

HIVER 2016

COLS ET SOMMETS DU BEAUFORTAIN EN RAQUETTES

**Randonnée en étoile en gîte d'étape confortable
6 jours, 5 nuits, 5,5 jours de randonnée**



Le Beaufortain a été sous les feux de l'actualité lors des épreuves de ski de fond des Jeux Olympiques de 1992 aux Saisies. Ce serait oublier que c'est aussi un massif qui a su développer un « tourisme doux », où homme et environnement arrivent à trouver un équilibre harmonieux, avec notamment une agriculture de montagne sauvegardée. Le Beaufortain recèle une architecture montagnarde traditionnelle splendide et surtout le " Prince des Gruyères ", le beaufort, dont la seule évocation suffit à nous faire saliver.

Les villages du Beaufortain vous enchanteront. Ici, depuis tout temps, l'homme a su utiliser la pente pour en tirer avantage et l'architecture qui en résulte allie robustesse, ingéniosité et beauté. Les randonnées que nous vous proposons sont très variées et des sommets sont facilement accessibles avec des vues incomparables sur le massif du Mont-Blanc. L'hébergement est assuré dans un gîte d'étape douillet, au cœur du village d'Arêches.

**DESTINATIONS QUEYRAS
PLACE JEAN LÉA – 05470 – AIGUILLES – FRANCE
Tel : (+33) 04 92 45 04 29**

e-mail : contact@randoqueyras.com - web : www.randoqueyras.com

PROGRAMME

Jour 01 :

Rendez-vous à **12 h 30 mn en gare d'Albertville TGV** si vous venez en train (transfert **sur réservation à l'inscription**) ou directement au gîte d'étape La Charmette (04 79 38 18 12) à **Arêches à 13 h 15 mn**, si vous venez en voiture. Merci de préciser votre **mode d'accès à l'inscription**. Ensuite, transfert à Arêches. Vous devez vous présenter au rendez-vous (que ce soit à la gare ou au gîte d'étape) **en tenue de randonnée**, avec votre sac à dos prêt, de l'eau dans votre gourde et vos chaussures de randonnée à portée de main. En effet, les dortoirs ne sont disponibles que dans l'après-midi. Cette première journée nous permet de prendre ou reprendre contact avec les raquettes au départ du gîte. Pour le premier pique-nique en commun et en plus de nos préparations, il est apprécié que chacun des participants apporte une des spécialités de sa région d'origine, afin de commencer la randonnée par des échanges culturels fructueux. Après le repas dans la nature, nous nous élevons en forêt et débouchons sur le petit plateau de **Plan Villard** (1546 m), premier belvédère sur le Mont-Blanc et le Beaufortain. Nous sommes dans l'ambiance ! Une belle descente, d'abord en clairière puis en forêt nous ramène à notre gîte.

Dénivelée : + 490 m, - 490 m

Longueur : 6 km

Horaire : 3 h 30 mn

Jour 02 :

Nous passons à Beaufort, capitale du massif, en minibus. Une visite à la coopérative est incontournable pour comprendre la genèse du "prince des gruyères". Cette journée est également l'occasion de se familiariser avec le décor et les villages du Beaufortain. Nous partons **d'Hauteluce**, notre village coup de cœur, face au Mont-Blanc. Après une traversée entre bois et clairières par le hameau des **Côtes** (1073 m), il est temps d'entamer la montée en forêt. Nous débouchons sur un petit plateau dégagé, parsemé de chalets typiquement beaufortains, bien en dessous du Col des Saisies. Nous nous amusons à errer de clairière en clairière, à nous enfoncer (presque) au hasard dans les forêts profondes pour retrouver cette sensation de facilité et de liberté que procurent les raquettes. Le retour par le hameau des **Pémonts** (1440 m) sur l'adret dégagé (le versant du soleil), nous ménage de splendides vues sur les hauts sommets du Beaufortain.

