

TOUR DES GLACIERS DE LA VANOISE

Savoie Mont Blanc - Vanoise

6 jours / 5 nuits

Randonnée familiale itinérante

Sans portage de sac



Le Tour des glaciers de la Vanoise est l'un des plus beaux et des plus emblématiques circuits pédestres des Alpes. Cet itinéraire, au coeur du parc national de la Vanoise, conduit à travers des paysages de montagnes d'une beauté incomparable et à la rencontre des animaux: bouquetins, chamois, marmottes, lagopèdes... La présence des ânes renforce l'ambiance familiale. Les étapes organisées dans des petits refuges confortables et charmants incitent à la quiétude et au bien-être.

PROGRAMME

Jour 01 : PRALOGNAN LA VANOISE – REFUGE D'ENTRE DEUX EAUX (2210m)

Rendez-vous à PRALOGNAN LA VANOISE avec votre accompagnateur en montagne. Rencontre avec les ânes, qui seront vos compagnons de route pendant 6 jours.

Préparation des sacs spéciaux mis à votre disposition (1 par personne) et apprentissage des soins (brossage et nettoyage de sabots). Les enfants et les adultes sont grandement associés à ces gestes.

Puis vient le bâtage, qui consiste à mettre sur le dos de l'âne tout le harnachement nécessaire au portage : couverture, bâts et sacs.

Ces opérations sont indispensables et importantes, elles seront renouvelées tous les jours. Les sacs devront être rangés rigoureusement de part et d'autre de votre âne, de manière à ce que la charge soit bien équilibrée. Nous voilà prêts pour cette première journée de mise en route et de prise de contact avec les ânes, Il faudra être ferme et gentil avec lui, il vous le rendra bien !

Départ pour la première journée de randonnée, en direction du pont de la Glière. Le sentier conduit au fond d'un vallon à destination du lac Long et du Col de la Vanoise (2517m). Petite descente le long du lac Rond et du ruisseau de la Vanoise. Arrivée au **refuge d'Entre Deux Eaux** (2210m).

Votre premier geste consiste à débâter votre âne et lui donner les soins : brossage et nettoyage des sabots.

Cette opération est importante, car elle vous permettra d'enlever le moindre petit caillou qui aurait pu se coincer sous ses pieds. Lui proposer à boire et l'installer sur les indications des gardiens, dans une pâture proche du refuge. Ça sera ainsi votre rituel tous les soirs du voyage. Installation dans les dortoirs.

Dîner et nuit au refuge.

Dénivelées : + 1112m -322m

Longueur : 14km

Horaire : 5h30

Jour 02 : REFUGE D'ENTRE-DEUX-EAUX – REFUGE DE L'ARPONT (2309m)

Petit-déjeuner et préparation des ânes selon les indications communiquées la veille. Vous voilà prêts pour une nouvelle journée de randonnée qui vous conduira aujourd'hui au refuge de l'Arpont.

Le chemin conduit vers le torrent de la Rocheuse et le GR5 du Tour de Haute Maurienne entre pelouses alpines et éboulis tout en surplombant le doron de Termignon. Arrivée au **refuge de l'Arpont** (2309m).

Rituel du soir pour les ânes et installation dans les dortoirs.

Dîner et nuit au refuge.

Dénivelées : +350m - 250m

Longueur : 12km

Horaire : 4h30

Jour 03 : REFUGE DE L'ARPONT – REFUGE DE PLAN SEC (2116m)

Petit-déjeuner.

Préparation des ânes et départ pour une nouvelle journée de randonnée en balcon sur la vallée et sous les pentes Nord Est de la Dent Parrachée (3697m) aiguille mythique. Le sentier domine les lacs d'Aussois (Plan d'Amont et Plan d'Aval).

Au loin et au Sud, comme pour mieux s'évader la vue s'ouvre sur le massif des Ecrins, la Meije.

Arrivée au **refuge de Plan Sec** (2216m).

Rituel du soir pour les ânes et installation dans les dortoirs.

Dîner et nuit au refuge.

