

Alpes : Séjour raquettes dans les Aravis

Randonnée en étoile au départ d'un hôtel en Savoie.

Séjour neige

8 jours, 7 nuits

5 jours de marche

En raquettes, Erick, accompagnateur diplômé, vous propose un programme de randonnées accompagnées, basé sur la découverte de la vallée, à travers son patrimoine naturel et humain.

Le Val d'Arly offre une grande variété de paysages, entre les alpages, les barres rocheuses de la chaîne des Aravis et les hauts sommets de la chaîne du Mont Blanc, côtoyée quotidiennement par votre guide. La vallée est également particulièrement riche en faune (mouflon, chamois, aigles, gypaètes barbus, tétras lyre...).

Dans le confort douillet d'un hôtel 2 étoiles, en Savoie, Erick et Marie-Claude vous accueillent pour un séjour de randonnées à raquettes, une halte reposante, des vacances autrement...

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83

Programme

Jour 1 : Début de SEJOUR CONFORT EN VAL D ARLY

Arrivée dans l'après-midi, installation. A 19h pot d'accueil, présentation du séjour.

Jour 2

Matin : distribution du matériel, petite randonnée de mise en jambes et d'adaptation au départ de l'hôtel.

Après-midi : départ du Hameau de La Tonnaz au-dessus de Praz S/Arly pour l'Alpage du Plannay.

Aspect technique : Petite montée régulière.

Aspect montagnard : Parcours en prés et bois dans un vallon terminé par l'alpage. Vue sur le Haut Val d'Arly, les crêtes du Beaufortain et Chaîne du Mont Blanc.

Note du guide : Après la mise en jambes du matin, cette sortie annonce une semaine prometteuse...

Jour 3

Départ du hameau du Passieu (1100 m) pour le Col du Treu (1600 m), par les Rochats et les Avenières.

Aspect technique : Montée sur large sentier, puis parcours en forêt d'épicéas avant d'arriver au col. Descente douce sur autre versant, puis en zig-zag (au choix !) à travers alpages et bois, jusqu'à l'hôtel.

Aspect montagnard : Nombreux chalets centenaires, vue sur le Mont Charvin, la chaîne des Aravis, le Mont Blanc, Les Bauges, La Vanoise, La Chartreuse et même jusqu'au Vercors (le Mont Aiguille !).

Note du guide : Cette sortie montre la grande variété de paysages du Val d'Arly et la richesse de sa faune (chut !).

Jour 4

Départ de la Penne (1190 m) pour le chalet de la Tête (1562 m) et le col de l'Arpetaz. Au pied du Mt Charvin, tour du cirque sur les bosses, promenade en forêts, puis vue panoramique.

Aspect technique : Montée progressive et douce le matin, descente tranquille et variée l'après-midi.

Aspect montagnard : Face au Mont Charvin, au Mont Blanc et tout le reste !

Variante possible : Le pic du Praz Vecchin (mais c'est une autre histoire !).

Note du guide : Grand choix d'itinéraires dans ce cirque, dont le relief et le milieu très préservés sont idéaux pour la randonnée en raquettes.

Jour 5

Journée libre. Déjeuner à l'hôtel ou panier repas (au choix). Possibilité de visite locale (musée, Megève...). En fin d'après-midi, diaporama : « randonnées d'été dans le Val d'Arly ».

Note du guide : En fonction de la météo, cette journée de relâche peut être changée en 2 ½ journées.

Jour 6

Départ du hameau de Chaucisse (1260 m) pour Nanchard (1505 m), par le Mont Jovet.

Aspect technique : Montée d'abord sur large sentier puis petit parcours en forêt. Descente facile par le chemin des Alpages.

Aspect montagnard : Très agréable parcours en forêt et à découvert dans les alpages.

Note du guide : Les anciens sentiers vers un lieu dorénavant délaissé.

Jour 7

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83

Départ du Col des Aravis (1485 m) pour le Chalet du Curé, en passant par Les Plachaux (1760 m).

Aspect technique : Peu de montée et descente agréable jusqu'au village de la Giettaz.

Aspect montagnard : Vastes étendues blanches le long des Aravis, face au Mont Blanc, puis descente en forêt.

Note du guide : Les grands espaces montagnards s'offrent à vous sans effort....

Jour 8

Fin de séjour après le petit-déjeuner.

REMARQUE

Les programmes ont été établis selon les derniers éléments connus lors de la rédaction : des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement. Sur place, nos guides sont les meilleurs juges, ils peuvent être amenés à modifier l'itinéraire en fonction de la météo ou si la sécurité du groupe le nécessite.

