

# Tour des Glaciers de la Vanoise

Trek de 7 jours en pension complète - Randonnée pédestre (N° Séjour : AEMV230006)

## Parc National de la Vanoise, Alpes (France)

### # Votre séjour:

Le tour des glaciers est l'une des randonnées les plus populaires en Vanoise.

Au cours des 7 jours de randonnée, nous explorons le coeur du parc national, zone régulée et protégée pour sa flore (1,200 espèces dont 200 remarquables), sa faune (1,600 bouquetin alpins, 6,000 chamois, 120 espèces d'oiseaux protégés au niveau, régional, national, européen et international) et ses paysages.

### # Votre programme hors des sentiers battus:

**Jour 1 - Pralognan-la-Vanoise - Refuge d'Entre Deux Eaux**

Dénivelé : +1100 m / -396 m. Temps de marche : 5h05

**Jour 2 - Refuge d'Entre Deux Eaux - Refuge de l'Arpont**

Dénivelé : +879 m / -695 m. Temps de marche : 5h55

**Jour 3 - Refuge de l'Arpont - Refuge de Plan Sec**

Dénivelé : +463 m / -506 m. Temps de marche : 6h10

**Jour 4 - Refuge de Plan Sec - Refuge de l'Orgère**

Dénivelé : +916 m / -1397 m. Temps de marche : 8h00

**Jour 5 - Refuge de l'Aiguille Doran - Refuge de Péclet-Polset**

Dénivelé : +907 m / -346 m. Temps de marche : 5h30

**Jour 6 - Refuge de Péclet-Polset - Refuge de la Valette**

Dénivelé : +875 m / -760 m. Temps de marche : 5h00

**Jour 7 - Refuge de la Valette - Pralognan-la-Vanoise**

Dénivelé : +285 m / -1450 m. Temps de marche : 5h00



ERIC BRISBARE,  
Accompagnateur en Montagne

ericnews@gmail.com

+33 (0)6.25.04.37.01

Niveau: ★★★★★

Parcours accessible à toute personne faisant du sport de manière régulière, difficulté technique modérée. Portage des affaires personnelles pour 7 jours et du pique-nique.

### Hébergement et restauration:

- Hébergements en refuges (dortoirs)
- Pension complète du dîner du jour 1 au pique-nique du jour 7

### Le prix comprend:

- L'encadrement par un accompagnateur en montagne
- L'hébergement et les repas en pension complète

### Le prix ne comprend pas:

Le déplacement aller et retour de votre domicile au point d'accueil et de dispersion du séjour / l'équipement personnel / les assurances complémentaires / les transports en téléphérique, navette, taxi, bus / les boissons, pourboires et dépenses personnelles / les frais de dossier AEM Voyages (15€/dossier)

Tarif: 1029 € / pers.

(7 jours - 14 places)

### Dates:

16 au 22 Juillet 2023

(départ garanti à partir de 6 pers.)



# Tour des Glaciers de la Vanoise

Trek de 7 jours en pension complète - Randonnée pédestre (N° Séjour : AEMV230006)

## Parc National de la Vanoise, Alpes (France)

### # Jour 1 - Pralognan-la-Vanoise - Refuge d'Entre Deux Eaux

Dénivelé : +1100 m / -396 m. Temps de marche : 5h05

Rendez-vous à 10h devant la Mairie de Pralognan-la-Vanoise. Nous traversons les villages de Barioz et Bieux, pour rejoindre le sentier GR55 en direction du hameau Les Fontanettes. Le sentier s'élève sur la gauche des pistes de ski vers le refuge des Barmettes. Après le pont de la Clière nous poursuivons notre marche sur l'ancien chemin des mules. Nous continuons en direction du lac des Vaches - qui peut être traversé sur des pierres plates appelées lauzes. Nous admirons la vue sur la Grande Casse et l'Aiguille de la Vanoise. La pente devient plus facile après le lac Long jusqu'à l'arrivée au col de la Vanoise. Nous apercevons maintenant la vallée de la rivière la Leisse qui mène au village de Tignes. Après une heure de marche, nous arrivons au refuge d'Entre-Deux-Eaux.

