

SUR LES TRACES DE L'ULTRA TOUR DU BEAUFORTAIN- Rando Trail itinérant

Boucler le tour du Beaufortain en 4 jours, voilà un beau défi pour ce séjour sportif et curieux de Nature dans un environnement naturel préservé. Le parcours suit en partie le tracé de l'Ultra Tour du Beaufortain avec des variantes incontournables concoctées par votre accompagnateur local plusieurs fois finisher de l'épreuve.

Un séjour idéal pour découvrir l'itinérance en rando trail, pour préparer l'épreuve de l'UTB et se faire plaisir !

Le tour du Beaufortain en quelques chiffres : environ 110 km, pas loin de 7000 mètres de dénivelé et plus de 80 % du parcours à plus de 1500 mètres d'altitude en monotrace.

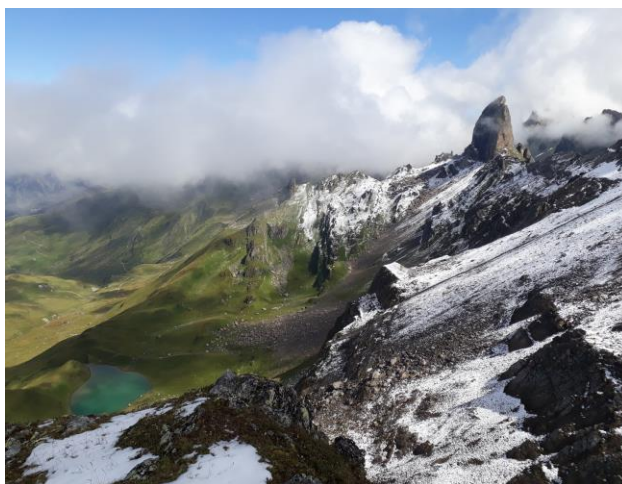
*Un Séjour proposé par **Matthieu DENELE**, accompagnateur en montagne Diplômé d'État, 06 20 42 22 63, denelematthieu@yahoo.fr.*

Tarifs du séjour

490 euros par personne
De 4 à 10 personnes

Dates du séjour

Du 21 au 24 juin 2022
Du 30 juin au 3 juillet 2022
Du 11 au 14 juillet 2022
Du 29 août au 1er septembre 2022
Du 5 au 8 septembre 2022



Niveau de difficultés

SEJOUR SPORTIF. De 6 à 7h00 de rando-trail par jour. De 1200 à 2500 mètres de dénivelé positif et négatif par jour pour maximum 20 km. La difficulté de l'itinéraire réside également dans l'accumulation de 4 jours d'effort et de la progression sur sentiers de montagne. Quelques sections techniques : pentes raides, éboulis, crêtes.

Au programme...

Ce programme peut être modifié à tout moment par le professionnel encadrant en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques et techniques des participants et de la disponibilité des hébergements. En dernier ressort, il reste seul juge du programme.

ETAPE 1- UNE COPIEUSE MISE EN JAMBE
6 HEURES DE RANDO TRAIL. DÉNIVELÉ +2500m. / -1500m.

Départ matinal de Queige où nous prendrons directement de l'altitude pour gagner les alpages du Beaufort. Selon les conditions et le niveau des participants, nous gravirons la Pointe de la Grande Journée ou le Grand Mont, sommets panoramiques, pour prendre la mesure de notre périple. Après un bref passage sur les pistes de ski d'Arèches Beaufort, nous traverserons la désormais mythique passerelle himalayenne du lac de Saint Guèrin avant de rejoindre le refuge de l'Econdus pour une première nuit bien méritée.

Repas compris et nuit : pique-nique du midi fournit par votre accompagnateur. Dîner et nuit au refuge de l'Econdus.

ETAPE 2 – LA PIERRA MENTA
6 HEURES DE RANDO TRAIL. DÉNIVELÉ +1500m. / -1500m.

Magnifique étape alpine avec l'ascension de 4 cols, dont le célèbre Col à Tutu au pied de l'emblématique Pierra Menta. Descente exceptionnelle en fin de journée par la Combe de la Neuva face au Glacier des Glaciers et au massif du Mont Blanc. Nuitée au refuge de plan Mya et récupération possible d'un sac de décharge.

Repas compris et nuit : petit déjeuner, pique-nique du midi fournit par le refuge de l'Econdus. Dîner et nuit au refuge de Plan Mya.

