

## TOUR DES GLACIERS DE LA VANOISE Confort

Profiter de la nature préservée du Parc National, sans sacrifier le confort !



Entre les hautes vallées de Maurienne et de Tarentaise, le massif de La Vanoise est un condensé de toute la richesse des Alpes : carrefour géologique, conditions climatiques protégées et altitudes qui s'échelonnent jusqu'aux 3855m de La Grande Casse permettent une magnifique diversité de paysages, de fleurs et la présence remarquable de toute la faune alpine, en limite avec la « Haute Montagne ». Voici notre Tour des Glaciers revisité, avec un hébergement en chambre et des étapes renouvelées. Un circuit pour une immersion privilégiée dans cette montagne d'exception !

🕒 6 jours

👤 Accompagné / guidé

🧳 Avec ou sans transport de bagages

🏠 Hébergement : Confort (chambre)

🏔️ Niveau : \*\*\*

💰 A partir de : 990€

### Vous allez aimer

- Le territoire sauvage et préservé du premier parc national de France
- Un itinéraire original autour des glaciers des Dômes de la Vanoise
- Le passage au village typique de Pralognan-la-Vanoise
- Les hébergements en refuges et hôtel conviviaux, en chambre.

# Le parcours

## Jour 1

**RDV 10h30 à l'office du tourisme de Termignon.**

### **TERMIGNON - AUBERGE DE BELLECOMBE**

La randonnée démarre à Termignon, le long du Doron de Chavière, par une montée un peu raide entre prés et forêt. L'effort trouve sa formidable récompense avec le spectacle qui se dévoile à l'arrivée sur l'alpage : vaste panorama, lacs turquoises dans lesquelles se reflètent les sommets enneigés, chalets de pierre et quelques Tarines pour le fond sonore ! Installation pour deux nuits en refuge (2350m), en chambre.

5h de marche / Dénivelé : +1250 m -200 m / 11km

## Jour 2

### **TOUR DES AIGUILLES DE LANSERLIA**

Depuis le refuge, départ pour une randonnée en boucle autour des Aiguilles et jusqu'au sommet de la Pointe de Lanserlia, un parcours qui vous plongera dans l'ambiance la plus secrète de la Vanoise. Avec en option, depuis le lac de Lanserlia (2700m), le tour du plateau sauvage du Turc. Retour au refuge, nuit en chambre.

6h de marche / Dénivelé : +850 m -850 m / 15km (avec la montée à la Pointe de Lanserlia)

## Jour 3

### **COL DE LA VANOISE - PRALOGNAN LA VANOISE**

Traversée du vallon de la Leisse et montée au col de la Vanoise (2517m) entre la Grande Casse, le point culminant du massif (3855m) et les glaciers de la Vanoise. Descente vers le village de Pralognan-la-Vanoise en passant par le lac Long et le célèbre gué du lac des Vaches. Installation pour deux nuits à Pralognan, en hôtel, en chambre.

7h30 de marche / Dénivelé : +600 m -1500 m / 20km

## Jour 4

### **LES CRÊTES DU MONT CHARVET (2362m) – PRALOGNAN LA VANOISE**

Un itinéraire en boucle depuis Pralognan pour découvrir l'une des randonnées les plus fameuses de la vallée et l'ambiance surprenante d'une montagne de gypse. Variété des paysages, panorama à 360°, nuancier de couleur... au programme de cette magnifique journée. Le Petit Mont Blanc ( 2680m)(+1250/- 950m) ou bien le cirque du Petit Marchet et le col de la Valette (2554m) (+ 1150m / - 840m) sont des options pour cette journée. Retour à Pralognan pour une seconde nuit à l'hôtel, en chambre.

6h30 de marche / Dénivelé : 1050 m -1050 m / 14km

## Jour 5

### **COL D'AUSOIS – REFUGE LE MONTANA OU REFUGE DE PLAN-SEC**

Le tour des Glaciers se poursuit avec l'ascension du col d'Aussois. Après un démarrage tranquille dans le vallon de Chavière et une petite pause gourmande à l'alpage de Ritor...le chemin grimpe dans une ambiance de plus en plus minérale jusqu'aux 2914m du col ! Descente dans une large combe vallonnée qui nous ramène paisiblement sur la vallée de la Maurienne, les barrages de Plan d'Amont et Plan d'Aval et les hauteurs d'Aussois. Nuit en refuge, en chambre.

7h de marche / Dénivelé : +1320 m -860 m / 17km

## Jour 6

### **SENTIER BALCON DU GENEPY – TERMIGNON**

Le parcours se termine avec une grande traversée en balcon qui surplombe la vallée de la Maurienne et le torrent de

l'Arc. Le sentier chemine sous les contreforts de la dent Parrachée et le glacier de L'Arpont avant de redescendre sur le village de Termignon.

6h30 de marche / Dénivelé + 600 m - 1500 m / 16km

**Fin de la randonnée à Termignon vers 16h30.**

# Le voyage

## NIVEAU \*\*\*

Dénivelé : +/- 600m à 1350m

Temps de marche : 4h à 6h30 par jour

Type de randonnée : itinéraire de montagne sur sentiers balisés souvent caillouteux. Quelques variantes proposées avec des passages plus escarpés nécessitant un pied sûr.

Il est nécessaire d'être en bonne condition physique générale. Pratiquez régulièrement un sport d'endurance tel que la marche, la course à pied, le vélo, de 3 à 4 heures par semaine. Votre préparation physique facilitera votre séjour et vous permettra de l'apprécier d'autant plus.

Découvrez le descriptif des niveaux en cliquant ici : [niveaux des randonnées](#)

## ENCADREMENT

Nombre de participants compris entre 6 et 12 personnes encadrées par un professionnel diplômé (accompagnateur en montagne).

En remerciement, il est d'usage de donner un pourboire à votre accompagnateur à la fin de votre randonnée, selon votre satisfaction. Ceci n'est pas obligatoire mais très apprécié.

## TRANSPORT DE BAGAGES

**Avec transport de bagages** : vos bagages sont acheminés chaque jour à votre hébergement par un véhicule logistique.

## HÉBERGEMENT

CONFORT :

2 nuits en refuge en dortoir de 4 personnes,

2 nuits en hôtel en chambre de 2 personnes,

1 nuit en refuge en chambre de 2 personnes.

Les draps sont fournis dans chaque hébergement, merci de prendre une serviette de toilette. Tous les hébergements sont équipés de douches chaudes. Néanmoins en raison des périodes de sécheresse de plus en plus récurrentes, l'accès aux douches n'est pas garanti.

Les refuges qui nous accueillent les premiers et dernier jours offrent le confort de chambres/dortoirs très récents, de 2 à 4 personnes, qui permettent d'avoir plus d'intimité que dans un grand dortoir, veuillez noter que les sanitaires sont partagés.

Ce sont des refuges de montagne et non des hôtels d'altitude. Ancien chalet d'alpage pour l'un et refuge du Parc de la Vanoise pour l'autre, ils compensent une certaine rusticité par un cadre authentique et un accueil chaleureux !

## LES REPAS

Les petits déjeuners et dîners sont prévus dans chaque hébergement. Pour le midi, votre accompagnateur prépare un pique-nique à base de salades de produits régionaux.

Merci de nous préciser vos allergies et régimes alimentaires **au moment de la réservation**. Nous faisons de notre mieux pour prendre en compte les régimes particuliers (sans gluten, végétarien, etc.). Nous vous encourageons cependant à prévoir quelques produits complémentaires pour vos propres pique-niques.

# Infos pratiques

## ACCÈS AU POINT DE DÉPART

### Début de la randonnée à Termignon.

#### EN TRAIN

Aller (la veille) : départ de Paris Gare de Lyon, arrivée à Modane. Puis bus de Modane à Termignon.  
Retour : bus de Termignon à Modane. Puis train : départ de Modane, arrivée Paris Gare de Lyon.  
Les horaires de train doivent être consultés auprès de la [SNCE](#).

#### EN VOITURE

Autoroute jusque Modane puis suivre Termignon. Grand parking gratuit à Termignon au centre du village.

### Fin de la randonnée à Termignon.

## HÉBERGEMENT AVANT ET APRÈS LE SÉJOUR

[OT Termignon](#) : +33 (0)4 79 20 51 67  
[Hôtel\\*\\* La Turra](#) : +33 (0)4 79 20 51 36

## NOUS CONTACTER

Si vous êtes en retard, contactez l'agence : **+33 (0)4 50 79 09 16** ou **+33 (0)6 42 49 76 07**

## Dates & tarifs

Du 29/06/25 au 04/07/25	Départ garanti	990 €
Du 06/07/25 au 11/07/25	Départ garanti	990 €
Du 13/07/25 au 18/07/25	Départ garanti	990 €
Du 20/07/25 au 25/07/25	Départ garanti	990 €
Du 27/07/25 au 01/08/25	Départ garanti	990 €
Du 03/08/25 au 08/08/25	Départ garanti	990 €
Du 10/08/25 au 15/08/25	Dernières places !!!	990 €
Du 17/08/25 au 22/08/25	Départ garanti	990 €
Du 24/08/25 au 29/08/25	Départ garanti	990 €

## LE PRIX

### Comprend :

- L'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé ;
- L'hébergement en demi-pension, les pique-niques du midi et les encas ;
- Le transport quotidien des bagages entre les hébergements ;
- Les frais d'organisation et les taxes de séjour.

### Ne comprend pas :

- Les dépenses à caractère personnel (les boissons, les visites...) ;
- Le voyage depuis votre domicile jusqu'au lieu d'accueil et retour ;
- L'assurance assistance annulation 4,2% du montant du séjour.

**Le tarif s'entend tout compris du point de rendez-vous au point de dispersion.**

# Équipement et bagages

## ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

### Vêtements

- Pantalons de randonnée
- Short (1 maillot de bain au cas où)
- Tee-shirts "respirants" ou en laine mérinos
- Caleçon long "respirant" ou en laine mérinos
- Polaire ou pull
- Coupe-vent ou veste Goretex
- Doudoune
- Cape de pluie + guêtres ou pantalon type Goretex + une cape de sac
- Une paire de gants et un bonnet léger
- Chapeau ou casquette
- Chaussettes de randonnée (double couche, à bouclettes... 1 paire par jour)
- Chaussures de randonnée déjà rodées et à semelles bien crantées
- 1 tenue de rechange pour le soir
- Chaussures de rechange pour le soir

### Matériel divers

- Trousse de toilette
- Serviette de toilette (séchage rapide, vendue en boutique spécialisée)
- Lunettes de soleil et crème solaire
- Gourde ou thermos (1,5 litre minimum)
- Couteau et couverts
- Une boîte hermétique en plastique en guise d'assiette pour vos pique-niques (0,4 à 0,5L)
- Gobelet pour le café
- Petite pharmacie personnelle (antalgique, pansements type compeed...)
- Couverture de survie
- Frontale ou lampe de poche
- Deux bâtons télescopiques (fortement recommandés)
- Carte d'identité ou passeport valide

## SAC À DOS

Prévoir un sac à dos confortable de 30 à 40 litres pour vos effets de la journée (un vêtement chaud, une cape de pluie, une gourde, boîte et couverts pour le pique-nique, protection solaire et papiers d'identité) et un peu de place pour transporter un pique-nique et des encas.

## TRANSPORT DE BAGAGES

Vos affaires de rechange doivent être regroupées en **1 seul sac souple de 10kg maximum par personne**. Votre bagage est acheminé par un véhicule logistique d'étape en étape dans des hébergements dont l'accès n'est pas toujours simple.

**Attention, les bagages trop lourds ne seront pas pris en charge par les chauffeurs, pensez à leurs dos !**

## Détails

### MODALITÉS D'INSCRIPTION ET DE PAIEMENT

- Par courrier : formulaire à remplir ci-dessous.
- Par internet : <http://www.altitude-montblanc.com/>
- Par téléphone : +33 (0)4 50 79 09 16

Merci de préciser si vous souhaitez prendre une assurance annulation (4.2% du prix du voyage).

Nous vous faisons ensuite parvenir, par e-mail, une facture proforma (par couple) avec une demande d'arrhes de 30%, associée aux coordonnées de votre compte chez Altitude Mont-Blanc (rubrique "mon compte"). Vous pouvez faire votre règlement par CB, virement bancaire, chèque ou chèques vacances. Vous recevez ensuite une confirmation d'inscription. Le solde du séjour est à régler 1 mois avant le départ, sans rappel de notre part. A la suite de votre règlement, nous vous faisons parvenir votre dossier roadbook.

Les conditions de vente, annulation etc. sont disponibles sur notre site.

Nous restons à votre écoute pour toute information.