Dénivelées : -214m + 328m -210m

Longueur : 15km

Horaire : 5h30

Jour 04 : REFUGE DE PLAN SEC - REFUGE DE L'ORGERE (1860m)

Petit-déjeuner et préparation des ânes. Départ par un sentier qui conduit au Pont de la Sétéria au-dessus du lac de Plan d'Amont et conduit au col du Barbier (2285 m). Sentier en balcon. Au col, la vue se dégage sur la vallée de la Maurienne.

Le sentier longe le versant sud du Rateau d'Aussois à travers des pelouses alpines et passe devant des chalets aux toits de lauzes. Progressivement, il pénètre dans une forêt de pins cembro et de pins sylvestre. La descente s'atténue. Arrivée dans l'après-midi au refuge de l'Orgère (1860m). Rituel du soir pour les ânes et installation dans les dortoirs.

Dîner et nuit au refuge.

Dénivelées : + 310m -130m

Longueur : 11km

Horaire : 4h30

Jour 05 : REFUGE DE L'ORGERE – REFUGE DE PÉCLET-POLSET (2460m)

Petit-déjeuner et préparation des ânes. Départ pour une randonnée qui conduit au Col Chavière (2796m), point culminant du voyage. La vue s'ouvre sur les montagnes environnantes, entre pelouses alpines, lacs de montagne et éboulis.

Observation des marmottes et bouquetins. A cet endroit en début de saison et vu l'altitude il n'est pas rare de traverser des névés.

Descente sur le versant Tarentaise pour **rejoindre le refuge de Péclet- Polset 2460m**).

Rituel du soir pour les ânes et installation dans les dortoirs.

Dîner et nuit au refuge.

Dénivelées : + 960m – 340m

Longueur : 9km

Horaire : 4h00

Jour 06 : REFUGE DE PÉCLET-POLSET - PRALOGNAN LA VANOISE (1420m)

Petit-déjeuner et préparation des ânes. C'est notre dernière journée en compagnie de nos amis les ânes. Le sentier conduit le long des ruisseaux des lauzes et du Doron de Valpremont. Il laisse sur notre droite et à l'Est les glaciers de la Vanoise.

Progressivement le monde minéral de la haute montagne laisse place aux alpages, aux forêts et aux habitations de moyenne montagne.

Arrivée dans l'après-midi à Pralognan la Vanoise.

Nous dirons au revoir à nos amis les ânes.

Dénivelées : -1040m

Longueur : 13km

Horaire : 5h00

AVERTISSEMENT : Le parcours peut être modifié pour des raisons de sécurité, de météorologie (neige en particulier). Votre guide accompagnateur en Montagne mettra toujours tout en œuvre pour apporter la meilleure solution, même en modifiant le parcours.

LES POINTS FORTS :

- Une approche agréable de la randonnée avec des sacs légers
- Portage assuré par des ânes (1 pour 4 à 5 personnes)
- Niveau technique facile
- Belle diversité de paysages : glaciers, aiguilles, torrents, hautes montagnes, faune, flore.
- Groupes de 6 à 14 personnes

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Le 1er jour à 10h00 devant l'office du tourisme de Pralognan la Vanoise.

Accès train : Gare Moutiers Salins / Brides les bains

Horaires à vérifier au numéro court de la SNCF 3635 (0,34 €/mn) ou sur www.voyages-sncf.com. Puis bus régulier ou taxi à destination de Pralognan la Vanoise (27km)
Bureau auxiliaire Transdev Savoie Tel : 0820 205 330 www.mobisavoie.fr

Accès voiture : Pralognan la Vanoise

En voiture : Autoroute A43 jusqu'à Albertville, voie express jusqu'à Moûtiers et route départementale jusqu'à Pralognan la Vanoise.

Calculez votre itinéraire : [viamichelin](http://viamichelin.com)

France Info 105,5 FM France Bleu 103,9 FM

Covoiturage : Nous pouvons difficilement jouer le rôle d'intermédiaire : d'une part, il nous est difficile d'organiser le covoiturage et d'autre part, la loi nous interdit la divulgation de coordonnées personnelles. Cependant, soucieux de faciliter vos déplacements mais aussi de nous inscrire dans une démarche responsable et respectueuse de l'environnement, nous vous invitons, conducteur ou passager, à consulter les sites suivants qui organisent le covoiturage : www.covoiturage.fr ou www.easycovoiturage.com ou www.123envoiture.com.

