



## Découverte du massif du Beaufortain : le berceau du ski de randonnée ! France



Situé aux portes du massif du Mont Blanc, le Beaufortain est une perle pour le ski de randonnée. Ce n'est pas par hasard que se déroule ici la référence des compétitions de ski alpinisme : la célèbre Pierra Menta. Les refuges disséminés dans le massif sont une aubaine pour imaginer des raids à ski où une multitude d'itinéraires sont possibles, en fonction de votre niveau technique et physique, ainsi que de vos envies !

**Le plus de ce raid :** le charme, le confort et la convivialité des hébergements, situés en basse altitude, ils permettent un bon repos. L'avantage du raid en « étoile », plus de choix pour les itinéraires en fonction des conditions (et la proximité des stations Arêches et Hauteluce si besoin). Mais aussi un enneigement conséquent assuré par la proximité du massif du Mont Blanc, un massif sauvage et peu fréquenté, et la fameuse Pierra Menta !

<b>Dates et heures</b>	<p>Début du séjour : le 28/03/2024 à 8 h 30 Fin du séjour : le 30/03/2024 à 16 h</p> <p>Autres dates possibles sur demande.</p> <p><b>Période :</b> de décembre à avril : le massif du Beaufortain bénéficie d'un enneigement conséquent assuré par la proximité du massif du Mont Blanc. C'est un gros avantage ! Ce raid peut donc se faire tôt en saison, soit en itinérance, soit en étoile (cf Beaufortain en étoile 3 jours).</p>
<b>Niveau technique requis</b>	<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 : 2 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 3 h 30 / Jour 2 environ 6 h 30 / Jour 3 environ 5 h 30 Dénivelées : Jour 1 : D+ 800 m (avec option d'ajouter 450 m D+/D-), D- 800 m / Jour 2 : D+ 1150 m, D- 1150 m / Jour 3 : D+ 900 m, D- 1200 m</p> <p>Portage des bagages : non</p>

<b>Encadrement</b>	Nom : VEROLLET CHRISTOPHE Diplôme : GUIDE DE HAUTE MONTAGNE Tél. mobile : 06 33 07 85 37 E-mail : <a href="mailto:chr.verollet@gmail.com">chr.verollet@gmail.com</a> 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.
<b>Taille du groupe</b>	Nombre minimum requis : 4 participants Nombre maximum requis : 6 participants
<b>Type d'hébergement</b>	Nuit en chambre d'hôtes ou auberge (chambres doubles et/ou dortoir)
<b>Repas</b>	½ pension en auberge ou chambre d'hôtes. Repas de midi : piques niques sortis du sac.
<b>Moyens de transport</b>	Déplacement en voiture pour accéder aux départs des randonnées (trajets courts), en co-voiturage.
<b>Formalités</b>	<b><u>Formalités de police</u></b> : - pièce d'identité obligatoire en cours de validité  <b><u>Formalités sanitaires</u></b> : 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.  <b><u>Informations à communiquer à Vanoise Voyages avant le séjour à votre inscription sur votre compte en ligne</u></b> : <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  <b><u>Documents à transmettre à Vanoise Voyages avant le séjour</u></b> : <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)
<b>Date, lieu et heure du rendez-vous</b>	Le premier jour, au parking à côté du départ du télésiège du Grand Mont à Arêches à 8 h 30

