



# Compagnie des Guides de Chamonix

90 place de l'église - 74400 Chamonix – France - Tél : + 33 (0)4 50 53 00 88

[www.chamonix-guides.com](http://www.chamonix-guides.com) - e-mail : [info@chamonix-guides.com](mailto:info@chamonix-guides.com)

## RANDONNÉE - MASSIF DU GRAND PARADIS 'FAMILLE' - 6 JOURS

Durée : 6 jours

Difficulté : ▲▲▲▲▲

À partir de : 720 €

Nos séjours « Famille » sont pensés et conçus pour permettre aux jeunes et aux plus grands de partager découvertes et émotions. Le choix de nos itinéraires ainsi que les interventions de nos accompagnateurs tenteront de répondre à la curiosité de tous, en favorisant les apprentissages, la connaissance du milieu montagnard et la transmission de savoirs.

Notre programme vous propose quelques-uns des plus beaux sentiers et belvédères du Parc National du Gran Paradiso. Créé en 1920, le Parc est à cheval entre le Val d'Aoste et le Piémont. Ici, la nature sauvage et préservée offre des paysages contrastés, depuis les mélézins des fonds de vallée jusqu'aux sommets et pointes englacées en passant par les pelouses alpines où paissent paisiblement les troupeaux de bouquetins. Nos cousins Valdôtains conjuguent élégamment le français avec une pointe d'accent qui ajoute un charme certain à cette belle région.

*Le transport des bagages est assuré sur l'ensemble de la randonnée (sauf nuit 1, 3 et 5). Vous ne portez que vos affaires de la journée et profitez pleinement de votre randonnée. Les transferts, les bagages, et les pique-niques sont assurés par nos soins.*

Pour toute information complémentaire, n'hésitez pas à contacter Anaïs au +33 4 50 53 92 78 ou [anaïs@chamonix-guides.com](mailto:anaïs@chamonix-guides.com)

### ITINÉRAIRE

#### Jour 1 : Valgrisenche

Nous débutons notre randonnée au hameau d'Usellières dans le Valgrisenche. Le sentier suit la Dora di Valgrisenche jusqu'au refuge de Mario Bezzi. Cette première journée permettra à notre petite troupe de régler l'allure et faire plus ample connaissance. Les marmottes ne manqueront pas de siffler notre présence et de satisfaire leur curiosité, cachées derrière les mottes de terre de leurs innombrables galeries. Nous dormons au refuge de Bezzi ce soir. **Pas d'accès aux bagages.**

**Dénivelé positif : 550m**

#### Jour 2 : L'Alta Via 2

Le sentier de la haute route glaciaire. Notre objectif est le Lac de St Martin, au-dessus du Mont Vaudet. Nous sommes sur un immense replat que les chamois affectionnent particulièrement à leur l'heure du petit déjeuner. Notre sentier se poursuit jusqu'au passage de la Refreita. Le glacier de la Grande Rousse marque le paysage avec ses imposantes moraines, et ses eaux abreuves les nombreux aplages en contre-bas. avec de Notre descente traverse une très belle forêt de pins arolle et nous retrouvons le hameau de Surrier. Un transfert de 45 minutes nous permet de retrouver notre hôtel à Rhêmes Notre Dame.

**Dénivelé positif : 500m - négatif : 1050m**

#### Jour 3 : Val di Rhême

Au bout de la route, à Thumel (1880m), aux confins du Parc National, notre randonnée démarre sur le sentier en rive droite de la Dora, dans le vallon du Gran Vaudala. Nous pouvons laisser nos affaires au refuge et envisager une excursion jusqu'à la pointe de Lavassey. Nuit au refuge Benevolo. **Pas d'accès aux bagages.**

**Dénivelé positif : 900m - négatif : 500m**

#### Jour 4 : Truc de S. Elena

Nous faisons le tour du truc de la S. Elena, les parois verticales de la Granta Parei (3386m) se dressent devant nous. Sommets et à-pics ferment le paysage pendant que les proches glaciers déversent leurs eaux froides et cristallines dans les gorges d'un canyon. Notre descente nous ramène au refuge, puis se poursuit jusqu'à Thumel. Transfert de 45 minutes. Nous dormons à Pont, au Refuge/Auberge du Tétrasy-Lyre.

**Dénivelé positif : 400m - négatif : 780m**

#### Jour 5 : Val Savarenche

Depuis Pont, la montée est régulière et soutenue jusqu'au plateau du Nivelé. Derrière nous, la chaîne du Grand Paradis déploie tous ses principaux sommets. Le sentier suit les méandres d'une très paisible Dora. Les troupeaux de chamois sous la pointe Violette attiseront notre curiosité jusqu'à nous inviter à les suivre sous les rochers du Nivolets. Nous dormons au refuge Chivasso. **Pas d'accès aux bagages.**

*Dénivelé positif : 650m - négatif : 100m*

#### **Jour 6 : Les lacs d'altitude**

Nous gagnons les plateaux des grands lacs Rosset, puis ceux des Tre Becci, nous poursuivons jusqu'au Lac Noir. Une sente nous mène dans le vallon caché de Plan Borgnoz et nous profitons ici du calme et de tranquillité de ces endroits oubliés, perdus et gardés secrets. La descente nous ramène à Pont et nous retrouvons notre bus. Nous sommes de retour à Chamonix en fin d'après-midi.

*Dénivelé positif : 300m - négatif : 950 m*

*Ce programme peut être modifié à tout moment par le professionnel encadrant en fonction des conditions météorologiques et/ou du niveau technique et physique des participants.*

## **FORMULE COLLECTIVE**

#### **DATES 2019 :**

*Du dimanche au vendredi. Du 28 juillet au 2 août.*

#### **TARIFS 2019**

**720€/personne (de 5 à 8 personnes maximum)**

#### **Ce prix comprend**

- L'organisation et l'encadrement par un accompagnateur en montagne
- Les demi-pensions en hôtel et refuge
- Les pique-niques
- Les remontées mécaniques
- Les transports pendant la randonnée
- Le transport des bagages (hors J1, J3 et J5)

#### **Ce prix ne comprend pas**

- Les souvenirs et les boissons (prévoir des euros)
- L'assurance rapatriement (obligatoire)

## **INFOS PRATIQUES**

#### **Les « plus » de la Compagnie des Guides :**

- Un véritable « tout compris »
- Un vrai produit « Famille »
- Un petit groupe de 5 à 8 personnes par accompagnateur
- Les pique-niques sont préparés par nos soins avec des produits locaux.
- Nous disposons d'un minibus qui permet une flexibilité en fonction de nos besoins, des conditions météorologiques et de nos envies.

#### **RENDEZ-VOUS**

Départ à **8h30** de la Compagnie des Guides, 190 Place de l'Eglise, 74400 Chamonix.

Une réunion d'information avec votre accompagnateur, vous est proposée la veille du départ à 18h00 à la Cie des Guides.

#### **NIVEAU**

**3/5 - Le Grand Paradis Famille est une randonnée de difficulté modérée.** Un minimum de 700m de dénivelée positive et 5h à 7h de marche en moyenne par jour. Randonnée sur des sentiers de montagne généralement bien entretenus mais pouvant parfois se dérouler sur des itinéraires hors sentiers faciles. Une bonne condition ainsi qu'une préparation physique sont fortement souhaitées. Une expérience de la randonnée est recommandée. **Age minimum : 9 ans.**

#### **ENCADREMENT**

Le groupe sera constitué de **5 à 8 personnes maximum**, par accompagnateur, diplômé d'état ; ceci afin de vous assurer un meilleur confort de dialogue et une réelle convivialité.

#### **HEBERGEMENT**

1 nuit en hôtel (**en chambre**) et 4 nuits en refuge (**en dortoir**).

**Pas d'accès aux bagages les soirs des jours 1, 3, et 5.**

#### **FORMALITES**

Assurance assistance-rapatriement obligatoire. L'assurance annulation est fortement conseillée.

