

# Week-end à raquette dans le Chablais et les Alpes du Léman pour le Réveillon



## *PRESENTATION*

Alpes du Léman

Séjour randonnée en étoile en centre de vacances

**Randonnée raquettes de 4 jours et 3 nuits dont 3,5 jours de marche dans les Alpes du Léman.**

Une vallée, oubliée par les foules hivernales, que surveille l'impressionnant Roc d'Enfer (2243 m). Un cadre très alpin qui cache aussi des reliefs au profil doux, des villages d'alpage endormis sous la neige, et **des sommets accessibles à raquettes**.

Vous allez succomber au charme d'un massif qui a vu naître **les premières raquettes à neige** sous l'impulsion de quelques passionnés, inventifs et astucieux comme savent l'être les montagnards du Chablais.

Bellevaux est aussi le village de Felix Meynet, écrivain de bande dessinée dont la notoriété à dépasser les limites du département (Fanfoué des Potnas, Double M, ...).

Nous avons choisi, au départ d'un **hébergement familial**, des **randonnées en raquettes variées et sauvages** qui offrent des points de vue remarquables sur le **Mont Blanc et le lac Léman**, justifiant pleinement cette appellation des "**Alpes du Léman**" !

# PROGRAMME

## Jour 01 :

**Accueil à la gare de Thonon-les-Bains à 13h30**, transfert jusqu'à Bellevaux pour déposer les bagages, puis une première randonnée en raquettes en direction du lac de Petetoz, sauvage et silencieux !

Retour par les chalets de Petetoz.

Dénivelée : + 300 m / - 300 m                      Distance : 4 km

## Jour 02 : Plateau de Tré le Saix

Au départ de l'Ermont nous remontons le ruisseau des Nants, puis obliquons vers le sud pour rejoindre les pâturages de Tré le Saix.

A moins que les conditions ne nous permettent de partir depuis Malatraix, versant sud.

Traversée du plateau pour atteindre la pointe de Tré le Saix (1657 m), pique nique et ascension de la Pointe de la Gay (1801 m) et son joli parcours d'arretes.

Dénivelée : + 800 m ; - 800 m                      Distance : 7 km

***Menu gastronomique pour le Réveillon !***

## Jour 03 : Col de Chavan

Nous partons de la Chévrerie et remontons le ruisseau de Bellecombe jusqu'aux chalets de Chavan (1614 m), ambiance sauvage au pîed de la face nord de la pointe de Chavasse (2012 m).

Après la pause montée au col de Chavan 1757 m.

Dénivelée : + 700 m ; - 700 m                      Distance : 8 km

## Jour 04 : Pointe de Miribel

Au départ de Megevette nous rejoignons le plateau de Plaine Joux.

Moins austère et plus ouvert que le secteur du Roc d'Enfer, il offre une vue à 360° ainsi qu'un relief original et très ludique. Ascension de la Pointe de Miribel (1581 m), le sommet panoramique par excellence !

Dénivelée : + 600 m ; - 600 m                      Distance : 6 km

**Fin du séjour vers 17h00.**

## COMPLEMENT DE PROGRAMME

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

**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 nous ne pouvons pas chausser les raquettes.

La montagne est très différente en hiver, les couleurs ne sont pas les mêmes que l'été, et le soleil est plus bas sur l'horizon offrant des lumières de coucher de soleil tout au long de la journée !

# FICHE PRATIQUE

## ACCUEIL

**Le Jour 01 en gare de Thonon-les-Bains (devant la gare) à 13h30, en tenue de randonneur.  
Rendez-vous à 14h00 à Bellevaux si vous venez en voiture.**

### **Accès voiture à Bellevaux :**

Vous arrivez de la moitié nord de la France, ou par Genève :

Prendre l'autoroute A40, poursuivre au delà de Annemasse en direction de Chamonix et sortir après le péage (sortie 15). Suivre la direction "Pont de Fillinges" puis "Vallée Verte", à Boège continuer en direction de Habere-Poche. A l'entrée du village de Habere-Poche tourner à droite, direction Hirmentaz. Un peu plus loin tourner encore à droite, traverser la petite station de ski de Hirmentaz et poursuivre jusqu'à Bellevaux. Le centre de vacances est sur la gauche.

