



Le tour de la Vallaisonnay, Trek 4 jours Vanoise, France, Séjour privatisé



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

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

Un voyage au cœur de la Vanoise

Partez pour une aventure inoubliable de quatre jours dans le Parc national de la Vanoise. Ce trek accessible à tous vous invite à explorer des paysages d'une beauté exceptionnelle. Accompagné par un guide local, vous plongerez dans l'histoire fascinante de la formation des Alpes, et découvrirez la faune et la flore emblématique du massif, chaque étape est une promesse de grands espaces, de sérénité et d'émerveillement face à une nature brute et préservée.

Véritable hotspot de biodiversité, le massif est également un sanctuaire pour la faune alpine. Nous pourrions avoir la chance d'apercevoir des bouquetins, des chamois et même des aigles royaux dans leur habitat naturel, offrant des expériences immersives à ceux qui cherchent l'aventure et la tranquillité.

Sauvage, authentique et discret, le massif de la Vanoise est l'un des plus beaux des Alpes, un trésor à découvrir !

Dates et heures	Début du séjour : le 01/07/2025 à 9 h Fin du séjour : le 04/07/2025 à 17 h
Niveau technique requis	Niveau technique : 2 sur une échelle de 1 à 5 Niveau physique : 2 sur une échelle de 1 à 5 Niveau minimal exigé : 2 Consulter https://www.vanoise-voyages.com/quel-est-mon-niveau/ pour comprendre le niveau attribué. Temps de marche : Jour 1 : Environ 4 h 30 de marche / Jour 2 : Environ 4 h 30 de marche / Jour 3 : Environ 4 h 30 de marche / Jour 4 : Environ 5 h de marche Dénivelées : Jour 1 : Dénivelé : + 640 m / - 45 m ; Jour 2 : Dénivelé : + 500 m / - 650 m ; Jour 3 : Dénivelé : + 610 m / - 450 m ; Jour 4 : Dénivelé : + 460 m / - 1080 m Portage des bagages : non Votre sac avec vos affaires pour la durée du séjour, eau, pique-nique... L'isolement du massif ne permet pas de logistique pour transporter vos bagages, cependant les dénivelés modestes, sont pensés pour vous permettre de vivre le trek en portant votre sac, de plus les refuges sont gardés et très bien équipés, nos sacs sont donc modérément chargés.
Encadrement	Nom : Védie Frédéric Diplôme : DE Alpinisme / Accompagnateur en montagne Tél. mobile : 06 50 53 84 86 E-mail : exp.montagne@gmail.com

Taille du groupe	Nombre minimum requis : 4 participants Nombre maximum requis : 7 participants
Type d'hébergement	Refuges gardés, nuit en dortoir. Les douches ne sont pas incluses dans le tarif du séjour en général 2 ou 3 euros par douche
Repas	Séjour en pension complète, avec pique-nique « sorti du sac »
Moyens de transport	Pas de transport prévu.
Formalités	<p><u>Formalités de police</u> :</p> <p>- pièce d'identité obligatoire en cours de validité</p> <p><u>Formalités sanitaires</u> :</p> <p>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><u>Informations à communiquer à Vanoise Voyages avant le séjour à votre inscription sur votre compte en ligne</u> :</p> <p><input type="checkbox"/> Nom / Prénom / Adresse postale / adresse e-mail</p> <p><input type="checkbox"/> Numéro de téléphone portable que vous aurez lors du séjour</p> <p><input type="checkbox"/> Nom et numéro de la personne à contacter en cas d'urgence</p> <p><u>Documents à transmettre à Vanoise Voyages avant le séjour</u> :</p> <p><input type="checkbox"/> Copie document d'identité</p> <p><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)</p>
Date, lieu et heure du rendez-vous	Rendez-vous au parking de Rosuel sur la commune de Peisey-Nancroix le 01/07/2025 à 9 h
Moyen d'accès au rendez-vous	Par vos propres moyens.
Date, lieu et heure de dispersion	Dispersion à Rosuel le 04/07/2025 à 17 h
Description de l'itinéraire	JOUR 1 : REFUGE DE ROSUEL – REFUGE D'ENTRE LE LAC

Rendez-vous (9 h) dans la vallée de Rosuel, dans la commune de Peisey-Nancroix, à 9 h.

Nous quittons rapidement la civilisation et pénétrons à l'intérieur du parc. Le sentier débute sous les contreforts d'une imposante montagne culminant à 3780 m d'altitude, dominée par d'imposantes cascades. Au cœur des alpages, le paysage est sculpté de sommets rocheux acérés. Bienvenue au royaume des bouquetins.

Encore quelques kilomètres à parcourir pour rejoindre le refuge confortable où nous passerons la nuit. Implanté à 2100 m d'altitude sur les rives d'un magnifique lacs naturel, c'est une halte parfaite pour déconnecter dès le premier soir

Nuit en demi-pension au refuge d'Entre-le-Lac (dortoir).

- Environ 4 h 30 de marche / Dénivelé : + 640 m / - 45 m

JOUR 2 : REFUGE D'ENTRE LE LAC – REFUGE DE LA GLIÈRE

Cette deuxième journée débute par une montée douce jusqu'au col de la Grassaz, à 2637 m. Arrivée au col, le panorama est grandiose, dominé majoritairement par le versant nord de la Grande Casse, à l'allure himalayenne.

Nous évoluons dans de grands espaces à la variété floristique incroyable. Les sommets alentour sont fréquentés par les aigles qui chassent les marmottes, présentes en très grand nombre dans la vallée.

Nous passons la nuit au confortable refuge de la Glière, à 2000 m d'altitude, au pied de l'imposante aiguille de l'Épéna et de la face nord de la Grande Casse (3855 m), le plus haut sommet du département.

Nuit en demi-pension au refuge de la Glière (dortoir)

- Environ 4h30 de marche / Dénivelé : + 500 m / - 650 m

JOUR 3 : REFUGE DE LA GLIÈRE – REFUGE DE PLAISANCE

Le sentier descend en suivant le cours du Doron de Champagny et passe au hameau du Laisonnay, à l'architecture typiquement savoyarde. Le vallon de Champagny-le-Haut (1500 m) se situe dans un cadre naturel remarquable, au

	<p> pied des prestigieux sommets de la Vanoise. Il est temps d'entamer la montée en direction du refuge. Le sentier borde une magnifique cascade et rejoint un petit cirque glaciaire.</p> <p> Le secteur, qui abrite une harde de bouquetins, est réputé pour l'observation de l'espèce emblématique du parc de la Vanoise.</p> <p> Nuit en demi-pension au refuge de plaisance (dortoir)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Environ 4h30 de marche / Dénivelé : + 610 m / - 450 m <p>JOUR 4 : REFUGE DE PLAISANCE – REFUGE DE ROSUEL</p> <p> La dernière journée de notre itinéraire se déroule dans un cadre grandiose, avec le passage sauvage du col du Plan Séry.</p> <p> Pique-nique à proximité du lac de la Plagne, c'est ici que niche l'un des 66 couples de gypaètes en France, le deuxième plus grand oiseau du monde. L'après-midi, descente d'une vallée glaciaire occupée par des alpages et dominée par les 1000 m de paroi verticale du Mont Pourri.</p> <p> Retour dans la vallée de Rosuel vers 16 h et dispersion.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Environ 5h de marche / Dénivelé : + 460 m / - 1080 m <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	<ul style="list-style-type: none"> • 580 € par personne pour un groupe de 4 participants • 525 € par personne pour un groupe de 5 participants • 485 € par personne pour un groupe de 6 à 8 participants
Suppléments et prestations complémentaires	<p> Les douches ne sont pas incluses dans le tarif du séjour en général 2 ou 3 euros par douche</p> <p> Possibilité de départ à 3 participants pour un supplément de 190 € par personne</p>

Le prix comprend	Les éléments décrits ci-dessus concernant : 3 nuitées en refuge (dortoir) en demi-pension comme indiqué dans le programme, les pique-niques des jours 2, 3 et 4, l'encadrement par un guide AEM diplômé d'état expert du massif.
Le prix ne comprend pas	Le transport aller/retour vers le point de départ/arrivée du trek, les assurances personnelles, les apéritifs et autres boissons ainsi que tous vos achats personnels, les douches, les vivres de course (en-cas, fruits secs...), 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	<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. Une assurance rapatriement est obligatoire sur le séjour, un justificatif avec les coordonnées 24/24 de l'assurance et numéro de contrat seront à fournir avant le séjour.</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, visibles en ligne sur la page des conditions des assurances.</p> <p>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.</p>
Equipement personnel à prévoir	<p>1. Sac à dos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacité : 35-50 L (suffisant pour transporter tout le nécessaire, sans trop charger) • Housse de pluie : pour protéger votre sac en cas d'intempéries

2. Vêtements

Vêtements de base :

- T-shirt technique (en tissu synthétique ou en laine mérinos, qui évacue la transpiration)
- Pantalon de randonnée (léger et respirant)
- Sous-vêtements techniques (évitez le coton)
- Chaussettes de randonnée (en laine ou en fibres synthétiques, 2-3 paires)

Vêtements chauds et de protection :

- Polaire ou doudoune légère (pour les soirées fraîches en refuge)
- Veste imperméable et respirante (type Gore-Tex ou similaire)
- Pantalon imperméable (si la météo est instable)

Accessoires :

- Bonnet ou bandeau (pour la tête, surtout en altitude)
- Gants légers (pour le matin ou les soirées fraîches)
- Chapeau ou casquette (pour le soleil)

3. Chaussures et équipement pour les pieds

- Chaussure de randonnée (avec une bonne semelle et imperméables, adaptées au terrain que vous allez traverser)
- Chaussettes de randonnée (plusieurs paires, en matières techniques, pour éviter les ampoules)
- Crampons chainette pour les passages en neige

4. Matériel de couchage

- Drap de sac ou sac à viande (obligatoire dans les refuges pour des raisons d'hygiène)

5. Nourriture et Hydratation

- Gourde ou système d'hydratation (bouteille d'eau ou poche à eau de 2 L minimum)
- Encas énergétiques (barres de céréales, fruits secs, noix, chocolat)
- Boîte hermétique et couverts pour les pique-niques

6. Matériel de navigation et sécurité

- Lampe frontale (avec piles de rechange)

- Couteau de poche ou multi-outils
- Trousse de premiers secours (pansements, désinfectant, bandage, médicaments de base)

7. Protection solaire

- Crème solaire (indice élevé pour protéger votre peau, même en montagne)
- Baume à lèvres avec protection solaire
- Lunettes de soleil (protection UV pour la montagne)

8. Divers

- Bâtons de marche
- Sacs étanches (pour protéger vos affaires de la pluie)
- Papier toilette
- Sac de rangement compressible (pour optimiser l'espace dans le sac)
- Chargeur solaire ou batterie externe (pour recharger vos appareils électroniques)
- Carnet et stylo (si vous aimez prendre des notes ou dessiner)

10. Documents et identification

- Carte d'identité ou passeport (en cas de contrôle dans des zones frontalières)
- Carte de sécurité sociale ou assurance voyage (pour couvrir les frais médicaux éventuels)

Conseils supplémentaires :

- Prévoir un poids raisonnable : pour éviter de surcharger votre sac à dos, choisissez des équipements légers et compacts.

Liste non exhaustive