

FICHE TECHNIQUE AU DEPART DE SAINT JEAN D'ARVES (MAURIENNE)



Durée : 7 jours / 6 nuits en pension complète (petit-déjeuner, pic-nic, repas du soir)

Hébergements : refuges gardés, chalets d'alpage gardés – hôtel

Groupe : de 6 à 10 personnes

Niveau : Bons marcheurs équipés pour la montagne

Date : du samedi 22 Juillet 2023 au vendredi 28 Juillet 2023

Lieu de RV : 12h30 Saint Jean de Maurienne SNCF ou 13h30 Entraigues

Tarif : 800 Euros

LE JOUR PAR JOUR

JOUR 1 Saint Jean d'Arves (Entraigues, altitude 1.279m) à Saint Jean d'Arves (Chalet du Perron, altitude 2.157m)

Distance : 7km - Dénivelé : +850m - Durée : 4h - Type de Terrain : Piste forestière puis sentier en alpage.

Le chalet du Perron, chez Patricia CHARVIN est un hébergement touristique de montagne, adhérent de l'Office de Tourisme.

JOUR 2 Saint Jean d'Arves (Chalet du Perron, altitude 2.157m) à La Grave (Refuge du Pic du Mas de la Grave, 1.890m) via Col de Martignare (2.872m)

Distance : 14km – Dénivelé : +1000m/-1250m – Durée : 7h15 - Type de Terrain : Sentier dans les alpages et hors sentier sur terrain minéral, traversées de talwegs, ruisseaux et éboulis. Hébergement : Refuge du Pic du Mas de la Grave. Repas inclus : matin, midi et soir.

Belle et longue étape qui, en franchissant le Col de Martignare, nous amène dans les Hautes-Alpes par des itinéraires confidentiels. Panoramas 360°, ambiance de porte de haute-montagne.

Le Refuge du Pic du Mas de la Grave, privé, ouvert en 2017 est tout confort. Nous y sommes accueillis par Cécile.

JOUR 3 La Grave (Refuge du Pic du Mas de la Grave, 1.890m) à Villar d'Arène (Refuge du Goléon, 2.460m) par le Signal de la Grave (2.445m)

Distance : 16km – Dénivelé : +990m/-460m – Durée : 6h45 - Type de Terrain : Sentier dans les alpages puis sur terrain minéral. Traversées de troupeaux, très nombreuses sentes de moutons.

Étape 100% haut-alpine, un cheminement en balcon avec vue imprenable sur la Meije. Le Col du Cruq des Aiguilles est sauvage et nous offre la vue sur le Col du Goléon au programme du lendemain. Environnement minéral où l'on aperçoit de manière insolite une partie des Aiguilles d'Arves.

Le refuge du Goléon, privé domine le tout proche lac éponyme. Nous y sommes accueillis par Lucile et Myrtille.

JOUR 4 Villar d'Arène (Refuge du Goléon, 2.460m) à Valloire (Hôtel, 1.700m) par Col du Goléon (2.873m)

Distance : 10km – Dénivelé : +400m/-1100m – Durée : 5h30- Type de Terrain : Sentier minéral, hors sentier dans alpage et pente raide à proximité du Col. Nous retrouvons la Savoie en franchissant l'insolite Col du Goléon. La veille, depuis le Col du Cruq des Aiguilles, il nous paraissait infranchissable. Une sente bien tracée. La descente dans les alpages peuplés de nombreux moutons nous conduira au hameau de Bonnenuit où un taxi nous conduira jusqu'à Valloire.

JOUR 5 Valloire – Bonnenuit (1.750m) à Refuge Aiguilles d'Arves (2.260m)

Distance : 4,5km – Dénivelé : +500m/-50m – Durée : 2h30 - Type de Terrain : Sentier balisé et bien marqué.

L'étape du jour est courte, s'effectue en après-midi pour un peu de repos et la visite de Valloire.