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83

Quelques précisions

Niveau

Le niveau est progressif et adapté au groupe.

Adultes et enfants de plus de 12 ans, en bonne condition physique. Aucune connaissance technique n'est requise.
Dénivelés journaliers entre 200 et 500 m. En fonction des semaines, 2 groupes de niveaux différents seront formés.

Prix

- Du 20/12/2008 au 27/12/2008 : Prix/pers en chambre de deux 498 €, Prix/pers en chambre individuelle 572 €
- Du 27/12/2008 au 03/01/2009 : Prix/pers en chambre de deux 537 €, Prix/pers en chambre individuelle 630 €
- Du 03/01/2009 au 10/01/2009 : Prix/pers en chambre de deux 451 €, Prix/pers en chambre individuelle 513 €
- Du 10/01/2009 au 17/01/2009 : Prix/pers en chambre de deux 473 €, Prix/pers en chambre individuelle 544 €
- Du 17/01/2009 au 07/02/2009 : Prix/pers en chambre de deux 498 €, Prix/pers en chambre individuelle 572 €
- Du 07/02/2009 au 07/03/2009 : Prix/pers en chambre de deux 537 €, Prix/pers en chambre individuelle 630 €
- Du 07/03/2009 au 21/03/2009 : Prix/pers en chambre de deux 498 €, Prix/pers en chambre individuelle 572 €
- Du 21/03/2009 au 18/04/2009 : Prix/pers en chambre de deux 473 €, Prix/pers en chambre individuelle 544 €

Suppléments/réductions :

- Supplément réveillon jour de l'Élan (départ du 27/12) : 19 €/pers

Le prix comprend :

- La pension complète en hôtel**
- L'encadrement des randonnées par un accompagnateur diplômé (5 jours)
- Les transferts prévus durant le séjour au départ des randonnées
- Le prêt des raquettes et des bâtons

Le prix ne comprend pas :

- Les boissons et dépenses personnelles
- Les visites de sites
- Les assurances
- Votre assurance R.C. personnel
- La taxe de séjour

Encadrement

Accompagnateurs en montagne diplômé d'état.

Portage

Uniquement les affaires personnelles de la journée et votre pique-nique.

Hébergement/nourriture

L'HEBERGEMENT :

Au choix 2 formules:

- chambre double avec douche et wc
- chambre individuelle avec douche et wc (selon disponibilités au moment de la réservation). Possibilité de chambre de 3 ou 4 personnes, nous consulter.

Merci de nous indiquer le type de chambre au moment de la réservation.

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83

Durant le séjour

- Il est interdit de fumer dans la totalité des locaux de l'hôtel.
 - Bar, Salon détente, Salon TV-Bibliothèque, Billard autant d'espaces de repos et de convivialité, conçus pour que chacun se sente " comme à la maison " .
 - La terrasse et le jardin sont calmes et agréables.
 - Possibilité de garage privé : 3€/nuit – 18 €/semaine (à régler sur place)
 - Un Centre de Remise en Forme dispensant des soins personnalisés sur rendez-vous (balnéothérapie – massages – réflexologie) se situe dans l'hôtel dont il est indépendant.
- Réservation à l'avance indispensable – Tél : 04 79 31 88 14.

LA RESTAURATION :

- Côté cuisine, l'accent est mis sur la qualité : menus équilibrés et inventifs, produits frais et locaux, spécialités...
- Au petit-déjeuner, buffet copieux avec "Confiture Maison".
 - En randonnée : panier pique-nique individuel à emporter. En fonction des conditions météo, vous prendrez les repas soit au soleil, soit dans un refuge, soit à l'hôtel.
 - En dehors des randonnées : repas pris à l'hôtel, en table d'hôtes (table individuelle possible)
 - Le jour du départ : un pique-nique à emporter vous est proposé gracieusement si vous en faites la demande la veille.
- Les végétariens sont les bienvenus pourvu qu'ils nous préviennent lors de leur inscription, question d'approvisionnement.

Début/fin

Début : Le samedi, vers 16h, à Saint Nicolas la Chapelle.

Fin : Le samedi, après le petit-déjeuner, à l'hôtel.

Organisation

Ce séjour est organisé en partenariat avec une structure locale.

LES RANDONNEES :

- Les randonnées sont encadrées par Erick, votre hôte. En cas de sureffectif, un deuxième groupe de niveau différent sera mis en place, avec 1 second accompagnateur diplômé.

