

## Italie : Le Val d'Aoste et Grand Paradis

*A l'origine réserve de chasse du premier roi d'Italie Victor-Emmanuel II pour la préservation du bouquetin, il fait encore aujourd'hui référence en matière de protection de la nature: chamois, bouquetin, marmotte, renard, gypaète...*

*Nous vous proposons ici un circuit inhabituel, empruntant quelques-uns des plus beaux cols d'altitude, entre Valgrisenche, Val de Rhêmes et Valsavarenche, avec le sommet du Grand Paradis à 4061 m en perspective. Sept jours de marche pour s'évader de la civilisation et découvrir un univers partagé entre vallées, alpages traditionnels et hautes montagnes sauvages.*

## PROGRAMME

### **Jour 1 : Pont - Valsavarenche - Vallon de Nivolet**

Rendez-vous le jour 1 à 11h45 à Pont, pique-nique, puis départ de la randonnée. Entrée dans le parc national du Grand Paradis par l'alpage de Nivolet jusqu'au col de Nivolet. Cette étape nous immerge d'emblée dans l'univers de ce massif, entre la pointe Galisia et le sommet du Grand Paradis (4061m).

Nuit en refuge au bord du lac de Nivolet (sans votre bagage).

**HEURES DE MARCHÉ** : 3h

**DÉNIVELÉ +** : 700 m

**DÉNIVELÉ -** : 100 m

**TYPE D'HÉBERGEMENT** : en refuge

**ASSISTANCE BAGAGES** : sans transport de bagages

### **Jour 2 : Lacs Leita et col Rosset - Refuge de Benevolo**

L'étape commence par un large plateau ponctué par une dizaine de lacs: Rosset, Lieta... laissant des images inoubliables. Après le col Rosset à 3023m, descente dans les alpages pour rejoindre le vallon de la Gran Vaudala, puis traversée jusqu'au cirque de Benevolo. Variante possible par le Col Basei pour marcher plus près des glaciers.

Nuit au refuge Benevolo.

**HEURES DE MARCHÉ** : 5h30

**DÉNIVELÉ +** : 500 m

**DÉNIVELÉ -** : 750 m

**TYPE D'HÉBERGEMENT**: en refuge

**ASSISTANCE BAGAGES** : avec transport de bagages

### **Jour 3 : Col Bassac Dere et lac Goletta - Refuge Bezzi**

Montée au col de Bassac Déré à 3082m, sous la Grande Sassièrè. Cette étape d'altitude longe le glacier de Goletta, son lac glaciaire et une petite plage de sable fin! Descente le long de la langue glaciaire de Gliaretta. Au détour d'un sentier, couchés sur des rochers, paisibles, des bouquetins guettent parfois notre passage.

Nuit au refuge Bezzi (sans vos bagages).

**HEURES DE MARCHÉ** : 6h30

**DÉNIVELÉ +** : 800 m

**DÉNIVELÉ -** : 800 m

**TYPE D'HÉBERGEMENT** : en refuge

**ASSISTANCE BAGAGES** : avec transport de bagages

### **Jour 4 : Glaciers d'Invergnan et San Martino - Refuge de l'Epée**

Grande traversée surplombant le Lac de Beauregard, face au massif du Ruitor. Ce sentier panoramique passe au pied d'une multitude de petits glaciers comme celui de San Martino. Petit détour jusqu'au lac du San Martino à 2770m d'altitude.

Nuit au refuge de l'Épée.

**HEURES DE MARCHÉ** : 5h00

**DÉNIVELÉ +** : 850 m

**DÉNIVELÉ -** : 750 m

**TYPE D'HÉBERGEMENT** : en refuge

**ASSISTANCE BAGAGES** : avec transport de bagages

#### **Jour 5 : Col de Fenêtre et village de Bruil**

Montée au col de Fenêtre en passant par le lac de Tei. Ces lieux peu fréquentés nous laissent toujours l'opportunité d'observer la faune sauvage. Belle descente, raide sur la première partie, avant de rejoindre un large alpage entre chamois et bouquetins.

Nuit en hôtel dans le village typique de Bruil en Val de Rhême.

**HEURES DE MARCHÉ** : 5h30

**DÉNIVELÉ +** : 500 m

**DÉNIVELÉ -** : 1100 m

**TYPE D'HÉBERGEMENT** : en hôtel

**ASSISTANCE BAGAGES** : avec transport de bagages

#### **Jour 6 : Col de l'Entrelor et lacs Djouan et Nero - Eaux Rousses**

Montée progressive dans le vallon de l'Entrelor, qui s'effectue sans difficulté. Après le col, face au Grand Paradis descente parmi les alpages, les lacs Djouan (2515m) et Néro, jusqu'au village des Eaux Rousses. Encore de belles rencontres possibles avec chamois, bouquetins et marmottes, gypaète.

