

# TRAVERSEE DU MASSIF DU GRAND PARADIS

**Et plus si affinité...**

**Séjour de 6 jours / 5 nuits**



Vaste massif très sauvage au sud du Val d'Aoste. Ses vallées, aux magnifiques hameaux préservés, donnent accès à un parc national pionnier, le premier créé en Europe (en 1922), sanctuaire des bouquetins. Dans ce massif façonné par les glaciers, les cols que nous traversons sont autant de belvédères sur les plus hauts sommets du massif et leurs glaciers.

Chaque jour, nous changeons de vallée, un paysage différent d'étape en étape, proche des glaciers, des lacs, de belles prairies. Nous nous rapprochons tous les jours du point culminant, le sommet du Grand Paradis (4061m).

AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne – 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY

04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur Tourisme et Voyage : MTV Médiation Tourisme Voyage – BP 80303 – 75823 Paris Cedex 17 – www.mtv.travel

## PROGRAMME

### **Jour 1 : Chamonix - refuge de l'Epée**

**Rendez-vous à 10h devant la gare de Chamonix.** Transfert d'une heure dans le Valgrisenche. Montée au refuge de l'Epée.

*700m de dénivelée positive - 50 m de dénivelée négative -2h30 de marche effective*

En option, depuis le refuge de l'Epée, possibilité de rejoindre le Col Fenêtre de Torrent +/-500m

**Repas** : pique-nique et dîner. **Nuit** en dortoirs au refuge de l'Epée

### **Jour 2 Refuge de l'Epée - refuge Bezzi**

Très belle traversée sous le sommet de la Grand Rousse. Nous rejoignons le refuge Mario Bezzi après être montés au Lac San Martino pour pique-niquer. Chemin en balcon. Le refuge est dans un cadre reposant et magnifique.

Pas de bagages ce soir.

*750 m de dénivelée positive -550 m de dénivelée négative - 5 heures de marche effective*

**Repas** : Petit déjeuner, pique-nique et dîner. **Nuit** en dortoirs, au refuge Mario Bezzi

### **Jour 3 Refuge Bezzi - Hôtel à Rhêmes Notre Dame**

L'œil rivé sur les majestueux glaciers des Plattes, des Chamois, du Vaudet et de Gliairette, nous rejoignons le col de Bassac Déré (3082 m). Belvédère sur le Grand Paradis, Vanoise et Mont-Blanc. Descente vers le refuge Benevolo (2285 m), puis dans le vallon. Un taxi nous transférera à Rhêmes Notre Dame.

*800 m de dénivelée positive - 1200 m de dénivelée négative -6h30 de marche effective*

Si la météo, le timing et le moral des troupes le permettent nous gravirons le Bec de la Traversière (3370 m) +300m, 1H30 AR

**Repas** : Petit déjeuner, pique-nique et dîner. **Nuit** en chambre de 2 à 4 personnes à l'hôtel de Rhême

### **Jour 4 Rhêmes Notre Dame - Eau Rousse**

Grosse journée, nous partirons tôt depuis Rhêmes Notre Dame. Nous montons au Colle d'Entrelor, col très peu fréquenté. Le chemin descend sur les lacs noirs et lac Djouan pour rejoindre ensuite le hameau d'Eau Rousse. Transfert en bus jusqu'à Pont où se situe notre hôtel.

*1300 m de dénivelée positive -1350 m de dénivelée négative -7 heures de marche effective*

**Repas** : Petit déjeuner, pique-nique et dîner. **Nuit** en chambre de 2 à 4 personnes à l'hôtel Gran Paradiso

AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne – 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY

04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur Tourisme et Voyage : MTV Médiation Tourisme Voyage – BP 80303 – 75823 Paris Cedex 17 – www.mtv.travel

### **Jour 5 Pont - Refuge Chabod**

Nous préparons notre sac à dos pour monter au refuge Chabod. Nous n'aurons pas les sacs de voyage ce soir. Un bus nous permet de rejoindre le parking. Jolie montée dans les mélèzes jusqu'au refuge. Peut-être aurons-nous la chance de voir quelques bouquetins.

*1000 m de dénivelée positive -10 m de dénivelée négative -3h30 de marche effective*

Option Ascension: Les guides nous rejoignent à l'hôtel pour répartir l'équipement, puis montée au refuge Chabod

**Repas** : Petit déjeuner, pique-nique et dîner. **Nuit** en dortoirs au refuge Chabod

### **Jour 6 Refuge Chabod - Pont**

Belle traversée sous le sommet du grand Paradis. Le chemin rejoint le refuge Victor Emmanuel par un sentier en balcon. Puis belle descente jusqu'à Pont, petit village situé en bout de vallée.

*200 m de dénivelée positive -1000 m de dénivelée négative -4 heures de marche effective*

#### **Option Ascension :**

Départ à la frontale pour rejoindre le glacier, s'encorder, et partir pour l'ascension du Grand Paradis, encordés tous ensemble. La partie finale est plus rocheuse, pour faire une bise à la Sainte Vierge scellée en haut, il faudra faire preuve de courage ! Descente au refuge Victor Emmanuel où nous aurons mérité un bon repas ! Puis descente dans la vallée pour rejoindre Pont.