L'effort est progressif durant la semaine et adapté au niveau moyen du groupe :

- Niveau requis : le programme est facilement accessible aux personnes pratiquant la randonnée pédestre, ainsi qu'aux « novices » en bonne condition physique. Contrairement au ski de fond, la raquette ne demande pas de technique particulière.
- 4 à 5 heures de marche par jour, avec des dénivelées positives variant de 200 à 500 ms par jour. Les randonnées se déroulent entre 1000 et 1800 m.
- Les sorties se font à la journée, avec en principe deux demi-journées d'adaptation le 1er jour. En cas de mauvais temps, la sortie journée peut être remplacée par 2 demi-journées.
- Une journée de relâche (ou deux demi-journées) est prévue en milieu de semaine. Une visite locale peut vous être proposée. Accès aux visites et musées à la charge des participants.
- Le transport pour l'accès aux différents points de départ des randonnées est assuré par votre accompagnateur. Cinq à vingt minutes de transport sont nécessaires pour accéder au départ des randonnées.

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83

Nombre de participants

A partir de 5 jusqu'à 14 personnes

Accès

Gare SNCF d'Albertville (73), puis bus direct jusqu'à Flumet (0h30 de trajet), une personne de l'hôtel viendra ensuite vous chercher (5 minutes).

Bibliographie

- Les cents plus belles courses, de Gaston REBUFFAT - Editions DENOEL
- Connaître La Savoie et la Haute-Savoie, de Jean-Pierre Hervet - Ed. Sud -Ouest
- Histoire de la Savoie, de Therese Leguay - Ed. Ouest-France

Infos pratiques

ACCES :

- Par la route :

Par le Nord : Autoroute A 40 sortie Sallanches (20km) puis RN 212 direction Megève, Flumet et St Nicolas.

Par le Sud : Autoroute A 43 ou A 41 jusqu'à Albertville (23km), puis direction Ugine et Flumet par les Gorges de l'Arly (St Nicolas se trouve à 2km avant Flumet). Carte Michelin n° 74.

- Par le train :

Gare SNCF d'Albertville (TGV) puis service de bus régulier pour Flumet (40 min) où un transfert (2 min) jusqu'à l'hôtel peut être organisé, sur demande.

Ou Gare SNCF de Sallanches/Le Fayet/St Gervais, puis bus direct jusqu'à Megève où un transfert (15 min) jusqu'à l'hôtel peut être organisé, sur demande.

- Par avion :

Aéroport de GENEVE COINTRIN puis liaison par le bus avec Megève, un transfert jusqu'à l'hôtel peut être organisé, sur demande. Sur certaines périodes, possibilité de navette hôtel depuis l'aéroport. Nous consulter.

LIENS UTILES :

- www.viamichelin.com
- <http://meteo.chamonix.com/>
- CDT de Savoie : www.savoiehautesavoie.com
- OT de Flumet et St Nicolas la Chapelle : www.flumet-montblanc.com - Tel : 33 (0)4 79 31 61 08
- Informations touristiques sur Saint Nicolas la Chapelle : <http://stnicolaslachapelle.free.fr/>

A emporter dans vos bagages

Un bon équipement contribuera largement à votre plaisir... C'est pourquoi voici ces quelques suggestions:

Vêtements :

- 1 paire de chaussures de randonnée imperméable
- Plusieurs paires de chaussettes de randonnée
- Sous-vêtements et vêtements chauds mais légers
- 1 pantalon de montagne ou de ski de fond + 1 veste de montagne imperméable
- 1 paire de guêtres (important)
- 2 paires de gants souples + 1 bonnet

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83

Matériel Divers :

- 1 paire de lunettes de soleil
- 1 gourde 1,5 litre minimum et/ou 1 bouteille thermos
- 1 sac à dos de 30/35 litres
- Petite pharmacie personnelle (élastoplaste, pansements, crème protectrice etc...)
- 1 Couverture de survie ou autre matière isolante (pour s'asseoir dans la neige)
- Carte I.G.N.: TOP 25 n°3531 OT

Matériel fourni :

- 1 paire de raquettes à neige avec cale de pied
- 1 paire de bâtons télescopiques

A votre service

Toute l'équipe de Tour Aventure est à votre disposition pour la bonne réalisation de votre voyage, alors n'hésitez pas à nous contacter : nous ferons tout pour que votre séjour soit une réussite.

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83