



Le massif de la Lauzière, une perle aux portes de la Vanoise ! France



Situé aux portes du massif de la Vanoise, la Lauzière est une perle pour le ski de randonnée. Située à l'écart des grandes stations de ski « usines » de la Vanoise, ce massif est resté préservé des remontées mécaniques malgré la proximité de Valmorel, et nous offre pour notre plus grand bonheur une multitude d'itinéraires en fonction de votre niveau technique, physique, et de vos envies !

Si l'itinérance n'est pas possible par manque de places au refuge du Logis des Fées ou Relais du Lac Noir, nous pourrions passer deux nuits à Celliers dans le gîte de la Lauzière, non gardé mais très confortable (douche, chauffage, etc.), et rayonner en étoile à partir de ce camp de base.

Le plus de ce raid : un massif sauvage (en dehors des classiques), préservé des remontées mécaniques, un magnifique belvédère sur les Alpes, un enneigement conséquent, et des logements confortables en basse altitude pour un bon repos !

Dates et heures	<p>Début du séjour : le 20/02/2024 à 8 h 30 Fin du séjour : le 22/02/2024 à 16 h (ou le 23/02/2024 pour la version 4 jours)</p> <p>Autres dates possibles sur demande.</p> <p>Période : février – mars (ou plus tôt/tard suivant conditions). Malgré l'altitude relativement basse des départs, l'enneigement est souvent conséquent en Lauzière. Un raid à ne pas envisager trop tard en saison si l'on veut optimiser les conditions. Plus tard, il peut y avoir un peu de portage.</p>
Niveau technique requis	<p>Niveau technique : 2 sur une échelle de 1 à 5 1/5 : initiation/ 2/5 : maîtrise des conversions pente 30° / 3/5 : maîtrise des conversions pente 30-35° et/ou cramponnage sur court passage neige/glace 35°-40° / 4/5 : maîtrise des conversions pente 35/40° et/ou cramponnage sur court passage neige/glace 40°-45°, ou long sur pente inf à 45° / 5/5 maîtrise des conversions pente 35/40° et techniques d'alpinismes dans pentes sup à 45-50°.</p> <p>Niveau physique : 3 sur une échelle de 1 à 5 1/5 : D+ inf à 800m/ 2/5 : D+ 800 à 1200m / 3/5 : D+ 1000 à 1500m / 4/5 : D+ 1200 à 1600m et/ou altitude / 5/5 D+ sup à 1500m + altitude.</p> <p>Niveau minimal exigé : bon skieur toute neige, expérience du ski hors-piste et de randonnée. Ce raid peut être votre premier raid, mais ne doit pas être votre première expérience de ski de randonnée.</p> <p>Temps de marche (moyenne 300 m / h) : Jour 1 environ 4 h à 5 h suivant choix / Jour 2 environ 4 h / Jour 3 environ 4 h 30 / Si Jour 4 environ 4 h 30</p> <p>Dénivelées : Jour 1 : D+ 1450 m (possible D+ 1100 m au choix), D- 1000 m / Jour 2 : D+ 950 m, D- 1450 m / Jour 3 : D+ 1220 m / D- 1400 m / Si Jour 4 : D+ 1200 m, D- 1200 m</p> <p>Portage des bagages : non</p>

Encadrement	<p>Nom : VEROLLET CHRISTOPHE Diplôme : GUIDE DE HAUTE MONTAGNE Tél. mobile : 06 33 07 85 37 E-mail : chr.verollet@gmail.com Ou en cas d'indisponibilité, par un guide de haute montagne membre de la Compagnie des Guides et Accompagnateurs de la Vanoise, le nom de l'encadrant vous sera communiqué avant le séjour.</p>
Taille du groupe	<p>Nombre minimum requis : 4 participants Nombre maximum requis : 6 participants</p>
Type d'hébergement	<p>Option 1 en itinérance : Nuit en dortoir en refuge (logis des Fées gardé, Celliers en autonomie) et chambre d'hôtes (chambres doubles et/ou dortoir). Option 2 en étoile : au gîte de la Lauzière qui est non gardé mais très bien équipé et confortable : 1 grande pièce de vie avec coin cuisine tout équipé (réfrigérateur-congélateur, four, lave-vaisselle, cuisinière). Chauffée par un poêle à bois (bûches coupées à disposition) 3 chambres de 6 couchages avec 3 lits simples superposés de 90 x 200 et rangements (mais 15 places) 1 salle de bain (2 douches et 4 vasques) 2 WC Option 3 en 4 jours : Nuit en dortoir en refuge gardé pour la nuit supplémentaire</p>
Repas	<p>Option 1 en itinérance : ½ pension en refuge ou chambre d'hôtes. Repas de midi : piques niques sortis du sac. Option 2 en étoile : repas du soir, petit déjeuner et pique-nique préparé par vos soins au gîte (cuisine équipée). Option 3 en 4 jours : ½ pension en refuge ou chambre d'hôtes. Repas de midi : piques niques sortis du sac.</p>
Moyens de transport	<p>Option 1 : Retour en taxi depuis Necuday jusqu'à Celliers. Option 2 : en co-voiturage par les véhicules personnels de l'encadrant et des participants.</p>
Formalités	<p>Formalités de police : - pièce d'identité obligatoire en cours de validité</p> <p>Formalités sanitaires : Afin de réaliser ce séjour dans les meilleures conditions, nous vous conseillons d'effectuer au préalable un bilan médical chez votre médecin généraliste pour confirmer votre aptitude aux activités pratiquées pendant le séjour.</p>

	<p>Informations à communiquer à Vanoise Voyages avant le séjour à votre inscription sur votre compte en ligne :</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Nom / Prénom / Adresse postale / adresse e-mail <input type="checkbox"/> Numéro de téléphone portable que vous aurez lors du séjour <input type="checkbox"/> Nom et numéro de la personne à contacter en cas d'urgence <p>Documents à transmettre à Vanoise Voyages avant le séjour :</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Copie document d'identité <input type="checkbox"/> Si non souscrite auprès de Vanoise Voyages, copie attestation d'assurance Rapatriement (avec nom de l'assurance, numéro du contrat, numéro de téléphone 24/24)
Date, lieu et heure du rendez-vous	Le premier jour, à Celliers, au terminus de la route, à 8 h
Moyen d'accès au rendez-vous	Par vos propres moyens.
Date, lieu et heure de dispersion	Le dernier jour, à Celliers, au terminus de la route vers 15 h
Description de l'itinéraire	<p>OPTION 1 : RAID EN ITINERANCE</p> <p>Jour 1 : Celliers (1305 m) – Pic du Rognolet (2659 m) – Logis des Fées (1839 m)</p> <p>Nous chaussons les skis au terminus de la route, et remontons la Combe des Plans en direction du Rognolet, sommet phare du secteur. Nous prenons de l'altitude et la vue se dégage, notamment sur le Mont Blanc ! Nous changeons de combe en passant sous le Rocher du Pays, avant d'arriver au sommet du Rognolet, magnifique belvédère sur les Alpes (il est possible de s'arrêter au col pour moins de dénivelé si besoin) ! Un pique-nique au sommet pour profiter de ce moment, avant une belle descente. Une courte dernière montée de 150/200 m pour rejoindre notre refuge, le Logis des Fées, perché dans la montagne. Apéritif de bienvenue, et nuit au refuge.</p> <p>Jour 2 : Logis des Fées (1839 m) – Les Frettes (2527 m) – Lieulevé (1263 m)</p> <p>Une magnifique étape, très variée et sauvage : montées, descentes et cols seront au programme, au cœur de la Lauzière. Nous remontons le vallon jusqu'aux Frettes. Petite pause et nous changeons de vallée pour la descente de la journée, avec un départ court mais un peu raide versant Maurienne, avant d'allonger les virages jusqu'au chalet de Vénitier !</p>

	<p>Magnifique descente qui se termine dans la forêt pour arriver à Lieulevé, dans notre très confortable chambre d'hôtes, le Relais du lac noir, un havre de paix en cette période. Nuit en chambre d'hôtes.</p> <p>Jour 3 : Lieulevé (1263 m) – Mont Bellacha (2484 m) – Necuday (1100 m) Après un repos réparateur, c'est encore une belle étape, nous mettons les peaux à la sortie du gîte pour atteindre notre objectif du jour. Nous sommes au cœur de la Lauzière sauvage, très peu fréquentée en cet endroit, un régal pour ceux qui aiment la quiétude. La montée est homogène, et l'on gagne rapidement de l'altitude. Nous arriverons au Mont Bellacha par des pentes raides à la fin. La vue sur la Lauzière est imprenable. Pique-nique au sommet, avant d'entamer notre longue descente jusque Necuday, 1400 m plus bas. Un transfert en taxi de Necuday à Celliers pour terminer ce séjour, et séparation.</p> <p>OPTION 2 : RAID EN ETOILE (Gîte de la Lauzière à Celliers) Nous rayonnerons en étoile à partir de Celliers. Les dénivelés seront similaires au programme en itinérance. Exemples de sommets : Pointe de Combe Bronsin en Jour 1, Pic du Rognolet (2659 m) en Jour 2, et Grand Pic de Celliers (2829 m) ou Aiguilles de Balme (2696 m) en Jour 3.</p> <p>OPTION 3 RAID en ITINERANCE 4 jours = Option 1 en version 4 jours Depuis Lieulevé, nous pouvons ajouter une journée pour aller au Grand Arc (2484m), magnifique belvédère sur la combe de Savoie, les Préalpes, les Alpes et la Lauzière, à ne pas rater ! Le sommet se fait en aller-retour depuis la chambre d'hôtes du Relais du lac noir. D+ 1250m, D-1250m, environ 4 h 30</p> <p>Il nous faudra nous adapter aux aléas de la météo ainsi qu'aux conditions de la montagne et des participants. En dernier ressort, l'encadrant reste seul juge du programme qu'il peut modifier en raison d'impératifs de sécurité.</p>
Prix total	<p>Option 1 en itinérance : 730 € / personne à partir de 4 personnes. 1 à 3 personnes, prix sur demande. Option 2 en étoile : 790 € / personne à partir de 4 personnes. 1 à 3 personnes, prix sur demande.</p>
Suppléments et prestations complémentaires	<p>Option 3 version 4 jours : voir détails dans description Supplément de prix sur prix option 1 : 265 € / personne à partir de 4 personnes. 1 à 3 personnes, prix sur demande.</p>

Le prix comprend	<p>Les éléments décrits ci-dessus concernant :</p> <p>Option 1 Itinérance en 3 ou option 3 en 4 jours au choix : l'encadrement par un guide de haute montagne UIAGM pendant 3 (ou 4) jours ainsi que la prise en charge de ses frais (refuge, nourriture, etc.), l'hébergement de Jour 1 à Jour 3 (ou Jour 4) au matin, la ½ pension repas du soir et petit déjeuner de Jour 1 à Jour 3 (ou Jour 4) au matin, les repas de midi (pique-nique) de Jour 2 et Jour 3 (ou Jour 4), le prêt du pack sécurité (dva-pelle-sonde) sur demande, l'apéritif de bienvenue, et le retour en taxi pour rejoindre Celliers.</p> <p>Option 2 Etoile en 3 jours : l'encadrement par un guide de haute montagne UIAGM pendant 3 jours ainsi que la prise en charge de ses frais (refuge, nourriture, etc.), l'hébergement de Jour 1 à Jour 3 au matin, le repas du soir, pique-nique et petit déjeuner de Jour 1 soir à Jour 3 matin, le prêt du pack sécurité (dva-pelle-sonde) sur demande, l'apéritif de bienvenue.</p>
Le prix ne comprend pas	Le pique-nique de Jour 1 et vos vivres de courses pour le raid (fruits secs, barres énergies), les assurances personnelles, les boissons, l'équipement personnel, les frais de formalités de police et sanitaires et tout ce qui n'est pas mentionné dans le descriptif du séjour.
Modalités et mode de paiement	<p>Acompte de 30 % à l'inscription</p> <p>Solde à 30 jours du départ</p> <p>Règlements acceptés par virement bancaire, carte bancaire, chèque à l'ordre de Vanoise Voyages ou « chèques-vacances » ANCV.</p>
Assurances	<p>Chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant la randonnée ou le voyage.</p> <p>Si nécessaire, nous vous proposons plusieurs formules d'assurances, sous réserve que votre domicile est en Europe Occidentale ou dans les Dom :</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> ASSISTANCE : rapatriement / frais de secours et de recherche à 1 % du montant du voyage, <input type="checkbox"/> ANNULATION à 3,5 % du montant du voyage <input type="checkbox"/> Dans le cas d'achat des deux formules, Assistance + annulation à 4,5 %, vous serez également couvert pour l'interruption de séjour, en cas de rapatriement par notre contrat Europ Assistance. <p>Dispositions Générales d'Assurance sur brochures Europ Assistance.</p>
Matériel fourni	<ul style="list-style-type: none"> - Dva, pelle, sonde sur demande - Pharmacie collective (petits traumatismes, mal des montagnes) - Radio

Equipement personnel à prévoir	Votre matériel individuel <ul style="list-style-type: none"> - Skis, bâtons, chaussures, peaux de phoques (bien encollées), couteaux - 1 Pantalon de ski « stretch » ou Gore Tex - 1 Sous pantalon en laine type Merinos - 1 T-shirt en laine type Merinos - 1 Doudoune - 1 Veste coupe-vent type Gore Tex - 1 Paire de gants chauds / 1 Paire de gants fins - 1 bonnet - 1 Masque faciale en néoprène contre le froid - 1 Mini serviette de bain microfibre, et 1 petit morceau de savon - 1 couteau - 1 Casquette ou chapeau - 1 Paire de lunettes catégorie 4 haute montagne - 1 Masque de ski (mauvais temps) - 1 Petit tube de crème solaire et stick lèvres avec indice de protection élevé (50) - 1 Mini pharmacie perso (protection contre les ampoules type Compeed, boules Quies, brosse à dent, dentifrice (petit tube), papier toilette ou mouchoirs), plus un rouleau de bande adhésive type Elastoplast en prévention ampoules - 1 Lampe frontale avec piles neuves - Un morceau de fart hydrophobe pour empêcher les peaux de botter (Coll Tex, BlackDiamond) - Médicaments personnels si besoin - 1 Sac à dos de 30/35L avec fixation de portage pour les skis - 1 Bouteille d'eau d'1L/1,5L - 1 Thermos 0,5L - 1 Bouteille de Coca Cola 0,5L - 1 Couverture de survie - Un drap de soie pour le refuge - Nourriture de course (mélange noix, fruits secs etc) - Espèces/chèque pour le refuge (boissons personnelles) - Carte CAF (club alpin français) si vous êtes licencié
---------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Votre sac doit peser environ 7 / 8kg maximum (en dessous de 10 kg)

Vérifiez votre matériel avant de partir !

Liste non exhaustive