L'utilisation en est efficace, simple et gratuite.

Parking : A Pralognan la Vanoise : parking du Bouquetin (centre station). Gratuit.

Accès avion : Aéroport de Genève Cointrin

Aéroport Genève Cointrin : www.gva.ch

L'aéroport est relié aux réseaux ferroviaires suisse et européen. La gare CFF de l'aéroport est directement accessible depuis les niveaux enregistrement et arrivée. Tous les trains s'arrêtent à la gare Genève-Cornavin (centre-ville) : 5 trains par heure, 8 minutes de trajet.

Les trains pour la France partent de la gare centrale Genève-Cornavin (centre-ville).

DISPERSION

Le 6ème jour à l'office du Tourisme de Pralognan la Vanoise dans l'après-midi.

Hébergement avant ou après la randonnée :

Office du tourisme de Pralognan la Vanoise : <http://www.pralognan.com/ete-summer/>

FORMALITES

Durant la randonnée, vous devez être en possession des documents suivants :

- Carte d'identité en cours de validité ou Passeport en fonction de votre nationalité.
- Dépliant de votre assurance voyage "Europ Assistance" reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit cette assurance avec Mulâne Trekking) ou de votre assurance personnelle (numéro de contrat + numéro de téléphone).

Attention ! Vérifiez que vous possédez bien une garantie frais de recherche et secours avec un plafond suffisamment élevé. En particulier, les assurances des cartes bancaires couvrent l'assistance-rapatriement, mais seule la carte bancaire Gold Mastercard possède, à ce jour, une garantie frais de recherche et secours en montagne.

- Carte vitale.

NIVEAU

Facile. Marcheurs contemplatifs.

4 à 5 h de marche par jour sur chemins, pistes, sentiers ou parcours vallonnés.

Randonneurs niveau 2 sur une échelle de 5. Accessible aux enfants à partir de 7 ans.

Votre âne :

Il sera votre compagnon et sera intégré à votre famille durant tout le circuit.

Il faut compter sur un âne pour quatre ou cinq personnes, (2 adultes & 2 ou 3 enfants).
L'âne est un animal très gentil et très calme, cependant il vous faudra être ferme durant la marche et lui faire comprendre que c'est vous le chef ! En effet, son seul défaut c'est la gourmandise !

Son pas est sûr et adapté à la marche en montagne.

Vous aurez à lui apporter deux soins quotidiens : le matin et le soir. Une trousse spéciale contenant une brosse et un cure-pied vous sera attribuée. Chaque âne est équipé d'un licol, d'une longe, d'une couverture porte bât, d'un bât et d'une paire de sacoches.

Pour la nuit, les établissements qui nous accueillent, ne sont pas toujours équipés pour recevoir les ânes. A cet effet un pieu d'attache et une longue longe sera mise à votre disposition pour votre âne.

Vous êtes responsable de ce matériel durant la randonnée. Merci d'en prendre le plus grand soin. Il en dépendra du bon déroulement de votre programme.

Une trousse médicale spéciale âne sera sous la responsabilité de votre accompagnateur.

HEBERGEMENTS DURANT LE TREKKING

Refuge d'Entre Deux Eaux : Capacité : 36 places

Refuge de l'Arpon : Capacité : 92 places

Refuge de Plan Sec : Capacité : 58 places

Refuge de l'Aiguille de l'Orgère : Capacité : 70 places

Refuge de Peclet Polset : Capacité : 84 places

Refuges de montagne et gîtes d'étape en dortoirs de 4 (rares) à 30 personnes.

Ils sont équipés avec des couettes et literie complète. Il n'est donc pas utile de vous charger de sacs de couchage, un drap-sac suffit, vous allez gagner de la place.

La toilette : l'eau est une denrée essentielle en montagne et peut devenir rare à certains endroits, aussi merci d'utiliser uniquement ce dont vous avez besoin. Merci aussi de ne pas vous éterniser, car il peut y avoir beaucoup de monde. L'espace toilette est rarement privatif.

