



## RAID RAQUETTE

### LA GRANDE TRAVERSEE DE LA SAVOIE

( 10 jours – 9 nuits – 10 rando )

Début mai, les stations de ski sont en sommeil, les cyclistes n'ont pas encore regagnés les cols, et pourtant la montagne reste parée de blanc, même si le printemps a déjà bien pris ses aises. C'est l'époque de ce que les anciens appellent le ski de printemps.

Avec l'essor de la pratique et les progrès du matériel, l'envie nous est venue de faire découvrir ces grands espaces aux férus de la raquette. Nous avons donc imaginé une Traversée de la Savoie en reliant symboliquement les cols mythiques de l'Iseran (Val d'Isère) et du Galibier (Valloire).

Pour cela, il nous faudra traverser une grande partie de la Vanoise entre Tarentaise et Maurienne, puis à partir de Modane, prendre la direction du Sud, aux portes des Ecrins.

Cet itinéraire est conçu comme un moment rare de montagne mais surtout de partage. Il s'adresse à des randonneurs expérimentés qui pourront toutefois profiter de soirées plus tranquilles en vallées avant de retrouver l'isolement de l'altitude.

Pas de problème logistique, nous assurons le transport depuis Chambéry. Et pas de souci électoral, nous avons choisi des dates à cheval entre les 2 tours des Présidentielles.

## DATES

## TARIFS

**RAID INTEGRAL de 10 jours** (10 rando/9 nuits)

Du Jeudi 26 avril au Samedi 5 mai 2012

**1045 €** par personne

**ETAPE VAL D'ISERE – PRALOGNAN - 4 jours** (4 rando/3 nuits)

Du Jeudi 26 avril au dimanche 29 avril 2012

**425 €** par personne

**ETAPE MODANE - VALLOIRE - 4 jours** (3 rando/3 nuits)

Du Mercredi 2 au Samedi 5 mai 2012

**365 €** par personne

## **PROGRAMME**

### **JOUR 1: Val d'Isère – Refuge du Fond des Fours (2537 m)**

Après un transfert de Chambéry à Val d'Isère (2 h), un repas et un moment à préparer nos sacs (affaires personnelles et matériel collectif), nous gagnons le Manchet (1900 m) pour prendre la direction du refuge du Fond des Fours, courageusement tenu l'hiver par Emmanuelle.

*D+ : 650 m – D- : 0 m - Horaire : 4 h 00*

### **JOUR 2: Refuge du Fond des Fours – Refuge de la Femma (2352 m)**

Plusieurs itinéraires possibles pour rejoindre le très confortable refuge de Claire. Une chose est sûre, belle étape en distance au coeur de la Vanoise en passant au pied des glaciers.

*D+ : 550 m – D- : 700 m - Horaire : 6 h 00*

### **JOUR 3 : Refuge de la Femma – Col de la Vanoise (2520 m)**

Nous redescendons tranquillement le vallon de la Rocheure jusqu'à entre Deux Eaux. Retour en Tarentaise au pied du point culminant de la Vanoise, La Grande Casse (3855 m) et son impressionnante face sud. Remontée jusqu'au Col de la Vanoise jusqu'au Refuge Félix Faure.

*D+ : 550 m – D- : 350 m - Horaire : 5 h 00*

### **JOUR 4 : Col de la Vanoise – Pralognan (1400 m)**

Journée relativement tranquille avec une longue descente sur Pralognan bien calme en cette saison. Passage au pied de l'Aiguille de la Vanoise. Nuit à l'hôtel ou en gîte après avoir récupéré les bagages. *D+ : 200 m – D- : 700 à 1000 m - Horaire : 4 h 30*

### **JOUR 5 : Pralognan – Roc de la Pêche (1880 m)**

Journée de liaison ou journée de sécurité selon les conditions de neige et l'ouverture de la route. Une chose est certaine, le refuge du Roc de la Pêche est l'un des refuges les plus confortables des alpes françaises. *D+ : 480 m – D- : 0 m - Horaire : 3 h 00*

