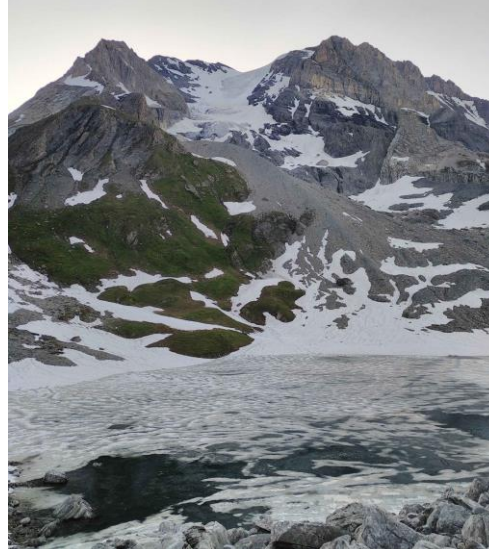




## Tour des glaciers de la Vanoise en deux jours et tour de l'aiguille de la Vanoise, Séjour privatisé, France



FICHE DESCRIPTIVE DU SEJOUR

**Vanoise Voyages, Association loi 1901- APE 7912Z Activités des Voyageurs - SIRET 799 932 207 00019**

**3 rue Saint-Pierre 73700 SEEZ - Mobile : 06.40.06.05.32. E-mail : [contact@vanoise-voyages.com](mailto:contact@vanoise-voyages.com)**

Association de Tourisme inscrite au registre national ATOUT FRANCE affiliée à l'APRIAM IM073.10002 / ALPESPACE Le Neptune 50 Voie Albert Einstein 73800 FRANCIN  
Assureur R.C.P. MMA IARD - 10 bd Marie et Alexandre Oyon 72000 LE MANS Contrat n° 3.056.234 /Garantie Financière : GROUPAMA 4000713451/0 - 8-10 rue d'Astorg 75008 PARIS

Challenge entre amis pour se préparer aux trails de l'été, on va effectuer le TGV en deux jours. De retour à Pralognan on va profiter de la montagne autour de Pralognan la Vanoise pendant deux jours supplémentaires.

<b>Dates et heures</b>	Début du séjour : le 11/07/2023 à 18 h Fin du séjour : le 15/07/2023 à 17 h
<b>Niveau technique requis</b>	Niveau technique : 3 sur une échelle de 1 à 5 Niveau physique : 4 sur une échelle de 1 à 5 Niveau minimal exigé : 3 Consulter <a href="https://www.vanoise-voyages.com/quel-est-mon-niveau/">https://www.vanoise-voyages.com/quel-est-mon-niveau/</a> pour comprendre le niveau attribué. Temps de marche : Jour 1 : 9 h / Jour 2 : 9 h / Jour 3 : 6 h / Jour 4 : 6 h Dénivelées : Jour 1 : 2200m D+ / Jour 2 : 1600m D+ / Jour 3 : 1200m D+ / Jour 4 : 700m D+ 1700 D- Portage des bagages : non, chacun porte ses affaires personnelles.
<b>Encadrement</b>	Nom : Emmanuel VIALARD Diplôme : Accompagnateur en Moyenne Montagne Tél. mobile : 06 74 85 71 28 E-mail : <a href="mailto:e.vialard@laposte.net">e.vialard@laposte.net</a>
<b>Taille du groupe</b>	Nombre minimum requis : 3 participants Nombre maximum requis : 4 participants Adaptation spéciale groupe : Jour 1 : Elodie, Nicolas, Stéphane / Jour 2 : Elodie, Nicolas, Stéphane, Géraldine / Jour 3 : Elodie, Nicolas, Stéphane, Géraldine / Jour 4 : Chantal, Claire, Florence, Stéphane.
<b>Type d'hébergement</b>	11 juillet : nuit en demi-pension hôtel de la Vanoise à Pralognan, 3 étoiles, chambre familiale 1 lit double, 3 lits simple dans la mezzanine. 12 juillet : chalet hôtel le montana (pas d'étoile) à Aussois chambre 5 lits (lits superposés, nuit demi-pension et pique-nique) 13 juillet : nuit en demi-pension hôtel de la Vanoise à Pralognan, 3 étoiles, chambre familiale 1 lit double, 3 lits simple dans la mezzanine. 14 juillet : refuge du Col de la Vanoise gardé nuit en dortoir avec douche, demi-pension et pique-nique

<b>Repas</b>	Pique-niques inclus jour 3 et 5 (possibilité pour jour 2 pique-nique non inclus d'acheter au refuge de l'Arpont si souhaité, possibilité pour jour 4 non inclus d'acheter à la supérette de Pralognan lors de la fin d'après-midi du jour 3) Demi-pension en hôtel ou refuge les nuitées du 11 au 14 juillet.
<b>Moyens de transport</b>	Télesiège du Génépý si cette option est choisie pour le jour 4
<b>Formalités</b>	<p><b>Formalités de police :</b> - pièce d'identité obligatoire en cours de validité</p> <p><b>Formalités sanitaires :</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.</p> <p><b>Informations à communiquer à Vanoise Voyages avant le séjour à votre inscription sur votre compte en ligne :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Nom / Prénom / Adresse postale / adresse e-mail</li> <li><input type="checkbox"/> Numéro de téléphone portable que vous aurez lors du séjour</li> <li><input type="checkbox"/> Nom et numéro de la personne à contacter en cas d'urgence</li> </ul> <p><b>Documents à transmettre à Vanoise Voyages avant le séjour :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Copie document d'identité</li> <li><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)</li> </ul>
<b>Date, lieu et heure du rendez-vous</b>	Jour 1 : 11 juillet 2023 rendez-vous à 19 h à l'hôtel de la Vanoise à Pralognan Adresse : Chem. du dou des Ponts, 73710 Pralognan-la-Vanoise / Téléphone : 04 79 08 70 34
<b>Moyen d'accès au rendez-vous</b>	Par vos propres moyens.
<b>Date, lieu et heure de dispersion</b>	Jour 5 le 15 juillet 2023 à l'hôtel de la Vanoise à 17 h
<b>Description de l'itinéraire</b>	<p><b>Le déroulement de la randonnée du Tour des Glaciers de la Vanoise</b></p> <p><b>Jour 2 Mercredi 12 juillet 2023 : Pralognan-aussois 37 km 2200 M D+</b> - 4 h 30 Petit Déjeuner léger à l'hôtel</p>

- Départ 5 h
- 11 h pause au refuge de l'Arpont
- 15 h Arrivée au chalet de Plan Sec
- 19 h Repas

Pralognan refuge du Col de la Vanoise en passant par le lac des vaches (ravitaillement possible à non compris) eau sur place

7.5 km 1100 M D+

Refuge du Col de la Vanoise- refuge de l'Arpont (ravitaillement possible non compris) eau sur place.

14km 500 M D+

Refuge de l'Arpont – chalet le Montana arrivée du jour 2

15km 700 M D+

**Jour 3 Jeudi 13 Juillet 2023 : 35 km 1600 M D+**

Chalet le Montana- refuge de l'Orgère (ravitaillement possible non compris) eau sur place.

13km 650 M D+

Refuge de l'Orgère – refuge Peclet polset (ravitaillement possible non compris) eau sur place.

8.5km 660 M D+

Refuge Peclet polset – Pralognan

13.5km 1100 M D-

- 07 h Réveil
- 07 h30 Petit Déjeuner
- 08 h Départ

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 12 h repas au Col de Chavière (pique-nique préparé par le chalet le montana)</li> <li>- 15 h arrivée sur Pralognan la Vanoise</li> </ul> <p><b>Jour 4 les Fontanettes – refuge du col de la Vanoise</b></p> <p>Départ de Pralognan à pied pour 1500m D+ ou télésiège du Génépy (ticket non inclus) 1000m D+  Montée jusqu'au lac de la Patinoire en passant par le célèbre lac des vaches. On rejoint le refuge l'après-midi en empruntant un itinéraire hors-piste loin de la foule. Le Col de la Vanoise est situé à 2500 m d'altitude est au pied du plus haut sommet de la Vanoise qui est la pointe de la grande Casse proche des 4000 m, notre itinéraire empruntera des moraines glacières pour parler des glaciers et on aura peut-être la chance de rencontrer les bouquetins.</p> <p><b>Jour 5 Col de la Vanoise – Pralognan en passant par le col du grand Marchet 700 m D+ 1700 D-</b></p> <p>Descente du vallon très sauvage de l'Arcelin et montée en longeant le torrent de montagne au Col du Grand Marchet, de là une magnifique vue sur un ancien cirque glacière, avec ses cascades et ruisseaux surplombant la vallée de Pralognan, que l'on traverse pour ensuite redescendre sur Pralognan.</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>	2650 € pour l'ensemble du groupe
<b>Le prix comprend</b>	Les éléments décrits ci-dessus concernant : l'encadrement, l'hébergement, la restauration en demi-pension, les pique-niques jours 3 et 5
<b>Le prix ne comprend pas</b>	Les assurances personnelles, le transport (ticket pour le télésiège du Génépy si option choisie jour 4), les pique-niques jours 2 et 4, 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 / Révision prix</b>	Acompte de 30 % à l'inscription Solde à 30 jours du départ Règlements acceptés par virement bancaire, carte bancaire, ou « chèques-vacances » ANCV.

<b>Assurances</b>	<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. 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"> <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> <p>Dispositions Générales d'Assurance sur brochures Europ Assistance.</p>
<b>Matériel fourni</b>	Prêt possible par votre encadrant des sacs à viandes et des bâtons, le prévenir minimum 10 jours avant le départ.
<b>Equipement personnel à prévoir</b>	<p><b>Pour le TGV</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> basquets de montagne (de trail),</li> <li><input type="checkbox"/> Prévoir « chaines » (type yaktrax) si neige,</li> <li><input type="checkbox"/> casquette et/ou chapeau,</li> <li><input type="checkbox"/> lunettes de soleil,</li> <li><input type="checkbox"/> sac à dos contenance moyenne (20-30 litres),</li> <li><input type="checkbox"/> coupe-vent imperméable et/ou petite veste polaire,</li> <li><input type="checkbox"/> gourde,</li> <li><input type="checkbox"/> crème solaire,</li> <li><input type="checkbox"/> vêtements de rechange,</li> <li><input type="checkbox"/> petit nécessaire de toilette,</li> <li><input type="checkbox"/> pharmacie personnelle (soins des pieds, paracétamol, décontractant),</li> <li><input type="checkbox"/> bâtons de marche,</li> <li><input type="checkbox"/> fond de sac (petit bonnet, gants, lampe frontale, quelques euros..)</li> <li><input type="checkbox"/> pantalon léger, short,</li> <li><input type="checkbox"/> vivre de course perso (barres, fruits secs),</li> <li><input type="checkbox"/> eau</li> </ul>

Pour le reste, A ADAPTER en fonction de la météo et des besoins de chacun, avoir le nécessaire pour 2 jours, mais quand même privilégier la légèreté !

#### **Pour les deux jours de randonnée classique**

- Sac à dos de 30 litres minimum, couvre sac pour la pluie
- Chaussures de randonnée chaudes à tige haute et semelle type Vibram
- Bâtons de randonnées télescopiques adaptés à votre taille
- Pantalon de marche confortable et robuste
- Vêtement chaud type polaire ou doudoune
- Veste imperméable type Goretex
- T-shirts et sous-vêtements respirant dont 1 à manches longues
- Bonnes chaussettes de randonnée
- Gourde 1 litre minimum.
- Pharmacie personnelle
- Lunettes de soleil
- Petits gants et bonnet
- Draps-sac pour le couchage en refuge
- Serviette et mini-trousse de toilette pour les refuges.

Liste non exhaustive