

VAL D'AOSTE & VAL DE COGNE

Parc National du Grand Paradis

Randonnée à raquette en étoile

6 jours / 5 nuits / 5,5 jours de marche



Juste derrière le mont Blanc, la vallée d'Aoste est une région à part. Vous apprécierez l'accueil des montagnards et le charme des villages en pierre, vous (re)découvrirez les saveurs de la cuisine italienne et les paysages de Haute Montagne !

Ce séjour explore deux vallées italiennes : 3 nuits dans le Val de Cogne, au cœur du Parc du Grand Paradis, et 2 nuits sur les hauteurs d'Aoste.

Les randonnées se déroulent sur un terrain propice à la raquettes mais dans un cadre très alpin avec des sommets de plus de 4000 m au premier plan (Grand Paradis) ou en arrière plan (Mont Blanc, Cervin).

PROGRAMME

Jour 01 : Rendez vous à 15h00 dans le Val de Cogne, en tenue de randonneur.

Nous partons directement pour une randonnée dans la vallée de Valnontey. Nous cheminons au milieu des mélèzes et au pied du Grand Paradis (4061 m) qui nous domine. Notre œil s'amuse à guetter les grimpeurs de cascade de glace sur les nombreuses chutes gelées qui agrémentent les versants de la vallée.

Nuit à Valnontey.

Dénivelée : + 250 m ; - 250 m

Horaire : 2h00 de marche environ

Jour 02 : Le Grand Lauson (2506 m)

Nous chaussons les raquettes devant notre hébergement et grimons sur le versant ensoleillé de la vallée. La forêt devient clairsemée et les points de vue sur les glaciers de plus en plus spectaculaires. Nous passons les villages d'alpages endormis sous la neige et continuons en direction du glacier du Lauson. Plusieurs sommets de 3500 à 4000 m nous entourent. L'ambiance est très alpine mais le terrain reste parfaitement adapté à la raquettes.

Nuit à Valnontey.

Dénivelée : + 900 m ; - 900 m

Horaire : 6h00 de marche environ

Jour 03 : Pointe de Tsaplana (2681 m)

Court transfert au hameau de Gimillan (3 km). Belle montée dans la forêt lumineuses de mélèzes, puis dans les alpages. Lorsqu'à la première pause nous nous retournons, le spectacle est garanti. Un magnifique cirque glaciaire ferme la vallée en face de nous. Le point culminant de ce cirque est le Grand Paradis (4061 m). Descente sur Cogne et visite du village, qui est le plus gros bourg de la vallée.

Nuit à Valnontey.

Dénivelée : + 900 m ; - 900 m

Horaire : 6h00 de marche environ

Jour 04 : Pointe de la Pierre (2653 m)

Nous quittons le val de Cogne. Transfert jusqu'à Ozein (30 mn). Le début de l'ascension traverse une succession de clairières pour déboucher dans un alpage situé en plein centre du Val d'Aoste. Sa position géographique particulière lui permet d'offrir un panorama remarquable depuis le fond de la vallée et la ville d'Aoste jusqu'aux plus hauts sommets des Alpes. Si la forme est au rendez vous nous irons jusqu'au sommet, mais la balade est longue !

Transfert pour Vétan (20 mn) où nous passerons deux nuits à 1800 m d'altitude, avec un joli panorama.

Dénivelée : + 800 à 1100 m ; - 800 à 1100 m

Horaire : 6h00 de marche environ

Jour 05 : La pointe de Leysser (2771 m)

Le versant sud du Mont Rouge est un magnifique terrain de jeu pour randonneurs à raquettes. Nous accédons aux Alpages de Leysser qui offrent une large vue sur la massif du Grand Paradis. Si les conditions le permettent nous pourrions grimper au col de Palettaz (2707 m) et à la pointe de Leysser. Descente très ludique dans les multiples petits torrents qui forment de véritables "half pipe" naturels. Deuxième nuit à Vétan.

