

Eté 2021

Cette escapade « Au Cœur des Aravis » serpente au sein d'un paysage façonné par l'homme et la nature. Chalets traditionnels bicentenaires, fermes d'alpage, tendres prairies vertes et sommets élancés, font partie intégrante du décor de cette randonnée inédite dans le massif des Aravis. Sans oublier le confort des étapes, les magnifiques panoramas sur le massif du mont Blanc et le côté sauvage du tour de la Pointe Percée.



Niveau



Dates : du 19 au 23 juillet, du 26 au 31 juillet, du 2 au 6 août, et du 16 au 21 août 2021

→ 6 jours / 5 nuits dont 4,5 jours de marche

Marche : 3h à 7h par jour

Dénivelé : 450 à 1200 m par jour

Remarques : confort et sans portage (sauf J4 et J5) - à partir de 16 ans.

Au jour le jour...

Vous allez aimer ...

- Traverser des alpages verdoyants pour rejoindre des combes sauvages
- Déguster de fabuleux produits du terroir, reblochon, chevrotin, beignets....
- Partir à la rencontre des habitants et de leurs traditions.
- L'hébergement de qualité.

JOUR 1

Rendez-vous à 11h30 au parking de la gare routière du Grand Bornand à 930 m en tenue de rando. Repas tiré du sac. Montée par la forêt et les alpages perdus de la Tannaz pour rejoindre le Chinaillon et notre hébergement.

- Heures de marche : 3h
- Distance parcourue : 6 km
- Dénivelé + : 450 m
- Dénivelé - : 50 m
- Hébergement : en chambre gîte ou hôtel selon période

JOUR 2

Randonnée en boucle, sur le territoire du Gypaete barbu, du Roc des Tours au lac de Lessy – Retour à notre hébergement. Nuit en hôtel ou gîte au Chinaillon.

- Heures de marche : 5h30
- Distance parcourue : 11 km
- Dénivelé + : 1000 m
- Dénivelé - : 1000 m
- Hébergement : en hôtel

JOUR 3

Nous remonterons la vallée du Maroly et ses alpages verdoyants, en passant par le Col des Annes, berceau du reblochon, avant de rejoindre le monde minéral du refuge de la Pointe Percée. Descente dans la vallée et nuit en hôtel à L'Auberge Nordique. Chambre de 2 à 5 personnes.

- Heures de marche : 6h
- Distance parcourue : 13 km
- Dénivelé + : 750 m
- Dénivelé - : 950 m
- Hébergement : L'Auberge Nordique Village Vacances ***

JOUR 4

Court transfert au Col des Annes, pour s'aventurer sur l'itinéraire sauvage autour de la Pointe Percée. Après la grande descente du Col de la Forclaz, nous atteindrons la combe de Doran, où se niche le refuge de Doran. Nuitée au refuge dortoir de 4 à 10 personnes.

- Heures de marche : 6h30
- Distance parcourue : 12 km
- Dénivelé + : 900 m
- Dénivelé - : 1200 m
- Hébergement : en refuge

JOUR 5

Depuis le Refuge de Doran, nous passerons par la combe sauvage des fours pour rejoindre le passage de la Grande Forcle - Retour et nuitée à L'Auberge Nordique.

- Heures de marche : 6h30
- Distance parcourue : 11 km
- Dénivelé + : 1100 m
- Dénivelé - : 1400 m
- Hébergement : L'Auberge Nordique Village Vacances ***

JOUR 6

Départ après le petit déjeuner. En option, randonnée au « Trou de la Mouche » ou farniente à L'Auberge Nordique pour profiter de la quiétude de lieu !

Important : Le programme est donné à titre indicatif.

Des situations indépendantes de notre volonté peuvent aussi nous amener à modifier les itinéraires et les activités de la journée (météo, niveau des participants, sécurité ...).

Les programmes ont été établis selon les derniers éléments connus lors de la rédaction : des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement. Sur place, nos guides sont les meilleurs juges, ils peuvent être amenés à modifier l'itinéraire en fonction de la météo ou si la sécurité du groupe le nécessite.

INFORMATIONS TECHNIQUES

NIVEAU PHYSIQUE ET TECHNIQUE

Trek pour des bons marcheurs, en bonne condition physique, habitués à marcher plusieurs jours de suite. De 3h à 7h de marche par jour, avec un sac à dos de 6-8 kg, sur des sentiers de montagne.

Les températures pourront être fraîches si le temps est couvert. N'hésitez pas à nous consulter si vous avez un doute sur le niveau requis.

Sans portage, sauf J4 et J5

-> Affaires personnelles de la journée et repas de midi. Sac d'environ 8 kg. Dans l'idéal 10 % de votre poids.

GROUPE ET ENCADREMENT

Pour ce trek, groupe de 5 à 10 participants.

L'encadrement est assuré par un guide accompagnateur en montagne diplômé d'Etat d'Alpinisme. Vous évoluerez sous sa responsabilité et il pourra modifier l'organisation, selon les contraintes météo ou techniques.

Pour toute demande d'information technique, nous contacter au 06 74 88 42 55.

RESTAURATION ET HEBERGEMENT

En gîtes, à L'Auberge Nordique ou en hôtels confortables.

Les repas chauds et paniers repas sont préparés par les gîtes, hôtels ou par L'Auberge Nordique.

Le prix comprend :

- L'encadrement par un professionnel.
- Les demi-pensions en gîtes, auberges ou hôtels (chambres ou mini dortoir).
- Les repas pique-niques pour le midi et les vivres de course.

Le prix ne comprend pas :

- Le transport pour se rendre au départ de la randonnée.
- Les boissons ou dépenses personnelles.
- La carte d'adhésion à L'Auberge Nordique (6€).
- L'assurance Annulation, Assistance Recherche Rapatriement (vérifiez avec votre assurance si vous êtes couverts) avec ou sans extension COVID19.
- Tout ce qui ne figure pas dans « le prix comprend ».
- L'hébergement la veille du départ.

ITINERAIRE

En fonction des conditions météorologiques, de l'enneigement, du niveau des participants ou pour des raisons de disponibilités d'hébergement, l'itinéraire pourra être modifié par l'accompagnateur en montagne.

Les horaires sont donnés à titre indicatif, sans compter les arrêts.

INSCRIPTION ET REGLEMENT

Informations techniques au 06 74 88 42 55. Inscriptions à L'Auberge Nordique par téléphone au 04 50 02 31 12, par mail à info@auberge-nordique.com ou directement sur le site internet www.auberge-nordique.com.

ASSURANCES

Nous ne saurions nous substituer à la responsabilité civile de chacun. Pour participer à nos séjours et voyages, il est obligatoire de posséder une assurance responsabilité civile et d'être couvert en assistance, recherches et secours, rapatriement, accident de montagne.

FORMALITES

Carte d'identité valide. Carte de sécurité sociale

INFORMATIONS GENERALES

MATÉRIEL CONSEILLÉ

- Sac à dos (environ 25 à 30 litres).
- Bâtons de randonnée (si besoin).
- Mini lampe de poche ou frontale ou lampe du téléphone.
- Gourde, couteau pliant.
- Chaussures de randonnée à semelle crantée et en bon état.
- Drap-sac en soie ou très fin pour le refuge (couvertures ou couettes fournies).
- Sacs plastiques transparents pour protéger les vêtements dans le sac.

ÉQUIPEMENT VESTIMENTAIRE CONSEILLÉ

- Bonnet ou bandeau ou buff, casquette.
- 2 t-shirts respirants et 1 sous pull respirant.
- 1 veste ou pull softshell, polaire ... bien chaude !
- 1 veste gore-tex protectrice pluie et vent.
- 1 pantalon de randonnée respirant et stretch, 1 short.
- 1 sous vêtement thermique long ou $\frac{3}{4}$ respirant (odlo, patagonia...) pour la nuit ou sous le pantalon de marche s'il fait froid ou pour rechange en arrivant au gîte si besoin.
- 2 paires de chaussettes de randonnée.

PERSONNEL

- Petit nécessaire de toilette et boules quies.
- Petite trousse à pharmacie : vos médicaments, arnica, doliprane, élastoplaste, pansements ampoules, ...
- Lunettes de soleil indice 4 (lentilles déconseillées), crème solaire.
- Papiers d'identité et d'assurance, n° téléphones en cas d'urgence, argent ... dans une mini pochette étanche.

LE POIDS DE VOTRE SAC A DOS NE DEVRAIT PAS EXCÉDER 6-8 KG

Gardez de la place pour les repas du midi, qui vous seront fournis chaque jour.

TELEPHONES PORTABLES ET RECHARGE DES BATTERIES D'APPAREILS PHOTOS

L'accès aux réseaux téléphoniques est aléatoire en montagne. Une batterie de téléphone peut tenir la semaine si vous ne l'allumez que de temps en temps. Une batterie de secours portable est conseillée.

CONDITIONS A RESPECTER

Âge minimum : 16 ans. Les enfants mineurs doivent être accompagnés par un adulte responsable. Certificat médical d'aptitude à la pratique de la randonnée itinérante à remettre avant le départ.

REMARQUE : annulation possible de la randonnée **au plus tard 15 jours** avant le départ, en cas d'une trop faible participation. Une solution de remplacement vous sera proposée.

Vous voulez connaître toute l'actualité de L'Auberge Nordique ?

Aimez notre
page Facebook



Aimez notre
page Instagram



Inscrivez-vous à
notre Newsletter

