



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 - e-mail : info@chamonix-guides.com

RANDONNÉE - MONTS & MERVEILLES DU VAL D'AOSTE (ITALIE) - 6 JOURS

Durée : 6 jours

Difficulté : ▲▲▲▲▲

À partir de : 840 €

La Vallée d'Aoste est la plus petite région d'Italie, située au nord-ouest, et elle fait frontière avec la France et la Suisse.

Tout parle de sommet majestueux dans ce territoire essentiellement montagnoux et notamment des plus hauts sommets des Alpes, comme le Cervin, le Mont-Rose, le Gran Paradiso, et sa majesté le Mont-Blanc.

De fait, son merveilleux milieu naturel est un atout majeur qui attire des visiteurs de tous les coins du monde par ses caractéristiques géographiques et culturelles.

Ce séjour en version « Sac Léger » nous permet de découvrir le Val d'Aoste, en parcourant une sélection des plus belles randonnées dans Le Parc Naturel du Mont Avic et le massif préservé du Ruitor. Bien évidemment nous ne manquerons pas d'apprécier également le chaleureux accueil Valdotaïn ainsi que les charmes et délices de la gastronomie régionale.

Les transferts, les bagages, et les pique-niques sont assurés par votre accompagnateur en montagne. Vous ne portez que vos affaires de la journée et profitez pleinement de votre randonnée.

Pour toute information complémentaire, n'hésitez pas à contacter Anais au +33 4 50 53 92 78 ou anais@chamonix-guides.com

ITINÉRAIRE

Jour 1 : Le Val d'Ayas

Dénivelé positif : 810m - négatif : 810m

Départ matinal de Chamonix pour un transfert de deux heures vers le Val d'Ayas. Nous randonnée débute au-dessus de Brusson, un parcours qui offre une vue saisissante sur la basse vallée d'Aoste. Après une heure de marche en forêt, nous atteignons le vallon de Chamen et son lac éponyme. Une dernière montée nous mène à un col très esthétique sous la pointe de Valnira. Nous descendons au refuge de l'Arp et retrouvons notre véhicule. Un transfert d'1h nous conduit à Champ de Praz, nous passons la nuit à l'hôtel du Parc du Mont Avic.

Jour 2 : Mont Barbeston

Dénivelé positif : 1260m - négatif : 1260m

Notre sentier part de l'hôtel pour effectuer une boucle à l'extrémité nord du Parc du Mont Avic. Nous quittons en douceur le hameau avant d'entamer une montée régulière et soutenue dans les forêts denses qui sentent bon l'essence de pin ! Après le hameau de l'Arp, une croupe de plus en plus marquée nous mènera vers une belle arête facile sous le regard bienveillant de la Madone jusqu'au sommet du Mont Barbeston (2482m). Nos efforts sont récompensés car le panorama est splendide. Nous descendrons en direction de « l'alpage des Anglais » avant de regagner le hameau de la Veula et passez ainsi une seconde nuit dans notre Hôtel.

Jour 3 : Refuge Barbustel

Dénivelé positif : 1000m - négatif : 1000m

Nous partons de l'hôtel pour une itinérance de deux jours au cœur du Parc Naturel du Mont Avic. C'est donc avec un sac un peu plus lourd que nous progressons dans la pinède de Pessey qui nous amène ensuite le long d'un torrent, déversoir du lac de Leser (2011m). Le paysage s'ouvre sur les hauts alpages et les forêts de mélèzes jusqu'au refuge de Barbustel (2200m), situé dans un écrin de nature entre lacs et « dos de baleine » ! Nous pourrions envisager une petite escapade supplémentaire, sans les sacs à dos, dans les proches environs afin de profiter davantage de ce très bel endroit. Nous dormirons au refuge cette nuit. *Pas d'accès aux bagages.*

Jour 4 : La Pointe de Médzove

Dénivelé positif : 815m - négatif : 1545m

Après une bonne nuit en altitude, nous partons tôt, une grande et belle journée nous attend. Nos pas nous conduiront de lac en lac, plus extraordinaires les uns que les autres. C'est dans cette ambiance minérale et sublimement austère que l'on atteindra la pointe de Medzove (2845m), le point culminant de notre journée. A moins que nous poussions notre progression jusqu'au Mont Iverta (2933m). La vue est imprenable sur la Trevisa qui domine le Val Clavalité, incroyablement sauvage et préservé. Désormais, une longue et belle descente sous la paroi du Mont Avic nous attend, nous emprunterons alors le chemin des mineurs pour rejoindre la basse vallée. Un transfert de 1h30 en minibus nous conduit au hameau de la Salle dans la vallée d'Aoste. Nous dormirons à l'hôtel cette nuit.