Dénivelée : + 700 m à 900 m ; - 700 à 900 m

Horaire : 5h30 de marche environ

Jour 06 : Col de Fetita (2557 m)

Petit transfert pour Cheverel (20 mn), un peu plus haut dans le val d'Aoste. Randonnée dans les alpages des Ors. Encore un terrain parfaitement adapté à la raquettes, et toujours de jolis paysages ! Cette fois c'est le versant italien du massif du mont Blanc que nous contemplons, et notamment les Grandes Jorasses, comme jamais vous ne les avez vues !

Fin du séjour vers 15h30 à La Salle.

Dénivelée : + 750 m ; - 750 m

Horaire : 5h00 de marche environ

- Ce programme est indicatif, il peut être modifié par votre accompagnateur pour s'adapter aux conditions météorologiques et nivologiques -

LES POINTS FORTS :

- Une ambiance Haute Montagne sur des itinéraires Moyenne Montagne
- Des hébergements de qualité et un accueil chaleureux.
- Des belles randonnées qui sortent vraiment de l'ordinaire
- Des panoramas remarquables tous les jours

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Rendez vous à 15h00 au 1er hébergement dans le Val de Cogne, en tenue de randonneur, (les coordonnées de l'hébergement vous seront envoyées avec votre confirmation d'inscription).
Option "avec transferts" : rendez vous à 14h00 à la gare de St Gervais le Fayet, en tenue de randonneur.

Accès voiture

Autoroute blanche jusqu'à Chamonix, puis Tunnel du Mont Blanc et autoroute en Italie. Sortie Aoste Ouest. Prendre ensuite à droite direction Cogne.

A noter : Garage couvert gratuit à coté de l'hébergement du Val de Cogne. Parking gratuit en face de l'hébergement de Vétan

Accès train -

Paris gare de Lyon : 07h11 - St Gervais Le Fayet 11h45 (TGV direct)
Paris gare de Lyon : 09h13 - St Gervais Le Fayet 13h56 (TGV + TER via Bellegarde)
Lyon : 08h34 - St Gervais Le Fayet 11h56
Lyon : 10h37 - St Gervais Le Fayet 13h56
Marseille : 06h38 - St Gervais Le Fayet 11h56
Marseille : 08h37 - St Gervais Le Fayet 13h56
Horaires à vérifier au numéro court de la SNCF 3635 (0,34 €/mn) ou sur le www.voyages-sncf.com.

DISPERSION

Séparation à 15h30 à La Salle (entre Aoste et Courmayeur)
Option "avec transferts" : séparation la gare ferroviaire de St Gervais le Fayet vers 17h00.

Retour train : TER jusqu'à Bellegarde, puis TGV jusqu'à Paris

St Gervais le Fayet : 17h09 – Paris gare de Lyon : 23h07
St Gervais le Fayet : 18h09 – Paris gare de Lyon : 00h07
St Gervais le Fayet : 17h09 – Lyon : 21h36
St Gervais le Fayet : 18h09 – Lyon : 22h06
St Gervais le Fayet : 17h09 – Marseille : 23h22
St Gervais le Fayet : 18h09 – Marseille : 23h53
Horaires à vérifier au numéro court de la SNCF 3635 (0,34 €/mn) ou sur le www.voyages-sncf.com.

Hébergements avant ou après la randonnée :

A St Gervais le Fayet:

- Hôtel des Deux Gares, à proximité de la gare, tel. 04 50 78 24 75 - www.hotel2gares.com

- Hôtel Terminus Mont-Blanc, à proximité de la gare, tel. 04 50 93 68 00
- Hôtel le Bouchon des Aravis, à proximité de la gare, tel. 04 50 78 09 22

En Italie (A réserver au moment de votre inscription) :

Nuit supplémentaire en 1/2 pension en Val de Cogne : 73 à 93 €/personne en chambre de 2
 Nuit supplémentaire en 1/2 pension en Val de Cogne : 96 à 116 €/personne en chambre single
 Nuit supplémentaire en 1/2 pension à Vétan : 65 €/personne en chambre de 2
 Nuit supplémentaire en 1/2 pension à Vétan : 85 €/personne en chambre single

FORMALITES

Carte d'identité ou passeport en cours de validité.

