



VANOISE

Immersion népalaise



Date : du samedi 6 au dimanche 7 septembre	Départ Courchevel le pralin 1750m
Massif : Vanoise	Distance Jour 1 : 13 km Les Avals – brèche de portetta – refuge grand plan
	Distance Jour 2 : 9 km Tour du Rateau
Dénivelé Jour 1 : D+ 1100m D- 450 m	 Niveau 3
Dénivelé Jour 2 : D+ 830m D- 1050 m	 Niveau 3
Durée Jour 1 : 5 h	Alt maxi : 2840 m
Durée Jour 2 : 6 h	Alt maxi : 2688 m

Accompagnateur : Fabien VIGNÉ : 06 77 49 30 26 - fabienvigne23@gmail.com

Descriptif :

Jour 1 :

Un démarrage en douceur pour ce week-end en immersion ! Nous emprunterons la vallée sauvage des avals pour gagner un vallon niché entre l'aiguille du fruit, du Rateau et la brèche de Portetta. Nous bifurquerons très vite en direction de la brèche de Portetta. Un endroit atypique et unique à faire au moins une fois !!! Un univers minéral avec peut-être un Tichodrome sur la paroi ! Nous amorcerons la descente par le rocher de Plassa et irons en direction du refuge du Grand Plan ou nous y passerons la nuit. Un refuge exceptionnel avec un accueil authentique.

Jour 2 :

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 16Médiateur de la Consommation & Patrimoine - 12 Square Desnouettes - 75015 Paris - <https://mcpmediation.org/>

Au départ du Refuge du Grand Plan, nous allons faire le tour de l'aiguille du Rateau, en passant par le lac du même nom. Pour cette journée, une vraie ambiance montagne avec un passage quasi lunaire au col du Rateau à 2700m d'altitude. Retour en fin d'après midi par un retour par la vallée des avals.

Notre nuit en refuge : <https://www.refugegrandplan.fr/>

Nous dormirons le samedi soir au refuge du Grand plan. Nous serons installés dans des dortoirs confortables.

Lieu de RDV :

- **RDV** : départ samedi matin 6 sept 7h15 – covoiturage parking en étage boulevard du fier – ANNECY

NOMBRE DE PARTICIPANTS

Nombre de participants minimum : 5 personnes

Nombre de participants maximum : 12 personnes

Equipement :

- . Chaussures de randonnée ou type trail crantées
- . Chapeau, casquette ou bandana
- . Sac à dos 25l minimum
- . Réserve d'eau 1.5 litres minimum pour le vendredi (poche à eau ou gourde)
- . Crème solaire
- . Doudoune compressible ou équivalent
- . Réserve personnelle de nourriture (pique-nique du vendredi midi + barres de céréales...)
- . Veste coupe-vent type gore tex ou équivalent avec capuche + polaire
- . Pantalon - short de randonnée
- . Gants + bonnet
- . Bâtons
- . Une frontale avec piles neuves
- . Petit nécessaire de toilette pour le refuge et rechange (sous-vêtements)
- . Vêtements de rechange (on évite le coton)
- . Sac de couchage ou sac à viande (couvertures et couettes dans le refuge)
- . Prévoir environ 10 à 15 euros pour les boissons en extra

Recommandations médicales : Chacun de vous devra prévoir ses effets personnels en cas de traitement médical en cours (ventoline, allergies etc.)

- 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 16Médiateur de la Consommation & Patrimoine - 12 Square Desnouettes - 75015 Paris - <https://mcpmediation.org/>

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.

Conditions de sortie : Itinéraire à titre indicatif susceptible de modification selon les conditions météo, l'état des sentiers ou l'état physique d'un membre du groupe.

Conditions tarifaires des 3 jours :

195€ par personne - préinscriptions par téléphone 06 77 49 30 26 - paiement via AEM voyages
Le prix comprend les frais de route + 2 nuitées en 1 /2 pension en refuge + les pique-nique du samedi et du dimanche + prestations et frais accompagnateur.

Les 15 euros de frais de dossier sont compris dans le tarif.

Ne comprend pas le pique-nique du vendredi midi ni les consommations sur place ainsi que les douches en refuge.

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.

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 16Médiateur de la Consommation & Patrimoine - 12 Square Desnouettes - 75015 Paris - <https://mcpmediation.org/>