

# CANYON/RANDO EN HAUTE MAURIENNE

A LA FRONTIÈRE ITALIENNE,  
ON VOUS EMMÈNE DÉCOUVRIR  
DES CANYONS SAUVAGES ET  
DES RANDONNEES D'EXCEPTIONS,  
VERS LES PLUS HAUTS  
SOMMETS DE LA SAVOIE.

*Séjour de 8 jours / 7 nuits  
Charlotte Thilliez,  
Accompagnatrice en montagne  
[charlotte.thilliez@gmail.com](mailto:charlotte.thilliez@gmail.com)  
06 79 74 69 07  
Niveau de difficulté : Moyen  
Lieu : Bessans, France  
Rdv à la gare de Modane le 1<sup>er</sup>  
jour à 15h30*



**DATES DISPONIBLES :**  
1 au 8 octobre 2022  
**PRIX DU SEJOUR : 980 €**  
**NOMBRE DE PARTICIPANTS :**  
5 minimum, 8 maximum

Ce séjour a été créé par un groupe d'amis, amoureux de la montagne et des itinéraires peu fréquentés.

Laurence vit à l'année dans le hameau du Villaron où elle reçoit des randonneurs et des skieurs dans son authentique refuge de la Batisse.

Charlotte est accompagnatrice en montagne depuis 2016 et encadre des séjours dans les Alpes et le Grand Nord. C'est une amoureuse de la nature vierge et sauvage.

Jonathan est DE canyon et exerce depuis 8 ans en Maurienne. Il connaît les secteurs cachés et peu fréquentés pour vous faire vivre des moments inoubliables.



L'objectif de ce séjour est de vous faire découvrir les joyaux de la Haute Maurienne à travers deux activités phares de la région : la randonnée et le canyonisme. Le canyonisme est un sport consistant à descendre des cours d'eau encaissés, en mêlant la randonnée, la nage en eau vive et de la descente sur corde. Il est possible de faire des sauts de plusieurs mètres, mais aucun saut ne sera obligatoire. Nous alternerons les deux activités en fonction de la météo, avec trois jours de canyonisme et trois jours de randonnée. Charlotte guidera la partie randonnée et Jonathan vous encadrera dans les différents canyons.

Nous dormirons au gîte de la Batisse qui sera réservé uniquement pour notre groupe pendant les 8 jours. Il y a une capacité de 20 couchages. Nous aurons la cuisine, salon, bibliothèque et terrasse à disposition. Nous avons l'eau et l'électricité au gîte et une vue imprenable sur les montagnes de Haute Maurienne.

La nourriture sera préparée chaque jour sur place par Charlotte et Jonathan, avec des produits frais et locaux (mention particulière pour les spécialités savoyardes). Votre aide sera toujours la bienvenue.



## DESCRIPTIF DETAILLE DU SEJOUR

**Jour 1 :** Rdv à la gare de Modane à 15h30 (un train arrive de Paris à 15h20) ou directement au gîte de la Bâtie s'il y en a qui viennent en voiture.

Nous aurons deux véhicules de 5 places pour assurer les transferts nécessaires au séjour. Nous viendrons donc vous chercher à la gare.

45mn de route vers le gîte, installation, présentation du séjour et de l'équipe, préparation du matériel, dîner et nuit au gîte de la Bâtie.

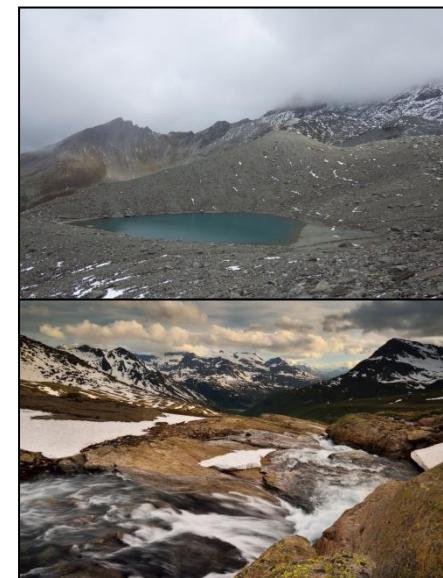
### Jour 2 : Randonnée journée vers le lac du Grand Fond

Dénivelé : 1000m / Distance : 12 kms

Le lac du Grand Fond est un lac glaciaire situé dans un environnement entièrement minéral. Nous progressons dans les immenses alpages de la Buffaz, juste en face du sommet du Charbonnel en observant une faune variée : marmotte, gypaètes, chamois.

Au retour, nous pourrons flâner dans les alpages qui possèdent de nombreux aménagements ancestraux : irrigation, granges, moulin, four à pain.

Nous reviendrons par le hameau d'Avérole et le hameau des Vincendières, typiques de l'architecture mauriennaise.



### Jour 3 : Canyon de rébruyant

Marche d'approche : 2h / Dénivelé : 220m / Descente de 2 à 3h.

C'est un canyon présentant de très jolis creusements avec une magnifique partie finale verticale. Elle offre un splendide panorama ensoleillé sur les sommets alentours. Situé dans le vallon d'avérole nous marcherons entre 30 et 45 min depuis le gîte, en traversant des alpages ensoleillés pour rejoindre le haut de canyon. Nous nous équiperons en haut du canyon pour enchaîner de petits obstacles afin de se familiariser avec le milieu aquatique et la technique du rappel avant de finir sur la magnifique partie terminale et plus verticale. La cascade maximale est de 40 m.