Après-midi, montée au refuge via dans le vallon des Aiguilles d'Arves où bruit des ruisseaux et son des cloches offrent un décor d'alpage fleuri. Progressivement le panorama sur le massif des Cerces s'élargit et soudain apparaissent les Aiguilles d'Arves sous leur profil oriental.

Le refuge des Aiguilles d'Arves est un refuge du Club Alpin où nous sommes accueillis par Canelle, Florian et Romain.

JOUR 6 Refuge Aiguilles d'Arves (2.260m) à Albiez-Montrond (Chalet d'la Croë, 2.120m) par le Col de l'Épaisseur (2.891m)

Distance : 5km – Dénivelé : +650m/-650m – Durée : 4h30 - Type de Terrain : Sentier balisé, éboulis et hors sentier minéral.

Entre deux combes d'alpages verdoyants, le col de l'Épaisseur nous offre à nouveau un paysage minéral avec la chance de retrouver les Aiguilles d'Arves sous leur profil septentrional. Une descente vers l'ouest sera constituée d'un tronçon de pierrier.

Voici une étape technique où les pierriers, petits et grands, nous permettront d'apprécier encore plus le moment où, après avoir franchi le Col de l'Épaisseur, nous retrouverons un alpage verdoyant.

Le Chalet d'la Croë, établissement privé est un chalet d'alpage restauré pour accueillir les randonneurs. Après un repas festif, face au massif des Grandes Rousses et toujours dominé par les Aiguilles, une nuit en dôme pour observer les étoiles et un territoire qui s'étend sur plusieurs dizaines de kilomètres jusqu'au Aravis et massif des Bauges. Nous y serons accueillis par Virginie BIZEL et son équipe.

JOUR 7 Albiez-Montrond (Chalet d'la Croë, 2.120m) à Saint Jean d'Arves (Entraigues 1.279m)

Distance : 8km – Dénivelé : +60m/-850m – Durée : 3h30 - Type de Terrain : Sentiers balisés.

L'étape du jour nous permettra de boucler notre itinérance partagée. De la descente tout le long pour rejoindre notre point de départ d'Entraigues à Saint-Jean-d'Arves. Le petit débriefing de fin de séjour autour d'un verre avant de nous séparer, des images et des souvenirs plein la tête.

- ✚ Les hébergements de montagne ne sont pas équipés de terminaux de paiement ! Pour vos petits « extras », prévoyez donc de l'argent liquide ou un chéquier.
- ✚ Votre Accompagnateur en Montagne est toujours susceptible de modifier l'itinéraire en fonction des conditions rencontrées en montagne ce jour-là
- ✚ Votre équipement personnel est composé à minima :
 - Un sac à dos à minima de 50 litres, un dispositif de stockage d'eau d'au-moins 1,5 litres
 - Une paire de chaussures de montagne montantes, semelle crantée, et dotée d'un pare-pierre, une paire de chaussures pour les soirées,
 - Des vêtements techniques de montagne de type 3 couches (polaire coupe-vent, veste imperméable), une paire de gants, un couvre-chef, un vêtement chaud pour les soirées,
 - Bâtons télescopiques de marche si vous y êtes habitués ...
 - Vous ne trouverez une laverie automatique qu'à Valloire au jour 4

CETTE RANDONNEE EST ENCADREE PAR



Diplôme d'Etat d'Alpinisme option Accompagnateur en Montagne
Photographe de montagne « Passion des Arves »

Educateur sportif n° 07310ED0048

Travailleur indépendant SIRET 82460794900024

Assuré en Responsabilité Civile Professionnelle MAIF 4 497 799 R

Assurée en RCP Opérateur de Voyages et de Séjour MAIF 4 497 799 R

Contact : seb.rivoira@gmail.com et 06 33 14 92 68



Ce produit touristique est vendu en forfait au sens de la directive (UE) 2015/2302 et de l'article L.211-2 II du code du tourisme.

NOUVELLE ITINÉRANCE ENTRE SAVOIE ET DAUPHINÉ

