



Initiation dans le Beaufortain

- R284 -

4 jours... 4 de ski

22 au 25 déc 12	545 €	16 au 19 fév 12	545 €
29 déc au 1 ^{er} janv 12	575 €	23 au 26 fév 12	545 €
5 au 8 jan 12	495 €	1 ^{er} au 4 mars 12	545 €
12 au 15 janv 12	495 €	8 au 11 mars 12	545 €
19 au 22 janv 12	495 €	22 au 25 mars 12	545 €
26 au 29 janv 12	545 €	29 mars au 1 ^{er} avril 12	545 €
2 au 5 fév 12	545 €	6 au 9 avril 12	495 €
9 au 12 fév 12	545 €		

Un séjour destiné à l'apprentissage du ski de randonnée et à la découverte d'un massif unique et réputé pour son enneigement. Au départ d'Arêches-Beaufort, nous glissons en douceur sur les pistes de la station et sur les versants des plus beaux sommets. L'aspect découverte et apprentissage sera privilégié pour passer un court séjour ludique et profiter de la culture locale très riche. Après les randonnées, au hasard des petites rues et des chalets, vous découvrirez un massif resté très traditionnel.

Déroulement et itinéraire

Jour 1 - Arêches-Beaufort

Accueil à l'hôtel Christiana dans le village d'Arêches à 11h00. Installation à l'hôtel. Cette journée permet une (re)-découverte de l'activité et un échauffement en douceur. Départ au pied des pistes. Nous utilisons les remontées mécaniques de la station pour nous rendre sur les crêtes et les petits sommets et sillonner les pistes ou les combes vierges. Courtes montées et descentes et apprentissage de l'utilisation de l'ARVA. Retour au village en fin de journée et découverte des chalets typiques et des hameaux environnants. Présentation par le guide du programme, du matériel et des techniques hivernales d'orientation et de sécurité. Nuit à l'hôtel.

Jour 2 - Lac du Clou - Roche Plane

Première journée de randonnée. En fonction de l'enneigement de la route, nous montons au plus haut pour rejoindre les alpages du lac du Clou, minuscule trouée dans la forêt d'épicéas. Du plateau, il est possible de rejoindre facilement le sommet de Roche Plane. Après la pause déjeuner, nous nous équipons pour descendre dans de belles combes enneigées à travers la forêt de résineux. Nuit à l'hôtel.

Temps de marche : 4h00 / M : 600 m - D : 1000 m.

Jour 3 - Lacs et chalets du Soufflet - col des Lacs.

Départ avec les remontées mécaniques pour sortir des pistes de ski du Planey en direction du col de la Bathie (1889 m). Montée régulière vers les chalets et les lacs du Soufflet sous la pointe de la Grande Journée, itinéraire classique du tour du Beaufortain l'été. L'arrivée au Ccol des Lacs (2220 m) ouvre une belle vue sur un grand cirque surplombé par la Roche pourrie, le Mont Mirantin et la Pointe de la Grande Journée. Derrière nous, vue sur la course du lendemain : le Grand Mont. Redescente à la station par le même itinéraire.

Temps de marche : 3h00 / M : 350 m - D : 1050 m.

Jour 4 - Le Grand Mont

Nous profitons de nouveau des remontées mécaniques pour une montée au col de la Forclaz, à presque 2300 m, où nous nous équipons pour une courte montée. Quelques pentes faciles sont rapidement avalées pour atteindre le sommet du Grand Mont. Un panorama grandiose sur les grandes Alpes et les Alpes du soleil nous attend. Après le pique-nique, descente mémorable jusqu'au pied de la station. Retour à l'hébergement et séparation vers 15h00.

Temps de marche : 3h / M : 400 m - D : 1600 m.

Ces programmes peuvent être modifiés par le guide pour assurer la sécurité du groupe en fonction du niveau des participants et des conditions météorologiques.

M : montée - D : descente.



- La formation aux techniques du ski de randonnée.
- Des accès faciles pour des randonnées sauvages.
- Un hébergement confortable et chaleureux.

L'esprit Visages

Les raisons sont diverses pour marcher : retrouver un rythme naturel, faire l'expérience de ses limites, s'évader, rencontrer l'autre... Ecole d'humilité et de sagesse, depuis 30 ans la marche à pied est notre passion, notre philosophie.

Du Queyras au Vietnam, nous vous faisons randonner là où notre parfaite connaissance du terrain nous permet de vous proposer des itinéraires de qualité et des hébergements accueillants, le plus souvent familiaux.

Des Alpes du Sud aux terres du Sud, nos expériences ont forgé une équipe de correspondants locaux, de guides et d'accompagnateurs, fiers de leurs terroirs et désireux de les partager en toute simplicité. Ils sont, pour la plupart, amis et partagent la même passion : le rapprochement des peuples et l'évasion vers une nature encore intacte.

