

La Tarentaise en ski de rando, le coeur des Alpes

Bienvenue dans le cœur des Alpes, où les sommets majestueux se dressent pour nous offrir des paysages à couper le souffle.

Notre séjour de ski de randonnée dans la vallée de la Tarentaise vous emmène dans ce berceau des Alpes. Nos guides expérimentés vous accompagneront à travers des itinéraires soigneusement sélectionnés, vous permettant de pratiquer du ski hors-piste les deux premiers jours et ensuite d'explorer des vallées isolées, des cols et des forêts enneigés.

PROGRAMME

Jour 1 : Accueil - Hors-piste sur le domaine de Sainte-Foy

Accueil à la gare d'Albertville à 8h45. Récupération du matériel de location chez le loueur puis transfert sur le domaine de Sainte-Foy.

Au programme de cette journée : Mise en jambes sur le domaine en prenant les remontées et découverte du matériel de ski de randonnée et de sécurité.

Sainte-Foy est un superbe spot pour jouer en hors-piste dans le domaine ou alors chercher des faces hors du domaine selon les conditions.

TEMPS DE SKI : 4h

TYPE D'HÉBERGEMENT : en gîte

Jour 2 : Hors-piste sur le domaine des Arcs

Transfert à la station des Arcs. Sur ce domaine, qui est l'un des plus grand du monde, les possibilités de ski hors-piste sont très nombreuses. Cette journée sera dédiée au ski hors-pistes depuis les sommets avec de superbes descentes.

TEMPS DE SKI : 5h

TYPE D'HÉBERGEMENT : en gîte

Jour 3 : Mont Jovet (2558 m)

Au départ de la station de Montalbert, nous atteindrons le Pas des Brebis puis traversons jusqu'au Mont Jovet (2558 m), après une jolie descente, nous remontons sur le Mont Archets (2437 m). Belle descente jusqu'au village de Notre Dame du Pré.

TEMPS DE SKI : 4h30

DÉNIVELÉ + : 550 m

DÉNIVELÉ - : 1450 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en gîte

Jour 4 : Pointe de la Croix (2478 m)

Départ de la journée depuis la Thuile. Montée jusqu'à Foillex-Damon (1955 m), de là à travers les mélèzes, nous rejoignons une grande combe jusqu'au Col de la Croix (2380 m). Du col, en suivant la crête nous arriverons à la Pointe de la Croix.

TEMPS DE SKI : 5h

DÉNIVELÉ + : 980 m

DÉNIVELÉ - : 980 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en gîte

Jour 5 : Le Mont Rosset (2449 m)

Départ depuis le hameau des Pars. Nous remontons le long du torrent de la Portette jusqu'à Pré Pinet puis les Chambrier et les chalets du Mont Rosset (2117 m) avant d'atteindre le Mont Rosset.

TEMPS DE SKI : 5h
DÉNIVELÉ + : 950 m
DÉNIVELÉ - : 950 m

Ce programme n'est donné qu'à titre indicatif. Pour des raisons évidentes de sécurité, le guide peut à tout moment modifier l'itinéraire ou interrompre le séjour d'un participant n'ayant pas le niveau requis pour sa propre sécurité et celle des autres, ou bien annuler le séjour pour cause de très mauvais temps. Les participants ne pourront prétendre à aucun remboursement sauf dans le dernier cas.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Rendez-vous le jour 1 à 8h45 à la gare d'Albertville.

Accès :

En train :

Train de nuit (départ la veille, arrivée le matin) ou TGV (départ la veille, vous devrez passer la nuit à Albertville) jusqu'à Albertville (73).

DISPERSION

Le jour 5 à la gare d'Albertville vers 17h.

NIVEAU

Technique

Pentes le plus souvent faciles et vastes. Notions de ski de randonnée nécessaires, niveau piste noire requis. Formation par le guide aux techniques de ski de rando.

Physique

Bonne condition physique : 4 à 5 heures de ski par jour.

Dénivelés positifs pouvant être compris entre 400m et 800m de dénivelée par jour.

HEBERGEMENT

4 nuits en gîte au coeur de la Tarentaise.

Vous serez accueillis dans ce gîte de caractère dominant la Tarentaise.

L'hébergement est en chambre de 3 à 6 places mixte.

