

ETE 2024

GRANDE TRAVERSEE DES ALPES : DE CHAMONIX A BRIANCON

**Randonnée pédestre accompagnée en itinérance
7 jours / 6 nuits / 7 jours de marche**

Cette étape emprunte les plus beaux itinéraires des Alpes du Nord et du GR 5. Sous la tutelle du Mont-Blanc s'enchaînent une randonnée dans les alpages du Beaufortain, la traversée du massif de la Vanoise et l'ascension du mont Thabor. Ce périple se termine sur les versants des Alpes du Sud, à Briançon.

PROGRAMME

JOUR 01 : Les Contamines-Montjoie - Col du Bonhomme - Crêtes des Gittes - Refuge de Plan-Mya

Rendez-vous à 9 h devant la gare ferroviaire de Saint-Gervais-les Bains le Fayet. Transfert pour Notre-Dame-de-la-Gorge (1210 m), où nous découvrons une église baroque de toute beauté. Le sentier quitte ensuite la belle forêt de résineux pour se diriger vers le Beaufortain, que nous atteignons au col du Bonhomme. Le col de la Croix-du-Bonhomme est le début de la crête des Gittes, incroyable chemin militaire taillé dans la montagne au début du siècle dernier. A partir du col de la Sausse (2307 m), descente sur les alpages du cormet de Roselend, célèbre col des Alpes. Première nuit au refuge de Plan-Mya.

Hébergement : refuge. Repas inclus : midi, soir. Repas libre : matin. Transfert : environ 30 minutes.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

+ 1300 m / - 700 m, 7h de marche

JOUR 02 : Refuge de Plan-Mya - Col du Bresson - Chapelle de Saint-Guérin - Refuge de Rosuel

La piste d'alpage serpente entre les pâturages, lieu de production du beaufort, jusqu'aux berges du lac de Roselend, immense barrage aux eaux bleutées. Nous progressons plein sud jusqu'au hameau de Treicol (1895 m), où nous prenons la direction du col de Bresson (2469 m), beau col alpin à quelques pas de la Pierra Menta, roc célèbre émergeant de cette crête rocailleuse. Nous descendons ensuite sur les versants ensoleillés de la Tarentaise jusqu'à la chapelle de Saint-Guérin (1589 m). Transfert à Rosuel (1556 m) au-dessus de Peisey-Nancroix.

Hébergement : refuge. Repas inclus : matin, midi, soir. Transfert : environ 45 minutes.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

+ 950 m / - 1100 m, 7h de marche

JOUR 03 : Refuge de Rosuel - Lac de la Plagne - Col du Palet - Refuge du Palet

Journée plus tranquille après les longues randonnées des jours précédents. Entrée dans le prestigieux parc national de la Vanoise, par la porte de Rosuel, dominé par le mont Pourri, sommet emblématique de Tarentaise. A l'approche du lac de La Plagne (2144 m), les marmottes se montrent ; plus haut, en montant au col du Palet (2652 m), ce sont les chamois et les bouquetins. Dîner et nuit au refuge du Palet (2652 m), au cœur du parc de la Vanoise.

Hébergement : refuge. Repas inclus : matin, midi, soir.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

+ 1100 m, 5h de marche

JOUR 04 : Refuge du Palet - Val-Claret - Col de la Leisse - Entre-deux-eaux - Refuge du Plan du Lac

En descendant sur le hameau de Val-Claret (2107 m), à Tignes, nous retrouvons un instant la civilisation, que nous quittons très vite pour prendre le sentier du col de la Leisse (2698 m), corridor minéral entre la Grande-Motte, sommet glaciaire imposant et un chapelet de sommets à plus de 3 000 mètres. Nous rejoignons les versants de Maurienne du parc de la Vanoise. Passage près du refuge de la Leisse (2467 m). Le pont de pierre de Croë-Vie, sous la face sud



de la Grande-Casse, annonce l'arrivée au hameau de Entre-deux-Eaux (2120 m). Derniers efforts pour remonter au refuge du plan du Lac (2364 m).

Hébergement : refuge. Repas inclus : matin, midi, soir.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

+ 1100 m / - 1300 m, 7h de marche

JOUR 05 : Refuge du Plan du Lac - Valfréjus - Refuge du Thabor

Nous entamons cette journée par une descente jusqu'au lac Blanc avant d'arriver au Coëtet. Transfert en minibus à Valfréjus, au lieu-dit Le Lavoir (1923 m), élégante station de Maurienne face aux splendides sommets de Vanoise, que nous laissons derrière nous. Nous découvrons à l'arrivée la combe de la Grande-Montagne et ses charmants lacs. Dîner et nuit au refuge du Thabor (2505 m). Temps de repos ou randonnée libre autour du refuge.