Les repas

Les petits-déjeuners et les dîners sont servis chauds dans les hébergements.

Les pique-niques sont copieux et accompagnés de vivres de course (fruits secs, chocolat, biscuits).

PORTAGE DES BAGAGES

Les bagages sont transportés sur le dos de votre âne. Des sacs imperméables sont mis à votre disposition. Vos vêtements et autres effets personnels devront y être correctement répartis pour ne pas déséquilibrer la charge et rendre le portage plus agréable pour votre âne.

Le premier jour, nous vous remettons un sac individuel étanche dans lequel vous rangerez vos affaires personnelles dont vous aurez avoir besoin pour l'ensemble du circuit. Celui-ci sera porté à dos d'ânes, il fera maximum 8kg (pesée au départ). Votre sac de voyage souple personnel contenant un susceptible excédent de poids vous sera remis en fin de circuit.

Il vous faudra uniquement un petit sac à dos pour vos affaires personnelles de la journée et le pique-nique de midi.

Pour les enfants, le mieux est de les laisser libres de tout portage afin qu'ils n'aient que le plaisir de la montagne et de l'âne.

GROUPE

De 6 à 13 personnes

ENCADREMENT

Un accompagnateur en montagne, spécialiste de la région et ânier.

Votre guide joue un rôle fondamental dans la réussite de votre randonnée, il connaît parfaitement la logistique du séjour (gestion des bâts et conduite des ânes, hébergements et conditions du terrain), il est disponible, il transmet au groupe ses connaissances sur les ânes et l'environnement.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Pendant la journée, vous portez sur vous :

- Des sous-vêtements respirant (séchage rapide).
- Une micropolaire.
- Un pantalon de trek.
- Un chapeau, foulard ou casquette pour le soleil.
- Des lunettes de soleil (indice 3 minimum).

Pendant la journée, vous portez dans un sac à dos à bretelles larges et dos anatomique, de 40 litres maximum :

- Une veste chaude en polaire (sur vous, en fonction des conditions).
- Une veste imperméable et respirante type Goretex, avec capuche (sur vous, en fonction des conditions).-
- Un tube de crème solaire et un stick pour les lèvres - Haute protection.
- Une gourde (ou poche à eau, pipette).
- Le pique-nique de midi et vos vivres de course
- Du papier toilette et un briquet pour le brûler.
- Votre pharmacie individuelle réduite au minimum (bande adhésive et double peau, antidiarrhéique, antalgiques, médicaments personnels).
- Un couteau de poche, une cuillère et une boîte en plastique hermétique pour les salades de midi. - Quelques sachets plastiques pour protéger vos affaires.
- Une pochette étanche avec vos papiers d'identité, argent, attestations d'assurance, d'assistance. - Une couverture de survie.

Le soir, vous retrouvez votre sac de voyage souple (un seul par personne), de 8 kilos maximum, contenant :

- Une trousse et une serviette de toilette.
- Des vêtements de rechange.
- Un collant thermique (en cas de journée froide).
- Un bonnet.
- Une paire de gants.
- Une cape de pluie.
- Un survêtement ou similaire pour la nuit.
- Un drap sac pour la nuit. (Uniquement nécessaire dans les refuges, gîtes et auberges)
- Des chaussures type sandales ou chaussons.
- Des chaussures de rechange pour marcher dehors.
- Une lampe frontale.

Chaussures et matériel technique

Des chaussures imperméables à tige montante et semelle offrant une bonne adhérence type Contagrip ou Vibram.

Et puis...

Une dose de bonne humeur et pourquoi pas une petite spécialité de chez vous à partager lors d'un pique-nique ou d'une soirée !

DATES ET PRIX

Dates : Du Dimanche au Vendredi	Prix par adulte	Prix par enfant (7-12 ans)
Du 18 au 23 juillet 2022	870 €	780 €
Du 07 au 12 août 2022	870 €	780 €

(Prix à partir de 6 personnes)

LE PRIX COMPREND

- Les frais d'organisation et d'encadrement.
- Un âne pour 4 ou 5 personnes, avec son matériel de portage, y compris sacs étanches.
- La nourriture et l'hébergement en pension complète du 1^{er} jour repas du soir (dîner) au déjeuner (pique-nique) du dernier jour.
- Les douches aux étapes

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les assurances
- Les boissons.
- L'équipement individuel.
- Les trajets jusqu'au lieu d'accueil et à partir du lieu de dispersion.
- Tout ce qui n'est pas dans "Le prix comprend"

INSCRIPTION, ANNULATION & ASSURANCES

INSCRIPTION

En ligne sur notre site internet www.espace-evasion.com, ou en renvoyant la fiche d'inscription signée et un acompte de 30%, vous recevrez alors une confirmation d'inscription.

Inscription à plus de 22 jours du départ : aucun frais de dossier

Inscription entre 21 jours et 8 jours du départ : frais de dossier : 10 € (20 € pour les voyages et les séjours en liberté)

Inscription à moins de 8 jours du départ : frais de dossier : 20 € (30 € pour les voyages et les séjours en liberté) (le paiement doit être obligatoirement effectué par carte de crédit)

ANNULATION

ANNULATION De notre part :

ESPACE EVASION se réserve le droit d'annuler un séjour en cas d'insuffisance de participants (6 minimum, sauf cas particuliers précisés) ou par suite de conditions particulières qui risqueraient de compromettre le bon déroulement du séjour.

En cas d'insuffisance de participants, ceux-ci seront prévenus dans un délai minimum de 14 jours. Il vous sera proposé plusieurs solutions de remplacement. Si aucune solution ne vous convient, vous serez remboursé intégralement.

ANNULATION De votre part :

En cas de désistement de votre part (sauf si vous trouvez un remplaçant), les frais d'annulation à votre charge sont les suivants (la date prise en compte est celle à laquelle ESPACE EVASION a pris connaissance du désistement) :

Dans le cas général.

- Jusqu'à 31 jours du départ : 10 % du montant du séjour, avec un minimum de 30 €.
- Entre 30 et 21 jours : 35 % du montant du séjour.
- Entre 20 et 14 jours : 50 % du montant du séjour.
- Entre 13 et 2 jours : 75 % du montant du séjour.
- A moins de 2 jours du départ : 90 % du montant du séjour.

Dans le cas particulier de séjour incluant l'émission d'un billet d'avion non remboursable ou l'affrètement d'un bateau.

De 90 à 45 jours avant le départ : 1 000 €

De 44 à 31 jours avant le départ : 60 % du montant du séjour

A 30 jours et moins du départ : 100 % du montant du séjour

Pour les groupes constitués auxquels il est proposé un tarif par personne, le désistement d'une partie seulement des participants entrainera une modification du tarif pour les autres

participants, ou sera soumise à des frais d'annulation de 100% quelque-soit la date de l'annulation.

Pour la prise en charge de ces frais, nous vous conseillons vivement de souscrire une assurance annulation. L'assurance n'entre en vigueur que si votre voyage est soldé.

Tout participant abrégant un séjour, ne respectant pas les lieux, dates ou heures de rendez-vous, ne pourra prétendre à aucun remboursement, de même qu'une exclusion décidée par votre accompagnateur, pour niveau insuffisant ou non-respect des consignes de sécurité.

ASSURANCES ANNULATION, FRAIS DE RECHERCHE ET SECOURS, ASSISTANCE - RAPATRIEMENT- INTERRUPTION

Nous vous proposons trois formules d'assurances au choix :

- Assurance Annulation (2,5 % du montant du séjour).
- Assurance Frais de Recherche et Secours, Assistance Rapatriement, Interruption de Séjour (2 % du montant du séjour).
- Assurance Multirisques Annulation, Frais de Recherche et Secours, Assistance Rapatriement, Interruption de Séjour + extension COVID (4.3 % du montant du séjour).

Les garanties détaillées et les exclusions sont portées sur le fascicule : Annulation – Assistance Frais médicaux et Interruption de séjour et d'activités ASSURINCO MUTUAIDE Vagabondages contrat n° 4637 joint à votre confirmation d'inscription. Il est disponible sur www.espace-evasion.fr/telechargements ou sur simple demande. Attention, ce contrat s'adresse uniquement aux personnes dont le domicile principal est situé en France ou en Europe.

