

Du Mont Blanc à la Maurienne GTA 2ème étape en liberté

*Cette aventure vous transporte au cœur des Alpes, des glaciers majestueux du pays du **Mont-Blanc** jusqu'aux imposantes étendues glacées des Dômes de la **Vanoise**. Le long de votre **randonnée en liberté**, des scènes authentiques de la vie montagnarde s'offrent à vous, comme ces alignements pittoresques de bidons à lait en bordure des routes. Ils témoignent de la richesse pastorale des alpages du **Beaufortain**, où le savoir-faire traditionnel règne en maître.*

Le parcours vous entraîne ensuite à travers trois vallées emblématiques des Alpes : la fameuse vallée de Chamonix, majestueuse et entourée des géants de la montagne ; la Tarentaise, réputée pour ses vastes étendues alpines et enfin la Maurienne.

*Sur ce tronçon l'**étape 2 du GR5**, vous traversez des paysages d'une diversité inouïe, entre alpages verdoyants, glaciers éclatants et villages de montagne préservés. Chaque vallée a sa propre identité, mais toutes partagent cette même grandeur qui fait la renommée des Alpes françaises. Entre beauté sauvage et richesse culturelle, cette **randonnée** est une immersion totale dans l'âme des montagnes.*

Pour en savoir plus, veuillez consulter notre article : [Comment faire son sac de randonnée pour partir en trek ?](#)

PROGRAMME

Jour 1 : Les Houches - Col du Tricot - Contamines

La journée débute par une montée en télécabine depuis Bellevue. Vous cheminez tranquillement à travers des vallons verdoyants et des forêts denses, jusqu'à l'ascension du col du Tricot s'offre à travers un sentier sinueux, vous menant face au majestueux glacier de Bionnassay. Le panorama qui s'étend devant vous est tout simplement spectaculaire, avec des vues imprenables sur ce glacier et les montagnes environnantes. Une pause bien méritée aux chalets du Miage. Puis vous entamez la descente vers le village pittoresque des Contamines Montjoie, un charmant village alpin, avant de poursuivre votre chemin vers Notre-Dame de la Gorge. Nuit en refuge.

1h00 de marche / Dénivelé : +250 m 2km des Contamines à Nant Borrant (en juillet / août, navette gratuite jusqu'à Notre Dame de la Gorge)

HEURES DE MARCHÉ : 5h - 5h30

DÉNIVELÉ + : 700 m

DÉNIVELÉ - : 1300 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en refuge

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

Jour 2 : Col du Bonhomme - Cormet de Roselend

La journée commence par une ascension par la voie romaine, un chemin historique menant au célèbre col du Bonhomme, un point stratégique du Tour du Mont-Blanc. Ce col, à la fois emblématique et panoramique, vous offre une vue saisissante sur les montagnes et les vallées qui se dessinent à l'horizon.

Vous traversez la Crête des Gittes, un sentier spectaculaire, exposé mais sécurisé, avec des vues imprenables sur les glaciers, les crêtes acérées et les vallées verdoyantes en contrebas. En poursuivant votre route, vous descendez pour rejoindre les vastes alpages du Beaufortain, un lieu idyllique où les pâturages verdoyants s'étendent à perte de vue. Vous atteignez finalement le Cormet de Roselend, un site naturel exceptionnel, dominé par des montagnes majestueuses et bordé par un lac alpin aux eaux cristallines.

HEURES DE MARCHÉ : 6h30 - 7h

DÉNIVELÉ + : 1450 m

DÉNIVELÉ - : 800 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en gîte

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

Jour 3 : Col du Bresson - Porte de Rosuel

Aujourd'hui, vous empruntez un sentier balcon qui surplombe le magnifique lac de Roselend. Ce chemin panoramique vous permet d'admirer les eaux turquoise du lac, bordées par des montagnes imposantes.

La montée vous mène ensuite au col du Bresson, au pied de la mythique Pierra Menta, un sommet légendaire de la région, célèbre parmi les alpinistes. La grandeur du paysage et la majesté de la montagne vous accompagnent tout au long de cette ascension.

