



## Entre Vanoise et Beaufortain

- R217 -

6 jours... 5 de ski

27 déc 10 au 1 janv 11	745 €	28 fév au 5 mars 11	695 €
10 au 15 janv 11	695 €	7 au 12 mars 11	695 €
24 au 29 janv 11	695 €	21 au 26 mars 11	695 €
7 au 12 fév 11	695 €	4 au 9 avril 11	695 €
14 au 19 fév 11	695 €	11 au 16 avril 11	695 €
21 au 26 fév 11	695 €		

Ce programme, spécialement conçu par nos guides, ouvre les portes d'une région fantastique pour la pratique du ski de randonnée. La logistique, d'une grande souplesse, permet de choisir, selon la saison, les pentes et les secteurs les plus appropriés à une pratique progressive de l'activité, dans des décors somptueux, chaque jour renouvelés.

### Déroulement et itinéraire

#### Jour 1 - Bourg St Maurice - Villard Dessus

Rendez-vous à 17h30 devant la gare SNCF de Bourg Saint Maurice. Transfert en minibus pour Séez, à l'Auberge du Val Joli et installation pour la durée du séjour. Présentation par le guide du programme, des matériels et des techniques hivernales d'orientation et de sécurité.

#### Jour 2 - Hors piste sur le domaine des Arcs

Départ de la station de Villaroger (1200 m) pour rejoindre les Arcs 2000 et l'Aiguille Rouge (3227 m) afin de découvrir de véritables "hors piste", hors des sentiers battus et dans des vallons sauvages. Plusieurs itinéraires sont possibles, les panoramas sont magnifiques ! Dîner et nuit en auberge.

#### Jour 3 - Sainte Foy en Tarentaise - vallon du Clou - col du Rocher Blanc

Pour débiter le ski de randonnée, une belle course d'initiation dans un cadre superbe. Du sommet du domaine de ski, nous basculons dans le vallon du Clou. Nous remontons cette splendide vallée jusqu'au col du Rocher Blanc (2833 m), ce qui nous permet d'avoir un pied en France et l'autre en Italie. La vue sur le Grand Paradis est magique ! Descente sur le village typique et classé du Monal (1874 m), face au Mont Pourri, 2<sup>ème</sup> sommet de la Vanoise. Retour à la station de Sainte Foy. Dîner et nuit en auberge.

M : 640 m - D : 1675 m.

#### **Jour 4 - Beaufortain : Thuile de Vulmix - Dôme de Vaugelaz**

Pour cette deuxième sortie en rando, direction le Beaufortain depuis notre camp de base. Nous nous rendons au petit village de la Thuile de Vulmix (1270 m). Puis, nous partons pour l'ascension de Dôme de Vaugelaz. La montée agréable par des pentes dégagées est propice à la découverte de la randonnée à ski. Au sommet, un panorama sur la célèbre Pierra Menta ainsi que sur la massif de la Vanoise s'ouvre à nous ! Descente par le même itinéraire. Dîner et nuit en auberge.  
M et D : 1000 m.

#### **Jour 5 - Raid 2 jours : montée au refuge du Ruitor - lacs du Petit**

Ce matin, nous préparons nos sacs pour notre raid de 2 jours. Après avoir récupéré les clefs au hameau de la Masure, nous montons en direction du refuge du Ruitor (2032 m) où nous passerons la nuit. Pour les plus courageux, depuis le refuge et avec des sacs allégés, nous repartons pour une belle randonnée en direction des lacs du Petit (2400 m). Soirée en refuge de montagne, où faire la cuisine prend des "airs de vacances au goût de Génépi".  
M : 800 m.

#### **Jour 6 - Raid 2 jours : refuge du Ruitor – col de la Sassières**

Départ matinal avec sacs allégés pour une belle randonnée jusqu'au col de la Sassière (2841 m) à la frontière franco-italienne. La vue sur l'impressionnant versant italien du Mont Blanc et le Grand Paradis est magnifique ! Retour au refuge pour récupérer nos affaires et descendre à la Masure, point de départ de notre excursion de 2 jours. Nous retournons à l'auberge afin de récupérer l'ensemble de nos affaires personnelles. Séparation à la gare ferroviaire de Bourg Saint Maurice en fin d'après midi (17h00).  
M : 850 m. D : entre 1450 et 1650 m.

*Afin d'assurer la sécurité du groupe, ce programme peut être modifié par le guide en fonction du niveau des participants et des conditions nivo-météorologiques. M : montée / D : descente.*

## **le + visages**

- Programme pédagogique du ski hors piste aux techniques du ski de randonnée

*Le programme pédagogique est mis en place par le guide en fonction de vos attentes sur la base du programme prévu ci-dessus. Pendant l'itinéraire, le guide peut intervenir sur les techniques de base concernant la sécurité, le sauvetage et la progression à skis en montée ou en descente. Les techniques de recherche avec l'Arva, appareil obligatoire pour la randonnée hivernale, sont également enseignées.*

### **Randonnée** en forme

Etapes de 5h00 par jour pour randonneur expérimenté et bon skieur en toute neige à l'aise avec un sac à dos de 6 à 10 kg. 600 à 800 m de dénivellée positive. Maîtrise de la conversion.

### **Hébergement**

- Du J1 au J5 au matin : l'Auberge du Val Joli, ancien bâtiment des douanes sur la route du col du Petit Saint Bernard, est un hébergement de montagne convivial. Logement en petits dortoirs de 6 personnes. Draps, couette et serviette de bain sont fournis.
- J5 et J6 : le refuge du Ruitor est un refuge non gardé, entièrement équipé pour une gestion autonome. Logement en dortoir. Drap-sac et linge de toilette nécessaires.

## Nourriture

- Les petits déjeuners et les repas du soir sont servis chauds à l'auberge les J1, J2, J3 et J4. Pour la nuit au refuge du Ruitor, le petit déjeuner et le repas du soir seront préparés par le guide, aidé du groupe.
- Les pique-niques sont préparés par le guide ou commandés la veille pour le lendemain auprès de l'auberge.
- Un sac de vivres de course est remis à chaque participant au début du séjour (fruits secs, biscuits, barres énergétiques).

## Transferts des bagages - portage

- J1 à J4 : vous portez uniquement vos affaires de la journée. Vous retrouvez votre sac à l'hébergement le soir.
- J5 et J6 : pour ce raid de 2 jours, vous portez vos affaires personnelles pour une nuit. A noter : l'itinéraire permet de déposer des affaires personnelles au refuge, vous pourrez donc randonner avec un sac allégé.
- Les transferts prévus au programme sont assurés par navette privée. Le véhicule sera conduit par votre accompagnatrice ou/et le gestionnaire de votre hébergement.

Vous arrivez la veille ou souhaitez prolonger votre séjour :

Nous pouvons réserver pour vous une ou plusieurs nuit(s) selon les disponibilités (paiement au moment de l'inscription). Tarifs spéciaux sur demande pour le vendredi soir.

Prix par personne et par nuit, en demi-pension :

Chambre refuge (6 places) : 45 € par personne du dimanche au jeudi et 60 € vendredi et samedi soir.

Chambre double : 60 € par personne du dimanche au jeudi, 95 € vendredi et samedi soir.

Chambre individuelle : 75 € par personne du dimanche au jeudi, 110 € vendredi et samedi soir.

## Encadrement

Un guide haute montagne pour 4 à 8 participants.

## Votre sécurité

*Elle est assurée par ...*

**Un matériel collectif ou individuel en parfait état**, adapté au programme.

**Un guide de haute montagne expérimenté**, professionnel, diplômé d'État.

Il s'engage à :

- Gérer au mieux le déroulement de votre randonnée : choix de l'itinéraire, rythme de progression, logistique, santé, adaptation aux aléas météorologiques et à la nivologie.
- Vous faciliter l'approche du milieu montagne
- Vous faire partager sa passion pour la nature
- Animer votre groupe et en assurer la cohésion
- Être disponible et à votre écoute.

## Accès

### **Train**

TGV depuis Paris-gare de Lyon jusqu'à Chambéry, puis TER jusqu'à Bourg Saint Maurice.

*Horaires à consulter auprès de la SNCF ☎ 3635 (0,34 €/mn) ou sur [voyages-sncf.com](http://voyages-sncf.com).*

### **Voiture**

Depuis Paris et le nord de la France, vous pouvez rejoindre Lyon, suivre la direction Chambéry, puis Albertville / Tarentaise. Depuis Moûtiers suivre la direction Bourg Saint Maurice.

Si vous souhaitez rejoindre directement l'hébergement (prévenir nos services au préalable) : de Bourg Saint Maurice suivre Séez. Depuis Séez prendre la direction de La Rosière – col du Petit Saint Bernard, 2km plus haut, l'Auberge du Val Joli se trouve dans le hameau de Villard Dessus.  
*Plus d'information sur [viamichelin.fr](http://viamichelin.fr).*

## Rendez-vous

Accueil à 17h30 à la gare SNCF de Bourg Saint Maurice. Séparation au même endroit vers 17h00.

## Cartographie

TOP 25 n°3532ET Les Arcs La Plagne, Parc National de la Vanoise.

## Le prix

### ***Il comprend***

- l'hébergement pendant la durée du circuit
- les petits déjeuners du J2 au J6
- les pique-niques du midi du J2 au J6
- les repas du soir du J1 au J5
- les vivres de courses remis dans un sac individuel
- les transferts prévus au programme
- les remontées mécaniques prévues au programme
- l'encadrement par un guide de haute montagne diplômé d'Etat
- le matériel collectif spécifique au circuit
- le prêt d'un kit de sécurité (Arva/pelle/sonde) pour ceux qui le souhaitent.

### ***Il ne comprend pas***

- d'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique précédente
- votre acheminement aller et retour jusqu'au lieu de rendez-vous et de séparation
- les boissons et dépenses personnelles
- les frais d'inscription à moins de 45 jours : 15 € par dossier (offerts sur Internet)
- l'assurance assistance/rapatriement (1 %)
- l'assurance annulation, vol et perte de bagages (2,5 %).

## Modalités de paiement

Si vous vous inscrivez + de 3 mois avant le départ, deux avantages :

- vous versez un acompte réduit de 10%.

**- vous bénéficiez de 5 % de réduction**

Les réductions ne sont pas cumulables et ne s'appliquent pas aux groupes constitués bénéficiant déjà d'un prix spécifique.

Sinon acompte de 30% lors de l'inscription : solde 30 jours avant le départ.

Pour toute inscription à moins d'un mois du départ, il est nécessaire de régler la totalité du circuit.

## Conditions de vente

Les conditions générales et particulières de vente sont celles définies dans notre brochure générale.

## Assurance

Nous vous engageons vivement à souscrire une assurance "Annulation-Assistance-Rapatriement" même si le paiement avec certaines cartes bancaires peut vous couvrir partiellement. C'est pourquoi Visages a négocié auprès d'EUROP ASSISTANCE une formule d'assurance totalement adaptée aux types de nos circuits. L'Assistance/Rapatriement vous est proposée au prix de 1 % du prix du circuit choisi et l'annulation au prix de 2,5 %. Elles peuvent être souscrites indépendamment l'une de l'autre, doivent être prises à l'inscription et ne peuvent prendre effet

qu'après le paiement de l'intégralité du prix du circuit. Un exemplaire du contrat, détaillant les garanties souscrites et la procédure à suivre, vous sera adressé en même temps que la confirmation de votre inscription ou sur simple demande.

## Visages

Licence n°005950003

Garantie financière : Crédit Lyonnais - 05200 Embrun

Responsabilité civile professionnelle :

RCP : AXA France - 26 rue DROUOT - 75009 PARIS

## Inscription

Sur [visages-trekking.com](http://visages-trekking.com) ou à l'aide du bulletin d'inscription figurant à la fin du catalogue VISAGES, ou joint, à la fiche technique ou à télécharger sur le site, accompagné d'un acompte de 30 %. Un exemplaire du bulletin d'inscription vous sera ensuite retourné, validé par nous.

***Pour plus de confort et de sécurité, partez bien équipés.***

***Nos partenaires***



*nous ont aidés à sélectionner des vêtements imperméables, légers et respirants, adaptés à nos circuits.*

### La tête



- Bonnet ou casquette chaude

Exemple : "Trail Cap", idéale grâce à sa matière "Triple Point" qui protège du soleil, de la neige et du vent.

• Lunettes de soleil protection 3 ou 4 (de préférence) "emboîtant" bien le visage ou ayant des protections latérales et un masque de ski par temps de neige ou de brouillard.

### Le buste



- *Première couche*

Tee-shirt manche longue pour maintenir la chaleur du corps tout en permettant l'évacuation de la transpiration.

Exemple : "Dryzone seamless LS" entre le sous vêtement et le tee-shirt, chaud, il évacue la transpiration. Son élasticité en fait une première couche très douce et agréable à porter.

- *Seconde couche*

En micro-polaire, elle permet de conserver la chaleur tout en évacuant la transpiration.

Exemple : "Ionic Top".



- *Troisième couche*

Veste polaire, pour un apport de chaleur et de confort immédiat.

Exemple : "Manalishi hoody".

### • *Veste Imper-respirante*

Utilisable en toute saison, très technique, anti-bactérienne, sa membrane "Triplepoint Dynamic" offre imperméabilité et respirabilité. Sa matière "stretch" dans les deux sens, permet une aisance optimale.

Exemple : "Seam Peak Jacket".



### **Les mains**

• *Gants* qui apportent chaleur et étanchéité. La matière "stretch" procure de l'aisance aux mouvements.

Exemple : Les gants "Alpine glove" en **Goretex**.

### **Les jambes**



• *Pantalon* coupe-vent et imperméable avec genoux préformés et guêtres intégrées pour le confort. Exemple : "Flash" en matière Triplepoint Dynamic.

