

Raquettes dans le Val d'Aoste, au pied du Mont-Blanc

randonnée accompagnée 6 jours



Durant 6 jours, cette itinérance sportive vous réserve **de belles ambiances montagnardes typiques des Alpes italiennes** et du Val d'Aoste. Raquettes aux pieds, vous remontez des combes secrètes et surprenez des hameaux endormis sous la neige. De beaux passages en altitude dévoilent des panoramas exceptionnels sur la **chaîne du Mont-Blanc** toute proche, mais aussi le **Cervin**, le **Mont-Rose** et les sommets du **Grand-Paradis**. Chaque soir un accueil convivial vous attend dans des hébergements confortables avec des repas typiques et généreux.

Les plus

- Une itinérance en raquettes au cœur du Val d'Aoste et des plus hauts sommets des Alpes
- La chaleur de l'accueil valdotain et ses traditions culinaires
- De grandes ambiances montagne dans un massif préservé et peu fréquenté

Dates

Départs tous les dimanches
du 26 janvier au 16 mars 2025

J1/ Chamonix - Saint-Oyen

Rendez-vous à 13h à la gare ferroviaire de Chamonix. Transfert d'1h30 pour Saint-Oyen. Installation pour 2 nuits à l'hospice de Château-Verdun. Tenu par des chanoines, cet hospice appartient aux moines de l'Hospice du Grand Saint-Bernard ; pendant de nombreuses années, Château-Verdun fut le point de départ des guides et des pèlerins qui franchissaient à pied le col du Grand Saint-Bernard. Nous partons pour une petite randonnée de 2h autour du village de Saint-Oyen, l'occasion pour votre accompagnateur de présenter le programme de la semaine et le matériel de sécurité.

Repas et nuit à Château-Verdun.

2h de raquettes. M et D : 100m.

J2/ Saint-Oyen - combe de Flassin ou combe de Citrin - Saint-Oyen

Nous chaussons nos raquettes à neige pour partir à la découverte de la combe de Flassin ou de la combe de Citrin. (Le choix de la combe sera fait par l'accompagnateur en fonction des conditions sur le terrain) .Les paysages d'hiver sont au rendez-vous, avec la traversée de belles forêt de résineux avant d'atteindre les alpages recouverts d'un voile blanc immaculé. Les nombreuses variantes nous permettent de monter et descendre la combe sans utiliser le même itinéraire.

Repas et nuit à Château-Verdun.

5h30 de raquettes. M et D : 900m.

J3/ Saint-Oyen - refuge Chaligne - Vétan

Court transfert au hameau d'Echevennoz (1264 m) ou de Grand-Buthier (1302 m). Après une belle montée forestière à raquettes, nous atteignons le refuge de Chaligne (1936m) et ses alpages. La vue sur le Cervin et le Mont-Rose est magnifique. Nous montons dans un mélezin clairsemé puis, en fonction des conditions nivologiques et du niveau physiques du groupe, nous progressons sous la pointe de Chaligne (2608m). Traversée en direction de Gignod jusqu'à Arpuilles (1040m) ou jusqu'au hameau de Thouraz (1652m), sur les contreforts de la Vallée d'Aoste. Court transfert pour Vétan-Dessus (1800m) où se trouve notre hébergement avec vue panoramique ! Antonella et sa famille nous accueillent avec beaucoup de chaleur.

Dîner et nuit en hôtel.

5h30 de raquettes. M : de 700 à 800m. D : de 750 à 900m.

J4/ Vétan - Letanaz-Desot - pointe de Oilletta - Vens

Départ de notre journée alpine avec la traversée en raquettes des balcons sud du Val d'Aoste ! Nous rejoignons les lieux-dits de Chatalanez (1865m) et de Letanaz-Desot (1860m) tout près de belles cheminées de fée. Nous traversons de beaux alpages sous la pointe de Leysser et gagnons les pentes sous la pointe de l'Oilletta (2616m). Vue superbe sur les sommets environnants dont le Grand-Paradis et le Ruitor. Descente sur le petit hameau valdôtain de Vens (1750m) où Marco nous fait découvrir l'étendue des spécialités valdôtaines !

Dîner et nuit en auberge.

6h de raquettes. M : 600m. D : 750m.

J5/ Vens - col de Bard - Court de Bard - Challancin - Planaval

Nous montons jusqu'au lac de Joux (1907m) pour basculer dans la splendide vallée de Vertosan, célèbre pour la bataille des reines en été. Remontée au col de Bard (2176m) d'où nous réalisons un aller et retour au petit sommet de Court de Bard (2261m), plein sud. Panorama magnifique sur les massifs du Mont-Blanc et du Grand-Paradis. De retour au col, nous rejoignons le village de Challancin (1620m) dans le décor onirique d'une belle forêt chargée de neige. Après un dernier effort, nous gagnons Planaval (1762m) où nous passons la nuit... chez "La jolie Bergère".

Dîner et nuit en auberge.

6h de raquettes. M et D : 750m avec l'ascension de Court de Bard.

J6/ Planaval - Tramail des Ors - Planaval - Chamonix

Nous partons pour une randonnée en raquettes en aller et retour jusqu'au chalet d'alpage du Tramail des Ors (2384m) situé au cœur d'un beau cirque alpin enneigé. Nous sommes au plus près du Mont Blanc et des Grandes Jorasses ! Retour à Planaval. Transfert à la gare de Chamonix, séparation vers 17h.

5h de raquettes M et D : 750m.

Les temps de marche sont donnés à titre indicatif. Le programme peut être modifié par votre accompagnateur pour s'adapter au groupe ou aux conditions nivo-météorologiques. L'ambiance et la luminosité hivernale sont au rendez-vous, même quand il faut porter les raquettes pour rejoindre la neige.

M : dénivelée ascendante. D : dénivelée descendante.

Niveau

4 / 5. 6h de raquettes par jour, sur sentier et hors sentier et/ou 700 à 1 000 mètres de dénivelée + et/ou 15 à 18 kilomètres. Des passages en altitude.

Prix

à partir de **975 €**

Groupe de 6 à 12 personnes.

Compris

- L'hébergement pendant la durée du circuit.
- Les repas (petits-déjeuners, pique-niques de midi et dîners) du J1 au J6 en fin d'après-midi
- Les transferts prévus au programme
- Les vivres de course remis dans un sac individuel
- L'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé d'État avec qualification hivernale
- Le matériel collectif spécifique au circuit
- Le prêt d'un DVA (détecteur de victimes d'avalanche) par personne et de pelles/sondes réparties dans le groupe
- Le prêt de raquettes et de bâtons

Non compris



- L'assurance annulation/interruption de séjour/perte de bagages et l'assistance
- L'acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation
- Les visites et transferts non prévus au programme
- Les boissons
- Les pourboires
- Tout ce qui n'est pas indiqué sous la rubrique « Compris »



Carnet de voyage

L'accès sur place

En train : TGV jusqu'à Saint-Gervais-le-Fayet, puis TER jusqu'à Chamonix. Horaires sur www.voyages-sncf.com

En voiture : Autoroute Blanche jusqu'à Chamonix. Plus d'informations sur www.viamichelin.fr

A noter : la plupart des parkings de Chamonix sont désormais payants. Vous pouvez laisser votre véhicule gratuitement pour la durée du séjour soit sur le parking des Planards (Chemin du Pied du Grépon), soit sur celui du Biollay (proche cimetière). L'un comme l'autre se situent proches de la gare du Montenvers. Il vous suffit de traverser la nationale puis la passerelle pour rejoindre la gare SNCF, ou de prendre le bus n°3 pour rejoindre la place de l'Aiguille du Midi.

Les déplacements pendant le circuit

Les transferts prévus au programme sont assurés par minibus privé (taxi).

Le portage et le transport des bagages

Uniquement vos affaires de la journée, le repas de midi et le matériel de sécurité. Vos bagages sont transportés chaque soir à l'hébergement par véhicule.

L'hébergement pendant le circuit

L'hébergement se fait en chambres partagées de 2, 3 ou 4 lits.

- J1 et J2 : Château Verdun. Chambre de 2 à 4 lits. Ancienne maison forte au service de l'hospice du Grand-Saint-Bernard pendant neuf siècles et "reconverti" en hébergement. Drap-sac obligatoire.
- J3 : auberge non classée sur les versants sud de la vallée d'Aoste. Chambre de 2 à 4 lits.
- J4 : auberge non classée typiquement valdôtaine. Accueil chaleureux et spécialités valdôtaines. Chambre base double ou triple.
- J5 : auberge de charme 3 étoiles. Chambre de 2 à 4 lits. Repas du soir gastronomique valdôtain.

