

VAL D'AOSTE & VAL DE COGNE

Parc National du Grand Paradis

Randonnée à raquette en étoile

6 jours / 5 nuits / 5,5 jours de marche



Juste derrière le mont Blanc, la vallée d'Aoste est une région à part. Vous apprécierez l'accueil des montagnards et le charme des villages en pierre, vous (re)découvrirez les saveurs de la cuisine italienne et les paysages de Haute Montagne !

Ce séjour explore deux vallées italiennes : 3 nuits dans le Val de Cogne, au cœur du Parc du Grand Paradis, et 2 nuits sur les hauteurs d'Aoste.

Les randonnées se déroulent sur un terrain propice à la raquettes mais dans un cadre très alpin avec des sommets de plus de 4000 m au premier plan (Grand Paradis) ou en arrière plan (Mont Blanc, Cervin).

PROGRAMME

Jour 01 : Rendez-vous à 15h00 à Vétan, en tenue de randonneur.

Nous partons directement pour une randonnée sur les hauteurs de Vétan, joli panorama notamment sur les sommets du Grand Paradis où nous randonnerons en deuxième partie de semaine.

Dénivelée : + 250 m ; - 250 m

Horaire : 2h00 de marche environ

Installation à l'hôtel à Vétan, où nous passons deux nuits à 1800 m d'altitude.

Jour 02 : La pointe de Leysser (2771 m)

Le versant sud du Mont Rouge est un magnifique terrain de jeu pour randonneurs à raquettes. Nous accédons aux Alpagnes de Leysser qui offrent une large vue sur la massif du Grand Paradis. Si les conditions le permettent nous pourrions grimper au col de Palettaz (2707 m) et à la pointe de Leysser. Descente très ludique dans les multiples petits torrents qui forment de véritables "half pipe" naturels. Deuxième nuit à Vétan.

Dénivelée : + 700 m à 900 m ; - 700 à 900 m

Horaire : 5h30 de marche environ

Jour 03 : Alpage de la Pointe de la Pierre (2450 m)

Nous quittons Vétan. Transfert jusqu'à Ozein (30 mn). Le début de l'ascension traverse une succession de clairières pour déboucher dans un alpage situé en plein centre du Val d'Aoste. Sa position géographique particulière lui permet d'offrir un panorama remarquable depuis le fond de la vallée et la ville d'Aoste jusqu'aux plus hauts sommets des Alpes.

Transfert pour le Val de Cogne (30 mn), installation dans notre hôtel à Valnontey où nous séjournons 3 nuits.

Dénivelée : + 800 m ; - 800 m

Horaire : 6h00 de marche environ

Jour 04 : Pointe de Tsaplana (2681 m)

Court transfert au hameau de Gimillan (3 km). Belle montée dans la forêt lumineuses de mélèzes, puis dans les alpages. Lorsqu'à la première pause nous nous retournons, le spectacle est garanti. Un magnifique cirque glaciaire ferme la vallée en face de nous. Le point culminant de ce cirque est le Grand Paradis (4061 m). Descente sur Cogne et visite du village, qui est le plus gros bourg de la vallée.

Nuit à Valnontey.

Dénivelée : + 900 m ; - 900 m

Horaire : 6h00 de marche environ

Jour 05 : Le Grand Lauson (2506 m)

Nous chaussons les raquettes devant notre hébergement et grimpons sur le versant ensoleillé de la vallée. La forêt devient clairsemée et les points de vue sur les glaciers de plus en plus spectaculaires. Nous passons les villages d'alpages endormis sous la neige et continuons en direction du glacier du Lauson. Plusieurs sommets de 3500 à 4000 m nous entourent. L'ambiance est très alpine mais le terrain reste parfaitement adapté à la raquettes.

Nuit à Valnontey.

Dénivelée : + 900 m ; - 900 m

Horaire : 6h00 de marche environ

Jour 06 : Lac de Loie (2346 m)

Petit transfert pour Lillaz (10 mn), un peu plus haut dans le val de Cogne. Randonnée jusqu'au plan de Goilles (2240 m). Encore un terrain parfaitement adapté à la randonnée en raquettes, et toujours de jolis paysages ! Nous sommes au pied de la cime de Bardoney et son micro glacier ! Si nous avons le temps nous poursuivons jusqu'au lac de Loie.

Fin du séjour vers 15h30 à Cogne.

Dénivelée : + 630 à 730 m ; - 630 à 730 m
environ

Horaire : 5h00 de marche

- Ce programme est indicatif, il peut être modifié par votre accompagnateur pour s'adapter aux conditions météorologiques et nivologiques -

LES POINTS FORTS :

- Une ambiance Haute Montagne sur des itinéraires Moyenne Montagne
- Des hébergements de qualité et un accueil chaleureux.
- Des belles randonnées qui sortent vraiment de l'ordinaire
- Des panoramas remarquables tous les jours

PROGRAMME SPECIAL POUR LES DEPARTS DU 05, 12, 19 et 26 février 2023

Jour 01 : Rendez-vous à 15h00 à Etroubles en tenue de randonneur.

Nous partons directement pour une randonnée le long de la rivière Artanavaz et dans la combe de Flassin où nous découvrons une succession de jolis chalets d'alpage.

Dénivelée : + 250 m ; - 250 m

Horaire : 2h00 de marche environ

Installation à l'hôtel à Etroubles, dans la vallée du Grand St Bernard.

Jour 02 : Col de Serena (2546 m)

La combe de Serena est un très joli secteur pour la randonnée à raquettes. Nous traversons d'abord une belle forêt de Melezes, puis les arbres sont de plus en plus dispersés, mais ils s'accrochent créant une ambiance particulière. Du col on découvre le massif du Ruitor frontalier entre la France et l'Italie. Deuxième nuit à Etroubles.

Dénivelée : + 880 m ; - 880 m

Horaire : 5h30 de marche environ

Jour 03 : Pointe de la Pierre (2653 m)

Nous quittons Etroubles. Transfert jusqu'à Ozein (30 mn). Puis programme normal...

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Rendez-vous à 15h00 au 1er hébergement à Vétan*, en tenue de randonneur, (les coordonnées de l'hébergement vous seront envoyées avec votre confirmation d'inscription).

* les 05/02, 12/02, 19/02 et 26/02/2023 rendez-vous à **Etroubles**.

Option "avec transferts" : rendez vous à 14h00 à la gare de St Gervais le Fayet, en tenue de randonneur.

Accès voiture

Pour Vétan :

Autoroute blanche jusqu'à Chamonix, puis Tunnel du Mont Blanc et autoroute en Italie. Sortie « Aosta Ouest ». Rejoindre ensuite St Pierre, poursuivre dans la direction Vétan.

Pour Etroubles :

Autoroute blanche jusqu'à Chamonix, puis Tunnel du Mont Blanc et autoroute en Italie. Sortie « Aosta Est – Gran San Bernardo ». Suivre ensuite la direction « E27 Gran San Bernardo » jusqu'à Etroubles.

A noter : Parking gratuit en face de l'hébergement de Vétan et Etroubles. Garage couvert gratuit à coté de l'hébergement du Val de Cogne.

Accès train -

Paris gare de Lyon : 07h34 - St Gervais Le Fayet 12h35 (TGV direct)

Paris gare de Lyon : 08h18 - St Gervais Le Fayet 13h16 (TGV + TER via Bellegarde)

Lyon : 08h38 - St Gervais Le Fayet 13h16

Marseille : 06h36 - St Gervais Le Fayet 13h16

Horaires à vérifier au numéro court de la SNCF 3635 (0,34 €/mn) ou sur le www.voyages-sncf.com.

DISPERSION

Séparation à 15h30 à Cogné

Option "avec transferts" : séparation la gare ferroviaire de St Gervais le Fayet vers 16h45.

Retour train : TER jusqu'à Bellegarde, puis TGV jusqu'à Paris

St Gervais le Fayet : 16h49 – Paris gare de Lyon : 21h42

St Gervais le Fayet : 18h49 – Paris gare de Lyon : 23h42

St Gervais le Fayet : 17h49 – Lyon : 21h22

St Gervais le Fayet : 16h49 – Marseille : 23h41

Horaires à vérifier au numéro court de la SNCF 3635 (0,34 €/mn) ou sur le www.voyages-sncf.com.