Vous pouvez souscrire à ces deux assurances au moment de votre inscription.  
Pièce d'identité obligatoire.

## ÉQUIPEMENT

### Chaussures de marche

- Chaussures de randonnée montantes avec semelles Vibram.
- Pour les chaussures neuves, faites-les d'abord à votre pied en les portant avant.
- Si vous êtes sujet aux ampoules : talc appliqué sur les pieds secs et dans la chaussure le matin.

### Sac à dos

- Volume minimum 40 L (mieux vaut trop grand que trop petit).
- Prévoyez assez de place pour le pique-nique.
- Un conseil en cas de pluie : même si vous avez un sur-sac à dos, protégez toujours vos affaires dans un sac plastique (grand sac poubelle), à l'intérieur du sac à dos.

### Bagage

Un sac de voyage compacte et solide, 8 à 10 kg.

### Textiles

Pour plus de confort concernant les sous-vêtements (T-shirts, caleçons, chaussettes), évitez le coton qui est lourd, froid et sèche très lentement. Privilégiez les textiles techniques synthétiques, ou bien la laine qui fait son grand retour. Ils sont plus chauds et séchent très vite.

### Le Climat

C'est un climat alpin avec de brusques changements, il peut faire très froid très vite en altitude. Il n'est pas rare d'avoir de la neige en plein été. Aussi, ne faites pas l'impasse sur les vêtements chauds, même si la météo vous semble favorable ! A l'inverse le soleil peut être brûlant !!! En bref, sans l'alourdir, il faut toujours avoir dans le sac à dos de quoi faire face à une météo capricieuse et rigoureuse.

### POUR LA JOURNEE

- 1 T-shirt manches courtes + 1 T-shirt manches longues (textile technique)
- 1 fourrure polaire + 1 petite doudoune (ou 2ème polaire)
- 1 short + 1 pantalon de randonnée
- 1 paire de chaussettes (textile technique)
- 1 veste Gore-tex
- 1 cape de pluie ou 1 sur-sac
- 1 sur-pantalon imperméable (le top c'est le Gore-tex light mais c'est très cher, sinon sur-pantalon type K.way)
- 1 gourde (capacité 1l mini, 1,5l c'est mieux !), 1 couteau, 1 fourchette (type « spork »)
- Casquette, lunettes de soleil, crème solaire, lipstick
- 1 bonnet et une paire de gants
- 1 paire de bâtons télescopiques

### POUR L'ENSEMBLE DE LA RANDONNEE

- Affaires de rechange (textile technique)
- 1 drap sac
- 1 caleçon jambes longues (textile technique)
- Lampe de poche ou frontale
- Pharmacie personnelle : élastoplast, pansements « seconde peau », compresses, médicaments pour maux courants : diarrhée, constipation, maux de gorge, maux de tête, douleurs, allergies, " et votre traitement personnel.
- Ne vous surchargez pas, l'accompagnateur a une pharmacie de premiers secours.*
- 1 paire de chaussures confortables
- Nécessaire de toilette : serviette de toilette, bouchons d'oreilles, "
- Pièce d'identité + argent pour vos dépenses personnelles
- Un peu de savon pour la lessive
  
- Facultatif : Guêtres basses (début de saison), appareil photo, jumelles, parapluie, etc "

## ENGAGEMENT PRIVÉ

Vous êtes un groupe pré-constitué, bénéficiez d'une prestation privative !

### LES AVANTAGES :

- **Exclusivité d'un accompagnateur pour votre groupe**
- Une relation plus étroite et personnalisée entre votre équipe et un professionnel.

- **Liberté dans le choix de vos dates**

Dans la mesure des places disponibles dans les refuges, choisissez votre date de départ.

- **Flexibilité et souplesse**

Selon les conditions météorologiques, votre niveau et vos attentes, le professionnel pourra vous proposer des variantes dans l'itinéraire.

Contactez Anaïs pour un devis personnalisé au 04 50 53 92 78 ou [anaïs@chamonix-guides.com](mailto:anaïs@chamonix-guides.com)

## PHOTOS