**HEURES DE MARCHÉ** : 6h30

**DÉNIVELÉ +** : 1280 m

**DÉNIVELÉ -** : 1300 m

**TYPE D'HÉBERGEMENT** : en gîte

**ASSISTANCE BAGAGES** : avec transport de bagages

#### **Jour 7 : La combe de Meyes - Village Paradis et Pont**

Un petit sentier oublié nous conduit dans la combe de Meyes et ses hameaux en pierres sèches, puis jusqu'au petit lac Aouillier où se reflète le Grand Paradis. Descente à Paradis et Pont. Une variante plus tranquille permet de rejoindre la vallée directement depuis l'alpage de Meyes Desot.

Fin de la randonnée Samedi vers 14h00 à Pont.

Transfert en minibus si vous avez choisi l'option - arrivée à Chamonix à 16h30.

**HEURES DE MARCHÉ** : 4h30

**DÉNIVELÉ +** : 900 m

**DÉNIVELÉ -** : 600 m

**ASSISTANCE BAGAGES** : avec transport de bagages

Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction; des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement.



## FICHE PRATIQUE

### ACCUEIL

**Rendez-vous le jour 1 à 11h45 à Pont au grand parking, à Valsavarenche, Italie.**

En option, transfert aller/retour en minibus, supplément à réserver à l'inscription, 45€ par personne.

RDV à 9h30 devant la Gare SNCF de Chamonix et transfert (1h30 de trajet).

### EN TRAIN :

PAR AOSTE VIA TURIN OU PAR CHAMONIX VIA PARIS

Aller: Départ de Gare de Lyon (Paris) la veille à 12h45 arrivée à Chamonix à 19h50.

Train de nuit: Départ de Gare de Lyon (Paris) 23h06 arrivée à Chamonix à 09h50.

Retour train de nuit: Départ Chamonix à 18h14 arrivée à (Paris) Gare de Lyon à 06h18.

Les horaires donnés le sont à titre indicatif et doivent être vérifiés impérativement auprès de la SNCF.

[www.voyages-sncf.com](http://www.voyages-sncf.com)

### EN BUS :

PAR CHAMONIX

Rejoindre Aoste avec les bus de la SAT.

[www.sat-montblanc.com](http://www.sat-montblanc.com)

PAR AOSTE

Les bus Savda vous conduisent 3 fois par jour jusqu'à Pont. Départs Aoste 7h15, 12h30, 16h30 (1h30 de voyage).

[www.savda.it](http://www.savda.it)

### EN VOITURE :

PAR LE COL DU PETIT ST BERNARD

Si vous venez de la moitié sud de la France, prendre l'autoroute A43 pour Chambéry, puis A30 pour Albertville et poursuivre jusqu'à Bourg St Maurice. Suivre le col du Petit St Bernard (très bonne route de montagne) jusqu'à Pré St Didier en Italie. Suivre la direction Aoste sans prendre l'autoroute. Prendre la direction Introd et Valsavarenche, 3 kms après la traversée du village d'Aviez. Suivre la route de Valsavarenche jusqu'à son terminus Pont.

PAR LE TUNNEL DU MONT BLANC

Depuis Macon ou Lyon, prendre l'autoroute A40 direction Genève. A l'approche de Chamonix suivre tunnel du Mont Blanc et Aoste (49€ aller-retour). En Italie, ne prenez pas l'autoroute (fléchage vert) mais suivez la nationale direction Aoste. Prendre la direction Introd et Valsavarenche, 3kms après la traversée du village d'Aviez.

Suivre la route de Valsarenche jusqu'à son terminus, Pont.

Si vous choisissez l'option transfert Chamonix/Pont...

Parking gratuit: chemin du Biolay, en face de la gare de Montenvers, Chamonix.

Parking couvert: Chamonix Park Auto à Chamonix: 04 50 53 65 71 (40 à 50€ la semaine).

### DISPERSION

**Fin de la randonnée Samedi à 14h00 à Pont.**

Transfert à Chamonix (1h30 de trajet).