• *Collant*, près du corps, permettant de conserver la chaleur tout en évacuant la transpiration.

Exemple : "Seamless tight".

### **Les pieds**

• Chaussettes (2 paires) adaptées à l'activité, présentant de bonnes qualités de thermicité et ayant des renforts adaptés (éviter le coton).

Exemple : chaussettes LTH de Thorlo.

• Guêtres.

## **Equipement de base**

L'ensemble de vos affaires doit être réparti dans deux sacs :

### ***Le sac à dos***

• Pour vos affaires de la journée : sac de 30 à 40 l.

• Pour les raids avec portage : sac de 50 l minimum (75 l maxi).

• Prévoir de la place pour le(s) pique-nique(s), une pelle et/ou une sonde (fournies par Visages).

• Pour les séjours à ski de randonnée, il est impératif de pouvoir fixer vos skis sur le sac.

• Privilégiez un sac léger, avec armature dorsale, bretelles et ceinture larges et confortables.

**Le bagage transporté entre les hébergements** (un seul bagage par personne et **15 kg par bagage maximum**) contient les affaires non utilisées pendant la journée.

Préférez un sac de voyage ou sac à dos et évitez les valises rigides.

### ***Indispensables***

• Thermos (fortement conseillé) ou gourde isotherme, de contenance de 1 litre minimum. Pas de gourde en métal ou en plastique car les liquides gèlent

• Bol avec couvercle étanche (Tupperware) sauf pour les séjours avec guide de haute montagne (ski ou raquettes glaciaires)

• Gobelet ou timbale en plastique ou métal

• Cuillère et couteau de poche

• Drap-sac (couvertures fournies), serviette de toilette pour les séjours en gîte ou refuge. Pour les séjours en hôtel, draps et serviettes sont fournis

### ***Quelle que soit l'activité choisie, il est conseillé d'emporter :***

• Lampe frontale

Exemple : l'ultra légère Tikka de Petzl

• Couverture de survie (modèle renforcé)

• Pharmacie personnelle

- Quelques sacs plastiques pour protéger vos affaires en cas de neige ou un sur-sac étanche
- Papier toilette
- Jumelles et appareil photo (facultatifs)

### ***Dans une pochette étanche :***

- Carte d'identité ou passeport.
- Quelques euros.
- Votre contrat d'assistance et une attestation d'assurance valable en montagne (assurance Visages ou autre).

### **Equipement spécifique**

- Skis de randonnée légers, équipés de fixations adaptées, avec lanières ou freins de sécurité, et avec une semelle entretenue (nourrie et fartée régulièrement).
- Fart type O-X-O.
- Peluches (peaux de phoques) **adaptées à la forme du ski** et pas trop usées **avec un encollage propre**.
- Couteaux adaptés aux fixations pour la neige très dure et la glace.
- Bâtons de ski (télescopiques ou non) avec des rondelles larges.
- Chaussures de ski de randonnée avec chaussons intérieurs amovibles et **semelles type Vibram**. En cas de location, testez-les et protégez efficacement les zones de frottement dès le jour du départ.
- Matériel individuel de sécurité : Un arva (appareil de recherche de victimes d'avalanche), une pelle et une sonde.

***À noter : le matériel de sécurité (arva/pelle/sonde) peut être prêté sans frais par Visages, sur demande. Bien le stipuler lors de votre inscription.***

### **Location de matériel technique**

Si vous souhaitez louer votre matériel technique, vous pouvez demander à votre conseiller en voyage de le réserver pour vous. Pensez à préciser votre taille et pointure. La location est à retirer et à régler directement au magasin, avant votre rendez-vous avec le guide. Les coordonnées du loueur seront précisées dans votre convocation de départ.

*Attention : les tarifs varient selon les lieux de départ ! Compter pour un kit complet (ski, peaux, couteaux, bâtons et chaussures) entre 80 € et 115 € pour 3-4 jours et entre 120 et 240 € pour 5-6 jours.*

### **Bon plan**

A Paris, notre partenaire La Haute Route - 33, bd Henri-IV, 75004 Paris - t 01 42 72 38 43 / contact@lahauteroute.fr / lahauteroute.fr

### **Vos avantages**

- un magasin près de chez vous pour essayer le matériel avant le départ.
- la mise à disposition du matériel (housses de transport si vous partez de Paris).
- les conseils d'un professionnel.
- 10 % de remise sur la location et sur l'achat de tout matériel neuf (sur présentation du justificatif de votre séjour).

### **À titre indicatif :**

	W.-E.	3 à 5 jours	6 à 9 jours
Skis + peaux + couteaux + bâtons	55 €	80 €	110 €
Chaussures	20 €	30 €	50 €

*\* Une caution vous sera demandée sur place pour la location du matériel (chèque).*