

# La Traversée du Grand Paradis

*Séjour de 7 jours/ 6 nuits*



Randonnée de sept jours en traversée à la découverte des merveilles du Parc National du Grand Paradis. Découvrez les 4 grandes vallées du premier parc européen dans une ambiance splendide face au glaciers et sommets enneigés et à la limite de la haute montagne.

Un séjour sous le signe de la découverte d'une faune et flore d'une rare richesse et d'un accueil valdotain sans pareil.



AEM VOYAGES

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

04.79.70.41.59 - [aemvoyages@lesaem.fr](mailto: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](http://www.mtv.travel)

## **Programme du séjour**

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

### **ETAPE 1 – DECOUVERTE DU VALNONTHEY**

4 HEURES DE MARCHÉ. DÉNIVELÉ +800m. / -50m.

Rendez-vous à 9H00 à la gare de Bourg Saint Maurice pour un transfert en navette jusqu'à Cogne. Départ tranquille en fin de matinée pour notre première étape en direction du refuge Vittorio Sella.

Repas compris et nuit : pique-nique du midi fournit par votre accompagnateur. Dîner fournit par le refuge de Vittorio Sella. Nuit au refuge Vittorio Sella.

### **ETAPE 2 – LE COL DE LAUSON**

6 HEURES DE MARCHÉ. DÉNIVELÉ +850m. / -1750m.

Après un départ matinal de Vittorio Sella nous partirons pour l'ascension du col de Lauson et ses 3299 m.. Splendide secteur sauvage reliant le Valnontey au Valsavarenche où nous aurons tous le loisir d'observer bouquetins et autres chamois dans un décor somptueux. Longue et splendide descente jusqu'au Eaux Rousses pour une nuit en auberge tout confort bien méritée.

Repas compris et nuit : petit déjeuner à Vittorio Sella. Pique-nique du midi fournit par le refuge de Vittorio Sella. Dîner à l'hostellerie des Eaux Rousses. Nuit à l'auberge des Eaux Rousses.

### **ETAPE 3 – LE COL DU MANTEAU**

5 HEURES DE MARCHÉ. DÉNIVELÉ +1150m. / - 900m.

Une journée qui commence dans une splendide forêt de mélèzes puis par un itinéraire qui nous mène à travers alpages et pierriers vers le col du Manteau pour un pique-nique face au sommet du Grand Paradis et de ses glaciers. Retour en fond de vallée par les ruines du hameau d'alpages des Meyes pour une nuit au paisible refuge du Tétralyre

Repas et nuit compris : petit déjeuner à l'hostellerie du Paradis. Pique-nique du midi fournit par l'hostellerie des Eaux Rousses. Dîner au refuge du Tétralyre. Nuit au refuge du Tétralyre

## **ETAPE 4 – LE COL DU GRAND COLLET**

5 HEURES DE MARCHÉ. DÉNIVELÉ +1000m. / -550m.

Une belle étape qui commence par une magnifique montée en lacets raides jusqu'au col du Grand Collet.

Panorama époustoufflant pour ce passage nous menant vers un splendide vallon glaciaire suspendu dans une ambiance de nature intact. Fin de journée bucolique dans ce vallon jusqu'au refuge de Savoia ou de Chivasso au Col du Nivolet.

Repas et nuit compris : petit déjeuner au refuge du Tétra Lyre. Pique-nique du midi fournit par le refuge du Tétra Lyre. Dîner fournit par le refuge de Savoia ou de Chivasso selon les disponibilités.

## **ETAPE 5- LE COL ROSSET**

5 HEURES DE MARCHÉ. DÉNIVELÉ +700m./ -950m.

Au départ du col du Nivolet nous remontrons en direction du col Rosset à 3023 m. d'altitude au milieu d'alpages verdoyant et de lacs de montagne. Passage dans une nouvelle vallée du Parc avec le Val de Rhêmes jusqu'au refuge Benevolo.

Repas et nuit compris : petit déjeuner à Savoia ou Chivasso. Pique-nique du midi fournit par les refuges Chivasso ou Savoia. Dîner au refuge Benevolo. Nuit au refuge Benevolo.

## **ETAPE 6 – LE COL DE BASSAC DERE ET LE BEC DE LA TRAVERSIERE**

6 HEURES DE MARCHÉ. DENIVELE + 900m./ -900m. +/-300 en option.

Au départ de Benevolo, départ pour le minéral col de Bassac Deré et ses 3082 m. d'altitude. En option, nous gravirons depuis ce col le Bec de la Traversière, belvédère incroyables au-dessus des glaciers du Val di Rhêmes et du Valgrisenche. Direction le Valgrisenche dans une belle ambiance sauvage et nuitée au refuge Mario Bézzi.