### # Jour 2 - Refuge d'Entre Deux Eaux - Refuge de l'Arpont

Dénivelé : +879 m / -695 m. Temps de marche : 5h55

Après avoir traversé la rivière, puis le torrent de la Rocheure, nous arrivons à une intersection, et prenons le chemin qui mène à la roche Ferran. Nous passons par les lacs des Lozières et montons vers le sud dans les éboulis et les pentes herbeuses. De là-haut, nous apercevons le lac Blanc sur le flanc de la vallée opposé. Depuis le refuge d'Arpont, pour ceux qui le souhaitent nous montons au lac d'Arpont et retournons au refuge pour y passer la nuit.

### # Jour 3 - Refuge de l'Arpont - Refuge de Plan Sec

Dénivelé : +463 m / -506 m. Temps de marche : 6h10

Nous prenons la descente assez raide vers le sud. À l'intersection le Mont, le chemin monte à travers la Combe de l'Enfer. Nous continuons sur ce sentier en balcon avec une vue panoramique sur la Dent Parrachée. Ici, la vue sur la vallée de la Maurienne et les lacs Aussois (Plan d'Amont et Plan d'Aval) est magnifique. Nous arrivons au refuge de Plan de Sec.

### # Jour 4 - Refuge de Plan Sec - Refuge de l'Orgère

Dénivelé : +916 m / -1397 m. Temps de marche : 8h00

Nous rejoignons le chemin puis traversons le pont de la Seteria au-dessus du lac du Plan d'Amont. La montée vers le col de la Masse (2922m) peut débuter, nous laissons derrière nous les deux lacs d'Aussois. À l'intersection, nous quittons le GR 5 pour continuer en direction du col de la Masse. Du col, nous suivons les cairns et entamons la descente sur l'autre versant du Col de la Masse à travers un chemin étroit à proximité de la moraine du Râteau d'Aussois. Nous suivons la piste dans la prairie pour arriver au refuge de l'Orgère.

### # Jour 5 - Refuge de l'Aiguille Doran - Refuge de Péclet-Polset

Dénivelé : +907 m / -346 m. Temps de marche : 5h30

Nous prenons le chemin à gauche du refuge de l'Aiguille Doran. Il sillonne à travers une forêt de pins, puis les alpages par le site du Povaret. Le sentier s'élève progressivement à l'intersection de la vallée de Polset. Le lac de la Partie est sur la droite de notre route, on l'aperçoit seulement à la dernière minute. Juste avant le col de Chavière (2795m), il est possible de croiser des névés jusqu'au début de l'été. Nous descendons ensuite dans la vallée de la Tarentaise en direction du refuge de Péclet-Polset.

### # Jour 6 - Refuge de Péclet-Polset - Refuge de la Valette

Dénivelé : +875 m / -760 m. Temps de marche : 5h00

Le sentier descend progressivement jusqu'à l'intersection de la Ritort, où nous retrouvons le GR55. Après le hameau de la Motte, nous traversons la rivière Doron de Chavière, le chemin monte alors plus sensiblement en direction du hameau de Montaimont et vers le cirque des Nants. Le sentier panoramique qui mène aux chalets des Nants est spectaculaire jusqu'au refuge de la Valette.

### # Jour 7 - Refuge de la Valette - Pralognan-la-Vanoise

Dénivelé : +285 m / -1450 m. Temps de marche : 5h00

Nous continuons vers le nord le long du cirque de la Valette, à gauche du Roc du Tambour. Nous arrivons près du cirque du petit Marchet et le chemin descend alors jusqu'au sommet du Petit Marchet. Le court passage vertigineux du cirque du Grand Marchet est équipé d'un câble. Nous descendons vers le cirque de l'Arcelin en suivant le chemin marqué par des cairns et traversons le ruisseau au Creuset en direction des Fontanettes puis de Pralognan.

AEM VOYAGES - Maison des Parcs et de la Montagne 256 rue de la République 73000 CHAMBERY - 04.79.70.20.42 - aemvoyages@lesaem.fr  
RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 garantie financière Groupama contrat 4000716094/0 I MO 73180011 - SIRET 837 504 711 000 16  
Ce programme peut être modifié à tout moment par le professionnel encadrant en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques et techniques des participants et de la disponibilité des hébergements. En dernier ressort, il reste seul juge du programme.

FORMALITÉS ET ASSURANCES:  
- Carte d'identité en cours de validité, carte vitale ou carte européenne d'assurance maladie pour un séjour dans l'UE / EEE ou en Suisse  
- Assurance RC : chaque participant doit être couvert en Responsabilité civile (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 Europe 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. Pour plus d'information sur les formalités sanitaires en France, consulter le site suivant : <https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus>