

DATES DU SÉJOUR

Du 3 au 5 Août 2024

Du 31 Août au 2 septembre 2024



TOUR DES DENTS BLANCHES

Itinéraire France et Suisse

Séjour de 3 Jours / 2 Nuits

Magnifique itinéraire permettant de faire le tour de la chaîne des Dents Blanches, chaînon montagneux situé entre Sixt fer à Cheval en Haute Savoie et le Haut Val d'Illeiez dans le canton du Valais. Ce territoire est fortement marqué par le plissement Alpin : les paysages y sont surprenants, marqués par de forts contrastes. Vous allez traverser des alpages verdoyants, longer des lacs d'altitude, isolés par le passage de « pas », passages câblés permettant l'accès à une nature sauvage et loin des foules.

POINTS FORTS :

- Des paysages somptueux et variés
- Faune et flore bien présentes
- Refuges de charme
- Itinéraire qui traverse la France et la Suisse

AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne - 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY
04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1
IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur de la Consommation & Patrimoine - 12 Square Desnouettes - 75015 Paris - <https://mcpmediation.org/>

PROGRAMME DU SÉJOUR

Jour 1 : rendez-vous au parking du lac des Mines d'Or à 8h30.

Étape lac des Mines d'Or - Col de Cou - Pas d'Encel - Refuge de Susanfe

Départ le matin à 9h depuis le lac des Mines d'Or pour rejoindre le col de Cou (1920m), puis passage en Suisse afin de descendre dans le magnifique vallon des alpages de Barmaz (1492m). Pause de midi avec pique-nique prévu par vos soins.

L'après-midi, le chemin continu en direction du Signal de Bonavau (1790m), nous pourrons alors nous régaler d'une magnifique vue sur un cirque rocheux creusé par le passage des glaciers. Nous entamerons une descente dans le vallon de la Saufla. Ultime montée par le pas d'Encel, passage équipé de câbles pour rejoindre le refuge de Susanfe (2102m), situé entre les Dents du Midi (3257m) et la Tour Salière (3220m).

1400 m de dénivelé positive, 707 m de dénivelée négative, 15 km, 7 heures de marche effective.

Diner et nuitée au refuge de Susanfe.

Pique-nique du midi non compris.

Jour 2 : Étape refuge de Susanfe - Col des Ottans - Refuge de la Vogealle

On quitte au matin la cabane en revenant sur nos pas de la veille pour rejoindre la bifurcation qui nous mènera aux échelles permettant l'ascension du col des Ottans (2498m). Ce passage équipé d'échelles, peut être redouté par certains, mais dans le sens de la montée il ne pose aucune difficulté particulière. L'arrivée au col des Ottans, frontière entre la Suisse et la France offre une magnifique vue panoramique à perte de vue, notamment sur les glaciers du Ruan et du Prazon, derniers glaciers sur roche calcaire de Haute Savoie. Le sentier se poursuit en « balcon » jusqu'à la tête de Pérúa, où nous ferons une pause pique-nique si les conditions météorologiques sont adéquates. Nous finirons la journée par une descente qui nous mènera au vallon de la Vogealle et à son charmant refuge(1902m).

610 m de dénivelé positive, 811 m de dénivelé négative, 8,3 km, 5h de marche effective.

Petit déjeuner au refuge de Susanfe, pique-nique préparé par le refuge.

Diner et nuitée au refuge de la Vogealle.

Jour 3 : Étape refuge de la Vogealle - Pas au Taureau - Col de la Golèse - Lac des Mines d'Or

La première heure de marche de la journée débute par une marche à faible dénivelé, passant par le lac de la Vogealle. L'ascension débute après le lac, direction le Pas au taureau. Arrivée au col (2555m), l'itinéraire se poursuit par une descente dans un pierrier, technique au départ. Vous pourrez vous aider d'une main courante, ce passage étant équipé de câbles. Passé le pierrier, le chemin se poursuit en aval des dents d'Oddaz. Nous ferons à ce moment une pause pique-nique non loin du refuge de Bostan (modifiable suivant le temps horaire et la météo).

L'après-midi se poursuivra par une courte montée pour rejoindre le Col de la Golèse (1662m), afin de basculer dans un vallon qui nous mènera au Lac des Mines d'Or.

830m de dénivelé positive, 1340m de dénivelé négative, 14 km, 6 h de marche.

Diner, nuitée et petit déjeuner au refuge de la Vogealle.

Pique-nique préparé par le refuge

AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne - 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY
04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur de la Consommation & Patrimoine - 12 Square Desnouettes - 75015 Paris - <https://mcpmediation.org/>

Ce programme peut être modifié à tout moment par le professionnel encadrant en fonction des conditions météorologiques et/ou du niveau technique et physique des participants.

ACCEUIL

Le jour 1, rendez-vous à 8h30 au parking du lac des Mines d'Or (le 1^{er} P à votre droite se situant légèrement en aval du lac).

DISPERSION

Le Jour 3, fin du séjour à 17h au même endroit que le départ (horaire pouvant être sujet à modification).