Une assurance assistance-rapatriement est indispensable car les secours ne sont pas gratuits en Italie. Vérifier que votre contrat assistance rapatriement inclus les frais de secours en montagne.

NIVEAU

Pour marcheurs sportifs.

Randonneur niveau 3 sur une échelle de 5.

Itinéraire de montagne avec dénivelées de 600 à 900 m. Accessible aux randonneurs qui n'ont jamais pratiqué la raquette à neige. Si vous le souhaitez, il est toujours possible de vous reposer une journée pour reprendre des forces.

Dénivelée moyenne : 850 m	Maximum : 1000 m
Horaire moyen : 6 h 00 mn	Maximum : 6 h 30 mn

HEBERGEMENT

3 nuits en Val de Cogne (1650 m) en hôtel ** en chambre de 2 avec TV et téléphone, salle de bain dans la chambre. Charmante maison en pierre dans un village aux ruelles étroites. Petit centre bien être avec sauna et jacuzzi. Wifi avec point internet.

2 nuits à Vétan (1800 m) en hôtel, en chambre de 2 avec TV et téléphone, salle de bain dans la chambre. Joli bâtiment en pierre avec salle de restaurant panoramique sur la vallée d'Aoste. La période des vacances de février étant plus chargée dans cet hébergement il est possible que vous soyez exceptionnellement en chambre de 4 pour ces 2 nuits.

Les inscriptions individuelles seront regroupées en chambres de 2, ou 3 lits.

Chambre individuelle possible selon disponibilité et avec supplément de 120 €.

Les repas

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

Les pique-niques sont consommés froids sur le terrain.

PORTAGE DES BAGAGES

Uniquement les affaires de la journée.

TRANSFERTS INTERNES

Quelques kilomètres entre hébergement Val de Cogne et départs des randonnées.

50 km entre val de Cogne et Vétan avec randonnée en cours de route le jour 04

30 km entre Vétan et départ de la randonnée le jour 06

Ces transferts sont assurés par le véhicule de votre accompagnateur et les véhicules des participants.

Option "avec Transferts" : supplément de 50 €/personne :

Jour 01 : Le Fayet - Val de Cogne

Jour 04 : Val de Cogne - Vétan avec randonnée en cours de route

Jour 06 : Vétan – Le Fayet avec randonnée en cours de route

ENCADREMENT

Par un accompagnateur en montagne français.

MATERIEL FOURNI

- une paire de raquettes
- une paire de bâtons
- un DVA (appareil de recherche de victimes d'avalanche) avec pelle et sonde

Important : si vous venez avec votre propre matériel technique, merci de nous l'indiquer sur votre fiche d'inscription).

GROUPE

De 6 à 12 personnes.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vous trouverez cet équipement dans les magasins de notre partenaire :

www.auvieuxcampeur.fr



Matériel technique : une paire de chaussures chaudes et imperméables adaptées à la pratique de la raquette à neige

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

En cas de location, testez-les et protégez efficacement les zones de frottement dès le jour du départ.

Votre équipement

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 a 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 sous le pantalon de montagne 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
- 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 avec vos papiers d'identité, argent, attestations d'assurance, - d'assistance.
- Le matériel technique (voir ci-dessous).
- 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.

