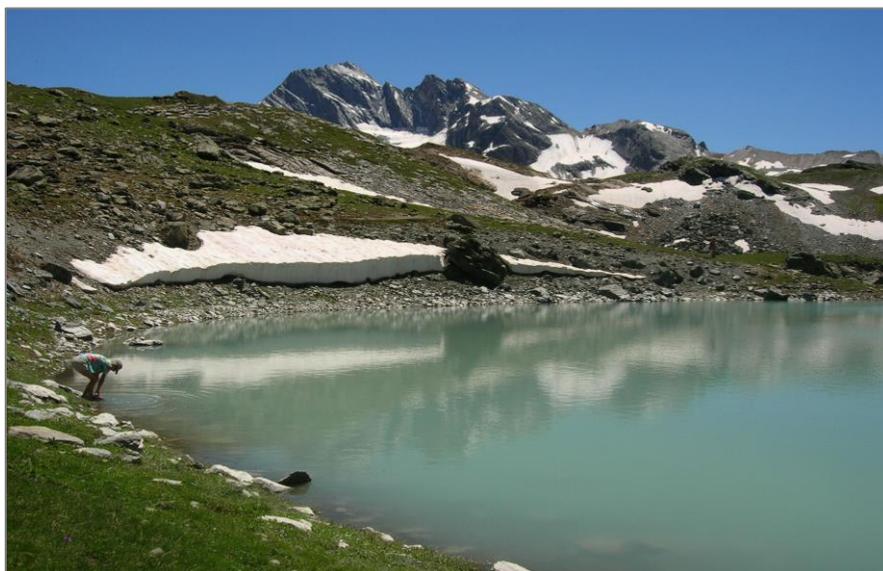


## « Tour de la Vanoise » Secteur Pralognan et Fond d'Aussois 7 jours / 6 nuits

**Départ le Samedi 30 Juillet à 8h30. Retour le vendredi 5 Août vers 17h30.**

Nous parcourons, cette année, la partie Occidentale du Massif de la Vanoise. Des paysages variés avec une alternance entre des pelouses Alpines et des secteurs où le paysage est plus minéral avec certains contrastes saisissants ! Le tout agrémenté de lacs d'altitude, de cascades, de glaciers mais aussi d'une faune souvent présente même au cœur de l'été ainsi que d'une flore exceptionnelle. Les nuitées auront lieu la plupart du temps dans des refuges du Parc ou du FFCAM.



### **Informations pratiques :**

Rendez-vous devant l'entrée du camping « Le Chamois » à Pralognan la Vanoise le Samedi 30 Juillet à 8h30. Retour au parking des Prioux le vendredi 5 Août vers 17h30.

Possibilité de loger au refuge de la Repoju le vendredi 5 Août au soir pour clore le séjour ensemble (hébergement et restauration à votre charge). Possibilité de trouver un logement pour le vendredi 29 Juillet au soir également (hébergement et restauration à votre charge).

**Encadrement du séjour** par Florent ESPAGNAC – Accompagnateur en Montagne – 06 77 84 73 90 – florent\_espagnac@yahoo.fr

**Nombre de participants :** minimum : 5 personnes, maximum : 15 personnes

**Niveau de difficulté :** Cotation : Niveau 3

Pour des assez bons marcheurs capables de marcher plus de 1 000 m. de dénivelé positif et négatif journaliers et 8 h de marche certains jours avec quelques passages hors sentiers en terrain rocheux. Certains jours seront plus courts pour pouvoir récupérer des jours précédents.

**Les nuitées** auront lieu en refuge avec demi-pension + pique-niques prévus par l'accompagnateur les premiers jours puis pris au refuge les jours suivants.

Prévoir un « sac à viande » et nécessaire de toilette minimum pour des nuits en refuges. Nuitées en dortoirs ou chambres de 6/8 personnes.

Petit **transfert** entre Pralognan et les Prioux (3 ou 4 kms aller) le premier et dernier jour avec nos véhicules personnels.

Possibilité de prendre du linge pour les 2 premiers jours seulement et de préparer du linge pour les 5 jours suivants qui seront échangés en fin de deuxième journée.

## **Programme du séjour et descriptif :**

**RDV devant l'entrée du camping « Le Chamois » à Pralognan la Vanoise**

**le Samedi 30 Juillet à 8h30.**

**Jour 1 : Pralognan (1450 m.) - Montée au refuge de la Valette (2550 m.)** par le Pas de l'âne, puis les cirques du Grand et du petit Marchet. Belle entrée en matière avec de magnifiques cascades » coulant des glaciers de la Vanoise. La faune emblématique du Parc souvent au rendez-vous et le lac de la Valette pour terminer cette belle journée.

**Dénivelé + : 1250 m. Dénivelé - : 150 m.**

**Temps de marche estimé à 7h30.**

***Pique-nique partagé.***

***Dîner et nuit au refuge de la Valette***



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 2 : Refuge de la Valette - Col du Vallonet** et Roc Blanchon (2750 m.) puis descente sur **Refuge du Roc de la pêche (1950 m.)**. Une journée un peu plus cool mais tout aussi belle avec davantage de vue sur les séracs qui bordent la calotte glaciaire des dômes de la Vanoise et le glacier du Gébroulaz au pied duquel nous serons dans quelques jours. Itinéraire sauvage avec quelques passages hors sentiers.

