



les 3000 du Grand Paradis

6 jours/5 nuits, 5,5 jours de marche

Voici un circuit pour randonneurs motivés par les grandes randos en altitude et les moments de convivialité dans des lieux uniques.

Dans la lignée des autres circuits 3000, nous attendront la fin de l'été pour pouvoir accéder aux sommets déneigés qui nous offriront de jolis panoramas sur le sommet du Grand Paradis et ses multiples satellites.

Pour limiter les frais d'une hôtellerie italienne assez chère, nous alternerons nuits en altitude (refuges) et en vallée (campings). Tout le matériel est fourni (tentes individuelles, matelas et sacs). Cela nous permettra de nous rattrapper sur la gastronomie valdotaine. Une nuit d'hôtel est cependant prévue en milieu de séjour.

TARIF : 650 €/pers – base 5 personnes mini

PROGRAMME

JOUR 1 : Accueil en gare de Saint Gervais à 12 h 00.

Direction l'Italie par le tunnel du Mt Blanc. Valsavarenche. Montée au refuge. 2/3 h de marche, D + 550 mètres / - 0 mètres. Nuit en refuge.

JOUR 2 : Mont Taou Blanc (3450 m). Panorama à 360° sur le Mont Blanc, La Vanoise et les Alpes. 7 h de marche, D + 1000 mètres / - 1500 mètres. Nuit en camping (Valsavarenche). Repas au restaurant.

JOUR 3 : Punta Arpisson (3030 m). Joli belvédère sur la vallée de Cogne, le Mont Emilius (3589 m) et les glaciers du Grand Paradis. 6 h de marche. D + 1200 m / - 1200 mètres. Nuit en camping (Val di Cogne). Repas au restaurant.

JOUR 4 : Montée au bivouac Gratton (3200 m). Nuit devant la splendide Grivola (3900 m). Coucher et lever de soleil dans un « bivacco » à l'italienne. Inoubliable ! Mais il faudra arriver les premiers. 6 h de marche, D + 1500 mètres.

JOUR 5 : Traversée par le col de la Rossa (3200 m) et redescente sur Valmontey. Les bouquetins et chamois ne sont jamais très loins. Nuit à l'hôtel. D- 1500 m. 6 h de marche.

JOUR 6 : Punta Fenilia (3053 m). Jolie rando sportive et beau belvédère à partir de Lillaz. D+/- 1500 m. 6 h de marche. Séparation Saint Gervais 18 h.

Transport des bagages

J1, J4 : portage à chaque fois des affaires pour une nuit. J4, montée d'une partie du repas du soir et d'un sac de couchage.

J2, J3, J5, J6, rando sac léger une grande partie de la rando (affaires laissées ou minibus).

Le gros bagage restant dans le minibus .

Activités : 4 à 8 h de marche par jour.

Hébergement : Dans l'ordre chronologique :

J1 : Refuge SAVOIE ou CHIVASSO- Dortoirs - Douches chaudes

J2 et 3 : Campings - Tentes individuelles ou couple - Douches chaudes

J4 Bivacco GRATTON - petit dortoir sommaire de 8 places. Pas de douches

J5 : Hôtel selon disponibilités - Petits dortoirs ou chambres doubles/triples

Téléphone Très bon réseau mais attention aux surcoût des opérateurs italiens.

Parking voiture : Parking gratuit, non gardé, à Saint Gervais.

Nourriture : Petits déjeuners et repas du soir en refuge ou restaurant. J4 repas préparé par nos soins. Pique-nique à midi.

Encadrement : Accompagnateur en montagne.

Groupe : 5 à 12 participants. Pour randonneur entraîné/préparé et/ou motivé. Légèrement plus intense qu'un 3000 Vanoise car itinéraires plus directs (dans la pente) mais moins de longueurs (distance à parcourir).

Nature du terrain : sentiers bien tracés et hors sentiers assez faciles

Accueil : 12 h 00 Gare de Saint-Gervais

Dispersion : vers 18 h 00 à la Gare de Saint-Gervais

Le prix comprend :

- les frais d'organisation et d'encadrement
- la nourriture et l'hébergement en pension complète
- Les transferts/péages depuis la gare
- le prêt de matériel prévu dans la FT (tentes, matelas, sacs de couchage)

Le prix ne comprend pas :

- Les boissons et dépenses personnelles
- L'équipement individuel dont les sacs à viande personnels
- Les assurances personnelles Rapatriement – Assistance

CONDITIONS DE RESERVATION :

- Etablissement par le prestataire d'un contrat de réservation
- Versement par le client d'un chèque d'arrhes de 25% avec renvoi du contrat signé
- Séjour assuré à partir de 5 participants
- Confirmation du séjour 21 jours avant date de début
- Si séjour annulé faute de participants, possibilité autres dates ou remboursement des arrhes
- Possibilité d'une assurance annulation à vote charge sur le prix total du séjour (nous demander)

INFOS PRATIQUES

HABILLEMENT

Vêtements :

- Veste en fourrure polaire
- Tee-shirt (en fibre technique de préférence)
- Pantalon de randonnée ample (pas de jeans ou de pantalon trop serré et rigide)
- Short
- Chemise ou polo à manches longues
- Survêtement (ou pantalon confortable) de rechange pour le soir
- Paires de chaussettes en laine
- Sous-vêtements
- Cape de pluie (le K-Way ne suffit pas car il ne protège pas les sacs)
- Veste coupe-vent en gore tex ou anorak

Chaussures :

- Chaussures de randonnée montantes (afin de bien tenir la cheville) et imperméables, semelle type Vibram

- Une paire de chaussures de sport de rechange ou sandales pour le soir

PETIT MATERIEL

- Chapeau, foulard ou casquette pour se protéger du soleil
- Un bonnet léger (au fond du sac)
- Une paire de gants légers (au fond du sac)
- Lunettes de soleil d'indice de catégorie CE 3 ou 4
- Crème solaire
- Une grande gourde (1,5 l minimum) avec gobelet
- Un couteau de poche
- Un nécessaire de toilette et serviette de toilette
- Du papier hygiénique et des mouchoirs
- Une lampe de poche ou frontale dans le cas de départs matinaux.
- Un paire de bâtons télescopiques (facultatif) : facilite la marche dans les montées et permet d'économiser les articulations dans les descentes.

COUCHAGE

Un sac à viande est vivement recommandé.

Pas besoin de duvet. Fourni pour le camping avec la tente et le matelas.

LES PETIT PLUS

Si le cœur vous en dit, vous pouvez amener une spécialité de votre région...