Hébergements avant ou après la randonnée :

A St Gervais le Fayet :

- Hôtel des Deux Gares, à proximité de la gare, tel. 04 50 78 24 75 - www.hotel2gares.com
- Hôtel Terminus Mont-Blanc, à proximité de la gare, tel. 04 50 93 68 00
- Hôtel le Bouchon des Aravis, à proximité de la gare, tel. 04 50 78 09 22

En Italie (A réserver au moment de votre inscription) :

Nuit supplémentaire en 1/2 pension en Val de Cogné : 73 à 93 €/personne en chambre de 2

Nuit supplémentaire en 1/2 pension en Val de Cogné : 99 à 110 €/personne en chambre single

Nuit supplémentaire en 1/2 pension à Vétan : 65 €/personne en chambre de 2

Nuit supplémentaire en 1/2 pension à Vétan : 85 €/personne en chambre single

Nuit supplémentaire en 1/2 pension à Etroubles : 90 €/personne en chambre de 2

Nuit supplémentaire en 1/2 pension à Etroubles : 110 €/personne en chambre single

FORMALITES

Carte d'identité ou passeport en cours de validité.

Une assurance assistance-rapatriement est indispensable car les secours ne sont pas gratuits en Italie. Vérifier que votre contrat assistance rapatriement inclus les frais de secours en montagne.

NIVEAU

Pour marcheurs sportifs.

Randonneur niveau 3 sur une échelle de 5.

Itinéraire de montagne avec dénivelées de 600 à 900 m. Accessible aux randonneurs qui n'ont jamais pratiqué la raquette à neige. Si vous le souhaitez, il est toujours possible de vous reposer une journée pour reprendre des forces.

Dénivelée moyenne : 800 m

Maximum : 900 m

Horaire moyen : 5 h 30 mn

Maximum : 6 h 00 mn

HEBERGEMENT

2 nuits à Vétan (1800 m) en hôtel ***, en chambre de 2 avec TV et téléphone, salle de bain dans la chambre. Joli bâtiment en pierre avec salle de restaurant panoramique sur la vallée d'Aoste. Pour les départs du 05/02, 12/02, 19/02 et 26/02/2023 cet hébergement ne peut pas nous accueillir, nous serons hébergés 2 nuits à Etroubles en hôtel *** très confortable, en chambre de 2 avec TV et téléphone, salle de bain dans la chambre.

3 nuits en Val de Cogné (1650 m) en hôtel ** en chambre de 2 avec TV et téléphone, salle de bain dans la chambre. Charmante maison en pierre dans un village aux ruelles étroites. Petit centre bien être avec sauna et jacuzzi. Wifi avec point internet.

Les inscriptions individuelles seront regroupées en chambres de 2, ou 3 lits.

Chambre individuelle possible selon disponibilité et avec supplément.

Les repas

Les petit déjeuners et les repas du soir sont servis chauds dans les hébergements.
Les pique-niques sont consommés froids sur le terrain.

PORTAGE DES BAGAGES

Uniquement les affaires de la journée.

TRANSFERTS INTERNES

Quelques kilomètres entre hébergement Val de Cogne et départs des randonnées.
50 km entre Vétan et Val de Cogne avec randonnée en cours de route le jour 03
60 km entre Etroubles et Val de Cogne avec randonnée en cours de route le jour 03
Ces transferts sont assurés par le véhicule de votre accompagnateur et les véhicules des participants.

Option "avec Transferts" : supplément de 50 €/personne :

Jour 01 : Le Fayet - Vétan

Jour 04 : Vétan - Val de Cogne avec randonnée en cours de route

Jour 06 : Val de Cogne – Le Fayet

ENCADREMENT

Par un accompagnateur en montagne français.

MATERIEL FOURNI

- une paire de raquettes
- une paire de bâtons
- un DVA (appareil de recherche de victimes d'avalanche) avec pelle et sonde

Important : si vous venez avec votre propre matériel technique, merci de nous l'indiquer sur votre fiche d'inscription).

GROUPE

De 6 à 12 personnes.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vous trouverez cet équipement dans les magasins de notre partenaire :

www.auvieuxcampeur.fr



Matériel technique : une paire de chaussures chaudes et imperméables adaptées à la pratique de la raquette à neige

NB : des chaussures de randonnée imperméables et une paire de guêtres sont suffisantes pour ce séjour.

En cas de location, testez-les et protégez efficacement les zones de frottement dès le jour du départ.

