



Compagnie des Guides de Chamonix

190 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

RAQUETTES - SÉJOUR EN TERRE ROUGE AU PIED DU MONT THABOR

Durée : 4 jours

Difficulté : ▲▲▲▲▲

À partir de : 550 €

Au-dessus de la station de ski de Valmeinier, à la limite de la Maurienne et des Hautes Alpes, se situe un fantastique terrain de jeu pour ceux qui désirent vivre un séjour hors du temps, loin du quotidien. Situé au pied du mont Thabor (3178 m), notre camp de base sera le formidable refuge de Terre Rouge situé à 2182 m en pleine zone Natura 2000. La zone est un véritable paradis pour la raquette ludique et sportive. Deux randonnées d'ampleur nous attendent au-dessus du refuge, avec notamment l'ascension de l'épaule de Roche Noire à 3067 m, formidable belvédère sur les Ecrins.

ITINÉRAIRE

Jour 1 : Chamonix - Valmeinier - refuge de Terre Rouge

Depuis Valmeinier, au lieu-dit Le Désert d'en Haut (1720 m), nous quittons la civilisation et remontons la vallée de la rivière Neuvache, empruntée en été par le Gr du tour du Mont Thabor. Peu à peu, nous poursuivons notre ascension jusqu'au magnifique site de la Sausse, dominée par la chapelle de Notre Dame des Neiges. Notre chaleureux refuge est blotti dans cet écrin.

Dénivelé positif : 600 m

Jour 2 : Col de Névache

Nous voilà explorateurs de la partie supérieure de la vallée de Neuvache. Nous nous glissons entre les sommets de Roche Château (2898 m), pointe de Névache (2892 m) et Roche du Chardonnet (2950 m). Le Mont Thabor (3178 m) et le Pic du Thabor (3202 m) nous observent avec grandeur. Au col de Névache (2794 m), nous sommes entre Savoie et Haute Alpes. Nous découvrons au sud, les superbes amonts de la vallée de Névache et de sa rivière la Clarée. Le retour s'effectue par les lacs Cornu, Ronds et Cursalés. Une très belle journée.

Dénivelé positif et négatif : 600 m

Jour 3 : Epaule de Roche Noire

Du refuge, nous remontons le vallon des Grands Culets. Depuis l'épaule de Roche Noire (3000 m), le panorama est enivrant. Les 4000 m des Ecrins s'imposent en toile de fond. Face aux Ecrins, la descente dans l'extraordinaire combe de la Vache sera un pur bonheur, mélange de grande raquette ludique et de paysages grandioses. Inoubliable !

Dénivelé positif et négatif : 800 m

Jour 4 : Refuge de Terre Rouge - Valmeinier

Sur la partie supérieure de la vallée de Neuvache, nous jouons avec les reliefs pour nous offrir une descente différente de la montée du premier jour. Retour à Valmeinier.

Dénivelé négatif : 600 m

Ce programme peut être modifié à tout moment par le professionnel encadrant en fonction des conditions (météo, enneigement) et/ou du niveau technique des participants.

FORMULE COLLECTIVE

La formule collective associe plusieurs personnes qui ne se connaissent pas forcément. Elle permet pour un programme donné de profiter d'un tarif attractif à des dates fixes. Cette formule est idéale pour les personnes recherchant la convivialité d'un groupe.

Date 2020 : Du lundi 16 au jeudi 19 mars.

Tarif 2020 : 550€ par personne, sur la base de 4 participants minimum.

Ce prix comprend :

- L'organisation et l'encadrement par un accompagnateur en moyenne montagne,
- la demi-pension (repas du soir, petit-déjeuner et nuitée) en petit dortoir très confortable,
- les pique-niques et les vivres de courses,
- le transfert aller-retour depuis Chamonix - départ de la randonnée,
- le prêt des raquettes, bâtons, DVA (détecteur de victime d'avalanche), pelle et sonde.

Ce prix ne comprend pas :

- L'assurance assistance-rapatriement et annulation,
- les souvenirs et les boissons personnelles (prévoir des euros).