Vous arrivez du Sud de la France, ou par Lyon :

Prendre l'autoroute A41, passer la Roche sur Foron puis prendre la direction de Geneve au niveau de l'échangeur de l'A40. Sortir de l'autoroute juste après cet échangeur (sortie 15). Suivre la direction "Pont de Filinges" puis "Vallée Verte", à Boège continuer en direction de Habere-Poche. A l'entrée du village de Habere-Poche tourner à droite, direction Hirmentaz. Un peu plus loin tourner encore à droite, traverser la petite station de ski de Hirmentaz et poursuivre jusqu'à Bellevaux. Le centre de vacances est sur la gauche.

### **Accès train : Gare SNCF à Thonon-les-Bains. *Horaires 2018 à vérifier auprès de la SNCF***

Paris - Thonon-les-Bains : 07h11 - 11h20 (via Bellegarde)

Paris - Thonon-les-Bains : 08h11 - 13h17 (Via Bellegarde)

Lyon-Part-Dieu - Thonon-les-Bains : 08h38 - 11h20 (via Bellegarde)

Lyon-Part-Dieu - Thonon-les-Bains : 10h38 - 13h17 (via Bellegarde)

Horaire à vérifier

## DISPERSION

**Le Jour 04 en gare de Thonon-les-Bains vers 16h30.**

**Retour voiture : à Bellevaux vers 16h00**

### **Retour train : *Horaires à vérifier auprès de la SNCF***

Thonon-les-Bains-Paris gare de Lyon : 16h46 - 21h49 (Via Bellegarde)

Thonon-les-Bains - Lyon-Part-Dieu : 16h46 - 19h22 (Via Bellegarde)

## NIVEAU

Marcheurs sportifs.

Randonneurs niveau 3 sur une échelle de 5.

Randonnée itinérante, 5h00 à 6h00 de marche par jour avec 700 m de dénivelée moyenne..

## HEBERGEMENT

3 nuits en centre de vacances en chambres doubles avec salle de bains et W-C privés. Les chambres sont équipées de lits superposés, mais nous serons les seuls occupants donc chacun pourra être installé dans un lit bas.

Chambre individuelle possible avec supplément de 15 €/nuit.

Il s'agit d'un hôtel familial qui dispose de plusieurs bâtiments. Le centre de vacances, l'hôtel et le restaurant sont dans 3 chalets différents situés dans le même hameau. A cette période il accueille des individuels et des familles. Vous aurez juste une petite route (peu de passage) à traverser pour rejoindre le restaurant de l'hôtel.

### Les repas

Les dîners sont constitués d'une cuisine familiale adaptée à la pratique de la randonnée.

Les petits déjeuners sont servis à volonté. Les pique-niques sont accompagnés d'une boisson chaude. Si la température est basse, votre accompagnateur fera le maximum pour trouver un abri (chalet ou cabane) de manière à profiter du repas et de la pause de midi.

### MENU DU REVEILLON 2019-2020

Filtre à la Grenade & Figue

Bouchée de Langouste aux Oignons & Câpres

\*\*\*

Foie Gras de Canard, Pommes au Laurier, Fior di Sale à l'Hibiscus

Pain du Sacrifice

\*\*\*

Filet de Bar à la Sauce Alexandrine

Fenouil Rôti & Rutabaga Bitter

\*\*\*

Eau de Rose Givrée

\*\*\*

Noisettes de Chevreuil à la Truffe

Lentilles aux Châtaignes, Carottes & Salsifis Rôtis

\*\*\*

Roquefort de Brebis aux Poires Fraîches

Galette à l'Huile d'Olive & à l'Anis

\*\*\*

Pré dessert

\*\*\*

Douceur au Citron

Gourmandises

## **TRANSFERTS INTERNES**

Véhicules des participants

## **GROUPE**

De 6 à 12 personnes seulement.

## ENCADREMENT

Un Accompagnateur en Montagne du Pays, spécialistes de la randonnée hivernale.

## MATERIEL FOURNI

Pour ces randonnées en raquettes il vous sera fourni une paire de raquettes "TSL" ou « INOOK » très performantes. Leur système de fixation s'adapte à tous les types de chaussures (si vous avez un doute appelez-nous). Pour compléter l'équipement nous vous proposons des bâtons de ski.

## EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

### Vêtements :

#### Les principes :

Pour le haut du corps, le principe des 3 couches permet de gérer quasiment toutes les situations :

- un sous-pull à manches longues en matière respirante (fibre creuse).
- une veste en fourrure polaire chaude.
- une veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex.

En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie, neige ou vent, il suffit de rajouter la veste imperméable. Par grands froids ou lors des pauses, la veste polaire est un complément indispensable.

Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc proscrire le coton. Préférez la laine, la soie et les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible.

Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud. La sueur est l'ennemi du randonneur à raquettes, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. Ainsi, il est très rare d'effectuer une ascension vêtu d'une veste polaire.

Eviter les anoraks et proscrire les combinaisons de ski, trop chauds et encombrants.

#### La liste idéale : (à adapter suivant la randonnée et la saison)

- o 1 chapeau de soleil ou casquette.
- o 1 foulard.
- o 1 bonnet.
- o 1 paire de moufles avec éventuellement des gants en soie et une paire de gants supplémentaire.
- o T-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 à 3 jours de marche).
- o 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise.
- o 1 veste en fourrure polaire.
- o 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex avec capuche.
- o 1 cape de pluie ou un sursac si vous possédez la veste ci-dessus.

- o 1 pantalon de trekking ample.
- o 1 surpantalon imperméable et respirant type gore-tex (si votre budget vous le permet)
- o 1 caleçon (peut-être utilisé le soir à l'étape).
- o Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche) Privilégier la laine ou les chaussettes spécifiques randonnée. Attention au coton pour les ampoules.
- o 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables à semelle type Vibram. Pensez à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps. Proscrire absolument les bottes et après-skis.
- o 1 paire de guêtres.
- o Des sous-vêtements.
- o 1 maillot de bain (facultatif).
- o 1 pantalon confortable pour le soir.
- o 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir.

### **Equipement**

- o 1 sac à dos de 35/40 litres à armature souple, muni d'une ceinture ventrale et permettant d'accrocher les raquettes.
- o Un grand sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos.
- o 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité avec protection latérale.
- o 1 thermos ou une gourde de préférence isotherme (1,5 litre minimum).
- o 1 couteau de poche type Opinel.
- o 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent, carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance.
- o Nécessaire de toilette (privilégiez l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyages).
- o 1 serviette de toilette qui sèche rapidement.
- o Boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).
- o Papier toilette + 1 briquet.
- o Crème solaire + écran labial.
- o Boite plastique hermétique (contenance 0,5 l minimum) + gobelet + couverts.
- o 1 frontale ou lampe de poche.
- o 1 couverture de survie.
- o Un drap-sac. Les duvets sont inutiles.
- o Appareil-photo, jumelles (facultatif).

### **Pharmacie personnelle**

- o Vos médicaments habituels.
- o Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence.
- o Pastilles contre le mal de gorge.



- o Bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large.
- o Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes.
- o Double peau (type Compeed ou SOS ampoules).
- o 1 pince à épiler.

## DATES ET PRIX

### DATES ET PRIX

Date de début	Date de fin	Etat	Prix par adulte
30/12/2021	02/01/2022	Confirmé	555 euros

Supplément chambre individuelle : 45 €/personne

### LE PRIX COMPREND

- les frais d'organisation
- la nourriture et l'hébergement en pension complète
- le prêt du matériel, raquettes et bâtons
- l'encadrement par 1 accompagnateur en montagne

### LE PRIX NE COMPREND PAS

- les boissons et dépenses personnelles
- l'équipement individuel
- le supplément chambre individuelle
- le moyen de transport
- les assurances annulation - assistance - rapatriement - interruption
- tout ce qui n'est pas mentionné au programme

# POUR EN SAVOIR PLUS

## DESCRIPTION

### 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

Les cartes IGN du secteur dans lequel nous allons nous balader est la série TOP 25 - 3428 ET et 3429 ET.

### ADRESSES UTILES

Itinéraire : [www.viamichelin.fr](http://www.viamichelin.fr)

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

CFF : trains suisses <http://www.sbb.ch/fr/>

Co-voiturage : [www.covoiturage.fr](http://www.covoiturage.fr) [www.123envoiure.com](http://www.123envoiure.com) [www.allostop.net](http://www.allostop.net)