Dénivelée : + 550 m, - 550 m

Longueur : 10 km

Horaire : 4 h 30 mn

Jour 03 :

Notre randonnée du jour est placée sous la protection de St Guérin, patron des troupeaux. Nous nous élevons de clairière en clairière jusqu'aux **Accrays** (1700 m) et, par un itinéraire en balcon, à l'exceptionnel panorama, gagnons le **Barrage de St Guérin** (1159 m), puis **Le Rocher** (1661 m). Selon les conditions, il est possible d'explorer plus haut en altitude les vastes alpages ou bien de boucler le tour du lac par la Forêt du Marlhonnais.

Dénivelée : + 530 m, - 530 m

Longueur : 10 km

Horaire : 4 h 30 mn

Jour 04 :

Nous démarrons du village de **Boudin** (1306 m). Une douce montée dégagée, puis en forêt nous conduit au **Col du Pré** (1703 m). Nous y retrouvons le Mont-Blanc, comme à l'accoutumée. Un dernier effort nous permet de gravir un **promontoire** (1856 m), sur la crête de Roche Partsire. Nous dominons d'un côté la vallée d'Arêches et ses chalets éparpillés et de l'autre l'immense **Lac de Roselend**, la **Brèche de Parozan** et la **Pierra Menta**, véritable emblème du Beaufortain. Selon Rabelais, ce pic serait le résultat d'un coup de pied de Gargantua dans les Aravis. Votre accompagnateur n'aura pas de mal à vous dénicher des vallons secrets pour la descente. Au retour, nous profitons de la lumière du couchant pour déambuler dans les ruelles abruptes du village classé de **Boudin**, exemple particulièrement caractéristique de l'utilisation de la pente par l'homme.

Dénivelée : + 550 m, - 550 m

Longueur : 12 km

Horaire : 5 h

Jour 05 :

Transfert en minibus jusqu'au **Planay**, au fond du Val Joly, le plus haut possible sur la route du col du Joly (1390 m). Dans un décor superbe, nous montons en douceur à travers les doux

alpages dégagés, au-dessus de la limite de la végétation. Nous atteignons ainsi le **Col de Véry** (1962 m) qui donne l'accès à Megève et au Val d'Arly. Il ne reste plus qu'à gravir les dernières pentes menant à un **petit sommet** (2015 m), sur l'arête de l'Aiguille Croche. Le panorama à 360 degrés y est des plus spectaculaires, avec notamment une vue sur le Mont-Blanc extraordinaire. La descente sera un des moments forts de la semaine.

Dénivelée : + 630 m, - 630 m

Longueur : 10 km

Horaire : 6 h

Jour 06 :

Nous démarrons de **La Dray** (1239 m), au bout de la vallée d'Arêches ou plus haut si la route est dégagée et gagnons **Plan Villard** (1546 m), que nous connaissons déjà. Mais cette fois-ci ce ne sera qu'une étape pour traverser les dernières forêts et déboucher au-dessus de la limite de la végétation. Nous continuons à nous élever dans ces vastes étendues pour gagner **l'Épaule de La Légette du Mirantin** (1998 m), appelée localement la **Cote 2000**. Le Beaufortain nous y apparaît dans sa presque intégralité. La montagne est vaste, il est très aisé de trouver un itinéraire différent pour la descente.

L'arrivée est prévue gare d'Albertville TGV vers **17 h 30 mn** (transfert **sur réservation à l'inscription**).

Dénivelée : + 760 m, - 760 m

Longueur : 10 km

Horaire : 5 h 30 mn

Le programme indiqué n'est donné qu'à titre indicatif et peut être modifié en fonction des conditions météo, de l'enneigement ou de conditions locales particulières. Votre accompagnateur fera tout son possible pour faire face à ces aléas, avec son expérience et son professionnalisme, en modifiant le programme si besoin est. Ainsi, il choisira plutôt une randonnée vers un sommet en cas de temps dégagé et plutôt une randonnée en forêt en cas de mauvais temps. Faites-nous confiance, ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et un meilleur confort !

