

Immersion hivernale en Vanoise

- Du lundi 24 mars au samedi 29 mars 2025
- Du dimanche 30 mars au vendredi 4 avril 2025

Encadrement : Tanguy Trompette, Accompagnateur en Montagne Tel : (+33) 6 67 91 90 55 Email : contact@terresdetrek.com

6 jours / 5 nuits – 780€ par personne



CASE RESERVEE A AEMV

Un trek en raquettes pour les amateurs et amatrices de grandes étendues enneigées. Au cœur du Parc National de la Vanoise il existe un secteur très sauvage en hiver. Vous allez vivre une semaine dans un territoire habité de chamois, aigles et lago- pèdes. Quelques refuges. Et rien d'autre que du blanc, des parois rocheuses et des glaciers en arrière-plan. Une expérience immersive exceptionnelle.

Groupe limité à 8 personnes pour optimiser la sécurité et la convivialité du séjour.

Programme

J1 : lundi – Le Manchet (Val d'Isère, 1900m) - refuge du Fond des Fours (2535m)

Départ de notre itinérance au lieu dit du Manchet, près de Val d'Isère. Voir la rubrique ci- dessous « mode d'accès » pour les lieux de stationnement et les horaires de RDV en transport en commun.

On quitte rapidement la foule de la station de ski en entrant dans le Parc National de la Vanoise. Montée dans le vallon des Fours. Succession de replats et ressaults. Le paysage devient de plus en plus beau jusqu'à atteindre le Plan des Fours après un dernier raidillon : notre refuge de ce soir est au pied des premières crêtes de plus de 3000m d'altitude. Un refuge plein de charme mais au confort sommaire (pas de douches).

3h30 de marche, dénivelé +600m, 7 kms.

Nuit au refuge du Fond des Fours. Repas compris : dîner.

J2 : mardi – Fond des Fours - Pointes de Lorès - col du Pisset (2958m) refuge de la Femma (2352m)

Ce matin nous montons au Col du Pisset par superbe itinéraire, louvoyant dans un labyrinthe de collines, falaises et pointes rocheuses.

Pique-nique, grande descente, et arrivée en milieu d'après-midi au confortable refuge de la Femma.

5h de marche, dénivelé +450m et -630m, 11 kms.

Nuit au refuge de la Femma. Repas compris : petit-déjeuner, pique-nique, dîner.

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/>

CASE RESERVEE A AEMV

J3 : mercredi – La Femma - refuge du Plan du Lac (2370m) et boucle optionnelle autour du Plan du Lac

Une journée modulable suivant les envies aujourd'hui ! Nous allons au très joli refuge du Plan du Lac par le Vallon de la Rocheure. Pas de difficulté particulière : cela nous permet d'arriver au refuge pour midi, avec une boucle optionnelle depuis le refuge dans l'après-midi pour ceux qui souhaitent explorer collines et lacs gelés entre Bellecombe et le refuge.

3h de marche, dénivelé +200m et -200m, 8,5 kms.

Boucle optionnelle de 1h30 de marche, +150m et -150m, 4 kms

Nuit au refuge du Plan du lac. Repas compris : petit-déjeuner, pique-nique, dîner.

J4 : jeudi – Plan du lac - Col de Lanserlia (2770m)- refuge de la Femma (2360m)

Après la journée tranquille d'hier on repart pour une journée plus sportive.

Du refuge on monte sous les Rochers de Lanserlia. Passage au Col de Lanserlia ou route directe suivant les conditions de neige, jusqu'à rejoindre le magnifique Plateau du Turc que l'on traverse entièrement.

Descente jusqu'au vallon de la Rocheure et retour au refuge de la Femma. 6h de marche, dénivelé +740m et -760m, 13,5 kms.

Nuit au refuge de la Femma. Repas compris : petit-déjeuner, pique-nique, dîner.

