




VANOISE

Immersion népalaise

Séjour de 3 Jours / 2 Nuits



| | |
|---|---|
| Date : du vendredi 21 juillet au dimanche 23 juillet | Départ : Courchevel le Pralin 1750m |
| Massif : Vanoise | Distance Jour 1 : 7.5 km Les Avals – Refuge Grand Plan – lacs Merlet |
| | Distance Jour 2 : 9 km Tour du Rateau |
| | Distance Jour 3 : 12.5 km brèche Portetta-retour Courchevel |
| Dénivelé Jour 1 : D+ 607 m |  Niveau 2 (moyen) |
| Dénivelé Jour 2 : D+ 830 m |  Niveau 3 (difficile) |
| Dénivelé Jour 3 : D+ 830 m D- 1385 m |  Niveau 3 (difficile) |
| Durée Jour 1 : 5 h | Alt maxi : 2300 m |
| Durée Jour 2 : 6 h | Alt maxi : 2688 m |
| Durée Jour 3 : 6h30 | Alt maxi : 2800 m |

Accompagnateur :

Fabien VIGNÉ : **06 77 64 23 55** - fabienvigne23@gmail.com

AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne - 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY

04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur de la Consommation & Patrimoine - 12 Square Desnouettes - 75015 Paris - <https://mcpmediation.org/>

Descriptif :

Jour 1 :

Rendez-vous à Annecy au parking en étage du Parc des Sports (boulevard du Fier, en face de l'Arcadium) à 7h15.

Un démarrage en douceur pour ce week-end en immersion ! Nous emprunterons la vallée sauvage des Avals pour gagner ce petit refuge niché entre l'aiguille du Fruit, du Rateau et la brèche de Portetta. En fonction de la forme de chacun, de manière optionnelle, nous pourrons nous hisser jusqu'aux splendides lacs Merlet. De véritables lacs d'altitude aux mille facettes d'une beauté rare. Nous passerons notre première nuit au refuge du Grand Plan avec au programme, une soirée népalaise inattendue... déconnexion assurée !!!

Repas compris : dîner au refuge de Grand Plan

Nuit au refuge du Grand Plan

Jour 2 :

Au départ du Refuge du Grand Plan, nous irons faire le tour de l'aiguille du Rateau, en passant par le lac du même nom. Pour cette journée, une vraie ambiance montagne avec un passage quasi lunaire au col du Rateau, à 2700m d'altitude. Retour en fin d'après-midi, toujours dans notre même refuge, pas trop tard, afin de profiter d'un moment convivial !!

Repas compris : petit-déjeuner au refuge de Grand Plan, pique-nique préparé par le refuge de Grand Plan, dîner au refuge de Grand Plan

Nuit au refuge du Grand Plan

Jour 3 :

Notre dernière journée nous emmènera sur l'autre versant, peu connu, avec une vue en balcon sur les glaciers de la Vanoise. Nous passerons au pied du petit Mont Blanc aux mille couleurs, via le Col des Saulces. Nous atteindrons la brèche de Portetta, le point culminant de notre séjour, par un endroit presque secret et sauvage. Nous apercevrons des bouquetins, des chamois, peut être un tichodrome dans la falaise de la brèche et un edelweiss sur le chemin... Une bonne descente nous ramènera à la voiture et clôturera cette immersion totale !!!

Fin du séjour à Annecy en fin de journée au parking en étage du Parc des Sports (boulevard du Fier, en face de l'Arcadium)

Repas compris : petit-déjeuner au refuge de Grand Plan, pique-nique préparé par le refuge de Grand Plan

Ce programme peut être modifié à tout moment par le professionnel encadrant notamment en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques et techniques des participants, de la disponibilité des hébergements ou tout autre événement inattendu. En dernier ressort, il reste seul juge du programme.

Lieu de RDV le vendredi 21 juillet (Jour 1) :

RDV : 7h15 - covoiturage depuis le parking en étage du Parc des Sports - boulevard du fier
(en face de l'Arcadium) - Annecy

Lieu de dispersion le dimanche 23 juillet (Jour 3) :

Fin du séjour à Annecy en fin de journée (au parking en étage du Parc des Sports - boulevard du Fier, en face de l'Arcadium).