**Dénivelé + : 550 m. Dén - : 1200 m.**

**Temps de marche : 6 h max.**

**Repas compris :** *petit déjeuner, Pique-nique fourni par mes soins et dîner au refuge*

**Nuit** au refuge du Roc de la pêche



**Jour 3 : Refuge du Roc de la pêche** - Montée dans le vallon de Chavière jusqu'à l'alpage de Ritord puis vers le **Col d'Aussois (2915 m.)** et éventuellement la Pointe de l'Observatoire puis descente vers le **refuge de la Dent Parrachée (2515 m.)** dominant le Barrage de Plan d'Amont (versant Maurienne).

**Dénivelé + : 1200 à 1300 m. et Dén - : 6 à 700 m.**

**Temps de marche : 8h30**

**Repas compris :** *petit déjeuner, Pique-nique fourni par mes soins et dîner au refuge*

**Nuit** au refuge de la Dent Parrachée

**Jour 4 : Refuge de la Dent Parrachée** - Montée au **Col de la Masse (2920 m.)** puis descente vers le vallon de l'**Orgère** et le refuge du même nom (1925 m.). Début de journée agréable commençant par une petite descente en balcon face aux barrages de Plan d'Amont et Plan d'aval ainsi qu'aux Ecrins. S'en suivra la montée vers le col de la Masse dans un paysage minéral avant de redescendre sur le refuge de l'Orgère.

**Dénivelé.+ : 700 m. et Dén - : 1300 m.**

**Temps de marche : 6h30**

**Repas compris :** *petit déjeuner, Pique-nique fourni par le refuge et dîner au refuge*

**Nuit** au refuge de l'Orgère

**Jour 5 : Refuge de l'Orgère** - Montée au lac de la Partie puis **Col de Chavière (2800 m.)** pour redescendre vers le **refuge de Péclet-Polset (2460 m.)**. Journée relativement cool entre pelouses Alpines et zones plus minérales

**Dénivelé. + : 900 m. et dén. - 350 m.**

**Temps de marche : 5h30.**

**Pique-nique fourni par le refuge**

**Repas compris :** *petit déjeuner, Pique-nique fourni par le refuge et dîner au refuge*

**Nuit** au refuge de Péclet-Polset



**Jour 6 : Refuge de Péclet-Polset** - Départ par le Lac Blanc de Péclet-Polset, **Col du Soufre (2820 m.)** puis descente le long du glacier de Gébroulaz. S'en suivra un petit détour vers le **Lac du Mont Coua** et ses beaux "polis glaciaires" jusqu'au **refuge du Saut (2135 m.)**.

**Dénivelé + 600 m. Dén.- : 830 m.**

**Temps de marche : 6h**

**Repas compris :** *petit déjeuner, Pique-nique fourni par le refuge et dîner au refuge*

**Nuit** au refuge du Saut

**Jour 7 : Refuge du Saut (2135 m.)** - Montée au lac puis col de Chanrouge (2530 m.). Fond de la vallée des Avals et ses « champs de marmottes » puis montée vers **le col des Saulces (2460 m.)** et peut être le Petit Mont Blanc avant d'entamer la descente sur **les Prioux (1710 m.)** (Au-dessus de Pralognan).

**Dénivelé + : 680 m. à 860 m. et Dén. - : 1100 m. à 1280 m.**

**Temps de marche 7h/7h30**

**Repas compris :** *petit déjeuner et Pique-nique fourni par le refuge*

**Retour vendredi soir vers 17h30 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.***

## **Équipement et matériel indispensable :**

Sac à viande (pas besoin de duvets cette année)

Minimum vestimentaire et change pour le soir (pour les 2 premiers jours puis pour les 5 suivants), polaire chaude, bonnet, gants légers...

Sandales légères pour les refuges.

Lampe frontale, bouchons d'oreille

Affaires de pluie (Gore tex et poncho) et soleil (crème, chapeau)

Quelques sacs plastiques ou ziploc pour protéger vos affaires en cas de pluie.

Protège sac à dos.

Gourde, couteau, cuillère et/ou fourchette, petit Tupperware.

Quelques vivres de course (l'accompagnateur en aura en complément).

Pharmacie personnelle légère. Pince à épiler, petite paire de ciseaux, antiseptique, pansements, bande adhésive, compresses stériles, collyre, antalgique, anti-inflammatoire, etc...

L'accompagnateur prendra soin d'avoir une pharmacie.

***Le client doit informer l'accompagnateur s'il prend un traitement spécifique. Ordonnance obligatoire si traitement médical en cours.***

**Prix du séjour : 760 € / personne.**

**605 €** si vous nous rejoignez le dimanche en fin d'après-midi. Rdv : 17h. Au parking des Prioux

**Le prix comprend :**

- *L'encadrement par un Accompagnateur en Montagne diplômé d'Etat,*
- *L'hébergement en refuges,*
- *La pension complète du dîner du Jour 1 (ou du dîner du Jour 2 si le séjour débute le dimanche) au pique-nique de midi du Jour 7.*

**Le prix ne comprend pas :**

- *Le déplacement aller / retour de votre domicile au point d'accueil/dispersion du séjour,*
- *Le pique-nique de midi du Jour 1,*
- *Les boissons et les achats personnels,*
- *Les assurances,*
- *Les frais de dossier d'AEMV de 15 € / dossier*
- *Et tout ce qui n'est pas mentionné dans la rubrique « le prix comprend ».*

**Formalités et Assurances :**

- *Carte d'identité en cours de validité*
- *Carte vitale*
- *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>

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