La descente s'engage ensuite par le vallon de l'Ormette et par de charmants alpages, entre canaux et hameaux traditionnels, avant d'atteindre la vallée de la Tarentaise, un véritable écrin de verdure.

Une fois arrivé à la chapelle de Saint-Guérin, transfert jusqu'à Peisey Nancroix et la porte de Rosuel, porte d'entrée du parc national de la Vanoise.

Nuit en refuge en dortoir.

HEURES DE MARCHÉ : 6h30 - 7h

DÉNIVELÉ + : 950 m

DÉNIVELÉ - : 1200 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en refuge

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

Jour 4 : Col du Palet - Tignes

Aujourd'hui, vous entrez dans le parc national de la Vanoise. Ce secteur sauvage, peu fréquenté, vous invite à explorer des paysages préservés, où l'immensité de la montagne se mêle à la pureté des vallées alpines.

Vous suivez un sentier qui serpente, traversant des paysages qui semblent figés dans le temps. À mesure que vous progressez, vous atteignez le lac de la Plagne, un miroir d'eau cristalline. La dernière partie de la randonnée vous conduit au Col du Palet, situé à 2652 mètres d'altitude. Ce col marque la limite du parc de la Vanoise. Après avoir franchi le col, la descente commence et vous mène à Tignes-Val-Claret, une station de montagne réputée pour son dynamisme et ses paysages époustouflants.

HEURES DE MARCHÉ : 5h30 - 6h

DÉNIVELÉ + : 1150 m

DÉNIVELÉ - : 550 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en hôtel

ASSISTANCE BAGAGES : sans transport de bagages

Jour 5 : Vallon de la Leisse - Col de la Vanoise

Depuis Tignes, vous quittez l'animation de la station pour retrouver les vastes espaces sauvages du parc de la Vanoise. La randonnée débute par une montée vers le col de la Leisse et vous mène à travers un vallon spectaculaire, où le sentier serpente entre lacs d'altitude et prairies alpines. Les eaux cristallines des lacs de la Leisse, tout en contrebas, apportent une touche de sérénité à ce paysage. En chemin, les 1700 mètres de la face sud de la Grande Casse dominant le sentier.

Vous atteignez le refuge du Col de la Vanoise pour une nuit en dortoir.

HEURES DE MARCHÉ : 6h30 - 7h

DÉNIVELÉ + : 1100 m

DÉNIVELÉ - : 700 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en refuge

ASSISTANCE BAGAGES : sans transport de bagages

Jour 6 : Cirque du Petit et Grand Marchet

Après votre nuit au refuge, la journée commence par une traversée spectaculaire par des sentiers en balcon, avec vue sur Pralognan. Le chemin serpente au-dessus de la Combe de l'Arcelin, avant de vous mener à travers le Cirque du Dard, puis celui du Grand Marchet et du Petit Marchet, tous deux enserrés dans une nature préservée.

Le sentier continue jusqu'au lac de la Valette. Vous poursuivez ensuite votre traversée à travers la Combe des Nants, un autre magnifique secteur de la Vanoise où le silence et la beauté du paysage vous envoûtent.

La descente vous mène ensuite au vallon des Prioux, un cadre plus paisible, où la nature se déploie en toute sérénité. Si cette portion semble trop exigeante, une variante plus facile est possible en passant par Pralognan. Nuit en refuge.

4h30 - 5h de marche / Dénivelé : +300 m ; -1100 m / 11km en passant par Pralognan

HEURES DE MARCHÉ : 7h - 7h30

DÉNIVELÉ + : 1050 m

DÉNIVELÉ - : 1850 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en refuge

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

Jour 7 : Col de Chavière - Vallée de la Maurienne - Modane

La journée commence par la remontée du vallon de Chavière, un lieu spectaculaire où la nature semble presque irréelle. Dominé par les majestueux Dômes de la Vanoise, ce vallon offre un panorama grandiose.