Hébergement / Restauration :

Hébergement au refuge de Grand Plan en dortoirs confortables (draps et linge de toilette non inclus - couvertures fournies dans le refuge).

Site internet du refuge du Grand Plan : <https://www.refugegrandplan.fr/> .

Le gîte est situé au départ des 2 randonnées du samedi et du dimanche. Cela nous permettra de randonner léger avec la possibilité de décharger nos sacs pour la randonnée du samedi.

Séjour en pension complète du dîner du Jour 1 au pique-nique de midi du Jour 3.

Les petits-déjeuners et dîners sont pris au gîte, et les pique-niques sont préparés par le gîte.

Transferts internes

Transport en covoiturage le Jour 1 et le Jour 3.

Nombre de participants :

Nombre de participants minimum : 5 personnes

Nombre de participants maximum : 10 personnes

Equipement individuel à prévoir :

- Chaussures de randonnée ou type trail crantées
- Chapeau, casquette ou bandana
- Sac à dos 25 l minimum
- Réserve d'eau 1.5 litre minimum pour le vendredi (poche à eau ou gourde)
- Crème solaire
- Doudoune compressible ou équivalent
- Réserve personnelle de nourriture (pique-nique du vendredi midi + barres de céréales...)
- Veste coupe-vent type Gore-Tex ou équivalent avec capuche + polaire
- Pantalon - short de randonnée
- Gants + bonnet
- Bâtons
- Une lampe frontale avec piles neuves
- Petit nécessaire de toilette pour le refuge et rechange (sous-vêtements)
- Vêtements de rechange (on évite le coton)
- Sac de couchage
- Prévoir environ 10 à 15 euros pour les boissons en extra

Recommandations médicales : Chacun de vous devra prévoir ses effets personnels en cas de traitement médical en cours (Ventoline, allergies etc.). Ordonnance obligatoire si traitement médical en cours.

Prix du séjour : 275 € par personne

Dates du séjour : du vendredi 21 au dimanche 23 juillet 2023

Le prix comprend :

- L'encadrement par un Accompagnateur en Montagne diplômé d'état,
- L'hébergement en refuge, en dortoirs (draps et linge de toilette non inclus - couvertures fournies dans le gîte),
- La pension complète du dîner du Jour 1 au pique-nique du Jour 3,
- Le transport en covoiturage les Jours 1 et 3.

Le prix ne comprend pas :

- Le déplacement aller/retour de votre domicile au point de RDV le Jour 1 et au point de dispersion le Jour 3,
- Le pique-nique de midi du Jour 1 (à prévoir par vos soins),
- Les boissons et les achats personnels (prévoir environ 10 à 15 euros pour les boissons en extra),
- Les douches au refuge (3€ pour la douche),
- Les assurances (assistance rapatriement obligatoire, assurance annulation fortement conseillée, assurance bagages...),
- Les frais de dossier d'AEMV de 15€/dossier,
- Et tout ce qui n'est pas mentionné dans la rubrique « Le prix comprend ».

Formalités et Assurances :

- Carte d'identité en cours de validité,
- Carte vitale,
- Assurance Responsabilité civile : chaque participant doit être couvert en RC dans le cadre d'une activité randonnée à titre de loisirs,
- **L'assurance assistance / rapatriement est obligatoire.** Une assurance annulation est fortement conseillée. Si vous n'en possédez pas, AEM VOYAGES vous propose un contrat Europ Assistance comprenant l'assistance / rapatriement, l'assurance annulation et interruption du séjour et bagages et effets personnels.

Informations COVID-19 :

L'ensemble des prestations du séjour s'effectue dans le strict respect de la réglementation et des mesures sanitaires en vigueur aux dates du séjour et sur le lieu du séjour. Le covid n'étant plus considéré comme une situation exceptionnelle, en cas d'annulation de votre part pour cause de covid, les frais d'annulations prévus dans les Conditions Générales et Particulières de vente s'appliqueront. Une assurance annulation est donc fortement recommandée.

Pour plus d'information sur les formalités sanitaires en France, consulter le site suivant :
<https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus>

AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne - 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY

04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur de la Consommation & Patrimoine - 12 Square Desnouettes - 75015 Paris - <https://mcpmediation.org/>