

Les balcons du Grand Paradis

Créé en 1922, premier parc naturel d'Italie et d'Europe, le Parc National du Grand Paradis délimite un haut massif sillonné de vallées profondes. Créé à l'initiative du roi Victor Emmanuel II pour la défense 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 et Valsavaranche, avec le sommet du Grand Paradis à 4061m 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 - Valon de Meyes - Eaux Rousses

Départ de la randonnée à Pont, Valsavarenche, dans la vallée d'Aoste.

Montée jusqu'aux hameaux de pierres sèches de Paradis et de Meyes puis descente au village d'Eaux Rousses.

Nuit en dortoir dans un gîte.

HEURES DE MARCHÉ : 5h

DISTANCE : 11 km

DÉNIVELÉ + : 700 m

DÉNIVELÉ - : 1000 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en gîte

ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages (si vous avez choisi cette option)

Jour 2 : Lacs Djouan et Nero - Col de l'Entrelor - Bruil

Montée progressive et sans difficulté jusqu'au col de l'Entrelor (3023m) par les alpages et les lacs de Djouan et Nero. Du col, vue sur le Grand Paradis.

Descente au village de Bruil.

Nuit en dortoir dans un gîte.

HEURES DE MARCHÉ : 7h

DISTANCE : 14 km

DÉNIVELÉ + : 1300 m

DÉNIVELÉ - : 1250 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en gîte

ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages (si vous avez choisi cette option)

Jour 3 : Valgrisenche - Refuge de l'Epée - Col Fenêtre

Transfert en taxi dans la vallée de Valgrisenche et montée jusqu'au refuge de l'Epée. Après avoir laissé les sacs au refuge, montée au lac de Tei puis au col Fenêtre (2873m).

Retour au refuge pour une nuit en dortoir.

HEURES DE MARCHÉ : 7h

DISTANCE : 12 km

DÉNIVELÉ + : 1200

DÉNIVELÉ - : 600 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en refuge

ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages (si vous avez choisi cette option)

Jour 4 : Lac San Martino - Refuge Bezzi

Traversée au-dessus de Valgrisenche par le sentier balcon, face à la chaîne du Ruitor. Petit détour possible au lac de San Martino à 2770m.

Descente sur le refuge Bezzi, au pied des glaciers.

Nuit en refuge, en dortoir.

HEURES DE MARCHÉ : 4h

DISTANCE : 9 km

DÉNIVELÉ + : 500 m

DÉNIVELÉ - : 600 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en refuge
ASSISTANCE BAGAGES : sans transport de bagages

Jour 5 : Col Bassac Dere - Lac de la Golleta - Refuge Benevolo ou de Fond

Randonnée au plus près du glacier de Gliairetta. Montée au col de Bassac Déré (3083m) et descente au lac de la Goletta, sous le glacier du même nom, puis au refuge Benevolo.

HEURES DE MARCHÉ : 5h

DISTANCE : 10 km

DÉNIVELÉ + : 800 m

DÉNIVELÉ - : 800 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en refuge

ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages (si vous avez choisi cette option)

Jour 6 : Col Rosset - Lacs Chavaney - Lac Nivolet

Traversée dans les alpages puis ascension du col Rosset (3023m). Descente sur le plateau de Rosset par les lacs de Chavaney, Lieta... superbe !

Nuit au refuge en dortoir.

HEURES DE MARCHÉ : 5h

DISTANCE : 10 km

DÉNIVELÉ + : 850 m

DÉNIVELÉ - : 600 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en refuge

ASSISTANCE BAGAGES : sans transport de bagages

Jour 7 : Traversée du Vallon de Nivolet - Pont

Traversée facile dans les alpages face au Grand Paradis. Descente à Pont par le sentier des alpagistes ou par le col du Grand Collet à 2800m.

Variante possible par le Grand Collet.

Fin de la randonnée à Pont dans l'après-midi

HEURES DE MARCHÉ : 2h45 (variante : 4h30)

DISTANCE : 8 km (variante : 10 km)

DÉNIVELÉ + : 0 m (variante 400m)

DÉNIVELÉ - : 550 m (variante 1050m)

ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages (si vous avez choisi cette option)

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Rendez-vous au parking à Pont pour la prise en charge de vos bagages (si vous avez pris l'option).

Accès

En train

EN TRAIN Par Turin puis Aoste. Deux lignes de bus successives vous conduisent à Pont depuis Aoste, environ 1h30 de trajet :

1 - Ligne 514 : [Villeneuve / St-Pierre / St Nicolas](#)

2 - Ligne 611 : [Villeneuve / Valsavarenche](#)

De Chamonix, rejoindre Aoste avec 2 bus :

> [Chamonix > Courmayeur](#)

> [Courmayeur > Aoste](#)

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 ([65,30€ aller-retour](#) / tarif indicatif). 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 Valsavarenche jusqu'à son terminus, Pont.

