

Tour du Grand Paradis

La vie sauvage

6 jours / 5 nuits

Le Parc National du Grand Paradis, en Italie, créé en 1922, fait office de pionnier dans l'histoire de la protection des espaces naturels de montagne.

Ce circuit joue au passe-montagne, dans un décor sauvage et peu fréquenté. Il offre une réelle immersion dans un univers d'altitude encore vierge en traversant quelques superbes cols d'altitude.

Un itinéraire magnifique entre alpages et rochers au coeur des Alpes du Nord !



Crédit Photo : Pierrick.D

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
4000716094/1IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

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

PROGRAMME DU SÉJOUR



JOUR 1 : PONT VALSAVARENCHÉ - RIFUGIO SAVOIA

Rendez-vous à 10h30 à Pont dans le Valsavarenche en Italie.

Nous commencerons le trek au hameau de Pont (1 994m) par un sentier qui s'élève jusqu'au Grand Collet (2 832 m). Pendant la montée et à l'arrivée au col, nous profiterons d'un magnifique point de vue sur le célèbre Grand-Paradis (4 061m). L'itinéraire redescend ensuite dans le vallon du Nivolet pour rejoindre le refuge Savoia (2 533 m).

800 m de dénivellée positive - 100 m de dénivellée négative - 4 heures de marche effective

Repas compris : dîner

Nuit en refuge

JOUR 2 : SAVOIA - RIFUGIO GIAN FEDERICO BENEVOLO

Ce matin, nous tournons le dos au Grand-Paradis, horizon splendide ! Plusieurs itinéraires s'offriront à nous selon les conditions météo. En suivant les traces dans les doux alpages parsemés de petits lacs, jusqu'au col Rosset (3 023 m) ou bien au col Basei (3 160m). Ce sera le premier col à plus de 3 000 mètres de la semaine ! Descente dans le val de Rhêmes, pour rejoindre le refuge Benevolo (2 287 m) où la grolle valdôtaine trône en décoration.

600 m de dénivellée positive - 800 m de dénivellée négative - 4h30 de marche effective

Repas compris : petit déjeuner - pique-nique du midi - dîner

Nuit en refuge

JOUR 3 : BENEVOLO - RIFUGIO MARIO BEZZI

Nous quittons le refuge pour rejoindre, après le passage d'un verrou rocheux, le lac glaciaire de la Golette reflétant d'impressionnants séracs. Derniers efforts pour atteindre le col de Bassac-Déré (3082 m) et profiter de points de vue exceptionnels sur le massif et ses glaciers, le décor est minéral. Nous entamons la descente en cheminant le long du glacier de Glairretta pour terminer cette magnifique journée aux portes du refuge Mario-Bezzi (2 240 m), où nous passerons la nuit.

800 m de dénivellée positive - 800 m de dénivellée négative - 4h30 de marche effective

Repas compris : petit déjeuner - pique-nique du midi - dîner

Nuit en refuge

JOUR 4 : BEZZI - RIFUGIO CHALET DE L'ÉPÉE

Nous randonnons aujourd'hui en balcon au cœur des alpages ou sur des parties plus rocailleuses entre petits lacs et torrents glaciaires. Nous sommes au royaume de la célèbre *fontina*, fromage au lait entier du Val d'Aoste. Tout au long du parcours, nous admirons le sommet du Ruitor (3 486m), l'un des plus beaux belvédères des Alpes. Nous atteignons finalement l'accueillant refuge de l'Épée

(2 373 m).

700 m de dénivelée positive - 600 m de dénivelée négative - 5 heures de marche effective

Repas compris : petit déjeuner - pique-nique du midi - dîner

Nuit en refuge

JOUR 5 : L'ÉPÉE - RHÊMES-NOTRE-DAME

Une journée alpine nous attends. Le gardien du refuge de l'Épée sera essentiel à la réussite de cette journée de par sa connaissance des conditions sur le terrain. Nous réalisons la montée au col Fenêtre (2 840 m) par un bon sentier, le panorama sur le sommet du Grand-Paradis est superbe ! Puis, la descente sur Rhêmes-Notre-Dame (1 717 m) s'effectue par un sentier plus engagé qui suit un itinéraire raide et parfois aérien. Nous perdons rapidement de l'altitude et c'est la fin des difficultés du jour. Derniers efforts pour atteindre le village.

500 m de dénivelée positive - 1 100 m de dénivelée négative - 5h30 de marche effective

Repas compris : petit déjeuner - pique-nique du midi - dîner

Nuit en refuge

JOUR 6 : RHÊMES-NOTRE-DAME - EAUX ROUSSES

Étape plus longue que les autres, pour une magnifique traversée au profil doux et varié avec des points de vue inoubliables. Départ matinal du village de Rhêmes-Notre-Dame, nous cheminons dans de belles forêts de mélèzes jusqu'aux alpages d'Entrelor (2 142 m). Puis, nous suivons le torrent éponyme pour finalement atteindre par une montée progressive le col d'Entrelor (3 007 m), le dernier col à plus de 3 000 mètres de ce séjour ! Descente régulière face au Grand-Paradis jusqu'au lac Noir (2 670 m), puis vers les lacs Djouan (2 516 m). Nous sommes presque au bout du voyage. Nous traversons à flanc pour rejoindre la Maison du parc du Grand-Paradis et, enfin, tout en bas au milieu des conifères, c'est le village d'Eaux-Rousses (1 666 m), terme de notre itinéraire dans le massif du Grand-Paradis. Court transfert en navette locale à Pont.

