



Les « nouveaux 3000 » de Vanoise

6 jours/5 nuits, 6 jours de marche

Il y a 107 sommets de 3000 m et plus dans le massif de la Vanoise. Avec le recul glaciaire des 15 dernières années, il est désormais possible d'accéder à certains d'entre eux sans utiliser les techniques d'alpinisme auparavant nécessaires. Nous vous avons réservé de bien belles surprises : lacs glaciaires, moraines, nouveaux panoramas... et des refuges de caractère. Un bon moyen de profiter des superbes paysages de Vanoise sans trop sacrifier au confort et la convivialité de l'après rando.

PROGRAMME

1^{er} jour : Accueil en gare de Chambéry à 10 h 30 ou Modane à 12 h. Pique-nique et transfert au Plan d'Amont. Préparation de son sac. Randonnée de mise en jambe jusqu'au refuge le plus populaire de Savoie. 3 h de marche, + 500 mètres / - 500 mètres. Nuit en refuge.

2^{ème} jour : Montée au Col de la Masse (2910 m), puis Rateau d'Aussois (3128 m). 7 h, + de 950 mètres / - de 1500 mètres. Nuit en refuge privé et douillet.

3^{ème} jour : Journée en 2 temps. Retour au plan d'Amont. 3 h. D+ 500 m / D- 300 m. Transfert (35 mn) jusqu'à Bellecombe. On rejoint le refuge de la Femma par la côte 3000. + 650 m / D- 600 m. 3 à 4 h. Nuit au refuge.

4^{ème} jour : Ascension de la pointe de la Sana (3430 m), sacs allégés. Retour à Bellecombe. Nuit à l'hôtel après un transfert à Bonneval sur Arc. 8 h de marche, + 1100 mètres / - 1100 mètres.

5^{ème} jour : Splendide montée au refuge de Carro (2750m), plus haut refuge de Savoie. Montée au pied d'un lac glaciaire récent et complètement isolé. 6 à 7 h, + 800 mètres. Nuit au refuge.

6^{ème} jour : Montée au col de Carro sacs légers. Beau panorama sur la chaîne frontalière et le Grand Paradis. Retour par un sentier balcon avec les glaciers comme compagnons. Séparation à Modane. 6 h, dénivelé + 500 mètres / - 1000 mètres



Transport des bagages

Comme nous évoluons dans un Parc National, l'accès en véhicule aux refuges est interdit. Sur place, le guide vous indiquera ce que vous devez prendre dans votre sac à dos (affaires de rando, change et pique-niques) pour chaque étape. Le sac de voyage (70 à 80 litres) contient les affaires que vous n'utilisez pas pendant les étapes (2 fois 2 jours). Il restera dans le minibus. Ne pas prévoir d'objet de grande valeur encombrants (ordinateur, lecteur DVD etc...).

Activités : 4 à 8 h de marche par jour.

Hébergement :

Gîte avec petits dortoirs pour le premier jour.

Refuges : Petites chambres ou dortoirs selon fréquentation et dates.

Hôtel : chambre double ou triple.

Les refuges sont équipés de douches chaudes (payantes).

Téléphone Les opérateurs passent relativement bien dans cette zone du Parc National.

Parking voiture : Parking gratuit, non gardé, à Modane ou Chambéry.

Nourriture : Petits déjeuners et repas du soir aux gîtes, pique-nique à midi.

Encadrement : Accompagnateur en montagne.

Groupe : 6 à 12 participants.

Accueil : 11 h 00 Gare de Chambéry ou 12 h 00 à la Gare de Modane

Dispersion : vers 17 h 00 à la Gare de Modane ou 18 h Gare de Chambéry le dernier jour.

DATES

Du Dimanche 25 au Vendredi 30 juin 2017	615 €
Du Dimanche 2 au Vendredi 7 juillet 2017	615 €
Du Dimanche 23 au Vendredi 28 juillet 2017	655 €
Du Dimanche 6 au Vendredi 11 août 2017	655 €
Du Dimanche 20 au Vendredi 26 août 2017	615 €
Du Dimanche 3 au Vendredi 9 septembre 2017	615 €

Le prix comprend :

- les frais d'organisation et d'encadrement
- la nourriture et l'hébergement en pension complète
- Les transferts depuis l'une des 2 gares

Le prix ne comprend pas :

- Les boissons et dépenses personnelles
- L'équipement individuel
- 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 votre 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

Les hébergements sont équipés de couettes.

Un **sac à viande** est vivement recommandé.

Pas besoin de duvet.

LES PETIT PLUS

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