Les repas

Les repas du matin et les repas du soir sont servis chauds dans les hébergements.

Les repas de midi sont consommés froids sur le terrain.

Les vivres de course sont remis à chacun au début du séjour.

Préparation physique

Pour profiter pleinement de votre voyage, n'oubliez pas d'entretenir votre forme au moins une fois par semaine en marchant (15 à 18km) si possible sur un parcours avec dénivelée (350m/h), ou en pratiquant une activité sportive développant l'endurance.





Equipement

Matériel fourni et attribué par l'accompagnateur au début du circuit :

- Une paire de raquettes.
- Une paire de bâtons.
- Un DVA (détecteur de victimes d'avalanche) par personne.
- Pelles et sondes réparties dans le groupe.

A noter : si vous venez avec votre propre matériel, merci de nous l'indiquer à l'inscription.

Pendant la journée, vous portez sur vous :

- Un sous-vêtement thermique (séchage rapide) à manches longues.
- Une micropolaire.
- Un pantalon de montagne coupe-vent et imperméable ou surpantalon.
- Des chaussettes à l'excellente thermicité.
- Une paire de guêtres si votre pantalon n'en fait pas office.
- Un bonnet ou une cagoule.
- Un tour de cou polaire.
- Un chapeau, un foulard ou une casquette pour le soleil.
- De très bonnes lunettes de soleil avec protections latérales ou des lunettes de glacier.
- Une paire de gants légers type polaire.

Pendant la journée, vous portez dans un sac à dos équipé de bretelles larges, d'une armature anatomique réglable, et de sangles permettant de fixer les raquettes, d'une contenance de 40 litres, pour vos affaires de la journée.

- Une veste chaude en polaire (sur vous, en fonction des conditions).
- Une veste imperméable et respirante, avec capuche (sur vous, en fonction des conditions).
- Un collant thermique (sur vous, en fonction des conditions).
- Un tube de crème solaire et un stick labial haute protection.
- Un masque de ski.
- Une paire de gants chauds et imperméables.
- Une gourde ou bouteille d'eau solide (1 litre au minimum), (poche à eau/pipette déconseillée, risques de gel).
- Une thermos de boisson chaude éventuellement.
- Le pique-nique de midi et les vivres de course remis par l'accompagnateur.
- Du papier-toilette et un briquet pour le brûler.
- Votre pharmacie individuelle réduite au minimum.
- Un couteau de poche, une cuillère et une boîte en plastique hermétique pour les salades de midi.
- Quelques sachets plastiques pour protéger vos affaires.
- Une pochette étanche, n'oubliez pas de vous munir d'une carte d'identité ou passeport valide, argent, attestations d'assurance, d'assistance.
- Une couverture de survie.

Le soir, vous retrouvez votre sac de voyage souple (1 seul par personne), de 12 kilos au maximum, contenant :

- Une trousse de toilette.
- Une serviette de toilette.
- Des chaussettes de rechange.
- Des vêtements de rechange.
- Un survêtement ou similaire pour la nuit.
- Des chaussures type sandales ou chaussons.



- Des chaussures de rechange pour marcher dehors (potentiellement dans la neige).
- Un drap-sac pour les auberges et gîtes (les couvertures sont fournies).
- Une lampe frontale .
- Le complément de votre pharmacie individuelle.

Matériel technique :

- Une paire de chaussures chaudes et imperméables adaptées à la pratique de la raquette à neige. En cas de location, testez-les et protégez efficacement les zones de frottement dès le jour du départ.

NB : Des chaussures de randonnée imperméables et une paire de guêtres sont suffisantes pour ce type de séjour.

Pharmacie :

- Un antalgique (paracétamol).
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).
- Un antispasmodique, un antidiarréique, un anti-vomitif.
- Un désinfectant, des pansements (tailles variées) et double peau, des compresses stériles, de la bande adhésive, du Steri-strip, du tulle gras, une bande de contention.
- Un antiseptique.
- Un veinotonique.
- De la crème solaire et de la Biafine.
- Un collyre.
- En complément : pince à épiler, ciseaux, 2/3 épingles de nourrice, une paire de gants, somnifère léger et/ou bouchons d'oreilles, vos médicaments personnels.

Cette liste sera validée avec votre médecin en tenant compte des caractéristiques de votre circuit.