Hébergement : refuge. Repas inclus : matin, midi, soir. Transfert : environ 20 minutes.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

+ 650 m / - 100 m, 4h30 de marche

JOUR 06 : Refuge du Thabor - Col des Muandes - Vallée de la Clarée - Refuge de Buffère

Traversée sous le sommet du Mont Thabor par un enchaînement de cols: col des Méandes (2727 m), col du lac Blanc, col des Muandes (2882 m) pour déboucher au sommet de la lumineuse vallée de la Clarée. Descente sur le refuge des Drayères puis le long de la Clarée jusqu'à Laval. Un court transfert en navette permet d'économiser les kilomètres jusqu'à Névache. Derniers efforts pour atteindre l'accueillant refuge de Buffère (2076 m).

Hébergement : refuge. Repas inclus : matin, midi, soir.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

+ 1100 m / - 1200 m, 6h de marche

JOUR 07 : Névache - Col du Buffère - Col de Granon - Briançon

Etape finale vers le col de Buffère : superbe panorama sur le massif des Ecrins, dominant la vallée de la Guisane. Puis en contournant le Gran Aréa jusqu'au col de Granon. En point d'orgue les superbes crêtes de Peyrolles offrent une dernière vue panoramique sur les deux vallées avant une dernière descente à travers les mélèzes jusqu'à Briançon point final de ce tronçon de la GTA. Séparation à la gare de Briançon en fin d'après-midi.

Repas inclus : matin, midi. Repas libre : soir.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

+ 900 m / - 1600 m, 6h30 de marche

COMPLEMENT DE PROGRAMME

Les temps de marche (ou autre activité) sont donnés à titre indicatif et peuvent varier en fonction de plusieurs éléments (ex : conditions météorologiques, état du terrain...). Les temps de transferts peuvent également varier suivant la condition des routes et de la circulation. Si nécessaire (ex : conditions climatiques, aléas aériens, décision des autorités locales), nous pouvons aussi être amenés à adapter le programme pour le bon déroulement de votre voyage et dans l'intérêt des participants.



FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Rendez-vous le Jour **01 à 9h devant la Gare ferroviaire de Saint-Gervais-les-Bains le Fayet.**

Arrivée en train

Aller : ligne TGV jusqu'à Saint-Gervais-les-Bains-Le Fayet

Retour : en train Briançon-Grenoble via Gap, ou en bus ligne Briançon-Grenoble via le col du Lautaret. Horaires de train à vérifier au numéro court de la SNCF 3635 (0,34 €/mn) ou sur www.voyages-sncf.com. Horaires de bus à vérifier au numéro des VFD (cars de Grenoble) : 0 820 833 833 (0,15 €/mn) ou sur le www.vfd.fr.

Arrivée en voiture

Autoroute Blanche jusqu'à Saint-Gervais les Bains - Le Fayet.

A Saint-Gervais-les-Bains-Le Fayet, possibilité de stationnement des véhicules personnels à proximité de la gare ferroviaire du Fayet. Durant l'été, le stationnement est toléré et gratuit dans certaines rues alentour et sur le parking de la gare.

DISPERSION

Le dernier jour en Gare SNCF de Briançon en fin d'après-midi.

FORMALITES

- Pour les ressortissants français, belges, luxembourgeois et suisses : carte nationale d'identité ou passeport valide, et couvrant la durée du séjour.

Pour les personnes majeures de nationalité française, les cartes nationales d'identité délivrées entre le 2 janvier 2004 et le 31 décembre 2013 sont encore valables 5 ans après la date de fin de validité indiquée au verso.

- Pour les ressortissants canadiens : passeport valide 3 mois après la sortie prévue de l'espace Schengen (visa inutile pour un séjour inférieur à 90 jours).
- Pour les autres nationalités, veuillez vous renseigner auprès des autorités consulaires françaises dans votre pays. Les passeports doivent être en parfait état (pas de taches, agrafes, trombones, marques, déchirures...).

NIVEAU

(En moyenne) marche de 6 heures par jour sur sentier et hors sentier et/ou 700 à 1 000 mètres de dénivelée positive environ et/ou 15 à 18 kilomètres. Possibilité de passages en altitude.

HEBERGEMENT

Refuges en dortoirs ou chambres partagées. Douches disponibles à toutes les étapes (sauf au refuge du Thabor), parfois payantes (comptez entre 2€ et 3€ par jeton de douche).

Les repas

- Les repas du matin et les repas du soir sont servis chauds dans les hébergements.
- Les pique-niques de midi sont copieux et mis à disposition.
- Un sac de vivres de course est remis en début de séjour à chaque participant.

TRANSFERTS INTERNES



- J 1 : Transfert de la gare de Saint-Gervais-les-Bains le Fayet à Notre-Dame-de-la-Gorge en minibus.
- J 2 : Chapelle de Saint Guérin - Peisey-Nancroix en taxi.
- J 5 : Le Coëtet - Valfréjus en taxi.
- J 6 : Laval - pont de La Souchère en navette locale.
- J 7 : La Salle - Briançon en navette locale (optionnelle)

PORTAGE DES BAGAGES

Vos bagages seront transportés les soirs à l'hébergement par véhicule, sauf pour les nuits du J 3, J 5 et J 6. Vous devrez ajouter dans votre sac à dos un drap-sac et une trousse de toilette pour les nuits où vous n'aurez pas vos affaires personnelles. Les refuges du Palet (J 3), du Thabor (J 5) et de Buffère (J 6) ne sont pas accessibles par la route, il n'est donc pas possible d'y transférer vos bagages.

GROUPE

De 6 à 12 personnes.

ENCADREMENT

Un accompagnateur en montagne pour un groupe de 6 à 12 participants.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Votre pharmacie individuelle

Pensez à vous munir d'une pharmacie individuelle contenant notamment vos médicaments personnels et la liste suivante que nous vous recommandons (à valider avec votre médecin). En sus, pour les séjours encadrés, votre guide disposera d'une trousse de secours.

- Des antalgiques.
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).
- Un anti-diarrhéique
- Un désinfectant, des pansements (tailles variées) et des « double peau »
- Une couverture de survie

Votre équipement

- 1 sac à dos de 30 l à 40 l environ pour porter vos affaires de la journée
- 1 sac de voyage souple 15 kg maximum pour vos affaires de rechange
- Une paire de chaussures de randonnée imperméables à tige montante
- Un chapeau ou casquette et un bonnet
- Des lunettes de soleil (indice 3)
- Des T-shirts respirants
- Une veste légère de type polaire
- Une veste chaude
- Une veste étanche et respirante de type Goretex
- Une paire de gants
- Un short
- Un pantalon de montagne
- Un pantalon étanche de type Goretex
- Des bâtons de marche télescopiques (fortement conseillés)
- Protections solaires (crème et stick)
- Une gourde (ou poche à eau) de 2 L minimum
- Votre pharmacie individuelle, du papier toilette



- Un couteau de poche, une cuillère
- Un drap-sac pour la nuit (uniquement nécessaire dans les refuges et certains gîtes)
- Une lampe frontale
- Une trousse de toilette et une serviette
- Des vêtements de rechange
- Des chaussures de rechange
- Compléments conseillés : une cape de pluie, des bouchons d'oreille

Attention, le poids est l'ennemi du randonneur. Pour votre confort, votre sac quotidien ne devrait pas dépasser 6 à 8 kg.



DATES ET PRIX

LE PRIX COMPREND

- L'hébergement du J 1 au J 7.
- Les petits déjeuners du J 2 au J 6.
- Les pique-niques de midi du J 1 au J 7.
- Les dîners du J 1 au J 6.
- Les transferts comme décrit dans le paragraphe "Les déplacements pendant le circuit".
- Le transfert de vos bagages décrit dans le paragraphe "Le portage et le transfert des bagages".
- Les vivres de course remis dans un sac individuel.
- Les frais d'organisation du circuit.
- L'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé d'Etat

LE PRIX NE COMPREND PAS

- L'assurance annulation/interruption de séjour/perte de bagages et l'assistance.
- L'acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation.
- Les éventuelles douches payantes dans les refuges.
- Tout ce qui n'est pas indiqué sous la rubrique "Le prix comprend".



PARTENARIAT

Raidlight Vertical

Pour vos équipements et votre matériel, RHANDORIZONS fait confiance à notre fournisseur local installé en Chartreuse : Raidlight Vertical.

Bénéficiez de **20%** de réduction sur vos achats avec le code **RANDHORIZONS2023**. Rendez-vous sur le site internet www.raidlight.com .



RESEAU

Vagabondages

VAGABONDAGES est un réseau de spécialistes de la randonnée et des vacances actives non motorisées unis par une même éthique professionnelle. Signataires de la présente charte, ils s'engagent :

- À assurer directement, ou en priorité par l'intermédiaire du réseau VAGABONDAGES, l'organisation des séjours qu'ils proposent,
- À offrir un encadrement professionnel compétent spécialiste du milieu ou du thème abordé,
- À constituer des groupes de dimension humaine, et valoriser, à travers leurs formules, l'authenticité et la convivialité de leur terroir d'ancrage ou de passion,
- À respecter l'environnement et les patrimoines historique, culturel et humain rencontrés dans l'exercice de leur profession,
- À honorer leurs engagements contractuels dès acceptation d'une inscription, tant sur le plan des prix que sur celui de la qualité des prestations, à prendre en compte vos remarques et suggestions, notamment par la remise systématique d'un questionnaire de satisfaction, dans un souci constant de perfectionnement de la qualité des séjours.