L'assurance Annulation

L'assurance entre en vigueur dès la souscription et si votre voyage est soldé. Les événements garantis sont :

- L'annulation pour motif médical : maladie grave, accident corporel grave ou décès de vous-même, un membre de votre famille...
- L'annulation pour causes dénommées :
 - * Dommages graves ou vols dans locaux privés ou professionnel, convocation en tant que témoin ou juré d'assise, ..., une franchise de 30 € par personne est déduite par l'assureur.
 - * La mutation professionnelle, la suppression et la modification des dates de congés payés du fait de l'employeur, vol des papiers d'identité, ... (franchise de 100 € par personne).
- L'annulation toutes causes justifiées (franchise de 10 % du montant des frais d'annulation avec un minimum de 50 € par personne et 150 € par dossier).

Les frais d'annulation restant à votre charge vous seront remboursés par l'assureur (excepté une annulation à 31 jours et plus du départ), déduction faite de franchise éventuelle, des frais de dossier, de visa, des taxes portuaires et aéroportuaires et du montant des assurances. Ils sont calculés en fonction de la date de constatation médicale ou de l'événement qui entraîne l'annulation.

Cas Particuliers concernant les voyages à l'étranger

Dans le cas d'un billet d'avion émis à l'avance, que ce soit à votre demande ou en raison de la politique de certaines compagnies aériennes pour certains types de tarif, il sera facturé des frais d'annulation égaux à 100 % du prix du billet, quelle que soit la date de l'annulation.

Extension COVID : uniquement disponible dans la formule multirisque à 4.3%

- Annulation pour cause de COVID déclarée dans le mois précédent le départ (ou pour toute autre épidémie)

L'Assurance Frais de Recherche et Secours, Assistance Rapatriement, Interruption de Séjour

La garantie de l'assuré prend effet dès le départ du séjour et cesse lors du retour du voyage. Les événements garantis par notre contrat souscrit pour vous auprès de Mutuaide Assistance sont :

- les frais de recherche et secours jusqu'à un plafond de 10 000 €,

- le rapatriement avec assistance en cas d'atteinte corporelle grave,
- les frais médicaux complémentaires à l'étranger,
- l'assistance en cas de décès,
- l'avance sur caution pénale à l'étranger,
- la prise en charge d'honoraires d'avocats à l'étranger jusqu'à un plafond de 5 000 €,
- l'interruption de séjour jusqu'à un plafond de 30 000 € par évènement,
- ...

Extension COVID : uniquement disponible dans la formule multirisque à 4.3%

- Frais hôteliers suite à mise en quarantaine (80 €/nuit – maxi 14 nuits)
- Soutien psychologique suite à mise en quarantaine
- Frais médicaux sur place
- Retour impossible suite à vol annulé par autorités ou compagnie aérienne (1000 €)
- Frais hôteliers suite retour impossible (80 €/nuit – maxi 14 nuits)

Nous déclinons toute responsabilité en cas de difficulté avec votre assureur si ces prestations ne couvrent pas les conditions ou les activités du voyage. Si des frais supplémentaires sont exposés de ce fait pour votre retour, nous nous réservons le droit de vous les facturer.

Pour les séjours à l'étranger, les participants possédant une assistance rapatriement personnelle devront remplir un formulaire et nous fournir une attestation de leur assurance. Il est notamment important de vérifier que votre destination ne fait pas partie des pays exclus.

Vérifiez notamment que vous possédez une garantie « frais de recherche et secours » avec un plafond suffisamment élevé. En particulier, les assurances des cartes bancaires couvrent l'assistance-rapatriement, mais les assurances des cartes bancaires de base (et certaines cartes bancaires haut de gamme) ne possèdent pas de garantie «frais de recherche et secours».

ESPACE EVASION

Agence de Voyages – IM.074.10.0036

Garantie financière : Groupama – 5, rue du Centre - 93199 NOISY LE GRAND Cedex

Assurance responsabilité civile professionnelle : MMA Mutuelles du Mans Assurances –
Sarl SAGA – BP 54 – 69922 OULLINS Cédex