Les horaires ont été calculés pour un rythme de 250 mètres de dénivelée à l'heure en montée, 500 mètres à l'heure en descente et 3,5 km à l'heure sur le plat, afin de pouvoir comparer les différentes randonnées avec la même base. Ils ne concernent que la marche effective, tous les temps de repas, de pause ou de contemplation sont à ajouter. Il est bien sûr évident qu'en raquettes, l'horaire de marche n'est qu'une indication. De bons marcheurs par neige dure trouveront les horaires surévalués, les petits marcheurs par neige fraîche trouveront les horaires nettement sous-évalués.

Enneigement :

Nous sommes avant tout des randonneurs et si la neige vient à manquer (notamment en début et fin de saison), nous assurons tout de même le départ de nos séjours.

L'ambiance et la luminosité hivernale sont au rendez-vous même s'il faut porter un peu les raquettes sur le sac pour rejoindre la neige. Depuis que nous organisons cette randonnée, nous avons rarement eu besoin de porter les raquettes.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Le Jour 01 à 12 h 45 mn devant la Gare d'Albertville TGV si vous venez en train (transfert **sur réservation à l'inscription**) ou directement au gîte d'étape La Charmette (04 79 38 18 12) **à Arêches à 13 h 30 mn**, si vous venez en voiture. Merci de nous le préciser à l'inscription.

Si vous arrivez en retard : Le jour même, en cas de retard de dernière minute, laissez un message au gîte d'étape La Charmette (04 79 38 18 12).

Accès train : Gare d'Albertville TGV

Paris Gare de Lyon : 08h45 12h34 : Albertville
Lyon Part Dieu : 09h50 11h16 : Chambéry : 12h00 12h34 : Albertville
Marseille : 07h14 08h50 : Lyon Part Dieu : 09h50 11h16 : Chambéry
Chambéry : 12h00 12h34 : Albertville

Horaires indicatifs à vérifier auprès de la SNCF au 36 35 ou www.voyages-sncf.com.

Accès voiture : Gîte d'étape La Charmette (04 79 38 18 12) à Arêches

Itinéraire : www.viamichelin.fr

Covoiturage :

Nous pouvons difficilement jouer le rôle d'intermédiaire : d'une part, il nous est difficile d'organiser le covoiturage et d'autre part, la loi nous interdit la divulgation de coordonnées personnelles. Cependant, soucieux de faciliter vos déplacements mais aussi de nous inscrire dans une démarche responsable et respectueuse de l'environnement, nous vous invitons, conducteur ou passager, à consulter les sites suivants qui organisent le covoiturage :

www.blablacar.fr ou www.idvroom.com.

L'utilisation en est efficace, simple et gratuite.

Prendre l'autoroute A430 et emprunter la sortie 30 pour Albertville. Prendre ensuite la direction Beaufortain par la D925 jusqu'à Beaufort. Emprunter ensuite la D218 à droite jusqu'à Arêches. Prendre la D65 direction du Planey, puis à droite en direction des Carroz, en-dessous du télésiège. Prendre ensuite deux fois à gauche pour gagner le gîte d'étape.

Parking :

Vous pouvez garer votre véhicule sans souci près de votre hébergement.

Accès avion : Aéroport de Genève Cointrin

Aéroport Genève Cointrin : www.gva.ch

L'aéroport est relié aux réseaux ferroviaires suisse et européen. La gare CFF de l'aéroport est directement accessible depuis les niveaux enregistrement et arrivée. Tous les trains s'arrêtent à la gare Genève-Cornavin (centre-ville) : 5 trains par heure aux heures de pointe, 7 mn de trajet. Les trains pour la France partent de la gare centrale Genève-Cornavin (centre-ville).

DISPERSION

Le Jour 06 vers 17 h 30 mn à la Gare d'Albertville TGV ou au gîte d'étape à Arêches.

Retour train : Gare d'Albertville TGV

Albertville : 17h34 21h15 : Paris Gare de Lyon
Albertville : 17h45 20h10 : Lyon Part Dieu
Albertville : 17h45 20h10 : Lyon Part Dieu : 21h06 22h46 : Marseille

Horaires indicatifs à vérifier auprès de la SNCF au 36 35 ou www.voyages-sncf.com.

Retour voiture : Gîte d'étape La Charmette (04 79 38 18 12) à Arêches

Retour avion : Aéroport de Genève Cointrin

Aéroport Genève : www.gva.ch

Train depuis la France pour la gare centrale Genève-Cornavin (centre-ville), puis la gare CFF de l'aéroport. 5 trains par heure aux heures de pointe, 7 mn de trajet.

Les niveaux enregistrement et arrivée sont directement accessibles depuis la gare CFF de l'aéroport.

Hébergement avant ou après la randonnée :

Si vous arrivez la veille ou repartez le lendemain, vous pouvez contacter le gîte d'étape La Charmette (04 79 38 18 12), l'hébergement où vous séjournerez durant la semaine.

FORMALITES

Durant la randonnée, vous devez être en possession des documents suivants :

- Carte d'identité en cours de validité ou Passeport.
- Dépliant de votre assurance voyage reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit l'assurance que nous proposons) ou de votre assurance personnelle (numéro de contrat + numéro de téléphone).
- Carte vitale.

NIVEAU

3 chaussures

Dénivelée moyenne : 610 m

Maximum : 760 m

Longueur moyenne : 11 km

Maximum : 12 km

Horaire moyen : 5 h

Maximum : 6 h

Le rythme de marche est lent et régulier, l'aspect découverte est privilégié sur l'aspect sportif.

HEBERGEMENT

Le gîte de La Charmette (04 79 38 18 12) est un authentique chalet savoyard, à 10 mn du centre du village d'Arêches. Dans cet hébergement cosy avec vue imprenable sur la vallée, Régine et Joël auront à cœur de vous faire déguster leur cuisine familiale traditionnelle. Régine, ancienne gardienne du Refuge du Fond des Fours est intarissable sur l'histoire de son village. Vous pourrez éventuellement assister à la traite des vaches du frère de Régine ou bien « buller » devant la cheminée du salon, seulement troublés par les ronflements du chien.

Les **inscriptions individuelles** sont regroupées en chambre mixte de 4 personnes, avec douche et WC dans la chambre.

Les lits sont équipés de draps et de couettes. Vous devrez vous munir de serviettes de toilette.

Repas :

Le repas et le petit-déjeuner sont préparés par nos hôtes. La restauration servie est équilibrée et variée. La cuisine est copieuse, traditionnelle et adaptée au programme des randonneurs. Les repas froids pris au cours de la randonnée sont copieux et accompagnés de vivres de course (fruits secs, chocolat, biscuits). Ces pique-niques sont préparés par l'accompagnateur à l'aide des commerces locaux. 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.

TRANSFERTS INTERNES

Notre minibus pouvant transporter 8 personnes en plus de l'accompagnateur, si le groupe dépasse ce nombre, nous pouvons vous demander d'utiliser votre propre véhicule. Dans ce cas-là, il est bien évident que vous serez défrayés des frais engagés.

PORTAGE DES BAGAGES

Séjour en étoile : vous ne portez qu'un sac comportant les affaires pour la journée et le repas de midi fourni, réparti entre tous.

GROUPE

de 6 à 12 personnes seulement

Dédoublement :

Code : RQCSB

En raison d'une forte demande, il peut arriver que le séjour soit dédoublé. Dans ce cas, chaque groupe sera indépendant et encadré par son propre accompagnateur.

Groupes constitués :

Vous êtes membres d'une association, d'un comité d'entreprise, d'une collectivité, vous êtes une famille ou un groupe d'amis désirant randonner ensemble : nous organisons cette randonnée aux dates que vous choisissez, avec un tarif étudié.

Vous avez un rêve, un projet..., consultez-nous.

ENCADREMENT

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 (les sous-vêtements en laine mérinos sont confortables et génèrent peu de mauvaises odeurs), 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, 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)

- 1 chapeau de soleil ou casquette.
- 1 foulard.
- 1 bonnet.
- 1 paire de moufles avec éventuellement des gants en soie et une paire de gants supplémentaire.
- T-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 à 3 jours de marche).
- 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise.
- 1 veste en fourrure polaire.
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex avec capuche.
- 1 cape de pluie ou un sursac si vous possédez la veste ci-dessus.
- 1 pantalon de trekking ample.
- 1 surpantalon imperméable et respirant type gore-tex (si votre budget vous le permet).
- 1 caleçon (peut-être utilisé le soir à l'étape).
- 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.
- 1 paire de chaussures de randonnée montantes 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.**
- 1 paire de guêtres.
- Des sous-vêtements.
- 1 maillot de bain (facultatif).
- 1 pantalon confortable pour le soir.
- 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir.

Equipement :

- 1 sac à dos de 35/40 litres à armature souple, muni d'une ceinture ventrale et permettant d'accrocher les raquettes.
- Un grand sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos.

- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité avec protection latérale.
- 1 thermos ou une gourde de préférence isotherme (1,5 litre minimum).
- 1 couteau de poche type Opinel.
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent, carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance.
- Nécessaire de toilette (privilégiez l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyages).
- 1 serviette de toilette qui sèche rapidement.
- Boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).
- Papier toilette + 1 briquet.
- Crème solaire + écran labial.
- Boîte plastique hermétique (contenance 0,5 l minimum) + gobelet + couverts.
- 1 frontale ou lampe de poche.
- 1 couverture de survie.
- **Les draps et les duvets sont inutiles.**
- Appareil-photo, jumelles (facultatif).

Pharmacie personnelle

- Vos médicaments habituels.
- Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence.
- Pastilles contre le mal de gorge.
- Bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large.
- Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes.
- Double peau (type Compeed ou SOS ampoules).
- 1 pince à épiler.

Et puis...

- une dose de bonne humeur et pourquoi pas une petite spécialité de chez vous à partager lors d'un pique-nique ou d'une soirée !

MATERIEL FOURNI

Nous vous fournissons des raquettes robustes et légères, avec des fixations à plaques et des pointes antidérapantes adaptables à toutes les chaussures de montagne ou de trekking, des bâtons, ainsi que le matériel de sécurité spécifique à la randonnée.

Raquettes TSL 225

Bâtons rigides, plus solides que les bâtons télescopiques.

Nous fournissons gracieusement ce matériel. Si vous êtes déjà équipés, vous pouvez utiliser votre propre matériel, s'il est parfaitement fiable. Merci dans ce cas de nous le signaler à votre inscription, en précisant ce que vous avez déjà. Cela permettra de mieux évaluer les besoins en matériel du groupe.

Pour votre confort, si vous mesurez moins de 1,60 m et pesez moins de 55 kg, merci de nous le signaler, nous tâcherons de vous fournir une paire de raquettes adaptée à votre morphologie. De même, si vous mesurez plus de 1,80 m et pesez plus de 80 kg.

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, 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)

- 1 chapeau de soleil ou casquette.
- 1 foulard.
- 1 bonnet.
- 1 paire de moufles avec éventuellement des gants en soie et une paire de gants supplémentaire.
- T-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 à 3 jours de marche).
- 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise.
- 1 veste en fourrure polaire.
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex avec capuche.
- 1 cape de pluie ou un sursac si vous possédez la veste ci-dessus.
- 1 pantalon de trekking ample.
- 1 surpantalon imperméable et respirant type gore-tex (si votre budget vous le permet).
- 1 caleçon (peut-être utilisé le soir à l'étape).
- 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.
- 1 paire de chaussures de randonnée montantes 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.**
- 1 paire de guêtres.
- Des sous-vêtements.
- 1 maillot de bain (facultatif).
- 1 pantalon confortable pour le soir.
- 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir.

Equipement :

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

Pharmacie personnelle

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

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

Et puis...

- une dose de bonne humeur et pourquoi pas une petite spécialité de chez vous à partager lors d'un pique-nique ou d'une soirée !

DATES ET PRIX

du Dimanche 3 janvier au Vendredi 8 janvier 2016	598 €
du Dimanche 17 janvier au Vendredi 22 janvier 2016	598 €
du Lundi 8 février au Samedi 13 février 2016	628 €
du Lundi 14 mars au Samedi 19 mars 2016	628 €
du Lundi 28 mars au Samedi 2 avril 2016	598 €

Transfert aller et retour depuis la gare d'Albertville : **15 € par personne à réserver à l'inscription.**

Les réservations de **prestations supplémentaires** doivent se faire **à l'inscription** et être spécifiées sur le bulletin de réservation.

LE PRIX COMPREND

- Les frais d'organisation et d'encadrement.
- La nourriture et l'hébergement en pension complète.
- Le prêt des raquettes et des bâtons.
- Les transferts prévus au programme.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les boissons et dépenses personnelles.
- L'équipement individuel.
- Les trajets jusqu'au lieu d'accueil et à partir du lieu de dispersion.
- Les assurances
- Tout ce qui n'est pas dans "Le prix comprend".

POUR EN SAVOIR PLUS

NOS POINTS FORTS

- Un massif préservé à l'écart des remontées mécaniques et des foules hivernales.
- Le Mont-Blanc en toile de fond chaque jour.
- La visite de la coopérative et la dégustation incontournable du beaufort, « prince des gruyères ».
- Hébergement en gîte confortable, en chambre de 4 avec douche et WC.
- Un groupe limité à 12 personnes pour une meilleure convivialité.
- Minibus à disposition permettant de modifier le programme en cas de faible enneigement.
- Accès TGV facile (3 h 30 mn de Paris) avec prise en charge et dispersion en gare d'Albertville.
- En correspondance avec les horaires de TGV (pas de nuit supplémentaire sur place).

L'ESPRIT DU SÉJOUR

Randonner, c'est se mettre à l'écoute de son corps et de tout ce qui l'entoure mais c'est aussi s'arrêter pour s'émerveiller, s'ouvrir à la nature.

Randonner, c'est aller à la rencontre de l'autre au détour d'un sentier ou d'un village, rencontre apportant la dimension humaine à la découverte d'un pays.

Pour comprendre et mieux découvrir le Beaufortain il faut en connaître les nombreuses particularités. C'est cet aspect culturel de la randonnée que votre accompagnateur saura partager avec vous.

Pendant plusieurs jours, vous allez évoluer au sein d'un groupe de personnes réunies autour d'une passion commune pour la nature et de l'envie de découvrir un massif. Votre randonnée est l'occasion de partager des moments forts, en faisant preuve de convivialité, d'ouverture d'esprit et d'entraide à l'égard de vos compagnons de voyage.

LA PIERRA MENTA

La Pierra Menta signifie « pierre dressée ». L'auteur de cette curiosité géologique serait Gargantua, si on en croit Rabelais. Replongeons-nous dans ses écrits...

...« Or donc, l'illustre et bon géant, Gargantua, badaudant, bavardant, badinant, bafouillant, barbouillant, bambochant, baratiant, ballotant, barbotant et regardant les mites voler, s'en vint dans le Pays de Savoie, portant sa botte et le nez en l'air, ce qui n'est point recommandé dans ces régions, vu qu'elles sont pleines de hauts et de bas et tout juste bonnes aux chèvres, boucs de rocher et autres bêtes capricornes et sauvages qui sautent d'abîmes en abîmes, ce à quoi un honnête chrétien ne saurait se risquer. Ainsi ce qui devait arriver arriva, et il parvint en un lieu hérissé nommé Aravis, toujours baguenaudant et regardant de tous côtés sauf où il était bon de le faire, il s'en vint donner en plein du pied droit dans une montagne fort épaisse ; et cependant, tant étaient grandes la force et puissance du bon géant, ne s'y fit à lui-même aucun mal mais seulement un fort grand trou à travers la dite montagne dont le morceau vola en éclats parmi les aires et s'alla planter avec un épouvantable fracas et gros tourbillons de poussières à plus de dix lieues vers le sud, dans une terre nommée Beaufortain où il écrasa en tombant trois sauterelles et un rat. Ce gros morceau de roche y est toujours demeuré depuis, planté tout droit comme un piquet et fort inaccessible, auquel les bergers de lieu donnent à présent le nom de Pierra Menta... ».

BIBLIOGRAPHIE

La raquette, Jean-Marc Lamory, éditions Didier Richard.

"Le Beaufortain", Jean-Marie JEUDY, Editions Bias.

"La Savoie Vagabonde", Tome 1, Jean-Marie JEUDY, Editions Glénat

"Le Versant du soleil", Roger Frison-Roche, Edition Flammarion.

Hors Série ALPES MAGAZINE, "Les plus beaux villages des Alpes", p 26.

ALPES MAGAZINE n°11, "Le Beaufortain à l'Autrichienne", p 56.

ALPES MAGAZINE n°12, "Albertville se prend aux Jeux", p 40.

ALPES MAGAZINE n°59, "Roselend, un si bel alpage", p 90.

ALPES MAGAZINE n°62, "Le chalet rustique d'une région isolée", p 58.

ALPES MAGAZINE n°93, "Beaufortain, le bonheur est dans le pré", p 30.

ALPES MAGAZINE n°113, "Fromages, l'heureuse fortune des Alpes", p 18.

ALPES MAGAZINE n°120, "Beaufortain, montagne sentimentale", p 22.

ALPES MAGAZINE n°130, "Roselend-La Bathie, 50 ans d'énergie en Beaufortain", p 99.

ALPES MAGAZINE n°139, "Beaufortain Pierra Menta, le fest-noz des montagnards", p 40.

ALPES MAGAZINE n°145, "Franck Piccard, champion lumineux", p 32.

ALPES MAGAZINE n°153, "Paysans en Beaufortain", p 16.

CARTOGRAPHIE

1 / 50 000 Didier Richard n° 8 "Mont-Blanc - Beaufortain"

1 / 25 000 IGN 3531 OT Megève

1 / 25 000 IGN 3532 OT Massif du Beaufortain

1 / 25 000 IGN 3432 ET Albertville

Suivez les Aventures de Destinations Queyras en rejoignant notre communauté



Sur [facebook](#)



Sur [twitter](#)



Sur [google+](#)



Sur [youtube](#)

Ou sur [notre blog](#)



web

INSCRIPTIONS, ANNULATIONS ET ASSURANCES

ASSURANCES

L'assurance annulation permet le remboursement du prix du voyage moins les frais de dossier en cas d'annulation pour raisons graves à moins de 30 jours du départ (voir la page "Conditions générales"). Elle coûte 2,2 % du prix du voyage. Nous vous proposons également une assistance rapatriement à 1 %.

REGLEMENT

Chèques vacances acceptés et paiement par carte bancaire possible

À l'inscription : Acompte de 30 % du prix du séjour

Un mois avant le départ : Le solde sans appel de notre part

CONTACT

Destinations Queyras

Place Jean Léa

05470 AIGUILLES

Tel. (33) 04.92.45.04.29

Fax. (33) 04.92.45.00.49

contact@randoqueyras.com

www.randoqueyras.com

Agence de voyage N° IM005100004

SARL Randoqueyras au capital de 10 000 €

RCS Gap 484 591 235

RCP MMA 113.326.666

Garant : APS 15 avenue Carnot 75017 PARIS

Agrément Jeunesse et Sports 00598ET0048 -

SIRET 484 591 235 00011 - APE 633Z