*+1350-2110m 9h de marche*

**Repas** : Petit déjeuner, pique-nique

**Transfert de Pont à Chamonix pour 18h environ**

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

## **INFORMATIONS PRATIQUES**

### **ACCUEIL**

Le Jour 1, rendez-vous devant la Gare de Chamonix à 10H

### **DISPERSION**

Devant la Gare de Chamonix à 18 H le jour 6

### **ENCADREMENT**

Juliette Qualizza  
06 63 35 54 46  
juliette.qualizza@hotmail.fr

### **NOMBRE DE PARTICIPANTS**

Nombre de participants minimum :5 personnes Nombre de participants maximum : 10 personnes

### **NIVEAU**

Niveau Difficile et très difficile pour l'option du Grand Paradis. Niveau 4 pour la partie randonnée. Entre 700 et 1400m de dénivelés par jour dans un terrain pierreux. Être capable de monter à 350m/h minimum.

### **HEBERGEMENT / RESTAURATION**

Nuits en dortoirs dans les refuges et en chambres de 4 dans 2 hôtels Il vous faudra prendre votre duvet et un sac à viande ainsi que votre serviette de toilette.

Les hébergements nous prépareront le petit déjeuner et le dîner et Juliette préparera les pique-niques de midi.

### **TRANSFERTS INTERNES**

Un taxi italien réalisera le transfert des bagages (sauf J2 et J5) ainsi que les transferts de personnes les J1, J3 et J6. Nous prendrons un bus local pour nous rendre d'Eau-Rousse à Pont (5mn).

Pour vous rendre à Chamonix, vous pouvez arriver via l'aéroport de Genève puis en navette ou bien via la SNCF directement à la Gare. Possibilité de vous garer sur le parking du Planard, derrière celui du Montenvers. Le retour se fera au même endroit, vers 18h à Chamonix.

### **PORTAGE DES BAGAGES**

Les bagages seront transportés en taxi dans les hébergements du jour 1, jour 3, et jour 4.

### **DATES ET PRIX**

**1060 € / personne**

### **LE PRIX COMPREND :**

L'encadrement par un Accompagnateur en Montagne diplômé d'état,

L'hébergement, 3 nuits en refuge en dortoirs, 2 nuits en hôtels standards en chambre de 4 personnes. (Draps et linge de toilette non fournis),

La pension complète du pique-nique du Jour 1 au pique-nique de midi du Jour 6,

Le transfert aller / retour pour rejoindre les points de départ / arrivée de la randonnée,

Les transferts des bagages J1, J3, J4

Les transferts en taxi J1, J3, J6

Le transfert en bus J4

AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne – 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY

04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur Tourisme et Voyage : MTV Médiation Tourisme Voyage – BP 80303 – 75823 Paris Cedex 17 – www.mtv.travel



### **LE PRIX NE COMPREND PAS :**

Le déplacement aller / retour de votre domicile au point d'accueil / dispersion du séjour  
Les boissons et les achats personnels,  
L'option ascension du Grand Paradis  
Les assurances,  
Les frais de dossier d'AEMV de 15 € / bulletin d'inscription

### **L'OPTION ASCENSION GRAND PARADIS :**

1 guide pour 2 jours sur le grand Paradis "coûte" 950 euros tout compris (demi-pension au refuge, pique-nique, honoraires, frais de déplacement). Il peut emmener 4 personnes maximum sur sa corde. Il faudra donc diviser le coût du guide par le nombre de personne souhaitant faire l'ascension. Si vous êtes 6 à vouloir faire le sommet, il faudra alors prendre 2 guides.

Vous aurez besoin de matériel spécifique : 1 baudrier, 1 paire de crampons, des chaussures d'alpinisme cramponnables, un casque et 1 piolet (Compter 50 euros de location pour les 2 jours)

Et tout ce qui n'est pas mentionné dans la rubrique « le prix comprend ».

### **EQUIPEMENT ET MATERIEL INDIVIDUEL A PREVOIR**

#### ***Pendant la journée, vous portez sur vous :***

Des sous-vêtements respirants (séchage rapide).  
Une micro polaire.  
Un pantalon de trek.  
Un chapeau, foulard ou casquette pour le soleil.  
Des lunettes de soleil (indice 3 minimum, 4 pour la haute montagne).

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

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 avec votre ordonnance médicale).  
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 :***

Des vêtements de rechange  
Un collant thermique (en cas de journée froide).  
Un bonnet  
Une cape de pluie.  
Un survêtement ou similaire pour la nuit

AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne – 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY

04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur Tourisme et Voyage : MTV Médiation Tourisme Voyage – BP 80303 – 75823 Paris Cedex 17 – www.mtv.travel

Une paire de gants  
Une trousse et une serviette de toilette  
Un drap-sac pour la nuit (uniquement nécessaire dans les refuges, gîtes et auberges).  
Des chaussures type sandales ou chaussons.  
Une lampe frontale.

#### **Pharmacie**

Ordonnance obligatoire si traitement médical en cours.

- Un antalgique
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel)
- Un antidiarrhéique
- Des pansements et double peau
- Un antiseptique
- De la crème solaire et 1 stick à lèvres.

#### **FORMALITES / ASSURANCES**

- Carte d'identité en cours de validité
- Carte vitale et carte européenne d'assurance maladie pour un séjour dans l'UE / EEE ou en Suisse
- Assurance Responsabilité civile : chaque participant doit être couvert en RC 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.

#### **Informations 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 du séjour.**

Pour plus d'information sur les formalités sanitaires en France, consulter le site suivant :  
<https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus>

Pour un séjour hors France, consulter le site suivant en sélectionnant le nom du pays concerné :  
<https://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs/conseils-par-pays-destination>

AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne – 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY  
04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1  
IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur Tourisme et Voyage : MTV Médiation Tourisme Voyage – BP 80303 – 75823 Paris Cedex 17 – www.mtv.travel