L'Esprit Visages est né, à vous de le faire vivre !

Ski de rando



Etapes de 4 à 5 heures par jour en moyenne pour le randonneur à skis occasionnel, bon marcheur, à l'aise sur piste rouge et sachant évoluer avec un sac à dos de 6 à 8 kilos. Descentes homogènes et faciles en toute neige. Initiation et assistance du guide pour les passages techniques.

Hébergement

Chambres partagées, 2 à 4 personnes, en hôtel** à Arêches-Beaufort. Supplément single (à réserver et régler au moment de l'inscription) : 45 € pour la durée du séjour

Vous arrivez la veille ou souhaitez prolonger votre séjour ; nous pouvons réserver pour vous une ou plusieurs nuit(s) la veille ou le dernier jour (paiement au moment de l'inscription).

Prix par personne et par nuit (selon l'option choisie) :

- Base chambre 2 à 4 personnes avec petit-déjeuner : 55 euros par personne.
- Base chambre 2 à 4 personnes en demi-pension : 65 euros par personne.
- Supplément chambre individuelle : + 20 euros sur les prix indiqués ci-dessus.

Nourriture

- Les petits déjeuners et les repas du soir sont servis chauds à l'hôtel.
- Les pique-niques sont préparés par le guide ou commandés la veille pour le lendemain à l'hôtel.
- Un sac de vivres de course est remis à chaque participant au début du séjour (fruits secs, biscuits, barres énergétiques).

Transferts des bagages et portage

- Vous portez vos affaires de la journée et du matériel collectif de sécurité.
- Les transferts prévus au programme sont assurés avec le véhicule du guide et éventuellement celui d'un membre du groupe (un dédommagement est prévu à cet effet : 0,40 € du kilomètre).

Encadrement et sécurité

L'encadrement

Vous serez encadrés par un guide de haute montagne expérimenté, professionnel, diplômé d'État de 4 à 8 participants (selon circuit).

Il s'engage à :

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

La sécurité

Nous vous fournissons un matériel collectif ou individuel aux normes en vigueur, en parfait état, adapté au circuit.

Covoiturons !

Pour vous rendre au départ de votre voyage ou randonnée, nous vous proposons un service de covoiturage : 123envoiture.com met en contact, gratuitement et facilement, conducteurs et passagers qui souhaitent faire des économies et préserver l'environnement.

Accès

Train

Train jusqu'à Albertville (73).

Horaires à vérifier auprès de la SNCF 3635 (0,34 €/mn) ou sur voyages-sncf.com.

Puis accès depuis la gare jusqu'à l'hébergement en navette publique. Départ de la gare d'Albertville à 8h45, arrivée à Arêches 9h20.

Horaires à vérifier chez Autocar BLANC - ☎ +33 (0)4 79 38 10 50 - autocarsblanc.fr.

Voiture

Autoroute A43 ou route N90 jusqu'à Albertville.

Plus d'information sur viamichelin.fr.

Rendez-vous

Accueil le J1 à l'hôtel Christiana dans le village d'Arêches à 11h00.

Séparation le J4 au même endroit vers 15h00.

Le prix

Il comprend

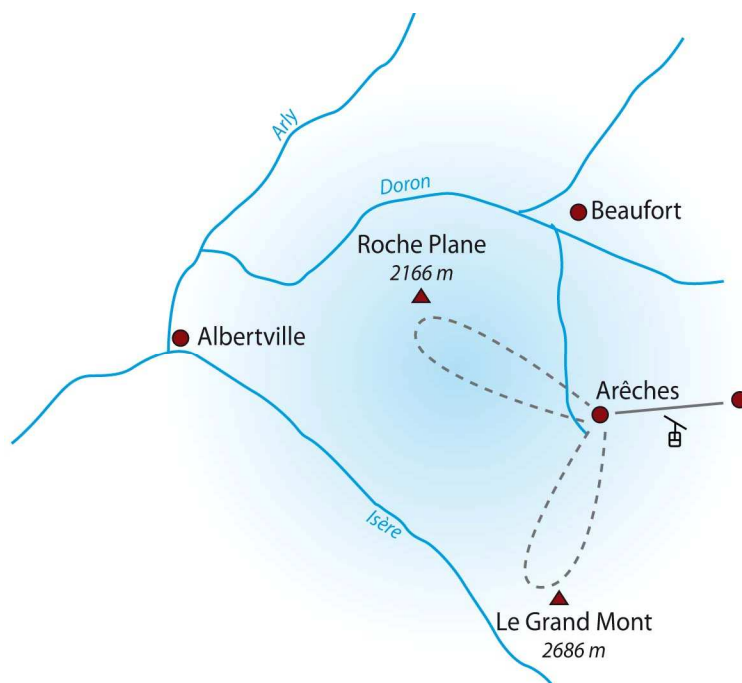
- l'hébergement
- les petits déjeuners du J2 au J4
- les pique-niques de midi du J1 au J4
- les repas du soir du J1 au J3
- les vivres de course
- les transferts prévus au programme
- les remontées mécaniques
- l'encadrement par un guide de haute montagne diplômé d'Etat
- le prêt du matériel collectif spécifique au circuit
- le prêt d'un kit de sécurité (DVA/pelle/sonde) pour ceux qui le souhaitent (sur demande)

Il ne comprend pas

- d'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique précédente
- l'acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation
- les boissons et dépenses personnelles
- les frais d'inscription à moins de 45 jours : 20 € par dossier (offerts sur Internet)
- l'assurance assistance/rapatriement (1 %)
- l'assurance annulation, vol et perte de bagages, interruption de séjour (2,5 %).

Cartographie

IGN Top 25 n°3532 OT Massif du Beaufortain



Inscription

Sur visages-trekking.com ou à l'aide du bulletin d'inscription figurant à la fin du catalogue VISAGES, ou joint, à la fiche descriptive 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.

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 3 % de réduction.**

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.

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

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

IM005110001

Garantie financière : Crédit Lyonnais - 05200 Embrun

Responsabilité civile professionnelle :

RCP : AXA France - 26 rue DROUOT - 75009 PARIS

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

Habillement

La tête

- Bonnet ou casquette chaude.
- 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.

- *Seconde couche*

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

- *Troisième couche*

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

- *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.

Les mains

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

Les jambes

- *Pantalon* coupe-vent et imperméable avec genoux préformés et guêtres intégrées pour le confort.
- *Collant*, près du corps, permettant de conserver la chaleur tout en évacuant la transpiration.

Les pieds

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

Equipement

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

Le sac à dos

Pour vos affaires de la journée. De contenance 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.
- Gobelet ou timbale en plastique ou métal.
- 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 avec vos médicaments habituels.

- Quelques sacs plastiques pour protéger vos affaires en cas de mauvais temps ou un sur-sac étanche.

- Papier toilette.

- Jumelles et appareil photo (facultatifs).

Une pharmacie personnelle

- Vos médicaments personnels habituels.
- Vitamine C.
- Médicament contre la douleur.
- Anti-diarrhéique.
- Traitement antibiotique à large spectre (sur prescription médicale).
- Collyre et crème antibiotique pour les yeux.
- Bande adhésive élastique type Elastoplast.
- Petits pansements adhésifs.
- Compresses désinfectantes.
- Double peau (ampoules).
- Traitement pour rhume et maux de gorge.
- Un tube de biafine.
- Un anti-inflammatoire (pommade ou gélule).

Dans une pochette étanche :

- Papiers d'identité + argent et CB.
- Votre contrat d'assistance et une attestation d'assurance valable en montagne (assurance Visages ou autre).

Equipement spécifique

Fourni par Visages

- 1 Détecteur de Victimes d'Avalanche (DVA) sur demande.
- 1 pelle et 1 sonde sur demande.

Nota : Visages fournit gracieusement ce matériel. Si vous avez votre matériel personnel, merci de nous le signaler à votre inscription, en précisant bien ce que vous avez déjà. Cela permettra de mieux évaluer les besoins en matériel du groupe, pour que le guide n'amène pas de matériel inutile.

Non fourni par visages

Skis de randonnée légers, équipés de fixations adaptées, 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 (éviter les bâtons télescopiques, fragiles) 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.

Location de matériel

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. ☎ 01 42 72 38 43 /
E-mail : contact@lahauteroute.fr / Site : lahauteroute.fr (voir rubrique location).

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).

Nos partenaires équipement



Votre retour en quelques mots ... Votre opinion est essentielle !

L'équipe de Visages met tout en œuvre pour que votre trekking soit une réussite, c'est pourquoi vos commentaires nous sont très précieux : ils nous permettent d'améliorer la prestation de nos partenaires et le déroulement de nos circuits.

Désormais la fiche d'appréciation est disponible en ligne, dans votre espace client, rubrique :

"Votre retour en quelques mots". Ne manquez pas de la remplir !

Vous avez envie de partager vos photos avec d'autres randonneurs ?

N'hésitez pas à nous envoyer un cd de vos plus beaux clichés !

Nous vous ferons un avoir de 30 € sur votre prochain voyage par photo publiée dans nos brochures.



L'association Sentiers Croisés rassemble des professionnels du trekking et de la randonnée. Unis par les valeurs du tourisme responsable, par une passion commune de leur métier et de la nature, ils ont choisi de créer et produire ensemble certains circuits. L'objectif des associés est d'améliorer encore, au travers de cette collaboration, la satisfaction de leurs clients. Visages adhère à cette association.