



RAQUETTE A NEIGE

DU LUN 27 MARS
AU JEU 30 MARS
(4 jours, 3 nuits)

Col et Hospice du Simplon (Valais, Suisse)

RANDO COOL – EN ETOILE – SAC LEGER

Où allons-nous ?

Nous voici dans le Haut Valais et plus précisément, à la frontière Italo-Suisse, à 2 006 mètres d'altitude, sur un col riche d'une longue histoire. En effet, ce dernier a été réalisé à la demande de Napoléon Bonaparte entre 1801 et 1805. Autour de nous, le col forme une sorte de grande plaine entourée d'une multitude de sommet dont les plus hauts sont le Breithorn (3 4037m), Le Monte Leone (3 553m), le Fletschhorn (3 985m), le Lagginhorn (4 010m) et le Weissmies (4 017m). Ces hauts sommets nous offrent un décor de carte postale, mais également de nombreux cols et sommets tout à fait propices à de belles randos en raquettes.

Au programme...

Quatre jours de randonnée, en étoile, avec un sac à dos léger pour la journée. Chaque matin, nous partons de l'hospice du Simplon qui sera notre camp de base, pour aller découvrir un nouveau secteur, un nouvel itinéraire et de nouveaux décors.

Les points forts de ce séjour :

1. Quatre randos en étoile, à la journée, avec un sac léger.
2. Des randos à un rythme cool, entre 250 et 350 m de dénivelé / heure.
3. Un site emblématique chargé d'histoire dans un cadre exceptionnel.
4. La découverte de 4 secteurs différents.
5. Nous serons hébergés à l'Hospice du Simplon, idéalement situé, pour profiter pleinement de nos randonnées.

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

PROGRAMME JOUR APRES JOUR

JOUR 1 - LUN 27 : Staldhorn (2 462m), au départ de l'Hospice du Simplon.

D'Annecy, nous prenons la direction de Chamonix et d'Argentière, où nous faisons une petite pause-café, avant de rejoindre le Valais, que nous remontons jusqu'à Brig, puis le Col et l'Hospice du Simplon.

Notre rando du jour est juste en face de l'hospice. Nous commençons par une montée au hameau de Hopsche avant de faire une large boucle pour atteindre le col de Gälmjì. Il ne nous reste plus qu'à suivre la croupe pour accéder au Staldhorn. Nous en profitons pour pique-niquer avec un panorama sur le plateau du Simplon, le Breithorn et le Monte Leone. Pour la descente, nous choisissons notre parcours en fonction de nos envies...

- **Infos rando** : Déniv + : 490 m / Déniv - : 490 m / Dist : 10 km / Durée : 4h00 à 4h30 de marche.
- **Infos diverses** : A prévoir, votre pique-nique du midi. Sont inclus, le dîner et la nuit à l'Hospice du Simplon.

JOUR 2 - MAR 28 : Vallon de Bistine (2 450m), au départ de Gampisch.

De l'hospice nous faisons 4 minutes de voiture pour nous rendre à Gampisch.

Raquettes au pieds, nous suivons le ruisseau de Marchgrabe pour atteindre les vastes alpages de Bistine que nous remontons en pente douce jusqu'au large col de Bistinen et d'Usseri Nanzlicke. Après notre pique-nique et en fonction de la forme de chacun plusieurs variantes sont possibles pour notre descente. Encore aujourd'hui, nous profitons de beaux panoramas sur le Monte Leone, mais également sur la chaîne de Mischabel entre Zermatt et Saas Fee.

- **Infos rando** : Déniv + : 680 m / Déniv - : 680 m / Dist : 12 kms / Durée : 5 et 5h30 de marche.
- **Infos diverses** : A prévoir, votre pique-nique du midi. Sont inclus le petit déjeuner, le dîner, la nuit à l'Hospice du Simplon.

JOUR 3 - MER 29 : Alpage de Rossbodu (2 170 m), au départ de Simplon Dorf.

De l'hospice, nous faisons 6 minutes de voiture pour nous rendre à Simplon Dorf.

Nous prenons la direction de l'alpage de Rossbodu en remontant la forêt de mélèzes jusqu'à Chatzustafil. De là, nous suivons la piste. Les alpages au-dessus du hameau, nous offre un joli terrain à raquettes, que nous déciderons ou pas d'arpenter, en fonction du souhait de chacun. Nous revenons plus ou moins par le même itinéraire.

- **Infos rando** : Déniv + : 450 m / Déniv - : 450 m / Dist : 6 kms / Durée : 3h30 à 4h00 de marche.
- **Infos diverses** : A prévoir, votre pique-nique du midi. Sont inclus, le petit déjeuner, le dîner, la nuit à l'Hospice du Simplon.

JOUR 4 - JEU 30 : Hofture (2 409 m), au départ de Ganterwald

De l'hospice, avec l'ensemble de nos bagages, nous prenons la route du retour, mais pour seulement quelques minutes.

Pour notre dernière journée, nous partons sur une piste forestière, à travers les mélèzes pour rejoindre Hacker, avant de monter dans les alpages vers Wasenalp et Wintrigmatta. Il ne nous reste plus qu'à suivre la croupe qui nous emmène à notre sommet. Il est maintenant temps de descendre à travers alpages et forêt pour retrouver nos voitures et rentrer sur Annecy.

- **Infos rando** : Déniv + : 650 m / Déniv - : 650 m / Dist : kms / Durée : 4 à 4h30 de marche.
- **Infos diverses** : A prévoir, votre pique-nique du midi. Est inclus le petit déjeuner à l'Hospice du Simplon.

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.

DEBUT DU SEJOUR ET RENDEZ-VOUS

Afin de faciliter nos déplacements, je vous propose de covoiturer au départ d'Annecy, avec la possibilité de se retrouver sur la route :

1. **Annecy** : 7h00, parking du Parc des Sport, Boulevard du Fier.
2. **La Roche / Foron** : 7h30, parking Inter Sport.

FIN DE SEJOUR

Le jeudi, après la rando du jour entre 15h00 et 16h00. Retour en covoiturage.

ENCADREMENT DU SÉJOUR

Jean Jacques HOMASSEL

Diplôme d'état d'Accompagnateur En Montagne.

Tél : 06 26 07 19 62

Mail : jj.homassel@gmail.com

NOMBRE DE PARTICIPANTS

Nombre de participants minimum : 4 personnes

Nombre de participants maximum : 10 personnes

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Niveau physique : Facile. Rando accessible à tous marcheurs.

> Le rythme de marche est « cool » environ 250 à 350 mètres de dénivelé / heure.

> La pratique d'une activité physique (randonnée, marche, footing, vélo, gym...) 2 à 3 fois / semaine, permettra de bien enchaîner les journées de randonnée.

Niveau technique : Facile. Rando accessible à tous marcheurs.

Pas de difficulté particulière. Les itinéraires se déroulent sur des terrains adaptés à la raquette à neige.

HÉBERGEMENT / RESTAURATION

Nous serons accueillis à l'Hospice du Simplon pour les 3 nuits de notre séjour. Idéalement situé pour nous rendre rapidement sur le départ de nos randonnées

Prestations comprises :

- o La nuit en chambre de 2 à 4 personnes.
- o La ½ pension du dîner du jour 1 au petit déjeuner du jour 4. Les pique-niques de midi ne sont pas inclus et sont à prévoir par vos soins
- o Le linge de toilette et les draps.

DEPLACEMENT

Dans un but économique et écologique, les déplacements se font en covoiturage au départ d'Annecy.

Chaque participant indemnise le conducteur qui aura pris sa voiture.

Itinéraire : Annecy > La Roche/Foron > Chamonix > Col des Montets > Col de la Forclaz > Martigny > Brig > Col du Simplon.

Budget covoiturage au départ de :

- o Annecy : 50€ / personne (comprend carburant et péages).
- o La Roche/Foron : 40€ / personne (comprend carburant et péages).

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

DATES DU SÉJOUR

Du lundi 27 au jeudi 30 mars 2023

PRIX DU SÉJOUR

395 € / personne

LE PRIX COMPREND

- L'encadrement par un Accompagnateur en Montagne diplômé d'état,
- L'hébergement avec :
 - o La nuit du lundi au mercredi, en petit dortoir de 4 à 6 personnes.
 - o La ½ pension du dîner du jour 1 au petit déjeuner du jour 4 (repas du soir et petit déjeuner)
 - o Drap et couette.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le déplacement aller / retour de votre domicile au point d'accueil/dispersion du séjour.
- Le covoiturage de tout au long du séjour.
- Le pique-nique de midi, du jour 1 au jour 4.
- Les boissons et les achats personnels.
- Les assurances.
- Les frais de dossier d'AEM Voyages de 15 € / dossier.
- Et 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

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

ÉQUIPEMENT ET MATÉRIEL INDIVIDUEL A PRÉVOIR

LES VETEMENTS

Le buste

- Veste imperméable de type Goretex
- Doudoune ou polaire épaisse.
- Polaire fine.
- Tee-shirt type Odlo ou Ice Breaker.

Jambes :

- Pantalon de montagne pour l'hiver.

Divers :

- Gants (2 paires)
- Chaussettes.
- Bonnet.
- Casquette ou foulard.

MATERIELS

- Un vrai Sac à dos de montagne, d'environ de 30 litres.
- Bâtons télescopiques en bon état.
- Chaussures de trekking, Imperméables, déjà rodées, en bon état.
- Raquettes à neige.
- Sécurité : DVA (détecteur de victime en avalanche), pelle, sonde.

DIVERS

- Petit sac de voyage avec les affaires pour le soir.
- Maillot de bain.
- Carte d'identité.
- Lampe frontale avec piles neuves.
- Lunettes de montagne.
- Thermos, gourde pour avoir entre 1litre à 1.5 litre de boisson.
- Crème solaire et stick labial.
- Nécessaire de toilette.
- Pique-nique (1 / jour de rando).
- Pharmacie avec au minimum : Paracétamol, ibuprofènes, traitement ampoules, pansements, médicaments personnels.
- Ordonnance obligatoire si traitement médical en cours.

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

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 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>