Possibilité d'être logé en chambre de 2 ou chambre individuelle avec supplément.

Toutes les chambres ont leur propre salle de bain privative.

L'hébergement vous propose l'accès au salon, la terrasse, le bar.

Une cuisine familiale riche en saveurs du terroir vous sera servi aux dîners

TRANSFERTS INTERNES

Transferts internes réalisés en minibus.

PORTAGE DES BAGAGES

Vous portez uniquement vos affaires de la journée, le matériel collectif de sécurité et le pique-nique.

GROUPE

De 4 à 8 skieurs.

ENCADREMENT

Nos séjours sont encadrés par des guides de haute montagne ou des moniteurs de ski alpin diplômés d'État.

MATERIEL FOURNI

Le prêt du matériel collectif de sécurité (DVA, pelle et sonde).

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Matériel technique

Skis de randonnée munis de fixations de randonnée, peaux de phoque + couteaux, bâtons, chaussures de ski. Le tout en excellent état.

Nous vous conseillons les skis de randonnée de type freerando pour profiter un maximum des descentes en toute neige et dans la poudreuse.

Le guide pourra juger votre matériel comme inadapté et vous demander d'en louer pour partir sur le circuit.

Location de matériel

Vous devez effectuer vous-même la réservation sur le site internet du loueur Intersport Albertville ou par téléphone au 04 79 32 45 08. Vous ferez un arrêt à la location avec le guide au début de votre séjour pour récupérer le matériel et à la fin du séjour pour rendre le matériel.

Location du pack ski, chaussures, peaux : environ 220€ pour 5 jours.

Pour la tête

Bonnet chaud /Cache-col ou Buff

Masque de ski et lunettes de soleil avec verres indice de protection UV4/

Casque de ski (recommandé)

Conseil pour lunettes et masques : les verres photochromiques s'adaptent à la luminosité et varient de l'indice 2 à l'indice 4 pour optimiser la visibilité entre ombre et lumière. Très pratique.

Pour le corps

Sous-vêtements techniques : haut manches longues et collant pour apport de chaleur sous le pantalon

Veste polaire légère / Veste duvet synthétique avec capuche pour glisser sous la Gore Tex et apporter un apport de chaleur supplémentaire lors des pauses / Veste avec membrane imperméable et respirante type Gore Tex, légère et compressible pour réduire l'encombrement dans le sac à dos

Gants légers (polaire ou soft shell) /Gants chauds avec membrane imperméable et respirante type Gore Tex/Sous-gants en soie

Pantalons avec membrane imperméable et respirante type Gore Tex

Maillot de bain, il prend si peu de place dans les bagages que ce serait dommage de ne pas l'avoir en cas de besoin !

Pour les pieds

Chaussettes de ski

Conseil : La laine Merinos a l'avantage d'être très respirante et antibactérienne, ainsi elle conserve moins les odeurs que les matières synthétiques. Pensez-y si vous devez vous rééquiper.

Pantoufles recommandées pour le soir (chausson disponibles au refuge)

L'équipement vestimentaire a beaucoup d'importance dans la réussite de votre séjour.

Trousse de toilette & kit de premiers soins

Trousse de toilette avec nécessaire personnel

Kit de secours basique.

Vos médicaments habituels, jeu de pansements adhésifs, compeed, compresses désinfectantes, complexe poly vitaminé, médicaments contre la douleur (aspirine ou équivalent).

Bagages

Gourde 1L,

thermos ou Camelback,

couteau de poche,

crème solaire indice 50.

Sac de voyage résistant type Duffle de 90L, à laisser au gîte. Évitez les valises rigides. Un petit sac de 15l vous sera prêté pour un portage au refuge.

LE PRIX COMPREND

- L'hébergement en chambre pour 4 nuits,
- Les petits-déjeuners du jour 2 au jour 5,
- Les pique-niques de midi du jour 1 au jour 5,
- Les dîners du jour 1 au jour 4,
- Les transferts prévus au programme,
- Le matériel collectif spécifique au circuit,
- Le prêt d'un ensemble sécurité (DVA, pelle et sonde),
- L'encadrement par un guide de haute montagne diplômé d'État.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les frais à caractère personnel,
- La location du matériel de ski,
- Les remontées mécaniques prévues au programme,
- Les assurances,
- L'acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation.