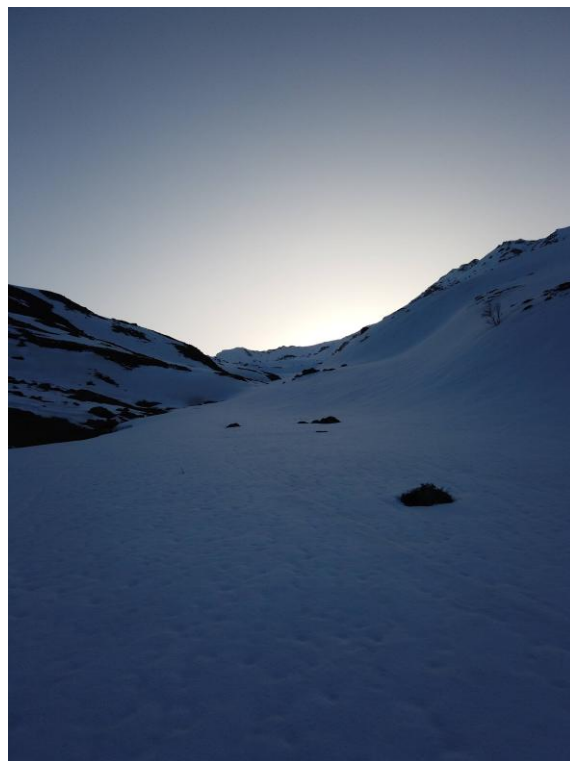




## 4 jours en itinérance sauvage en raquettes dans les Cerces, Séjour privatisé, France



Au départ de la station de Valloire dans la Vallée de la Maurienne, ce raid en traversée va nous conduire dans les étendues sauvages et préservées du massif des Cerces.

Nous allons parcourir de belles étendues enneigées entre forêts, flancs de montagne, crêtes, cols et sommets. Nous approcherons le Mont Thabor, sommet emblématique du massif du haut de ses 3178 m.

Les nuitées se feront aux refuges FFCAM gardés des Drauères et du Mont Thabor, et au refuge privé Terzo Alpini dans la Vallée Etroite, française depuis 1947. Les gardien(ne)s vont concocter des plats réconfortants tandis que nous apprécierons la chaleur du refuge après de longues heures dans le froid et le blanc.

Nous explorerons quelques-uns des cols et sommets accessibles à raquettes, situés entre 2000 et 2800 m d'altitude, tels que le Col des Rochilles, le Col des Muandes et le Col de la Vallée Etroite.

Vous allez aimer :

- L'ambiance hivernale sauvage en raquettes en forêt et majoritairement dans les combes d'altitude, les crêtes, cols et sommets
- Faire sa trace dans la neige
- Identifier les traces d'animaux dans la neige
- Le panorama spectaculaire sur les sommets emblématiques du massif des Cerces : Mont Thabor, Rocher de la Grande Tempête, Pointe Balthazar.

<b>Dates et heures</b>	Début du séjour : le 03/02/2026 à 8 h 30 Fin du séjour : le 06/02/2026 à 16 h 30
<b>Niveau technique requis</b>	Niveau technique : 4 sur une échelle de 1 à 5 Niveau physique : 4 sur une échelle de 1 à 5 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. Niveau minimum : 4 Cotation générale : WT3 - Randonnée exigeante en raquettes



	<p>Terrain de pente &lt; 30°. Dans l'ensemble peu à modérément raide. Courts passages raides. Le danger d'avalanche n'est pas nul. Faible danger de glissade, glissades courtes se terminant sans risques. Connaissances de l'évaluation de la situation en matière d'avalanches requises. Il est recommandé de s'équiper de détecteurs de victimes d'avalanches (DVA), pelle et sonde.</p> <p>Forme : bonne condition physique générale.</p> <p>Préparation conseillée : pratique d'une activité sportive de 3 à 4 heures par semaine.</p> <p>Temps de marche : Jour 1 : 5 h / Jour 2 : 6 h / Jour 3 : 4 h / Jour 4 : 4 h</p> <p>Dénivelées : Jour 1 : environ 12 km avec 800 m + et 300 m – / Jour 2 : environ 13 km avec 700 m + et 1100 m – / Jour 3 : environ 8 km avec 750 m + et 50 m – / Jour 4 : environ 10 km avec 50 m + et 1000 m –</p> <p>Portage des bagages : non, chacun porte ses affaires</p>
<b>Encadrement</b>	<p>Nom : Alexandre THOMAS</p> <p>Diplôme : DE AMM, Carte Professionnelle n°07424ED0269</p> <p>Tél. mobile : +33699571958</p> <p>E-mail : <a href="mailto:contact@alexperiencedescimes.com">contact@alexperiencedescimes.com</a></p>
<b>Taille du groupe</b>	<p>Nombre minimum requis : 1 participants</p> <p>Nombre maximum requis : 3 participants</p>
<b>Type d'hébergement</b>	<p>Jour 1, Jour 3 : refuges FFCAM gardés des Drayères et du Mont Thabor</p> <p>Jour 2 : refuge privé gardé Terzo Alpini</p>
<b>Repas</b>	<p>Jour 1 : pique-nique prévu par l'encadrant</p> <p>Jour 1 : dîner inclus dans la prestation du refuge des Drayères</p> <p>Jour 2 : petit déjeuner et pique-nique inclus dans la prestation du refuge des Drayères</p> <p>Jour 2 : dîner inclus dans la prestation du refuge Terzo Alpini</p> <p>Jour 3 : petit déjeuner et pique-nique inclus dans la prestation du refuge Terzo Alpini</p> <p>Jour 3 : dîner inclus dans la prestation du refuge du Mont Thabor</p> <p>Jour 4 : petit déjeuner et pique-nique inclus dans la prestation du refuge du Mont Thabor</p>
<b>Moyens de transport</b>	<p>Jour 1 : covoiturage St Michel de Maurienne &gt; Bonnenuit (Valloire)</p> <p>Jour 4 : Car Valfréjus &gt; Modane</p> <p>TER Modane &gt; St Michel de Maurienne</p>



<b>Formalités</b>	<p><b>Formalités de police :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- pièce d'identité obligatoire en cours de validité</li> </ul> <p><b>Formalités sanitaires :</b></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><b>Informations à communiquer à Vanoise Voyages avant le séjour à votre inscription sur votre compte en ligne, ou par e-mail après votre inscription complément :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Nom / Prénom / Adresse postale / adresse e-mail de chaque participant inscrit</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> <li><input type="checkbox"/> Copie document d'identité (ou passeport)</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> <li><input type="checkbox"/> Information du moyen de transport utilisé pour se rendre sur le lieu de rendez-vous et copie billets aller-retour s'il y a</li> </ul>
<b>Date, lieu et heure du rendez-vous</b>	Le 03/02/2026 à 8 h 30 à la gare SNCF de St Michel de Maurienne
<b>Moyen d'accès au rendez-vous</b>	Par vos propres moyens.
<b>Date, lieu et heure de dispersion</b>	Le 06/02/2026 à 16 h 30 à la gare SNCF de St Michel de Maurienne
<b>Description de l'itinéraire</b>	<p><b>Jour 1 – 03/02/2026 :</b> rendez-vous à la gare SNCF de Saint Michel de Maurienne à 08 h 30</p> <p>Check-up équipement et matériel.</p> <p>Covoiturage jusqu'à Bonnenuit sur la commune de Valloire.</p> <p>Raid raquettes : environ 12 km avec 800 m + et 300 m –, soit 5 h de marche</p> <p>Nuit en refuge gardé des Drayères</p> <p><b>Jour 2 – 04/02/2026</b></p> <p>Raid raquettes : environ 13 km avec 700 m + et 1100 m –,</p>



