



## Entre Val Montjoie et Beaufortain



<b>Date</b> : Week-end du 4 et 5 mars 2023	<b>Départ</b> : Notre Dame de la Gorge 1198 m
<b>Massif</b> : Secteur de la réserve naturelle des Contamines-Montjoie	<b>Distance</b> Jour 1 : 6 km
	<b>Distance</b> Jour 2 : 11 km
<b>Dénivelé</b> Jour 1 : D+ 900 m	Jour 1 : Niveau 2
<b>Dénivelé</b> Jour 2 : D+ 400 m et D- 1100 m	Jour 2 : niveau 2
<b>Durée</b> Jour 1 : 5 h	<b>Alt maxi</b> : 2179 m
<b>Durée</b> Jour 2 : 5 h	

**Accompagnateur** : Laurent Dollet : 06 81 94 19 36 - mail [dolletleroclaur74@orange.fr](mailto:dolletleroclaur74@orange.fr)

### Descriptif :

#### Jour 1 :

Une jolie chapelle baroque nous accueille au départ de la randonnée. Elle assure notre protection comme, par le passé, pour les voyageurs qui rejoignaient l'Italie. La voie romaine est un peu soutenue en empruntant l'itinéraire du tour du Mont Blanc et du GR5 qui traverse les Alpes. Puis il s'agit de longer le Bon Nant et ses gorges, taillées par les eaux tumultueuses et figées dans la glace. On s'écarte ensuite du chemin principal pour traverser les bois de la Rollaz ce qui permet de découvrir un des plus beaux endroits accessibles en raquettes. Puis nous faisons un petit crochet par le Plan de la Fenêtre avant de plonger vers le refuge des Prés, ancienne Bergerie, joliment réhabilitée en 2021. Un must des refuges !

Pour une petite visite du refuge des Prés suivez le lien : [www.lerefugedespres.com](http://www.lerefugedespres.com)

### **Jour 2 :**

Départ du refuge pour rejoindre le plan Jovet puis les lacs du même nom, engloutis sous la neige. Les grands espaces qui s'offrent à nous contrastent avec la puissance des sommets environnant. Au retour nous emprunterons de belles pentes jusqu'au refuge de la Balme. Un peu plus bas, nous regagnerons la piste principale qui ramène à Notre Dame de la Gorge.

### **Lieu de RDV :**

Lieu de RDV à préciser à l'inscription

- **RDV 1** : 8h - parking hôtel Hermitage à Thônes  
ou
- **RDV 2** : 8h - parking de l'Arcadium à Annecy
- **RDV3** : 8h St Pierre en Faucigny, place des Arcades, face à la gare SNCF (magasin B1)

### **Equipement :**

- Raquettes, guêtres, (DVA, pelle, sonde si vous disposez de cet équipement)
- Chaussures de randonnée montantes et étanches
- Bâtons de marche avec rondelles hiver
- Bonnet, gants
- Sac à dos 30 l environ
- Réserve d'eau 1.5 litre minimum
- Réserve personnelle de nourriture (fruits secs, barres de céréales etc.)
- Veste + Polaire + doudoune
- Nécessaire de toilette + drap sac en coton ou en soie
- Prévoir votre pique-nique du samedi
- Prévoir environ 10 à 15 euros pour les boissons

**Recommandations médicales** : Chacun de vous devra prévoir ses effets personnels en cas de traitement médical en cours (ventoline, allergies etc.)

**Conditions de sortie** : Itinéraire à titre indicatif susceptible de modification selon les conditions météo, l'état des sentiers ou l'état physique d'un membre du groupe.

### **Conditions tarifaires du we :**

↳ **197 €** (dont 82 € à régler sur place au refuge)

Le prix comprend la demi- pension au refuge, chambre 4 personnes, le pique-nique du dimanche, le transport, les frais et la prestation de l'accompagnateur.