<b>Moyen d'accès au rendez-vous</b>	Par vos propres moyens.
<b>Date, lieu et heure de dispersion</b>	Le dernier jour, à l'auberge ou chambre d'hôtes vers 15 h
<b>Description de l'itinéraire</b>	<p><b>Jour 1 :</b> Arêches (1009 m) – Boudin (1300 m) – Roche Pastire (2108 m) - Arêches (1009 m)  Nous empruntons la voiture un court moment pour rejoindre le hameau de Boudin, où nous mettons les peaux. Montée paisible dans les champs pour rejoindre le col du Pré, la vue s'ouvre sur le Mont Banc et le lac de Roselend, le paysage est féérique ! Nous poursuivons sur la large arête jusqu'au sommet de la Roche Pastire, le panorama est grandiose. Nous avons le choix entre descendre jusqu'à la voiture, ou faire une première descente au-dessus du lac de Roselend, jusqu'à la Barme, avant de revenir sur nos pas (D-/D+ environ 450 m). Retour au logement et repos. Apéritif de bienvenue, nuit en chambre d'hôtes ou auberge.</p> <p><b>Jour 2 :</b> Arêches (1009 m) – Planay (1203 m) – Légette du Mirantin (2353 m) - Planay (1203 m) - Arêches (1009 m)  Un sommet phare du Beaufortain, qui domine et surplombe Arêches, une face magnifique, que demander de plus ? Nous prenons la voiture quelques minutes pour rejoindre le hameau de Planay ? Nous mettons les peaux et c'est parti : nous remontons les prés au-dessus du hameau jusqu'au bas de la face de la Légette. Nous montons dans la face et gagnons rapidement de l'altitude, avant de rejoindre le sommet. La vue est saisissante ! Pique-nique au sommet, avant une superbe descente où les virages s'enchainent ! Retour à Arêches.</p> <p><b>Jour 3 :</b> Arêches (1009 m) – Planay (1203m) – Mont Mirantin (2371 m) – Planay (1203 m) – Arêches (1009 m)  Encore un beau sommet, très sauvage. Comme la veille, nous viendrons en voiture jusque Planay. Nous démarrons dans le bas des forêts avant de s'élever rapidement, gagnant ainsi de l'altitude. Nous arrivons dans les alpages et le paysage s'ouvre. Nous quittons alors ce début d'itinéraire commun avec la pointe de la Grande Journée (souvent fréquentée), pour se diriger vers la droite en direction du Mirantin. Le sommet nous offre, encore une fois, une vue splendide à 360° sur les Alpes, les Préalpes, et la combe de Savoie, rien que ça ! Une belle et longue descente bien méritée nous ramène à notre départ.  Retour à Arêches et séparation.</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>



<b>Prix total</b>	775 € / personne à partir de 4 personnes. 1 à 3 personnes, prix sur demande.
<b>Suppléments</b>	Possibilité de prendre un forfait randonneur (environ 18 € / personne) sur une journée pour accéder par les remontées mécaniques au Grand Mont et/ou à la Pointe e la Grande journée.
<b>Le prix comprend</b>	Les éléments décrits ci-dessus concernant : 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 en auberge ou chambre d'hôtes de Jour 1 à Jour 3 matin, le prêt du pack sécurité (dva-pelle-sonde) sur demande, les piques niques de Jour 2 et Jour 3, l'apéritif de bienvenue.
<b>Le prix ne comprend pas</b>	Le pique-nique de Jour 1, vos vivres de courses personnelles (barres énergies, fruits secs, etc.), le forfait randonneur Arêches (environ 18€/pers) si souhaité par les participants, 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.
<b>Modalités et mode de paiement</b>	Acompte de 30 % à l'inscription Solde à 30 jours du départ Règlements acceptés par virement bancaire, carte bancaire, chèque à l'ordre de Vanoise Voyages ou « chèques-vacances » ANCV
<b>Assurances</b>	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. Si nécessaire, nous vous proposons plusieurs formules d'assurances, sous réserve que votre domicile est en Europe Occidentale ou dans les Dom : <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> ASSISTANCE : rapatriement / frais de secours et de recherche à 1 % du montant du voyage,</li> <li><input type="checkbox"/> ANNULATION à 3,5 % du montant du voyage</li> <li><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.</li> </ul> Dispositions Générales d'Assurance sur brochures Europ Assistance.
<b>Matériel fourni</b>	- Dva, pelle, sonde sur demande - Matériel de sécurité collectif - Pharmacie collective (petits traumatismes, mal des montagnes) - Radio

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

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

**Vérifiez votre matériel avant de partir !**

Liste non exhaustive