Votre équipement

Pendant la journée, vous portez sur vous :

- Un sous-vêtement thermique (séchage rapide) à manches longues.
- Une micropolaire.
- Un pantalon de montagne coupe-vent et imperméable ou surpantalon.
- Des chaussettes à l'excellente thermicité.
- Une paire de guêtres si votre pantalon n'en a fait pas office.
- Un bonnet ou une cagoule
- Un tour de cou polaire

- Un chapeau, un foulard ou une casquette pour le soleil.
- De très bonnes lunettes de soleil avec protections latérales ou des lunettes de glacier.
- Une paire de gants légers type polaire

Pendant la journée, vous portez dans un sac à dos équipé de bretelles larges, d'une armature anatomique réglable, et de sangles permettant de fixer les raquettes, d'une contenance de 40 litres, pour vos affaires de la journée.

- Une veste chaude en polaire (sur vous en fonction des conditions).
- Une veste imperméable et respirante, avec capuche (sur vous en fonction des conditions).
- Un collant thermique (sur vous sous le pantalon de montagne en fonction des conditions).
- Un tube de crème solaire et un stick labial haute protection.
- Un masque de ski.
- Une paire de gants chauds et imperméables
- Une gourde ou bouteille d'eau solide (1 litre au minimum), (poche à eau/pipette déconseillée, risques de gel).
- Une thermos de boisson chaude éventuellement.
- Le pique-nique de midi et les vivres de course remis
- Du papier toilette et un briquet pour le brûler.
- Votre pharmacie individuelle réduite au minimum.
- 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.
- Le matériel technique (voir ci-dessous).
- Une couverture de survie.

Le soir, vous retrouvez votre sac de voyage souple (1 seul par personne), de 12 kilos au maximum, contenant :

- Une trousse de toilette.
- Une serviette de toilette.
- Des chaussettes de rechange.
- Des vêtements de rechange.
- Un survêtement ou similaire pour la nuit.
- Des chaussures type sandales ou chaussons.
- Des chaussures de rechange pour marcher dehors (potentiellement dans la neige).
- Un drap-sac pour les auberges et gîtes (les couvertures sont fournies).
- Une lampe frontale
- Le complément de votre pharmacie individuelle.

DATES ET PRIX

Dates : Du Dimanche au Vendredi	Prix par personne En chambre de 2	Supplément chambre individuelle
Du 05 au 10 février 2023 *	835 €	120 €
Du 12 au 17 février 2023 *	835 €	120 €
Du 19 au 24 février 2023 *	835 €	120 €
Du 26 février au 03 mars 2023 *	835 €	120 €
Du 05 au 10 mars 2023	725 €	140 €
Du 12 au 17 mars 2023	725 €	140 €
Du 19 au 24 mars 2023	725 €	140 €

* programme spécial

Option "avec transferts" (à réserver à l'inscription) : + 50 €/personne

Famille, club, associations, écoles, comités d'entreprise.... à partir de 7 personnes vous constituez un groupe et vous bénéficiez de réductions sur ce séjour :

- 5% pour les petits groupes (de 8 à 10 personnes)
 - 8% pour les grands groupes (à partir de 11 personnes)
- Et vous pouvez choisir d'autres dates (selon disponibilités).*

LE PRIX COMPREND

- L'organisation et l'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé d'Etat avec qualification hivernale
- L'hébergement 5 nuits (base chambre double)
- Les repas (du diner du J1 au pique-nique du J6)
- Le prêt de raquettes et de bâtons.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- L'équipement individuel
- Les transferts au court du circuit
- Les boissons et dépenses personnelles.
- Les assurances annulation assistance rapatriement, interruption de séjour
- D'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique précédente.

POUR EN SAVOIR PLUS

CLIMAT – ENNEIGEMENT

Nous sommes avant tout des randonneurs et si la neige vient à manquer nous assurons tout de même le départ de nos séjours.

L'ambiance et la luminosité hivernale seront au rendez-vous même si il faut porter les raquettes sur le sac pour rejoindre la neige.

CARTOGRAPHIE

L'escursionnista editore : n° 10 Valle di Cogne Gran Paradiso

Kompass : n° 86 Gran Paradiso Valle d'Aosta.

ADRESSES UTILES

Itinéraire : www.viamichelin.fr

SNCF : Tel :0 892 35 35 35 ou <http://www.voyages-sncf.com>

Co-voiturage : www.blablacar.fr www.idvroom.com

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 + extension COVID (3,4 % 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 :

- Annulation pour cause de COVID déclarée dans le mois précédent le départ (ou pour tout 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 événement,
- ...

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