En chemin, les Aiguilles de Péclet-Polset, avec leurs formes acérées, vous orientent vers le col de Chavière, qui se trouve à quelques pas. Ce col, à plus de 2 500 mètres d'altitude, vous permet de profiter d'une vue imprenable sur la vallée de la Maurienne. La descente se poursuit tranquillement, avec des panoramas impressionnants tout au long du parcours, jusqu'à Modane.

Possibilité de taxi de l'Orgère jusqu'à Modane (option obligatoire et à régler sur place en basse saison). Pendant les mois de juillet et août, une navette part à 16h30 pour vous y conduire.

Descente de l'Orgère à Modane : Dénivelé -880m supplémentaires / 4.5km / 2h30 de marche

Fin de la randonnée vers 17h à la gare Modane.

HEURES DE MARCHÉ : 6h30 - 7h

DÉNIVELÉ + : 1100 m

DÉNIVELÉ - : 900 m

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

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Télécabine de Prarion aux Houches pour garer votre voiture et laisser vos bagages si vous avez choisi cette option.

Puis départ de la Télécabine de Bellevue.

En train :

Aller : ligne Paris Gare de Lyon / St-Gervais-le Fayet par TGV, puis Les Houches par le Mont-Blanc Express
Retour : ligne Modane / Paris Gare de Lyon par TGV

Horaires consultables sur le site de la SNCF.

En voiture :

Autoroute A40 direction Chamonix, sortie 21 Saint-Gervais-les-Bains ou aux Houches. Parking gratuit vers la gare ou couvert au centre de Saint-Gervais.

Parking gratuit près de la télécabine du Prarion.

Retour de Modane à Chamonix en train Via Chambéry.

DISPERSION

Fin de la randonnée vers 17h à la gare de Modane. N'hésitez pas à visiter les musées de la ville en attendant le train.

NIVEAU

Niveau : 3

Dénivelé : +/- 600m à 1200m en moyenne par jour.

Temps de marche : 4 à 7 heures par jour.

Type de randonnée : itinéraire de montagne sur sentiers balisés souvent caillouteux.

Il est nécessaire d'être en 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.

HEBERGEMENT

Selon la formule choisie :

Hébergement classique en gîte : Chambre collective de 4 à 12 personnes, les draps et serviettes ne sont pas fournis, les sanitaires sont sur le palier.

5 nuits en refuge de montagne ou gîte, en dortoir. 1 nuit en hôtel, en chambre de 2/3 personnes.

Hébergement confort en gîte : Chambre double ou à 2 lits selon votre choix, les draps et serviettes ne sont pas fournis, les sanitaires sont sur le palier.

Jusqu'à 5 nuits en chambre de 2 (ou 3 personnes).

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.

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. Dans le cas où le transport des bagages n'est pas possible dans un hébergement du séjour, vous porterez vos affaires personnelles pour un soir. Vous retrouverez vos bagages le jour suivant.

Transport des bagages possible sauf J4 et J5.

GROUPE

A partir de 1 participant avec supplément départ personne seule.

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 :

- 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 gîtes fournissent des couvertures)
- Deux bâtons télescopiques (fortement recommandés)
- Carte d'identité ou passeport valide

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.

LE PRIX COMPREND

- L'hébergement en demi-pensions du dîner du 1er jour au petit-déjeuner du dernier jour,
- Les documents de voyage (1 dossier papier par groupe),
- Le transport des bagages entre les hébergements, si vous avez choisi cette option sauf J4 et J5,
- Le transfert du J3,
- Les frais d'organisation et de réservation,
- Les taxes de séjour.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les assurances,
- Les pique-niques du midi,
- Les éventuels jetons douche,
- Les boissons, les visites et dépenses personnelles,
- La montée en télécabine aux Houches (environ 18€ par pers.),
- Le transfert retour en taxi le J7 à Modane,
- Le transport aller-retour jusqu'au point de départ.