompagnateur en montagne peut être amené à modifier le programme pour l'adapter au niveau des participants et/ou aux conditions naturelles. Il reste le seul décideur en dernier recours.

Pendant toute la semaine nous serons accompagnés également d'Allan, créateur de contenu @whereisallan.

HÉBERGEMENT

7 nuits en refuge ou en gîte, en dortoir. Les refuges sont non gardés mais sont très accueillants avec poêle, cuisine et lits confortables, certains donnent accès à l'électricité grâce à des panneaux solaires.

Pas de douche dans les refuges mais possibilité de faire sa toilette avec de l'eau chauffée au poêle.

LES REPAS

Les repas sont compris du déjeuner du premier jour au déjeuner du dernier jour. Des encas seront prévus tous les jours. Les pique-niques seront cuisinés à base de salade de pâtes/riz ainsi que des tartinades et de la charcuterie. Les dîners seront souvent composés d'une entrée, d'un plat principal et un dessert.

Merci de préciser vos allergies et régimes alimentaires **le plus tôt possible**.

Nous nous ravitaillerons tous les 2-3 jours en nourriture, prévoir de la place supplémentaire dans le sac à dos pour la nourriture collective.

LE PRIX

Comprend :

- Les frais d'organisation et l'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé ;
- Les repas en pension complète, les encas ;
- Les nuitées en refuge ;
- Les transferts Modane-Termignon comme indiqués dans le descriptif.

Ne comprend pas :

- Les dépenses à caractère personnel (boissons, etc.), les visites ;
- L'assurance rapatriement annulation.

Le tarif s'entend tout compris du point de rendez-vous au point de dispersion à Modane.

Équipement

ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

Vêtements

- Pantalon de randonnée
- Short
- 2 Tee-shirts "respirant" ou en laine mérinos
- Polaire ou pull
- Doudoune légère
- Coupe-vent ou veste Goretex
- Cape de pluie + guêtres ou pantalon type Goretex + une cape de sac
- Une paire de gants et un bonnet léger
- Chapeau ou casquette
- Chaussettes de randonnée (2-3 paires)
- Chaussures de randonnée déjà rodées et à semelles bien crantées
- 1 tenue de rechange pour le soir (1 tee-shirt et un bas)

Matériel divers

- Trousse de toilette (petite brosse à dents, savon écologique et/ou lingettes, dentifrice écologique)
- Petite serviette de toilette microfibrés (séchage rapide)
- Lunettes de soleil et crème solaire
- Gourde ou kamelback (2 litres conseillés)
- Couteau et couverts légers
- Une boîte hermétique en plastique en guise d'assiette pour vos pique-niques
- Gobelet
- Batterie externe
- Petite pharmacie personnelle (antalgique, pansements type compeed...)
- Couverture de survie
- Frontale
- Deux bâtons télescopiques (fortement recommandés)
- Carte d'identité ou passeport valide

SAC À DOS

Prévoir un sac à dos confortable de 40 litres environ pour vos affaires. Nous serons autonomes en nourriture pour 2-3 jours tout au long de l'aventure, prévoir un peu de place supplémentaire dans le sac.

Conditions de paiement : paiement à 30 jours à partir de la réception de facture

Aucun escompte consenti pour règlement anticipé

Tout incident de paiement est passible d'intérêt de retard. Le montant des pénalités résulte de l'application aux sommes restant dues d'un taux d'intérêt légal en vigueur au moment de l'incident.

Indemnité forfaitaire pour frais de recouvrement due au créancier en cas de retard de paiement : 40€

Robin Jager, Accompagnateur en montagne
No SIREN 840 918 502