Fin du séjour à Pont vers 16h00.

1 300 m de dénivelée positive - 1 300 m de dénivelée négative - 7 heures de marche effective

Repas compris : petit déjeuner - pique-nique du midi

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.

ACCUEIL

Le jour 1, rendez-vous à 10h30 à Pont dans le Valsavarenche en Italie.
Il sera possible de laisser sa voiture sur un grand parking.

DISPERSION

Le Jour 6, fin du séjour vers 16h00 sur ce même parking.

ENCADREMENT DU SÉJOUR

Laurent VELLA - Accompagnateur en montagne diplômé d'Etat

N° de téléphone : 06 03 23 69 45

Adresse e-mail : laurent.vella@hotmail.fr

NOMBRE DE PARTICIPANTS

Nombre de participants minimum : 6 personnes

Nombre de participants maximum : 10 personnes

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Facile / Moyen / **Difficile** / Très difficile

Niveau de difficulté physique : 3/4

Pour bon randonneur, étapes de 4h à 7h de marche par jour avec quelques passages techniques.

HÉBERGEMENT / RESTAURATION

Type d'hébergement : En refuge ou en gîte en dortoir

Les draps et le linge de toilette ne sont pas inclus - prévoir un drap-sac, couvertures fournies

Repas : Pension complète du dîner du jour 1 au pique-nique du jour 6. Les petits déjeuners et dîners sont pris au refuge ou au gîte, les pique-niques sont préparés par les hébergements.

PORTAGE

Le poids de votre sac ne doit pas dépasser 12,5% de votre poids. Pour un portage efficace et confortable privilégier les sacs avec sangle ventrale ainsi qu'une sangle pectorale.

N° Séjour : AEMV230061
(à rappeler à chaque correspondance)

CADRE RESERVE A AEMV

DATES DU SÉJOUR

27 août au 1er septembre

PRIX DU SÉJOUR

780 € / personne

LE PRIX COMPREND

- L'encadrement par un Accompagnateur en Montagne diplômé d'état,
- L'hébergement en refuge ou en gîte en dortoir pour 6 nuits (draps et linge de toilette non fournis),
- La pension complète du dîner du Jour 1 au pique-nique de midi du Jour 6,
- Les éventuels transferts en navette.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le déplacement aller / retour de votre domicile au point d'accueil/dispersion du séjour,
- Le pique-nique du jour 1
- Les boissons et les achats personnels,
- Les assurances (assistance rapatriement obligatoire, assurance annulation fortement conseillée, assurance bagages...),
- 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 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.

Le covid n'étant plus considéré comme une situation exceptionnelle, en cas d'annulation de votre part pour cause de covid, les frais d'annulations prévus dans les Conditions Générales et Particulières de vente s'appliqueront. Une assurance annulation est donc fortement recommandée.

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
4000716094/1IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

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

ÉQUIPEMENT ET MATÉRIEL INDIVIDUEL A PRÉVOIR

Liste de l'équipement et du matériel indispensables à chaque participant

- ✓ Sac à dos (environ 35-40 litres) avec sur-sac étanche
- ✓ Bâtons de randonnée pliables
- ✓ Gourde ou poche à eau d'une contenance de 2 litres (thermos éventuellement)
- ✓ Verre réutilisable (pour le café), couteau pliant, fourchette et cuillère réutilisables
- ✓ Chaussures de randonnée à semelle crantée en bon état
- ✓ Chaussures très légères type toile ou sandales pour le soir
- ✓ Frontale légère
- ✓ Drap de sac en soie ou coton (couvertures ou couettes fournies)

ÉQUIPEMENT VESTIMENTAIRE

- ✓ 2 tee-shirts respirants
- ✓ 1 sous pull respirant
- ✓ 2 vêtements chauds (pull/polaire et doudoune conseillés)
- ✓ 1 veste imperméable protectrice pluie/vent (poncho/cape de pluie déconseillée)
- ✓ 1 pantalon de randonnée léger et respirant
- ✓ 1 short
- ✓ 1 sous vêtement thermique long respirant (type Odlo) pour la nuit ou sous le pantalon de marche s'il fait froid ou pour rechange en arrivant au refuge
- ✓ 2 paires de chaussettes de rando en bouclette anti brulure
- ✓ Casquette ou chapeau (bonnet optionnel)
- ✓ Gants fins type wind-stopper (optionnel)

PERSONNEL

- ✓ Petit nécessaire de toilette dont une serviette micro fibre
- ✓ Petits médicaments, arnica, paracétamol, pansements ampoules, etc - **ordonnance obligatoire si traitement médical en cours**
- ✓ Lunettes de soleil, crème solaire
- ✓ Boules quiess
- ✓ Papiers d'identité et d'assurance, argent, dans une mini-pochette étanche

TÉLÉPHONES PORTABLES ET RECHARGE DES BATTERIES

L'accès aux réseaux téléphoniques est aléatoire en montagne. Les refuges ont l'électricité solaire ou par groupe électrogène et n'ont pas souvent de prise disponible. Le téléphone du refuge est réservé au refuge et aux urgences. Une batterie de téléphone peut tenir la semaine si vous ne l'allumez que de temps en temps ou le laissant en mode avion (possibilité de prendre une batterie externe).