### **JOUR 6 : Roc de la Pêche – Refuge Péclet polset (2510 m)**

Belle remontée du vallon du Ritort, les glaciers ne sont pas loins. Accueil toujours généreux de Gérard à Pecllet Polset. *D+ : 650 m – D- : 0 m - Horaire : 5 h 00*

### **JOUR 7 : Refuge de Pecllet Polset – Modane**

Traversée en Maurienne par le Col de Chavière (2796 m). Changement de végétation avec des ambiances plus méridionales. Nous rejoignons le bus à la limite de la route (1600 m). Nuit à l'hôtel ou en gîte. *D+ : 500 m – D- : 1100 m - Horaire : 6 h 00*

### **JOUR 8 : Valfréjus – Refuge du Thabor (2502 m)**

Après un court transfert à Valfréjus (1600 m), nous remontons la combe des Roches clarsemées de ses petits chalets d'alpage pour atteindre le refuge du Thabor.

*D+ : 900 m – D- : 100 m - Horaire : 4 h 00*

### **JOUR 9 : Refuge du Thabor – Refuge des Drayères (2170 m)**

Sacrée journée avec le passage de 3 cols pour gagner le haut de la vallée de Névache, seule incartade du raid en dehors de la Savoie.

*D+ : 750 m – D- : 1000 m - Horaire : 5 h 30*

### **JOUR 10 : Refuge des Drayères - Valloire**

Montée au seuil des Rochilles (2469 m), puis redescente sur la Savoie et Valloire le long de petits lacs gelés au pied des versants nord de la Pointe des Cerces (3097 m) et du Grand Galibier (3228 m). A Plan Lachat (1967 m), nous verrons si le bus a pu nous rejoindre ou s'il faut continuer jusqu'à Bonnenuit (1670 m). Transfert sur Chambéry (1 h 30).

*D+ : 600 m – D- : de 600 à 900 m - Horaire : 5 h 00*

## **REMARQUES GENERALES SUR CE RAID**

### **LE PROGRAMME**

Le programme indiqué ci-dessus est indicatif. Il est susceptible d'être aménagé par l'accompagnateur selon les conditions nivo-météorologiques, le niveau du groupe ou des questions d'organisation (disponibilités hébergements etc...)

Les étapes ne sont pas très dures mais il faut être préparé à la répétition des efforts pendant 10 jours, quelque soient les conditions météo.

Le Jour 5 est aménageable. L'accompagnateur prendra la veille ou le jour même la décision de le réaliser comme décrit ci-dessus, ou pourra utiliser cette journée pour avancer sur le programme (beau temps...) ou l'utiliser comme journée de « sécurité » (mauvais temps, fatigue...)

Les horaires sont indicatifs sur une base de 250 m heure de montée. Ils peuvent radicalement évoluer selon la nature et les quantités de neige (dure, soupe, poudreuse...).

### **LA NEIGE ET L'ENNEIGEMENT**

Début mai, tout est possible en matière d'enneigement, et surtout, de limite (inférieure) d'enneigement. Comme tout est possible en type de neige.

Il faut donc être prêt à porter parfois les raquettes (entre 1500 et 2000 m) et à évoluer dans des neiges changeantes dans la journée et selon les jours.

Mais en tant que randonneur (et photographe), c'est justement le contraste entre l'ambiance printanière des vallées et l'hiver à plus haute altitude qui fait le charme de cette traversée.

### **L'ETAT D'ESPRIT**

Ce raid est bien sûr une belle épopée sportive réservée à des randonneurs en bonne forme physique ayant déjà pratiqué la raquette. Mais c'est également un long moment de partage en altitude où bonne humeur et solidarité ont autant d'importance que condition physique et expérience. Surtout si la météo nous joue des tours, chose facile en 10 jours.

### **LES TRANSFERTS**

D'expérience, nous savons qu'il est plus rapide de rejoindre les vallées alpines en voiture que par les trains régionaux. C'est la raison pour laquelle nous vous proposons une prise en charge directement à Chambéry, grâce aux TGV plus fréquents qu'à Modane ou Bourg Saint Maurice.

Nous avons donc choisi de rester autonomes tout au long du séjour en matière de transport. Nos minibus assureront les transferts en début et fin de séjour, ainsi que les petits transferts en milieu de séjour (Pralognan, Modane). Cette organisation nous permet donc de retrouver nos bagages aux 2 étapes programmées. En cas de changement de programme, les 2 mini-bus seront toujours prêts à nous rejoindre (mauvaise météo, risque avalancheux...).

### **LES HEBERGEMENTS**

Nous avons choisi de faire halte dans des refuges gardés (7 nuits). Leur salle de restauration est chauffée. Les dortoirs ne le sont pas toujours (Fond des Fours, Félix Faure, Drayères). Ils sont tous dotés de couettes chaudes, de couvertures et de chaussons. Les douches chaudes (payantes) sont parfois possibles (Roc de la Pêche, Femma, Pecllet Polset).

Il se peut qu'un ou deux refuges ne soient pas gardés à cette époque (Thabor). Dans ce cas, nous nous mettrons aux casseroles après avoir pris soin de monter le repas et le petit déjeuner, et de fabriquer de l'eau à notre arrivée. D'expérience, c'est loin d'être la plus triste des soirées. Il y a deux nuits prévues en hôtel ou gîte dans des villages (Pralognan, Modane) en pleine intersaison. Nous essayerons de nous loger au mieux selon les ouvertures des établissements.

### **LES FORMULES COURTES**

Ce raid est programmé à cheval sur 1 pont de Mai pour vous permettre d'optimiser vos congés. Cela vous permet aussi de ne faire qu'une partie de ce raid . L'Etape 1 (Val d'Isère – Pralognan) comporte 4 jours de rando contre 3 pour l'Etape 2 (Modane – Valloire).

## INFOS PRATIQUES

### **ACCUEIL**

#### RAID 10 jours et ETAPE Val d'Isère/Pralogan

Le JOUR 1, A la **gare de Chambéry vers 10 heures**. Transfert en minibus à Val d'Isère.

Pour info : TGV Paris – Chambéry Départ 6 h 45 – Arrivée 9 h 35

Lyon – Chambéry Départ 8 h 40 – Arrivée 9 h 58

Marseille – Chambéry via Lyon Départ 6 h 44 – Arrivée 9 h 58

#### ETAPE Modane/Valloire

Le JOUR 7, A la **gare de Modane vers 17 h 45**.

Pour info : Paris – Modane Départ 12 h 45 – Arrivée 17 h 34

Lyon - Modane Départ 14 h 40 – Arrivée 17 h 34

Marseille - Modane Départ 12 h 44 – Arrivée 17 h 34

### **DEPART :**

#### RAID 10 jours et ETAPE Modane/Valloire

Le jour 10, Vers **18 h à la gare de Chambéry** après Transfert Valloire-Chambéry.

Pour info : TGV Chambéry - Paris Départ 18 h 25 – Arrivée 21 h 18

Chambéry – Lyon Départ 18 h 02 – Arrivée 19 h 20

Chambéry – Marseille Départ 19 h 02 – Arrivée 22 h 16

#### ETAPE Val d'Isère/Pralogan

Le jour 4, Vers **18 h 30 à la gare de Moutiers** après Transfert Pralognan-Moutiers (35 mn).

Pour info : Moutiers - Paris Départ 18 h 50 – Arrivée 00 h 11

Moutiers – Lyon Départ 18 h 50 – Arrivée 21 h 20

Moutiers – Marseille Départ 19 h 02 – Arrivée 22 h 16

### **PARKING**

A Chambéry : Parking de la Gare, 10,50 € par jour, 90 € environ les 10 jours.

Si vous souhaitez rallier la Savoie en voiture pour les formules courtes, nous attirons votre attention sur les lieux de départ différents des lieux de séparation. Contactez-nous pour choisir le lieu de stationnement de votre auto le plus approprié.

### **LE MATERIEL**

Nous fournissons les raquettes à neige (TSL 205 ou 225), les bâtons (non télescopiques car plus solides) ainsi que le matériel de sécurité (ARVA, pelles et sondes).

Nous pouvons également vous prêter des sacs à viande en polaire (nous prévenir).

### **LE PORTAGE**

Votre **sac à dos** de randonnée doit pouvoir accueillir :

- vos affaires personnelles (voir ci-dessous)
- les repas de midi répartis dans le groupe
- un repas du soir et un petit-déjeuner si refuge non gardé
- le matériel de sécurité (Arva – pelle – sonde)
- votre paire de raquette avec un système d'accroche sur le sac ou sur ses côtés

Votre **bagage** (un seul par personne et d'un poids d'environ 10kg SVP) sera à votre disposition 2 fois (J4 à Pralognan, J7 à Modane) en cours de séjour. Attention aux objets fragiles (ordinateurs...)

## **VOTRE EQUIPEMENT**

**Sur vous : chaussures de randonnées** (montantes sur la cheville et imperméables), chaussettes chaudes (respirante ou laine), guêtres, pantalon (type rando), sous pull (respirant), 1 pull chauds ou polaire, anorak ou veste type goretex, bonnet, gants ou moufles (2 paires si mouillés rapidement), une mini-pochette pour batteries de rechange (poche près du corps)

**Dans votre sac à dos** (40 litres mini avec possibilité accrochage raquettes) : sac à viande, chapeau ou casquette, lunettes de soleil, crème solaire et labiale, gourde, couteau de poche, petite fourchette, briquet, lampe de poche ou frontale, papier hygiénique, petite pharmacie (médicaments habituels, double peau, élastoplaste, lingettes, paracétamol, pastilles gorge...), un surpantalon étanche, un collant (soirée), 1 polaire supplémentaire, 1 ou 2 paires de chaussettes de rechange, boules Quiès, sous-vêtements, couverture de survie, serviette de toilette légère, nécessaire de toilette avec petits conditionnements, sacs plastiques (poubelle et congélation)

**A proscrire :** Sac de couchage, bottes de ski ou après-ski, livre fleuve (pas le temps !), recharge pour batteries.

## **LE TARIF**

Le prix comprend :

- les frais d'organisation et d'encadrement
- les transports Chambéry-Val d'Isère et Valloire-Chambéry
- les transferts prévus au programme
- le transport des bagages
- la nourriture et l'hébergement en pension complète
- le prêt de raquettes, de bâtons et du matériel de sécurité, d'un sac à viande si demandé.

Le prix ne comprend pas :

- Les boissons et dépenses personnelles (ex : jetons de douche éventuels)
- L'équipement individuel
- Les assurances personnelles Rapatriement – Assistance
- L'assurance annulation (2,85%).
- Tout ce qui n'est pas dans "Le prix comprend".

## **CONDITIONS DE RESERVATION :**

- Etablissement par le prestataire d'un contrat de réservation
- Versement par le client d'un chèque d'acompte de 25% avec renvoi du contrat signé
- Séjour assuré à partir de 5 participants
- Confirmation du séjour 21 jours avant date de début
- Règlement du solde 15 jours avant le début du séjour
- Si séjour annulé faute de participants, possibilité autres dates ou remboursement de l'acompte
- Possibilité d'une assurance annulation (2,85%). Nous consulter.

## **CARTOGRAPHIE**

- 1 / 50 000 Didier Richard n°11 "Vanoise"
- 1 / 25000 IGN 3633 ET Tignes - Val d'Isère
- 1 / 25000 IGN 3534 OT 3 Vallées
- 1 / 25000 IGN 3535 OT Névache - Mont Thabor