

TOUR DU BEAUFORTAIN

Séjour de 7 Jours / 6 Nuits

DATES DU SÉJOUR

23 au 29 juin 2024



DESCRIPTIF DU SÉJOUR

Venez vous immerger dans la montagne de votre imaginaire !

La montagne des vaches tarines avec ses mille couleurs. De la multitude de verts des alpages et des forêts aux bleus improbables des lacs d'altitude dans lesquels se reflètent les neiges immaculées du Mont-Blanc et les silhouettes des bouquetins.

Faites le plein d'énergie au son des clarines dans des paysages à couper le souffle.

Entrez dans la carte postale et découvrez le terroir du Beaufort, l'habitat traditionnel savoyard accroché aux pentes, et le patrimoine hydro-électrique dans une montagne vivante et préservée.

POINTS FORTS

- ***Des vues impressionnantes de proximité du Mont-Blanc***
- ***La découverte d'un patrimoine rural d'exception : fromage, habitat***
- ***Des hébergements authentiques au milieu des alpages***
- ***Le portage du sac d'allègement pour profiter au mieux***

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 de la Consommation & Patrimoine - 12 Square Desnouettes - 75015 Paris - <https://mcpmediation.org/>

PUBLIC ET ENCADREMENT

Encadrement assuré par un accompagnateur en montagne diplômé.

Eric BAUDRILLARD : 06-11-12-71-19

Groupe de 12 randonneurs maximum.

Départ confirmé à partir de 7 participants.

Séjour destiné à des randonneurs en bonne condition physique sans contre-indication médicale à la pratique de la marche en montagne, en portant un sac pour une à plusieurs journées de 7 à 9 Kg et capables de marcher 5 à 7 heures par jour avec 800 à 1100 mètres de dénivelé positif.

DESCRIPTIF

Séjour de 6 nuits et 7 jours du dimanche 23 juin 2024 au samedi 29 juin 2024 au départ de Queige.

RV à 16h00 la veille du départ, soit le samedi 22 juin 2024 (lieu à définir) pour un dernier briefing (météo attendue, informations pratiques).

PROGRAMME DU SÉJOUR

JOUR 1 :

Queige – refuge du Lachat

Dès la sortie de Queige, nous grimpons en direction du col de la Forclaz par un sentier qui croise la route à plusieurs reprises avant de la quitter.

Nous grimpons progressivement sous le couvert forestier jusqu'au lieu-dit les Orseraies où la pente s'adoucit nettement jusqu'à la Croix de Varzéron.

Notre progression dans la forêt de Bisanne nous mène jusqu'à la Palette (1722 m) par un chemin agréable qui permet de découvrir les premiers alpages.

Le sentier redescend ensuite tranquillement le long de la réserve Naturelle de la Tourbière des Saisies, vers le refuge de Lachat où nos sacs d'allègement nous attendent.

1300 m de dénivellée positive - 280 m de dénivellée négative - 15 km - 7 heures de marche effective

Repas compris : Pique-nique de midi fourni par vos soins, dîner au refuge

Nuit au refuge du Lachat

JOUR 2 :

refuge du Lachat – refuge de Roselette

Première grande journée panoramique de notre trek. Pas de fort dénivelé mais l'étape la plus longue de la semaine.

Nous cheminons en forêt pour ce début de journée jusqu'au Chard du Beurre (1899 m) puis au col de la Lézette (1787 m).

Nous suivons ensuite la magnifique route des crêtes jusqu'au col de Véry (1964 m) puis jusqu'au col du Joly (1989 m). Les paysages ouverts laissent découvrir certains des plus beaux panoramas sur le Mont-Blanc et les barrages de Saint-Guérin, Roselend et la Girotte.

Nous descendons ensuite légèrement en direction du lac puis du refuge de Roselette (1871 m) qui nous accueillera pour la nuit.

Pour cette journée et les deux suivantes, les refuges n'étant pas accessibles par la route, nous devons prévoir des vêtements de rechange pour 3 jours. Nous ne retrouverons en effet nos sacs d'allègement qu'au soir du jour 5.

800 m de dénivellée positive - 400 m de dénivellée négative - 21 km - 07 heures 30 de marche effective

Repas compris : Petit-déjeuner au refuge - Pique-nique de midi préparé par le refuge - Dîner au refuge de Roselette

Nuit au refuge de Roselette

JOUR 3 :

refuge de Roselette – refuge du col de la Croix du Bonhomme

Nous sortirons des sentiers battus pour cette deuxième journée de randonnée, en préférant au GRP (si les conditions de neige printanières et de météo le permettent) un itinéraire plus sauvage par le col de la Fenêtre (2245 m).

Dès le passage du col, nous entamerons une longue montée sous les contreforts des aiguilles de la Pennaz, que nous contournerons presque complètement pour atteindre le col du Bonhomme (2329 m), puis le refuge du col de la Croix du Bonhomme où nous passerons la nuit.

Un crochet par la Tête Nord des Fours pourra s'envisager en fonction là aussi des conditions du jour, de manière à profiter d'un nouveau panorama sur le Mont-Blanc.

Temps de marche effectif : 6h00 / 11 km / D+1000 / D- 400

1000 m de dénivellée positive - 400 m de dénivellée négative - 11 km - 6 heures de marche effective

Repas compris : Petit-déjeuner au refuge - Pique-nique de midi préparé par le refuge - Dîner au refuge du col de la Croix du Bonhomme

Nuit au refuge du col de la Croix du Bonhomme

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 de la Consommation & Patrimoine - 12 Square Desnouettes - 75015 Paris - <https://mcpmediation.org/>

JOUR 4 :

refuge du col de la Croix du Bonhomme – refuge de Presset

Pour cette première journée avec un fort dénivelé négatif, nous aurons la chance de découvrir l'impressionnante Crête des Gittes, toute en pentes acérées et rocailles, au milieu des alpages gigantesques qui entourent le Cornet de Roselend (1968 m).

Après avoir cheminé tranquillement au milieu des alpages et des troupeaux de tarines, nous remonterons ensuite la Combe de la Neuva, magnifique vallée glaciaire qui nous conduira jusqu'au col du Grand Fond (2671 m).

La possible présence de bouquetins perchés sur les blocs au milieu des pierriers nous incitera à la flânerie avant de rejoindre le refuge de Presset, au bord du lac du même nom.

Nuit dépayssante garantie sous l'œil de la Pierra Menta toute proche.

800 m de dénivelée positive - 760 m de dénivelée négative - 13,5 km - 6 heures de marche effective

Repas compris : Petit-déjeuner au refuge - Pique-nique de midi préparé par le refuge - Dîner au refuge de Presset

Nuit au refuge de Presset

JOUR 5 :

refuge de Presset – refuge de l'Econdu

Nous devrions sortir de nouveau des sentiers battus pour cette magnifique étape à la limite entre Beaufortain et Tarentaise.

Si les conditions de neige et de météo le permettent, nous quitterons pour un temps le GRP pour un détour plus sauvage et technique sous la Pierra Menta par le passeur de la Mintaz, afin de découvrir une très belle combe au sein de laquelle se cache le Lac d'Amour, lieu de prédilection pour un bivouac estival.

Après une pause contemplative indispensable, nous rejoindrons le Col du Coin (2398 m) sous les pentes du Roc de le Charbonnière (2738 m).

Nous redescendrons ensuite paisiblement en direction du Cornet d'Arêches pour atteindre le refuge où nos sacs d'allègement nous attendent pour un repos bien mérité.

350 m de dénivelée positive - 950 m de dénivelée négative - 10 km - 4 heures 30 de marche effective

Repas compris : Petit-déjeuner au refuge - Pique-nique de midi préparé par le refuge - Dîner au refuge de l'Econdu

Nuit au refuge de l'Econdu

JOUR 6 :

refuge de l'Econdu – chalet des Arolles

La descente panoramique sur le barrage de Saint-Guérin se fait dans une ambiance bucolique au milieu des troupeaux occupés à pâturer dans les alpages.

Nous contournons le lac par son flanc sud en empruntant l'impressionnante passerelle, puis entamons une lente remontée sur le flanc opposé sous les pentes du Grand Rognoux (2364 m).

Tout d'abord forestier, le chemin s'ouvre ensuite sur de magnifiques balcons sans grosse difficulté qui nous conduiront au refuge des Arolles ou nous passerons notre déjà sixième nuit.

Ce refuge n'étant pas accessible par la route, il conviendra de prendre des vêtements de rechange pour la nuit et la journée du lendemain.

650 m de dénivellée positive - 630 m de dénivellée négative - 12,5 km - 6 heures de marche effective

Repas compris : Petit-déjeuner au refuge - Pique-nique de midi préparé par le refuge - Dîner au chalet des Arolles

Nuit au chalet des Arolles

JOUR 7 :

refuge des Arolles - Queige

Cette dernière journée avec un fort dénivelé négatif nous conduira tout d'abord au col des Lacs (2247 m) puis à la Roche Pourrie (2037 m) par un agréable sentier en balcons, ou une alternance de montées et de descentes sans grosse difficulté nous permettra de profiter au mieux des grandioses panoramas offerts.

Nous entamerons ensuite la longue descente au travers de la forêt de Molliessoulaz dans une ambiance forestière très agréable. Quelques passages pentus fatiguent un peu plus nos cuisses déjà bien entamées, mais nous récupérons finalement assez vite des pourcentages plus aisés pour rejoindre Queige, destination finale de notre trek.

Temps de marche effectif : 7h00 / 16 km / D+ 500 D- 1850

500 m de dénivellée positive - 1850 m de dénivellée négative - 16 km - 7 heures de marche effective

Repas compris : Petit-déjeuner au refuge - Pique-nique de midi préparé par le refuge

Fin du séjour à Queige vers 16h30.

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

RV à 16h00 la veille du départ, soit le samedi 22 juin 2024 (lieu à définir) pour un dernier briefing (météo attendue, informations pratiques).

DISPERSION

Le jour 7, dispersion vers 16h30 après retour aux véhicules à Queige.

ENCADREMENT DU SÉJOUR

Encadrement assuré par un accompagnateur en montagne diplômé.

Eric BAUDRILLARD : 06-11-12-71-19

baudrillard.eric@orange.fr

NOMBRE DE PARTICIPANTS

Nombre de participants minimum : 7 personnes

Nombre de participants maximum : 12 personnes

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Séjour destiné à des randonneurs en bonne condition physique (cotation Assez Difficile) sans contre-indication médicale à la pratique de la marche en montagne, en portant un sac pour une à plusieurs journées de 7 à 9 Kg et capables de marcher 5 à 7 heures par jour avec 800 à 1100 mètres de dénivelé positif.

HÉBERGEMENT / RESTAURATION

Type d'hébergement et catégorie : nuits en refuge

Type de chambre pour le séjour : dortoirs

Services inclus ou non : *aucun drap ni linge de toilette n'est inclus dans le prix du séjour (cf paragraphe : matériel)*

Repas : pris chaque soir du jour 1 au jour 6 sur place en refuge, pique-niques fournis à l'exception du PN du jour 1 à fournir par vos soins.

TRANSFERTS INTERNES

Aucun transfert interne incus dans le séjour.

PORTAGE DES BAGAGES

Le portage d'un sac d'allègement lorsque les refuges sont accessibles par la route est incluse dans le séjour.

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 de la Consommation & Patrimoine - 12 Square Desnouettes - 75015 Paris - <https://mcpmediation.org/>

DATES DU SÉJOUR
23 au 29 mois 2024
Plusieurs dates possibles

PRIX DU SÉJOUR
780 € / personne

LE PRIX COMPREND

- l'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé.
- les demies pensions en gîtes ou refuges (dortoirs).
- le pique-nique chaque midi.
- le transfert des bagages par un véhicule lorsque celui-ci est possible.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- les boissons, barres de céréales et autres dépenses personnelles.
- Les assurances (assistance rapatriement obligatoire, assurance annulation fortement conseillée, assurance bagages...),
- votre matériel de randonnée.
- le prix des douches lorsque celles-ci sont payantes.
- Les frais de dossier d'AEMV de 15 € / dossier
- Et tout ce qui n'est pas mentionné dans la rubrique « le prix comprend ».

ÉQUIPEMENT ET MATÉRIEL INDIVIDUEL A PRÉVOIR

ordonnance et médicaments concernant vos traitements en cours, habituels, ou éventuelles allergies connues (prévenir dans ce cas votre accompagnateur en montagne dès la veille du départ).

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

Deux sacs : un transporté par le taxi et un sac à dos pour la randonnée.

Le sac pour le taxi ne doit pas excéder 10 à 12 Kg. Un sac de voyage peu volumineux et solide est l'idéal. Pas de grosse valise rigide.

Un sac à dos de randonnée d'un volume maximum de 30 litres est largement suffisant. Privilégiez

un sac confortable avec ceinture ventrale et un contenu abordable. Une fois rempli, son poids ne devrait pas dépasser 7 à 9 Kg. Votre pique-nique du midi sera dans ce sac.

Equipement à porter chaque jour (sur vous ou dans votre sac) :

- chaussures de randonnée (déjà portées !) avec tiges hautes et semelle crantée.
- chaussettes de randonnée.
- short et/ou pantalon de randonnée.
- tee-shirt respirant
- polaire fine + polaire chaude
- veste imperméable avec capuche type « Gore-Tex » ou équivalent.
- casquette ou bob, lunettes de soleil (cat 3 minimum), crème solaire, stick à lèvres solaire.
- bonnet et/ou bandeau type « buff »
- gants chauds.
- sur-pantalon étanche (facultatif) et/ou cape de pluie.

Matériel complémentaire :

- gourde ou poche à eau d'un litre et demi minimum. Privilégiez des gourdes légères ou des bouteilles en plastique rigide.
- couteau, cuillère.
- réserve alimentaire pour la journée / barres de céréales, fruits secs, biscuits...
- drap type « sac à viande » (couvertures fournies en refuge).
- pharmacie personnelle de base : pansements anti-ampoules, lingettes désinfectantes, pansements, bande élastique type « élastoplast », crème anti-irritation, crème apaisante (piqûres d'insectes), médicaments douleurs et fièvre, troubles digestifs...
- bâtons de marche télescopiques.
- sur-sac à dos étanche ou sac poubelle de grande taille.
- un peu d'argent liquide pour les boissons et en-cas divers pris en cours de randonnée (tous les refuges n'acceptent pas les règlements par carte et/ou par chèques).

A laisser dans le sac transporté par le taxi :

- vêtements de rechange (short, tee-shirts, chaussettes, pantalon, sous-vêtements, couches chaudes....).
- trousse de toilette personnelle (brosse à dents et dentifrice, savon, serviette légère, papier hygiénique, kleenex, lingettes....).
- sacs plastiques ou sacs poubelles pour déchets ou pour protéger vos affaires.
- lampe frontale avec piles neuves.
- tongs ou sandales légères pour les soirées (éviter les baskets).
- réserve alimentaire complémentaire.

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 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>

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 de la Consommation & Patrimoine - 12 Square Desnouettes - 75015 Paris - <https://mcpmediation.org/>