J5 : vendredi – La Femma - Col de la Rocheure (2930m)- Pointe de la Met (3041m) - refuge du Fond des Fours (2535m)

Une autre grande journée de marche aujourd'hui avec une montée de plusieurs petits cols successifs avant d'atteindre le point culminant de notre trek, à plus de 3000m d'altitude : la Pointe de la Met, surmontant le début de la vallée de l'Arc.

Descente par le Col de Bézin et le Vallon des Fours pour une seconde nuit au refuge des Fours.

6h30 de marche, dénivelé +870m et -690m, 13 kms.

Nuit au refuge du Fond des Fours. Repas compris : petit-déjeuner, pique-nique, dîner.

J6 : samedi – refuge du Fond des Fours (2535m) - Le Manchet (Val d'Isère, 1900m)-

Programme tranquille pour ce dernier jour avec la descente retour jusqu'au Manchet. 2h30 de marche, dénivelé -600m, 7 kms.

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/>

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.

disponibilité des hébergements. En dernier ressort, il reste seul juge du programme.



Niveau technique et physique : 3/5

Ce séjour s'adresse à des personnes en bonne condition physique ayant déjà une expérience de la randonnée itinérante en raquettes

Le prix comprend :

L'encadrement par un accompagnateur en montagne 5 nuits en refuges gardés

La pension complète du dîner du jour 1 au petit-déjeuner du jour 6

Le supplément douches dans les refuges de La Femma et de Plan du Lac

Le prêt du matériel technique : raquettes, bâtons réglables, matériel de détection et de secours en avalanches (DVA, pelle, sonde)

Le prix ne comprend pas :

Votre pique-nique du jour 1

Le transport aller-retour entre votre domicile et le lieu de RDV du 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

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

CASE RESERVEE A AEMV

Assurance annulation

Assistance rapatriement et frais de secours Les boissons et dépenses personnelles

Les vivres de courses (fruits secs, biscuits, barres énergétiques) pour vos petites collations au cours des randonnées

Les frais de dossier AEMV de 20€ par participants et tout ce qui n'est pas dans "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.

ATTENTION : à noter pour les destinations HORS France, assurez-vous d'être couverts pour les **frais de recherche et de secours à l'étranger**, l'assurance CB Premier ne suffit pas toujours !

Hébergement :

En dortoirs en refuges gardés.

Repas : pension complète avec pique-nique le midi

Matériel et équipement personnel :

-Ordonnance obligatoire si traitement médical en cours

Voir liste détaillée "check-list treks raquettes en refuges" transmise à l'inscription

Taille du groupe :

De 4 à 8 personnes + 1 encadrant

Mode Accès

Accueil le jour 1 à 13h à Le Manchet, au Sud de Val d'Isère pour ceux qui souhaitent se rendre directement sur place.

Parking payant 85€ la semaine, hauteur limitée 2m.

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/>

CASE RESERVEE A AEMV

Navettes gratuites Val d'Isère : toutes les 8 minutes et 20 minutes Navettes payantes Bourg Saint-Maurice - Val d'Isère par Altibus

Pour ceux venant en train et ceux qui préfèrent laisser leur voiture à Bourg Saint Maurice : covoiturage depuis la gare de Bourg Saint-Maurice à midi.

Parking conseillé pour ceux qui souhaitent laisser leur voiture à Bourg Saint Maurice : Arc-en-ciel à côté de la gare, 64€ la semaine, pas de limitation de hauteur.

Fin du séjour le jour 6 à 11h30 au même endroit, possibilité de covoiturage jusqu'à Bourg Saint-Maurice pour prendre vos trains retour à partir de 14h.

En covoiturage :

Plus économique et écologique que de venir seul, c'est une alternative que nous vous encourageons à adopter. Nous vous communiquerons les coordonnées des participant(e)s pour vous permettre de vous mettre en contacts.

Encadrement :

Tanguy Trompette, DE Alpinisme - moyenne montagne enneigée. Carte professionnelle 00519ED0173

Contact : +33 (0)6 67 91 90 55. contact@terresdetrek.com

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/>