Jour 5 : Pointe de la Croix - Lac d'Arpy

Dénivelé positif : 500m - négatif : 500m

Un transfert en minibus nous conduit au col de San Carlo (1971m) dans un remarquable mélézin. Cet itinéraire enchanteur nous mènera sans grandes difficultés vers le col de la Croix, et quelques efforts supplémentaires nous permettront d'atteindre les vestiges militaires de l'arrête sommitale qui gagne enfin la tête de la Croix (2476m). Point stratégique au fort imprenable, notre sommet offre une vue saisissante sur les versants ensoleillés du massif du Mont-Blanc, la haute vallée d'Aoste et le célèbre passage du col du petit St Bernard, qui fait ce trait d'union historique et géographique entre la Tarentaise en Savoie et la Val d'Aoste. Sur le chemin du retour, nous pourrons nous octroyer un bain de pieds dans le splendide lac d'Arpy. Enfin, un transfert de 10 minutes nous mène au village de la Thuile. Nous dormirons à l'hôtel.

Jour 6 : Les Eaux du Rutor

Dénivelé positif : 1000m - négatif : 1000m

Nous débutons notre journée au hameau de la Joux. Le sentier longe un torrent agité, les eaux froides tombent en multiples cascades en offrant un beau spectacle. La dernière montée nous hisse en face de l'imposant glacier du Rutor, et son sommet principal la Testa del Rutor. Notre démontagnée fera une première pause au refuge de Deffeyes, puis nous rejoindrons un lac, plus tard les alpages et enfin les derniers lacets le long du torrent nous ramèneront en douceur au hameau de la Joux. Nous retrouvons le minibus, et il nous faut 1H00 pour rejoindre Chamonix en fin d'après-midi.

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 7 au 12 juillet
- Du 11 au 16 août
- Du 1er au 6 septembre

TARIF 2019

840€/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, refuge et auberge
- Les pique-niques
- Les remontées mécaniques
- Les transferts avec nos minibus depuis Chamonix et pendant la randonnée
- Le transport des bagages (maximum 15kg)

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 petit groupe de 5 à 8 personnes par accompagnateur
- Des hébergements choisis et privilégiés
- 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

Rendez-vous à 7h à la Compagnie des Guides de Chamonix, 190 place de l'Eglise, 74400 Chamonix.

Réunion d'information avec votre accompagnateur en montagne, la veille du départ à 18h00 au Bureau de la Compagnie des Guides

NIVEAU

3/5- 'Monts & Merveilles en Val d'Aoste' 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.

ENCADREMENT

Le groupe est constitué de **6 à 12 personnes maximum**, par accompagnateur diplômé d'état, ceci afin de vous assurer un meilleur confort de dialogue et une réelle convivialité.

Remarque : aucune inscription possible en collectif pour les personnes de moins de 18 ans sans tuteur légal.

HEBERGEMENT

1 nuit en refuge (en petit dortoir), et 4 nuits en hôtel* (en chambre double ou twin/sur la base de 2 personnes par chambre).

**Pour les personnes seules, nous ne pouvons pas vous garantir que vous partagerez votre chambre avec une personne du même sexe.*

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

Matériel Randonnée Alpine

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 30 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 dans l'idéal, maximum 15kg et un sac par personne.

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 "

PHOTOS



Compagnie des Guides de Chamonix Mont-Blanc. 190, place de l'église 74400 Chamonix
SAS au capital social de 364 400€ - R.C.S Annecy - SIRET 448 519 306 000 14 - Code APE 7911 Z
TVA intracommunautaire FR 23 448 519 306 - Immatriculation ATOUT France IM074 150011
Responsabilité civile professionnelle : MMA IARD - 14 Bd Marie et Alexandre Oyon - 72 000 Le Mans - Police 125 901 025
Garantie financière : GROUPAMA ASSURANCE - 5, rue du Centre - 93199 Noisy le Grand Cedex - Contrat #4000713874/1