ETAPE 3 – LA CRETE DES GITTES ET LE CHEMIN DU CURE
5/6 HEURES DE RANDO TRAIL. DÉNIVELÉ +2300m. / - 2000m.

Tunnel du Roc du Vent, sentier militaire de la Crête des Gittes, chemin du Curé seront autant de lieux chargés d'histoire que nous découvrirons lors de cette étape atypique. Un gros dénivelé pour une étape assez courte qui marquera les esprits et les mollets. Soirée et nuitée au refuge de la Gittaz.

Repas compris et nuit : petit déjeuner, pique-nique du midi fournit par le refuge de Plan Mya. Dîner et nuit au refuge de la Gittaz.

ETAPE 4 – DE LA GITTAZ A QUEIGE
6 HEURES DE RANDO TRAIL. DÉNIVELÉ +1500m. / -2500m.

Nous terminerons cette belle aventure par le secteur le plus sauvage de notre itinéraire. En effet, la traversée du col de la Gittaz à Hauteluze par le lac Noir et la montagne d'Outray se fera en partie hors sentier. Après un bref passage à Hauteluze, nous aborderons la dernière difficulté du parcours avec l'ascension du Mont Bisanne puis la dernière, et non des moindres, descente sur Queige. Séparation après un petit moment d'échange et d'un apéritif offert au bord du plan d'eau de Queige.

Repas compris : petit déjeuner, pique-nique du midi fournit par le refuge de Plan Mya.

Le prix comprend :

- L'hébergement en pension complète de l'Étape 1 pique-nique de midi, à l'Étape 4, pique-nique de midi - Nuitée, dîner et petit déjeuner en refuge et pique-nique préparé par les refuges. Nuitée en dortoir collectif,
- Le transfert d'un sac de décharge à mi-parcours (au soir de l'étape 2),
- L'organisation et l'encadrement du séjour par un accompagnateur en montagne diplômé d'État.

Le prix ne comprend pas :

- Les frais de dossier d'AEM Voyage de 15 euros par bulletin d'inscription,
- Le transport aller/retour de votre domicile au point de départ /d'arrivée du séjour
- Les en-cas nécessaires au bon déroulement d'une journée de trail en montagne,
- Les boissons prises à l'initiative des participants,
- Les douches payantes dans certains refuges,
- Tout ce qui n'est pas mentionné dans la rubrique « le prix comprend ».

Équipement et matériel indispensables

- Chaussures de trail avec une semelle offrant une bonne adhérence (+ lacets de rechange),
- un sac à dos de randonnées d'une contenance de moins de 20 litres,
- vêtements de rechange (possibilité de sac de déchargement pour les vêtements de rechange, à récupérer au soir de la deuxième étape, prévoir sac d'environ 20 litres),
- une vêtement haut chaud,
- une veste imperméable,
- un sur pantalon léger et imperméable,
- un bonnet et une paire de gants légers,
- Une casquette ou couvre chef offrant une bonne protection contre le soleil,
- une gourde d'une contenance minimum de 1 litre,
- une lampe frontale,
- des bâtons de marche (facultatif),
- un sac de couchage léger coton ou soie pour les nuits en refuge,
- nécessaire de toilette (effets personnels et petite serviette légère),
- une pharmacie individuelle à valider si besoin est avec votre médecin (crème solaire, bande

- adhésive et double peau, médicaments personnels...), **ordonnance obligatoire si traitement médical en cours**,
- du papier toilette,
 - petits en-cas pour compléter les piques niques fournis par les refuges (barres de céréales, pâtes de fruits...)

Formalités et assurance :

- Carte d'identité en cours de validité
- Carte vitale
- RC : Chaque participant doit être couvert en responsabilité civile dans le cadre d'une activité randonnée à titre de loisirs
- **L'assurance assistance / rapatriement est obligatoire.** Une assurance annulation est fortement conseillée. Si vous n'en possédez pas, AEM VOYAGES vous propose un contrat Europ Assistance comprenant l'assistance/rapatriement, l'assurance annulation et interruption du séjour et bagages et effets personnels.

COVID-19

L'ensemble des prestations du séjour s'effectue dans le strict respect de la réglementation et des mesures sanitaires en vigueur aux dates du séjour et sur le lieu de séjour.

Pour plus d'informations, consulter le site suivant :

<https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus>