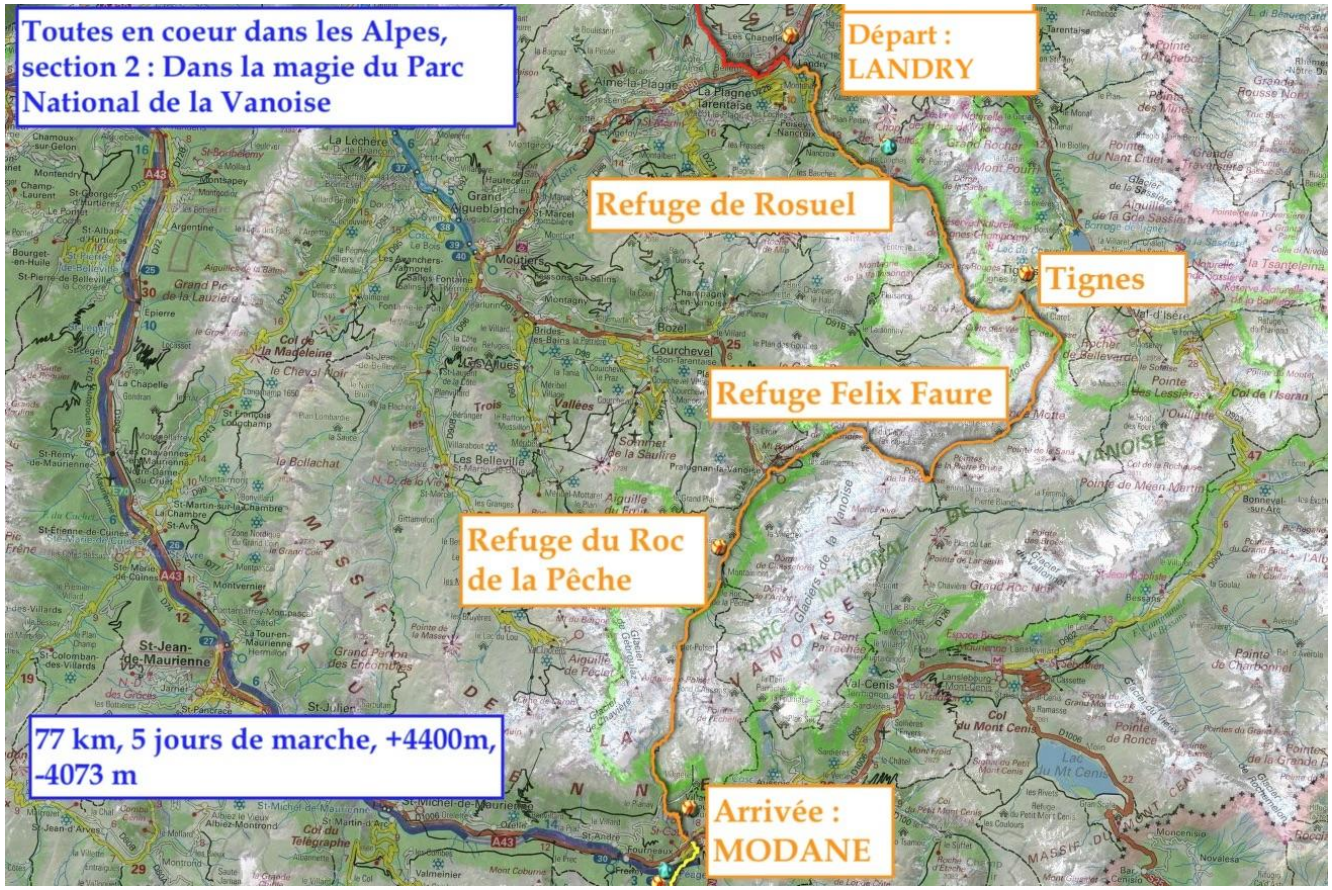
Toutes en ❤ dans les Alpes
Séjour 2 : Traversée de la Vanoise ,
Séjour privatisé, France



Vanoise Voyages, Association loi 1901- APE 7912Z Activités des Voyagistes - SIRET 799 932 207 00019
3 rue Saint-Pierre 73700 SEEZ - Mobile : 06.40.06.05.32. E-mail : 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

2ème partie de ce grand périple exclusivement féminin avec l'association Cœur Vanessa qui relie à travers le Parc National de la Vanoise les vallées savoyardes de Tarentaise et de Maurienne.

Dates et heures	Début du séjour : le 27/08/2025 à 18 h Fin du séjour : le 2/09/2025 à 9 h
Niveau technique requis	Niveau technique : 3 + sur une échelle de 1 à 5 Niveau physique : 3 + sur une échelle de 1 à 5 Niveau minimal exigé : 3. Capable de marcher entre 5 et 6 heures sur sentier soit 600 à 900 m de dénivelé positive et environ 15 km. Cela suppose une pratique sportive d'endurance régulière (au moins une à 2 fois/semaine). Sentiers parfois raides, au profil irrégulier, quelques passages ariens possibles. Cela suppose une expérience de la randonnée en montagne. Consulter https://www.vanoise-voyages.com/quel-est-mon-niveau/ pour comprendre le niveau attribué.

Vanoise Voyages, Association loi 1901- APE 7912Z Activités des Voyagistes - SIRET 799 932 207 00019
3 rue Saint-Pierre 73700 SEEZ - Mobile : 06.40.06.05.32. E-mail : 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

Jour	Distance (km)	Denivelé + (m)	Denivelé – (m)	Temps marche (h)
2	10,41	864	90	4
3	13,86	1088	540	6
4	20	1052	639	6
5	14,42	494	1093	6
6	18,24	856	1711	6

Portage des bagages : Il faudra marcher avec un sac à dos contenant ses affaires en autonomie pour 3 jours (voir recommandations sur le matériel à emporter).

Un check-up médical est vivement recommandé avant de s'inscrire.

Encadrement

Nom : NULLANS Marie-Paule
Diplôme : BE Accompagnatrice en Montagne, professeur de yoga diplômée FFHY.
Tél. mobile : 06 20 27 47 84
E-mail : map.nullans@gmail.com

Taille du groupe

Nombre minimum requis : 5 participantes
Nombre maximum requis : 10 participantes
Départ du séjour assuré si les 2 séjours prévus sur l'été 2025 avec les membres de l'association Cœur Vanessa ont leur nombre minimum de 5 participantes.

Type d'hébergement

Hébergements comme indiqués dans la description de l'itinéraire :
Jour 1 : hôtel ** ou auberge dans la vallée, en chambres doubles ou triples selon la disponibilité.
Jours 2, 4 et 5 : Refuges gardés, couchage en dortoirs (drap sac personnel obligatoire) partagés (nous essayons dans la mesure du possible d'avoir des dortoirs privatisés pour notre groupe).
Sanitaires et douches partagées (les douches sont parfois payantes – non incluses dans le séjour, l'eau est précieuse en montagne, économisons-la)
Jour 3 : appartement à partager
Jour 6 : hôtel **, chambres doubles ou triples à partager.

Repas

- Demi-pension dans les refuges et hôtel.
- Pique-nique fournis par votre accompagnatrice.

Vanoise Voyages, Association loi 1901- APE 7912Z Activités des Voyagistes - SIRET 799 932 207 00019
3 rue Saint-Pierre 73700 SEEZ - Mobile : 06.40.06.05.32. E-mail : 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

Moyens de transport	Pas de transport inclus dans le séjour. A titre d'information, à l'initiative des bénévoles de l'association Cœur Vanessa, une voiture suivra le parcours et dans la mesure du possible, rejoindra le groupe quand c'est possible. Elle transportera bagages, vivres et pourra véhiculer les participantes fatiguées si nécessaires et si possible. Sauf changement, elle sera présente à Landry le jour 1, à Tignes le jour 2, à Pralognan le jour 5 (à midi seulement) puis à Modane pour l'arrivée. Cette disposition n'est pas incluse dans le séjour.
Formalités	**Formalités de police** : - pièce d'identité obligatoire en cours de validité **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. **Informations à communiquer à Vanoise Voyages avant le séjour à votre inscription sur votre compte en ligne :** ❑ Nom / Prénom / Adresse postale / adresse e-mail ❑ Numéro de téléphone portable que vous aurez lors du séjour ❑ Nom et numéro de la personne à contacter en cas d'urgence **Documents à transmettre à Vanoise Voyages avant le séjour :** ❑ Copie document d'identité ❑ 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 mercredi 27 août à 18 h à Landry, sur la place du village
Moyen d'accès au rendez-vous	Par vos propres moyens.
Date, lieu et heure de dispersion	Le mardi 2 septembre à 9 h à la gare de Modane Retour au point de départ possible en train + bus (par vos propres moyens).

Vanoise Voyages, Association loi 1901- APE 7912Z Activités des Voyagistes - SIRET 799 932 207 00019
3 rue Saint-Pierre 73700 SEEZ - Mobile : 06.40.06.05.32. E-mail : 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

Description de l'itinéraire	**Jour 1 (mercredi 27 aout 2025)** : Rendez-vous sur la place du village de Landry à 18 h. Rencontre avec les participantes du séjour 1, installation à l'hôtel, briefing du déroulement du séjour. *Nuit en Demi-pension dans notre hôtel* **Jour 2 (jeudi 28 août 2025)** : Montée derrière l'église du village dans les vergers et forêts pour rejoindre le village de Peisey-Nancroix. Nous traversons le village pour rejoindre le hameau des moulins et traverser le Ponthurin. Visite au passage de l'ancienne mine de Plomb argentifère à l'entrée du grand cirque du « fond de vallée » au pied des sommets du Mont-Pourri et de l'aiguille de Bellecôte. Arrivée au refuge-porte de Rosuel. *Nuit en Demi-pension en refuge (dortoir), pique-nique le midi.* **Jour 3 (vendredi 29 août 2025)** : Sur l'itinéraire du GR5, nous pénétrons au cœur du Parc National de la Vanoise pour rejoindre le lac de la Plagne. Nous continuons de monter vers le col du Palet en admirant au passage les prairies humides du plan de la Grassaz et petite halte au refuge du col du Palet. Après le col, nous sommes sur le domaine skiable de Tignes et nous descendons passer la nuit dans la station. *Nuit en Demi-pension en hôtel ou appartement, pique-nique le midi.* **Jour 4 (samedi 30 août 2025)** : Nous quittons Tignes pour aller Franchir le col de la Leisse et retrouver le Parc National de la Vanoise, passage au refuge de la Leisse et nous continuons dans un vallon sauvage, au pied de l'imposante face sud de la Grande Casse (3855m). Encore 400 m de grimpette pour rejoindre le col de la Vanoise et son célèbre refuge Felix Faure. *Nuit en Demi-pension en refuge (dortoir), pique-nique le midi.* **Jour 5 (dimanche 31 aout 2025)** : la journée commence par une belle descente sur Pralognan en traversant le lac des vaches, semi asséché, que nous traversons sur les dalles de pierre. Pause-déjeuner à Pralognan avant de remonter en pente douce dans le vallon des Prioux et rejoindre notre refuge. *Nuit en Demi-pension en refuge (dortoir), pique-nique le midi.* **Jour 6 (lundi 1er septembre 2023) :** Longue et belle montée dans la vallée du doron de Chavière, pour rejoindre le col du même nom en passant par l'étonnant plan des cairns. Nous basculons en Maurienne, pour entamer une longue

Vanoise Voyages, Association loi 1901- APE 7912Z Activités des Voyagistes - SIRET 799 932 207 00019
3 rue Saint-Pierre 73700 SEEZ - Mobile : 06.40.06.05.32. E-mail : 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

	descente sur Modane. La navette de cœur Vanessa pourra rejoindre le groupe à mi-descente pour soulager les jambes des personnes les plus fatiguées). Les participantes du Séjour 4 de la Grande Traversée nous rejoignent à l'hôtel, nous passons la soirée avec elles pour leur passer le flambeau. *Nuit en demi-pension en hôtel** ou auberge, pique-nique le midi.* **Jour 7** : séparation en début de matinée. 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.
Prix total	960 € par personne
Le prix comprend	Les éléments décrits ci-dessus concernant : l'hébergement en demi-pension à partir du dîner du jour 1 au jour 7 après le petit-déjeuner, les pique-niques des jours 2 à 6, l'encadrement.
Le prix ne comprend pas	Les assurances personnelles, le transport (de personnes, de bagages…), les douches en refuges si payantes, 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 / Révision prix	Acompte de 30 % à l'inscription Solde à 30 jours du départ Règlements acceptés par virement bancaire, carte bancaire, ou « chèques-vacances » ANCV.
Assurances	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 : ❑ ASSISTANCE : rapatriement / frais de secours et de recherche à 1 % du montant du voyage, ❑ ANNULATION à 3,5 % du montant du voyage ❑ 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.

Vanoise Voyages, Association loi 1901- APE 7912Z Activités des Voyagistes - SIRET 799 932 207 00019
3 rue Saint-Pierre 73700 SEEZ - Mobile : 06.40.06.05.32. E-mail : 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

	Dispositions Générales d'Assurance sur brochures Europ Assistance, visibles en ligne sur la page des conditions des assurances. **Aucune assurance annulation ne pourra être souscrite après votre inscription en ligne, assurez-vous d'avoir les assurances souhaitées avant de continuer votre inscription. Renseignez-vous auprès de votre carte bancaire avant inscription pour en connaître les conditions d'annulation et de rapatriement incluses. Toute déclaration d'assurance annulation devra faire l'objet de documents à fournir demandés par l'assurance, et si paiement par carte bancaire une attestation de non prise en charge par la banque.**
Matériel fourni	Votre accompagnatrice disposera pour le groupe : ❑ D'une trousse de premiers secours ❑ D'une radio pour contacter les services de secours sur le réseau des Alpes françaises
Equipement personnel à prévoir	Votre équipement personnel contiendra : ❑ Un sac à dos de 30 à 40 litres environ pour porter vos affaires pour 3 jours d'autonomie. ❑ Une paire de chaussures de randonnée imperméable à tige montante, avec une semelle disposant d'une bonne accroche. ❑ Un chapeau ou casquette et un bonnet ❑ Des lunettes de soleil (indice 3) ❑ 1 Tshirt respirant (+ 1 rechange) ❑ Une veste légère de type polaire ❑ Une veste chaude (type petite doudoune) ❑ Une veste étanche et respirante de type goretex ❑ Une paire de gants ❑ Un short ❑ Un pantalon de montagne ❑ Un surpantalon étanche de type goretex ❑ Des bâtons de marche télescopiques (vivement conseillés) ❑ Protections solaire (crème et stick) ❑ Une gourde ou poche à eau de 1,5 l minimum

Vanoise Voyages, Association loi 1901- APE 7912Z Activités des Voyagistes - SIRET 799 932 207 00019
3 rue Saint-Pierre 73700 SEEZ - Mobile : 06.40.06.05.32. E-mail : 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

	❑ Votre pharmacie individuelle (voir ci-dessous) qui contiendra vos médicaments personnels, un désinfectant, des petits pansements et « double peaux » ainsi que recommandé, sous réserve de validation avec notre médecin, ❑ Papier toilette, briquet et petit sac plastique, ❑ Un couteau de poche et des couverts portables, ❑ Un drap-sac pour les nuits en refuge, ❑ Une lampe frontale, ❑ Trousse de toilette et serviette individuelle : en limiter le poids au maximum, ❑ Une couverture de survie, ❑ Cable pour recharger votre téléphone portable ❑ Compléments conseillés : une cape de pluie, des bouchons d'oreille, une paire de sandales légères pour le soir (les refuges fournissent des sabots en général), quelques affaires de rechanges stockées dans un petit sac (30 l maximum) que vous pourrez déposer dans le véhicule suiveur de l'association. Votre pharmacie individuelle contiendra : ❑ Vos médicaments personnels, ❑ Un désinfectant, des petits pansements et « double peaux » ❑ Sous réserve de validation avec notre médecin : des antalgiques, un anti-inflammatoire (comprimés et gel), un anti diarrhéique Liste non exhaustive

Vanoise Voyages, Association loi 1901- APE 7912Z Activités des Voyagistes - SIRET 799 932 207 00019
3 rue Saint-Pierre 73700 SEEZ - Mobile : 06.40.06.05.32. E-mail : 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