	<p>soit 6 h de marche Nuit en refuge gardé Terzo Alpini aux Granges de la Vallée Etroite</p> <p><b>Jour 3 – 05/02/2026</b> Raid raquettes : environ 8 km avec 750 m + et 50 m –, soit 4 h de marche. Bonus possible en étoile depuis le Refuge du Mont Thabor vers le Col du Cheval Blanc Nuit en refuge gardé du Mont Thabor</p> <p><b>Jour 4 – 06/02/2026</b> Raid raquettes : environ 10 km avec 50 m + et 1000 m –, soit 4 h de marche Arrivée à Valfréjus Car Valfréjus &gt; Modane TER Modane &gt; St Michel de Maurienne</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>	<input type="checkbox"/> 2020 € par personne si 1 participant <input type="checkbox"/> 1180 € par personne si 2 participants <input type="checkbox"/> 900 € par personne si 3 participants
<b>Le prix comprend</b>	Les éléments décrits ci-dessus concernant : l'encadrement, l'hébergement, les repas, le transport en car entre valfréjus et Modane, le transport en TER entre Modane et Saint Michel de Maurienne, la mise à disposition de paires de raquettes TSL Highlander Instinct, de paires de bâtons TSL Tour 2 Alu, de DVA, sondes et pelles de marque Ortovox.
<b>Le prix ne comprend pas</b>	Les boissons, les frais personnels (prévoir des espèces), les assurances personnelles, les frais de formalités et sanitaires et tout ce qui n'est pas mentionné dans la fiche descriptive du séjour
<b>Modalités et mode de paiement / Révision prix</b>	<p>Acompte de 30 % à l'inscription Solde à 30 jours du départ Règlements acceptés par virement bancaire, carte bancaire, ou « chèques-vacances » ANCV.</p>



<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. 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"> <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, visibles en ligne sur la page des conditions des assurances.</p> <p><b>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.</b></p>
<b>Matériel fourni</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Paires de raquettes</li> <li><input type="checkbox"/> Paires de bâtons</li> <li><input type="checkbox"/> Kits DVA, pelles, sondes</li> </ul>
<b>Equipement personnel à prévoir</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Chaussures de randonnée à tige haute, imperméables et à semelles adhérentes type Vibram</li> <li><input type="checkbox"/> Guêtres montantes pour éviter que la neige ne s'infiltre dans</li> <li><input type="checkbox"/> les chaussures</li> <li><input type="checkbox"/> Chaussettes techniques et chaudes de préférence sans coton pour éviter les frottements</li> <li><input type="checkbox"/> Maillot long de randonnée hivernale</li> <li><input type="checkbox"/> Collant ou pantalon de randonnée hivernale</li> <li><input type="checkbox"/> Pantalon ou sur-pantalon protégeant de la pluie/neige avec membrane imperméable respirante</li> </ul>



- ☐ Sac à dos de 45L à 60L pour vos affaires du soir, de la
- ☐ journée, le pique-nique, la boisson, les en-cas
- ☐ Veste thermique avec capuche adaptée aux températures froides de moyenne altitude
- ☐ Veste protégeant de la pluie/neige avec membrane imperméable respirante et capuche
- ☐ Bonnet et gants
- ☐ Lunettes de soleil
- ☐ Crème solaire
- ☐ Pique-nique
- ☐ En-cas pour la journée (barres de céréales, etc.)
- ☐ Réserve d'eau (minimum 1 L)
- ☐ Thermos de 1 L avec boisson chaude
- ☐ Trousse à pharmacie avec ses traitements personnels
- ☐ éventuels
- ☐ Téléphone portable à garder allumé en permanence (entrer le numéro de l'accompagnateur, ne pas oublier de partir avec une batterie chargée)
- ☐ Pièce d'identité et carte d'assurance maladie (ou similaire)
- ☐ Couverture de survie

Liste non exhaustive