## Jour 4 : Randonnée journée vers le sommet de L'ouille Allegra ( 3130m )

Dénivelé : 1300m / Distance : 12 kms

Après un petit déjeuner copieux, nous partons vers l'un des mythiques 3000 de Haute Maurienne (5mn de voiture). Nous adopterons un rythme lent et régulier pour atteindre ce sommet dont la vue à 360° est exceptionnelle. Vue plongeante sur Bessans, vue sur le versant nord de la Pointe de Charbonnel, presque tout le Massif du Mont Blanc, le Cervin, le Grand Paradis, l'Ouille d'Arbéron, la Pointe de la Valette, l'Albaron.



## Jour 5 : Canyon de Méan Martin

Dénivelé : 400m / 2 h de marche / 4 h de canyon

L'accès à ce canyon se fera par une belle et courte randonnée sur le sentier du GR5.

C'est un canyon offrant des passages très étroits et encaissés. La première partie est peu profonde. La deuxième partie est plus creusée et plus verticale. C'est un véritable voyage minéral offrant un enchainement d'obstacles et de cascades allant jusqu'à 20m de hauteur. Retour à pied de 45mn pour rejoindre le parking du départ.



## Jour 6 : Randonnée journée vers l'alpage du Vallon

Dénivelé : 800 M / Distance : 17 kms

Nous partons à pied du gîte en direction de l'alpage du Vallon où la fabrication de Beaufort se fait tous les jours de l'été. Si les agriculteurs sont encore sur place, nous pourrons observer la fabrication de Beaufort, échanger avec les alpagistes. Dégustation possible à prévoir. L'alpage forme un splendide cirque qui se termine par une cascade. C'est aussi un beau belvédère situé en bordure du parc national de la Vanoise permettant d'observer la vallée et le Charbonnel.

Retour par Bonneval-sur-Arc, village classé dans les plus beaux villages de France.



## Jour 7 : Canyon de Caprié

Marche d'approche : 1h / 250m de dénivelé. 4h de canyon. Nous terminons la semaine par un magnifique canyon ludique dans lequel sauts, toboggans et rappels s'enchaîneront du début à la fin. Pour nous y rendre, nous passerons le col du Mont Cenis afin de redescendre dans la vallée de Susa et le village de Caprié, en Italie (environ 1h30 de route). Cet itinéraire concentre toutes les techniques de l'activité découvertes pendant la semaine dans un décor granitique exceptionnel.



## Jour 8 : Retour à Modane

Après une belle dernière soirée festive et une dernière nuit au gîte, nous prenons la route vers Modane pour un départ en train à partir de 10h du matin.



*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.*

### Le prix comprend :

- L'encadrement par une Accompagnatrice en Montagne diplômé d'état (Thilliez Charlotte), et par un DE canyon (Jonathan Gault),
- L'hébergement dans un gîte tout confort (draps fournis avec serviettes de bain) pendant 7 nuits, dortoir de 4 personnes,
- La pension complète du dîner du jour 1 au petit déjeuner du jour 8,
- Toutes les activités mentionnées dans le descriptif du J1 16h au J8 10h,
- Transfert gare de Modane aller-retour vers l'hébergement (gîte de la Batisse) et tous les transports nécessaires au déroulement du séjour (minibus 9 places ou deux véhicules 5 places).
- Le prêt de tout l'équipement pour l'activité canyon (hors chaussures)

### Le prix ne comprend pas :

- Le déplacement aller / retour de votre domicile à la gare de Modane,
- Les boissons et achats personnels sur place,
- L'équipement indispensable détaillé dans la fiche technique,
- les frais de dossier d'AEMV de 15 € / bulletin d'inscription
- Les assurances,
- Tout ce qui n'est pas mentionné dans la rubrique « le prix comprend ».

### Formalités :

- Passeport ou Carte d'identité en cours de validité,
- RC : Chaque participant doit être couvert en Responsabilité civile (dans le cadre d'une activité randonnée à titre de loisirs),
- L'assurance 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>

## Equipement et matériel indispensable

- Chaussures de randonnée imperméables,
- Vêtements respirants (pas de coton) pour les différentes activités sportives,
- Vêtements chauds, les températures peuvent descendre à 10C en cette période.  
Doudoune, gants, bonnets peuvent être utiles.
- Lunettes de soleil,
- Une serviette de bain,
- Une paire de baskets pouvant aller dans l'eau pour l'activité canyoning,
- Un maillot de bain (pour le canyon),
- Equipements de pluie (veste gore-tex, cape de pluie, surpantalon imperméable),
- Un sac à dos de randonnée, 40/50L,
- Une lampe frontale,
- Passeport ou carte d'identité en cours de validité (une journée en Italie),
- Ordonnance obligatoire si traitement médical en cours**

**Renseignements et inscriptions :**

**Thilliez Charlotte :**

**[charlotte.thilliez@gmail.com](mailto:charlotte.thilliez@gmail.com) 06 79 74 69 07**