Repas compris et nuit : Petit déjeuner au refuge Bénevolo. Pique-nique du midi fournit par le refuge de Bénevolo. Dîner et nuit à Mario Bézzi.

## **ETAPE 7 - LE BALCON NORDCOL DU ROCHER BLANC ET RETOUR EN FRANCE**

5 HEURES DE MARCHE. DENIVELE +600m./ -1 200m.

Au départ de Mario Bézzi, nous gravirons le dernier col de notre périple, le col du rocher Blanc, au milieu de superbes sommets à plus de 3000 mètres, avant de rejoindre le hameau du Monal, premier site classé des alpes face au Mont Pourri.

Transfert en navette jusqu'à Bourg Saint Maurice, pot de l'amitié et séparation en fin d'après-midi.

Repas compris : petit déjeuner et pique-nique du midi fournit par le refuge de Mario Bézzi.

## **ACCUEIL**

Le Jour 1 à 8 h30 à la gare de Bourg Saint Maurice.

## **DISPERSION**

Le jour 7 en fin d'après midi à la gare de Bourg Saint Maurice.

## **ENCADREMENT DU SEJOUR**

Séjour proposé et encadré par DENELE Matthieu, accompagnateur en montagne Diplômé d'État.  
06 20 42 22 63  
denelematthieu@yahoo.fr

## **NOMBRE DE PARTICIPANTS**

Nombre de participants minimum : 5  
Nombre de participants maximum : 12

## **NIVEAU DE DIFFICULTE**

Moyen+. De 5 à 7h00 de randonnée sur sentier par jour. De 700 à 1200 mètres de dénivelé par jour pour maximum 15 km. La difficulté de l'itinéraire réside dans l'accumulation de 7 jours d'effort dans la progression sur sentiers de montagne et à des altitudes supérieures à 3000 m.  
Participant en bonne forme physique pratiquant une activité physique régulière.

## **HEBERGEMENT/RESTAURATION**

Type d'hébergements : nuits en refuges et dortoirs. J2 nuit en auberge.

## **TRANSFERT**

Transfert sur le départ de la randonnée et retour : Taxi (société French Alp'Taxi à Bourg Saint Maurice).

## **PORTAGE DES BAGAGES**

Pas de transport de bagages pour ce séjour.

## **PRIX**

**940** euros par personne

## **LE PRIX COMPREND**

- L'hébergement en pension complète de l'Étape 1, pique-nique de midi, à l'Étape 7, pique-nique de midi - Nuitée, dîner et petit déjeuner en refuges et auberges et piques-niques préparés par les refuges. Nuitées en dortoir collectif,
- Les transferts en taxi pour se rendre sur le lieu de départ de la randonnée (Bourg Saint Maurice à Cogné) et au retour (du Monal à Sainte Foy Tarentaise à Bourg Saint Maurice),
- L'organisation et l'encadrement du séjour par un accompagnateur en montagne diplômé d'État.

## **LE PRIX NE COMPREND PAS**

- Les frais de dossier d'AEM Voyages de 15 euros par bulletin d'inscription,
- Le transport aller / retour de votre domicile au point de départ / d'arrivée du séjour,
- Les assurances (assurance rapatriement obligatoire, assurance annulation...),
- Les en-cas nécessaires au bon déroulement d'une journée de randonnée en montagne,
- Les boissons prises à l'initiative des participants,
- Les douches payantes dans certains refuges,
- 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.

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

## EQUIPEMENT ET MATERIEL

- chaussures tiges hautes avec une semelle offrant une bonne adhérence + lacets de rechange,
- un sac dos de randonnées d'une contenance de 30 à 40 litres,
- vêtements de rechange (privilégier les textiles séchant rapidement pour les tenues de journée (mérinos notamment) et une tenue pour le soir (une tenue par jour étant de trop!),
- une veste chaude,
- une veste imperméable,
- un pantalon de randonnée,
- un bonnet et une paire de gants légers,
- Une casquette ou couvre-chef offrant une bonne protection contre le soleil,
- une gourde d'une contenance minimum de 1 litre,
- un lampe frontale (facultatif),
- des bâtons de marche (facultatif),
- un sac de couchage léger coton ou soie pour les nuits en refuge,
- nécessaire de toilette (effets personnels et petite serviette légère- pensez au « co-dentifrice » et « co-savon » par exemple),
- une pharmacie individuelle à valider si besoin est avec votre médecin (crème solaire, bande adhésive et double peau, médicaments personnels...) - **ordonnance obligatoire si traitement médical en cours**,
- du papier toilette,
- petits en-cas pour compléter les piques niques fournis par les refuges (barres de céréales, pâtes de fruits...)- possibilité d'en racheter en route dans des petites épiceries,
- boîte pique nique individuelle et hermétique et couverts.

Liste non exhaustive mais pensez à vous alléger au maximum !

## 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 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>