

# LES GRANDS ESPACES DU VALLON DE TERRE ROUGE AVEC ALAIN PEKER

Niveau de difficulté : bleu (moyennement difficile)



Depuis la vallée de la Maurienne et la station de Valmeinier, le refuge de Terre Rouge est un havre de paix blotti au cœur de grands espaces qui se prêtent merveilleusement bien à la pratique de la raquette. Ce séjour en étoile nous permet d'explorer les recoins, les sommets et les panoramas époustouflants du vallon oublié de la haute Neuvache. Situé au pied du Mont Thabor - sommet culminant à 3178 mètres d'altitude - dans une ambiance « bout du monde ». Vous vivrez l'expérience de la montagne hivernale authentique et confortable. Quel plaisir, après d'inoubliables descentes en poudreuse, d'être accueilli dans un refuge chaleureux où le confort rime avec simplicité, convivialité et cuisine familiale.

## Points Forts :

- Séjour de trois jours atypiques au cœur de la nature pour vous couper du monde,
- Découvrez l'ambiance authentique d'un refuge confortable et bien gardé,
- Ambiance « Grand Nord » en immersion au cœur du haut Vallon de la Neuvache,
- Partez avec un petit groupe : 4 participants minimum 8 maximum

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

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

## PROGRAMME

### Jour 1

Rendez-vous à Valmeinier 1800 à 9 heures. Nous prenons un café, Alain vous présente le programme du séjour, vérification du matériel, allègement des sacs si nécessaire. Départ de la randonnée vers 10 heures. Pique-nique à mi-parcours. Initiation à l'utilisation du matériel de sécurité (DVA, Pelle Sonde) juste avant de repartir. Le refuge de Terre Rouge nous apparaît en fin d'après-midi. Installation, repas et nuitée dans ce refuge confortable et chaleureux récemment remis à neuf.

400 mètres de dénivelée positive - 4 à 5 h de marche  
Nuit au refuge gardé de Terre Rouge  
Repas inclus : Pique-nique tiré du sac et repas chaud le soir au refuge  
Nuit au refuge de Terre Rouge

### Jour 2

Départ matinal après le petit déjeuner. Nous remontons le haut vallon de la Neuvache en direction de la pointe de Terre Rouge qui nous domine du haut de ses 3080 mètres d'altitude. Pique-nique sur un plateau d'altitude puis retour le long de lacs à près de 2600 mètres d'altitude dans une ambiance « Grand Nord ». Retour au refuge par un itinéraire en boucle. Le paysage est particulièrement sauvage, immaculé et grandiose.

500 à 600 mètres de dénivelée positive | idem en descente, 4 à 6 h de marche effective  
Repas inclus : Petit-déjeuner au refuge, repas de midi froid tiré du sac, repas chaud et nuitée au refuge gardé de Terre Rouge

### Jour 3

Départ matinal après le petit déjeuner en direction des « Fourchons ». Nous terminons l'ascension en empruntant un passage panoramique qui surplombe la vallée de Valmeinier, magique ! Pique-nique sur un promontoire remarquable à plus de 2500 mètres d'altitude. Retour « tout shuss » l'après-midi vers Valmeinier.

550 mètres de dénivelée positive - 850 mètres en descente - 4 à 6 heures de marche effective  
Repas inclus : Petit déjeuner au refuge, repas de midi froid tiré du sac  
Séparation du groupe à Valmeinier vers 16h30

*NB : 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 autres événements inattendus. En dernier ressort, il reste seul juge du programme.*

L'ensemble de la prestation s'effectue dans le strict respect des protocoles sanitaires liés à la pandémie de la Covid-19

Pour obtenir toutes les informations sur ce séjour, personnalisez votre date de départ, covoiturer, contactez Alain PEKER : 06 87 92 67 77

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

## INFORMATIONS PRATIQUES

### ACCUEIL

Devant l'office de Tourisme de Valmeinier 1800

### DISPERSION

Devant l'office de Tourisme de Valmeinier 1800

### ENCADREMENT

Alain PEKER, AEM Diplômé d'état, Membre de la Maison de la Randonnée en Vanoise

### NOMBRE DE PARTICIPANTS

4 à 8 personnes

### NIVEAU

Adaptable en fonction des conditions de neige et physique des participants : de Rando peu difficile à bon marcheur.

### HEBERGEMENT / RESTAURATION

Demies pension au refuge de Terre Rouge,  
Pique-niques les midis préparés par le refuge de Terre Rouge et/ou votre accompagnateur.  
Boissons personnelles non comprises

### TRANSFERTS INTERNES

Contactez votre accompagnateur pour organiser un éventuel covoiturage entre participants.

### PORTAGE DES BAGAGES

Sans

### DATES ET PRIX

398 € / personne

Plusieurs dates de départ prévues entre janvier et avril 2023

### LE PRIX COMPREND

- L'encadrement par un Accompagnateur en Montagne diplômé d'état de la Maison de la randonnée en Vanoise,
- Les 3 pique-niques (repas froid), les 2 petits-déjeuners et les 2 repas chauds du soir pris en refuge.
- Les deux nuitées au refuge de Terre Rouge

### LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le coût de votre transport aller/retour jusqu'à la gare de Moutiers Salin/ Brides les bains,
- Les boissons et achats personnels,
- L'assurance annulation et rapatriement,
- Les frais de dossier AEM Voyages
- Tout ce qui n'est pas mentionné dans la rubrique « le prix comprend ».

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

## MATERIEL FOURNI

Paires de raquettes et battons réglables  
Pelle, sonde, DVA.

## EQUIPEMENT ET MATERIEL INDIVIDUEL A PREVOIR

Liste de matériel indispensable :

- Vêtements chauds,
- Gants ou moufles,
- Pantalon chaud,
- Chaussettes de laine,
- Chaussures de randonnée,
- Sous-pull,
- Polaire,
- Doudoune,
- Veste étanche et coupe-vent,
- Bonnet,
- Lunettes de soleil,
- Crème solaire,
- Sac à dos 40 litres recommandé,
- Gourde 1l et/ou thermos 1 litre,
- Duvet léger,
- Couteau,
- Ordonnance obligatoire si médicaments personnels,
- Vivres de courses (ex. barre de céréales, ...),
- Mini trousse de toilette,
- Serviette de toilette,
- Lampe frontale.

## FORMALITÉS ET ASSURANCES

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

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