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

<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

www.lovevda.it

DISPERSION

Fin de la randonnée à Pont dans l'après-midi. Rendez-vous au parking à Pont pour récupérer vos bagages (si vous avez choisi cette option).

NIVEAU

Niveau : moyen. Etre capable de faire aisément 20 km de marche (en plaine) en 4h maximum. Si ce n'est pas le cas, 3 semaines avant le départ, nous vous conseillons d'entreprendre un bon entraînement à raison de 2 à 3 fois par semaine : 4 à 5 km de jogging ou 3 à 4h de randonnée ou vélo. Votre préparation physique facilitera votre séjour et vous permettra de l'apprécier d'autant plus.

Dénivelé moyen cumulé : +/- 500 à 1300m.

Durée des étapes : de 5 à 7h de marche en moyenne par jour.

Difficultés particulières : sentiers caillouteux qui empruntent quotidiennement des cols situés entre 2800m et 3000m d'altitude. Quelques passages de cols sont escarpés ainsi que plusieurs chemins aériens ou techniques, principalement en début de saison avec la traversée de névés résiduels. Les sentiers sont relativement bien marqués excepté à l'approche de certains cols.

Balisage de la randonnée : le circuit est balisé par un fléchage jaune et un marquage régulier au sol. Les sentiers sont identifiés par numérotation.

Il est préférable de maîtriser la lecture de carte IGN au 1/25000.

HEBERGEMENT

3 nuits en refuge, en dortoir,

2 nuits en gîte, en chambre à partager,

1 nuit en refuge, en chambre à partager.

Douches chaudes dans tous les hébergements.

Les repas servis dans les hébergements sont équilibrés et variés. La cuisine est copieuse, adaptée aux besoins des randonneurs et souvent issus de produits locaux. Les régimes spéciaux doivent être précisés à la réservation afin que nous puissions prévenir les hébergements.

Les pique-niques peuvent être réservés auprès des hébergeurs dès votre arrivée pour le lendemain.

Vous avez la possibilité de vous ravitailler le jour 2 à Breuil.

TRANSFERTS INTERNES

PORTAGE DES BAGAGES

Selon l'option choisie :

Sans transport des bagages : Vous portez vos affaires personnelles pour toute la durée du séjour.

Avec transport des bagages : Vous portez seulement vos affaires pour la journée. Le reste de vos bagages est transporté entre les hébergements. Sauf les jours 4 et 6 où le transport des bagages n'est pas possible, vous porterez vos affaires personnelles pour le soir et retrouverez vos bagages le jour suivant.

GROUPE

ENCADREMENT

Pas de guide sur ce voyage.

Avant votre départ nous vous remettons un road book spécialement conçu pour ce circuit, composé d'indications précises qui vous permettront d'effectuer vos journées de découverte et de randonnée en toute liberté.

Pour profiter et apprécier pleinement votre voyage de randonnée, vous devez être en mesure d'assurer votre autonomie sur le terrain avec les documents fournis.

MATERIEL FOURNI

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vêtements :

- Pantalon de randonnée
- Short (1 maillot de bain au cas où)
- Tee-shirts respirants
- Polaire ou pull
- Coupe-vent ou veste Gore-tex
- Cape de pluie + guêtres ou pantalon et veste type Gore-tex + une cape de sac
- Une paire de gants et un bonnet léger
- Chapeau ou casquette
- Chaussettes de randonnée (double couche, à bouclettes....)
- 1 tenue de rechange pour le soir
- Chaussures de randonnée déjà rodées (à tige montante et à semelles crantées)
- Chaussures de rechange pour le soir

Matériel divers :

- Trousse de toilette
- Serviette de toilette
- Lunettes de soleil et crème solaire
- Gourde ou thermos (1,5 litre minimum)
- Couteau et couverts
- Boîte plastique et hermétique de type "Tupperware" pour vos pique-niques
- Gobelet pour le café
- Encas ou snacks: fruits secs, chocolat, barres de céréales
- Petite pharmacie personnelle (vitamine C, aspirine, pansements etc..).
- Frontale ou lampe de poche
- Drap de sac de couchage et/ou duvet léger
- Deux bâtons télescopiques (à votre convenance)

SAC A DOS de la journée

Si vous choisissez l'option portage de bagages, 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.

PIÈCE D'IDENTITÉ

Carte d'identité ou passeport valide, carte européenne d'assurance maladie conseillée.

LE PRIX COMPREND

- Les documents de voyage,
- L'hébergement en demi-pensions du dîner du 1er jour au petit-déjeuner du dernier jour,

- Le transport des bagages (si vous avez choisi cette option - sauf les J4 et 6),
- Le transfert du J3 entre Bruil et Valgrisenche,
- Les frais d'organisation et d'inscription,
- Les taxes de séjour.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les assurances,
- Le transport aller-retour jusqu'au point de départ,
- Le transport aller-retour Chamonix-Pont,
- Le transport des bagages les J4 et J6,
- Les boissons, visites et dépenses personnelles,
- Les pique-niques.