DATES ET PRIX

Dates : Du Dimanche au Vendredi	Prix par personne
Du 03 au 08 février 2019	760 €
Du 10 au 15 février 2019	760 €
Du 17 au 22 février 2019	760 €
Du 24 février au 01 mars 2019	760 €
Du 03 au 08 mars 2019	760 €
Du 10 au 15 mars 2019	670 €
Du 17 au 22 mars 2019	670 €
Du 24 au 29 mars 2019	670 €

Supplément chambre individuelle (selon disponibilité) : + **120 €/personne**
Option "avec transferts" (à réserver à l'inscription) : + **50 €/personne**

LE PRIX COMPREND

- L'organisation et l'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé d'Etat avec qualification hivernale
- L'hébergement 5 nuits (base chambre double)
- Les repas (petit-déjeuner, pique-nique de midi et repas du soir) du J1 au J6 en fin d'après midi
- Le prêt de raquettes et de bâtons.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- L'équipement individuel
- Les transferts au court du circuit
- Les boissons et dépenses personnelles.
- L'assurance annulation assistance rapatriement, interruption de séjour 3.9%
- D'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique précédente.

POUR EN SAVOIR PLUS

CLIMAT – ENNEIGEMENT

Nous sommes avant tout des randonneurs et si la neige vient à manquer nous assurons tout de même le départ de nos séjours.

L'ambiance et la luminosité hivernale seront au rendez-vous même si il faut porter les raquettes sur le sac pour rejoindre la neige.

CARTOGRAPHIE

L'escursionnista editore : n° 10 Valle di Cogne Gran Paradiso

Kompass : n° 86 Gran Paradiso Valle d'Aosta.

ADRESSES UTILES

Itinéraire : www.viamichelin.fr

SNCF : Tel : 0 892 35 35 35 ou <http://www.voyages-sncf.com>

INSCRIPTION, ANNULATION & ASSURANCES

INSCRIPTION

En ligne sur notre site internet www.espace-evasion.com , ou en renvoyant la fiche d'inscription signée et un acompte de 30%, vous recevrez alors une confirmation d'inscription.

Inscription à plus de 22 jours du départ : aucun frais de dossier

Inscription entre 21 jours et 8 jours du départ : frais de dossier : 10 € (20 € pour les voyages et les séjours en liberté)

Inscription à moins de 8 jours du départ : frais de dossier : 20 € (30 € pour les voyages et les séjours en liberté) (le paiement doit être obligatoirement effectué par carte de crédit)

ANNULATION

De notre part :

ESPACE EVASION se réserve le droit d'annuler un séjour en cas d'insuffisance de participants (6 minimum, sauf cas particuliers précisés) ou par suite de conditions particulières qui risqueraient de compromettre le bon déroulement du séjour.

En cas d'insuffisance de participants, ceux-ci seront prévenus dans un délai minimum de 21 jours. Il vous sera proposé plusieurs solutions de remplacement. Si aucune solution ne vous convient, vous serez remboursé intégralement.

De votre part :

En cas de désistement de votre part (sauf si vous trouvez un remplaçant), les frais d'annulation à votre charge sont les suivants (la date prise en compte est celle à laquelle ESPACE EVASION a pris connaissance du désistement) :

- Jusqu'à 30 jours du départ : 10 % du montant du séjour, avec un minimum de 30 €.

L'assurance n'entre en vigueur qu'à partir de 30 jours avant le départ et si votre voyage est soldé. Ceci implique que la somme retenue en cas d'annulation à plus de 30 jours du départ n'est pas couverte par l'assurance.

- Entre 30 et 21 jours : 25 % du montant du séjour.

- Entre 20 et 8 jours : 50 % du montant du séjour.

- Entre 7 et 2 jours : 75 % du montant du séjour.

- A moins de 2 jours du départ : la totalité du montant du séjour.

Pour la prise en charge de ces frais, nous vous conseillons vivement de souscrire une assurance annulation.

Tout participant abrégant un séjour, ne respectant pas les lieux, dates ou heures de rendez-vous, ne pourra prétendre à aucun remboursement, de même qu'une exclusion décidée par votre accompagnateur, pour niveau insuffisant ou non respect des consignes de sécurité.

ASSURANCE MULTIRISQUES ANNULATION, FRAIS DE RECHERCHE ET SECOURS, ASSISTANCE - RAPATRIEMENT- INTERRUPTION

Nous proposons une assurance multirisques. Elle est facturée séparément (3,9 % du coût du voyage). Ce contrat d'assurance est souscrit auprès de MMA Europ Assistance.

Les garanties détaillées et les exclusions sont portées sur le fascicule : Assistance – Annulation – Interruption de séjour Open Odyssée Vagabondages n° 58 223 429 joint à votre dossier.

Il est disponible sur www.espace-evasion.com ou sur simple demande.

Attention, ce contrat s'adresse uniquement aux personnes dont le domicile principal est situé en France, dans un autre pays de l'Union Européenne, ou en Suisse.

L'Assurance Annulation

La garantie de l'assuré prend effet dès son inscription et cesse lors de son départ.

Les évènements garantis sont :

- Maladie, accident ou décès
- La mutation professionnelle, la modification ou le refus des dates de congés payés du fait de l'employeur
- Vol de la carte d'identité, du passeport
- ...

Les frais d'annulation restant à votre charge vous seront remboursés par l'assureur, déduction faite de franchise, des frais de dossier, de visa, des taxes portuaires et aéroportuaires et du montant des assurances. Ils sont calculés en fonction de la date de constatation médicale ou de l'évènement qui entraîne l'annulation.

Dans les cas de mutation professionnelle, de modification ou de refus des dates de congés payés, de vol de la carte d'identité ou du passeport, une franchise de 20 % est applicable avec un minimum de 30 € par personne.

Dans les autres cas, une franchise de 30 € par personne est déduite par l'assureur.

Cas Particuliers concernant les voyages à l'étranger

Dans le cas d'un billet d'avion émis à l'avance, que ce soit à votre demande ou en raison de la politique de certaines compagnies aériennes pour certains types de tarif, il sera facturé des frais d'annulation égaux à 100 % du prix du billet, quelle que soit la date de l'annulation.

L'Assurance Frais de Recherche et Secours, Assistance Rapatriement, Interruption de Séjour :

La garantie de l'assuré prend effet dès le départ du séjour et cesse lors du retour du voyage.

Les évènements garantis par notre contrat souscrit pour vous auprès d'Europ Assistance sont :

- les frais de recherche et secours en montagne jusqu'à un plafond de 15 300 €,
- le rapatriement avec assistance en cas d'atteinte corporelle grave,
- les frais médicaux complémentaires à l'étranger,
- l'assistance en cas de décès,
- l'avance sur caution pénale à l'étranger,
- la prise en charge d'honoraires d'avocats à l'étranger jusqu'à un plafond de 3 100 €,
- l'assistance en cas de perte ou vol de papiers,
- l'interruption de séjour jusqu'à un plafond de 8000 € par assuré,
- ...

Nous déclinons toute responsabilité en cas de difficulté avec votre assistant si ces prestations ne couvrent pas les conditions ou les activités du voyage. Si des frais supplémentaires sont exposés de ce fait pour votre retour, nous nous réservons le droit de vous les facturer.

Pour les séjours à l'étranger, les participants possédant une assistance rapatriement personnelle devront nous fournir une attestation et nous signer une décharge. Il est notamment important de vérifier que votre destination ne fait pas partie des pays exclus.

Vérifiez notamment que vous possédez une garantie frais de recherche et secours avec un plafond suffisamment élevé. En particulier, les assurances des cartes bancaires couvrent l'assistance-rapatriement, mais les assurances des cartes bancaires de base (et certaines cartes bancaires haut de gamme) ne possèdent pas de garantie frais de recherche et secours.

ESPACE EVASION

Agence de Voyages – IM.074.10.0036

Garantie financière : Groupama – 5, rue du Centre - 93199 MOISY LE GRAND Cedex

Assurance responsabilité civile professionnelle : MMA Mutuelles du Mans Assurances –
Assurances Piquet-Gauthier – BP 27 – 69921 OULLINS Cédex