INFOS PRATIQUES

Rendez-vous : 8h00 à la Compagnie des Guides de Chamonix, 190 place de l'Eglise, 74400 Chamonix Mont-Blanc, ou 10h30 à Valmeinier.

Niveau : 3/5 Difficulté modérée. Une bonne condition ainsi qu'une préparation physique sont souhaitées. 600 m à 900 m de dénivellée en moyenne et 5h à 6h de marche. Le terrain peut présenter quelques passages raids nécessitant une bonne aisance technique. Une expérience de la randonnée est souhaitée. Portage des affaires personnelles dans le sac à dos (hors J2 et J3).

Encadrement : par un accompagnateur en moyenne montagne, minimum 4 et maximum 8 participants par accompagnateur.

Les normes d'encadrement sont spécifiques à la Compagnie des Guides de Chamonix et parmi les plus strictes du marché.

Hébergement : 3 nuits en demi-pension au refuge de terre Rouge en petit dortoir mixte.

Avant et après votre séjour : bénéficiez de tarifs préférentiels auprès de nos partenaires hôteliers à Chamonix. Adressez votre demande à Anaïs.

Formalités :

- **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

Retrouvez dans cette rubrique les informations sur l'équipement. Comme les conditions climatiques peuvent être très variables, il est préférable d'empiler des couches fines plutôt que d'avoir un seul gros vêtement

Chaussures de marche

- Chaussures adaptées à la pratique de la raquette (chaudes et imperméables, qui tiennent bien la cheville).
- 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 35 L (mieux vaut trop grand que trop petit).
- Prévoyez assez de place pour le pique-nique.
- Un conseil en cas de neige : 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.

Textiles

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 (mérinos). Ils sont plus chauds, sèchent vite et ne sentent pas !

Poids du sac

Prenez le temps pour faire votre sac, choisissez chaque objet en pensant que vous allez le porter le premier et dernier jour. Avec un peu d'ingéniosité, vous pouvez gagner du poids sur beaucoup de choses. Essayez de tasser un maximum les affaires, un sac peu volumineux est mieux équilibré et la sensation de poids est nettement diminuée.

Pour la journée

- 1 T-shirt technique manches longues,
- 1 fourrure polaire fine,
- 1 pantalon de type Gore-tex, 1 caleçon jambes longues (textile synthétique),

- 1 paire de chaussettes en laine,
- 1 veste Gore-tex,
- 1 paire gants polaires, 1 paire moufles, 1 paire gants soie,
- 1 bonnet, 1 foulard et/ou 1 tour de cou (type Buff),
- 1 gourde (capacité 1l mini, 1,5l c'est mieux !) si possible isotherme,
- 1 couteau, 1 fourchette (type « spork »),
- casquette, lunettes de soleil (Catégorie 3 minimum), crème solaire, baume à lèvres protection solaire,
- *Facultatif : appareil photo, jumelles, etc ...*

Pour l'ensemble de la randonnée

- 1 doudoune (ou fourrure polaire épaisse),
- 1 caleçon jambes longues,
- affaires de rechange (T-shirt, slip, chaussettes),
- Pharmacie personnelle *
- 1 paire de chaussures ultra légères (type tongue)
- Nécessaire de toilette
- Pièce d'identité + argent pour dépenses perso, mouchoirs, papier toilette
- Guêtres si votre pantalon n'a pas de soufflets

* *Elastoplast, pansements « seconde peau », compresses, médicaments pour maux courants : diarrhée, constipation, maux de gorge, maux de tête, douleurs, allergies, ... et votre traitement personnel. L'accompagnateur a une pharmacie de premiers secours.*

Partenaires

Possibilité de louer votre matériel à des tarifs préférentiels auprès de nos magasins partenaires [Sanglard Sports & Ravanel & Co](#).

Un bon d'achat de 10€ par personne valable dans les magasins [Au Vieux Campeur](#) sera remis aux 500 premiers clients 'Cie des Guides' (Bon à récupérer à l'accueil de la Cie). Votre magasin de proximité : Au Vieux Campeur Sallanches.

FORMULE PRIVÉE

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

- 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 **Anais** pour un devis personnalisé au **04 50 53 92 78** ou anais@chamonix-guides.com

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