ENCADREMENT DU SÉJOUR

Mr BONAN Thomas
+33 675 021 847
info@nautichill.com

NOMBRE DE PARTICIPANTS

Nombre de participants minimum : 5 personnes
Nombre de participants maximum : 8 personnes

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Moyen à difficile

EFFORT :

la difficulté « *énergétique* »
de la randonnée pédestre.



TECHNICITÉ :

la difficulté « *motrice* »
de la randonnée pédestre.



RISQUE :

la difficulté « *psychologique* »
de la randonnée pédestre.



Vous pouvez vous référer au guide pratique des cotations de la FFR :

<https://www2.ffrandonnee.fr/data/CMS/files/randonnee/Guide-cotation-ffrandonnee-2020.pdf>

Entre 5h et 7h de marche par jour. Vous allez emprunter des sentiers de montagne, avec des passages de pierriers, certaines portions sont aériennes mais sécurisées par des câbles.

Ce raid s'adresse à des personnes ayant déjà une expérience de la marche en montagne pendant plusieurs jours d'affilés.

Distance totale 35 km. Dénivelé positif total 2719m, dénivelé négatif total 2719m.

Point le plus élevé : 2536 m.

HÉBERGEMENT / RESTAURATION

- Type d'hébergement et catégorie : en refuge
- Type de chambre pour le séjour : dortoir
- Services inclus ou non : les draps et le linge de toilette ne sont pas inclus. Couvertures et oreillers inclus. Il faut amener votre sac à viande.
- Pension complète.
- Repas : Les repas du midi sont sous forme de pique-nique préparés par le refuge, hormis le 1^{er} jour. Ils devront être transportés par vos soins.
Les repas du soir ainsi que les petits déjeuners sont pris en refuge dans une salle commune.

PORTAGE DES BAGAGES

Pas de transport de bagages inclus dans ce raid. Vous portez vos affaires pour les trois jours dans votre sac à dos.

TRANSFERTS INTERNES

Le transport au lieu de RDV du 1^{er} jour ainsi que la dispersion se font au moyen de vos véhicules ou moyens personnels.

PRIX DU SÉJOUR

420 € / personne

LE PRIX COMPREND

- L'encadrement par un Accompagnateur en Montagne Diplômé d'État.
- L'hébergement en « refuge », en chambre de type dortoirs (draps et linge de toilette non fournis)
- La pension complète du dîner du Jour 1 au pique-nique de midi du Jour 3.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le déplacement aller / retour de votre domicile au point d'accueil/dispersion du séjour.
- Le pique-nique de midi du Jour 1
- Les boissons et les achats personnels, les éventuels jetons de douches
- Les encas
- Les assurances
- Les frais de dossier d'AEMV de 15 € / dossier
- Tout ce qui n'est pas mentionné dans la rubrique « le prix comprend ».

MATÉRIEL FOURNI

- Trousse de premiers secours prise en charge par l'accompagnateur.



MATÉRIEL ET ÉQUIPEMENT INDIVIDUEL À PRÉVOIR

Ordonnance obligatoire si traitement médical en cours

Sac à dos confortable de 30 à 40 litres que vous transporterez durant les trois jours avec vos affaires pour les trois jours. Contenu : gourde d'eau minimum 1,5 L et/ou thermos, drap sac, vêtements de rechange pour le soir, vos encas, protection solaire et lunettes de soleil ainsi que de la place pour le pique-nique du midi.

Vêtements

- 1 chapeau de soleil ou casquette
- 1 foulard/cache cou
- 1 bonnet et/ou bandeau
- T-shirts (1 ou 2 pour 3 jours de marche). Éviter le coton, très long à sécher. Préférer des t-shirts manches courtes en matière respirante.
- 1 sous-pull ou chemise manche longue (remarque idem ci-dessus)
- 1 veste en fourrure polaire
- 1 short ou bermuda
- 1 pantalon de trekking
- 1 pantalon léger pour le soir
- 1 veste type Gore Tex simple et légère
- 1 cape de pluie(facultatif)
- 1 surpantalon imperméable(facultatif)
- Des sous-vêtements

AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne - 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY
04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1
IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur de la Consommation & Patrimoine - 12 Square Desnouettes - 75015 Paris - <https://mcpmediation.org/>

- Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche). Eviter les chaussettes de type « tennis » (coton)
- 1 paire de chaussures de randonnée crantées tenant bien la cheville (semelles de type Vibram).

Équipement

- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité
- 1 paire de bâtons télescopiques (facultatif) : facilite les montées et les descentes et très utiles pour évoluer sur des terrains accidentés ou glissants et traverser les rivières.
- 1 gourde (1,5 litre minimum) • 1 lampe frontale (facultatif) • 1 couverture de survie (facultatif)
- 1 couteau de poche
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent
- Nécessaire de toilette : prenez des produits biodégradables de préférence • 1 serviette de toilette à séchage rapide
- Boules Quies (facultatif)
- Papier toilette • Crème solaire - stick à lèvres
- Pour le pique-nique : couverts

Pharmacie personnelle

- Ordonnance obligatoire si traitement en cours
- Vos médicaments habituels
- Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence

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 Responsabilité civile : chaque participant doit être couvert en RC 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 Europ 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>

Pour un séjour hors France, consulter le site suivant en sélectionnant le nom du pays concerné :

<https://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs/conseils-par-pays-destination>