HÉBERGEMENT AVANT ET APRÈS LE SÉJOUR

Chamonix - Hôtel de l'Arve: +33 (0)4 50 53 02 31  
Hôtel Vallée Blanche: +33 (0)4 50 53 04 50  
Office du Tourisme de Chamonix: +33 (0)4 50 53 00 24  
[www.chamonix.com](http://www.chamonix.com)  
Pont, Valsavarenche - Hôtel Gran Paradiso: +39 01 65 95 454  
Hôtel Genzianella: +39 01 65 95 393  
Office du tourisme d'Aoste  
:  
+39 01 65 23 66 27  
[www.aoste.ialpes.com](http://www.aoste.ialpes.com)  
[www.lovevda.it](http://www.lovevda.it)

## **NIVEAU**

### **NIVEAU \*\*\***

Dénivelé: +/- 750 m en moyenne par jour, dernière étape +1300 m.  
Temps de marche: 5 à 6 heures par jour.  
Itinéraire: sentiers souvent caillouteux ne présentant pas de difficulté technique.  
Cols situés entre 2800 et 3000m d'altitude.  
Quelques passages escarpés possible, sécurisés.  
Passage technique surtout en début de saison ( névés).

## **HEBERGEMENT**

5 nuits en refuges et gîtes en dortoir.  
1 nuit en hôtel en chambre de 2 à 4 personnes.  
Tous les hébergements sont équipés de douches chaudes.

## **LES REPAS**

Les petits déjeuners et dîners sont servis dans les hébergements.  
Pour le midi, votre accompagnateur prépare un pique-nique généralement composé de salades variées et de produits régionaux.

## **TRANSFERTS INTERNES**

## **PORTAGE DES BAGAGES**

### **SAC À DOS**

Prévoir un sac à dos confortable de 30 à 40 litres pour vos effets de la journée (un vêtement chaud, une cape de pluie, une gourde, boîte et couverts pour le pique-nique, protection solaire et papiers d'identité) et un peu de place pour transporter un pique-nique et des encas.

### **TRANSPORT DE BAGAGES**

Votre bagage est acheminé par un véhicule logistique chaque jour d'étape en étape sauf la 1er nuit au refuge de Nivolet  
Vos affaires de rechange doivent être regroupées dans 1 seul sac souple ne dépassant pas 10 kg (pour votre confort dans les étages et les dortoirs, évitez les valises rigides, les sacs trop lourds ou trop encombrants).  
Si vous prolongez vos vacances, nous pouvons prendre en charge votre bagage supplémentaire au départ de la randonnée, étiqueté à votre nom, qui vous sera remis en fin de séjour.

Pour les nuits où vous n'avez pas votre bagage à l'hébergement (vous le retrouvez la nuit suivante), voici quelques conseils concernant les éléments à rajouter à votre sac à dos (environ 2 kg suffisent !):

- un petit nécessaire de toilette
- votre drap-sac
- vêtements de rechange (le strict nécessaire !)

## **GROUPE**

6 à 14 participants

## **ENCADREMENT**

Par un professionnel diplômé (accompagnateur en montagne)/

## **MATERIEL FOURNI**

## **EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR**

### **Vêtements :**

- Pantalons de randonnée
- Short (1 maillot de bain au cas où)
- Tee-shirts "respirant" ou en laine mérinos
- Caleçon long "respirant" ou en laine mérinos
- Polaire ou pull
- 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 (double couche, à bouclettes...1 paire par jour )
- Chaussures de randonnée déjà rodées et à semelles bien crantées
- 1 tenue de rechange pour le soir
- Chaussures de rechange pour le soir

### **Matériel divers :**

- Trousse de toilette
- Serviette de toilette (séchage rapide, vendue en boutique spécialisée)
- Lunettes de soleil et crème solaire
- Gourde ou thermos (1,5 litre minimum)
- Couteau et couverts
- Une boîte hermétique en plastique en guise d'assiette pour vos pique-niques
- Gobelet pour le café
- Petite pharmacie personnelle (antalgique, pansements type compeed...)
- Couverture de survie
- Frontale ou lampe de poche
- Un drap-sac et une taie d'oreiller (les refuges fournissent des couvertures)
- Deux bâtons télescopiques (fortement recommandés)
- Carte d'identité ou passeport valide

## **LE PRIX COMPREND**

- les frais d'organisation et l'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé,
- les repas en pension complète, les encas,
- les nuits en refuge, gîte ou hôtel et les taxes de séjour,
- les éventuels jetons douches dans les refuges,
- le transport de vos effets personnels chaque jour (sauf jour 1) et les transferts routiers.

## **LE PRIX NE COMPREND PAS**

- Les assurances
- les dépenses à caractère personnel (boissons, etc...), les visites,
- les taxes d'aéroport et autres exclusions clairement et dûment décrites sur la fiche technique correspondante.

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