

# ROC ÉCRINS

*Séjours montagne*

## TOUR DE LA BESSANÈSE VALLE DI LANZO - HAUTE MAURIENNE ET VALLE DI LANZOE

**Du 06/08/24 au 11/08/24**

- Niveau : Niveau Confirmé
  - Massif : Haute Maurienne
  - 5 jours
  - 6 - 7 personnes (reste places)
  -
- Tarifs : 695,00 €

### Déroulement du séjour

#### JOUR 1 : LE LAC DU GRAND FOND

Au départ de la Vincendière, nous quitterons la foule de la basse vallée pour nous diriger vers des secteurs d'altitude très peu fréquentés. D'abord de grands alpages aux nombreuses granges abandonnées, puis l'ancienne moraine et la vue sur la glacier du Grand Fond surplombé par les dents éponymes. Une belle traversée hors sentier en balcon nous amènera alors au lac glaciaire du Grand Fond puis dans le vallon d'Entre Deux Ris qui nous descendra tranquillement vers le refuge d'Avérole.

Nuit au refuge d'Avérole

D+ 1100m D-900m, 5h30 de marche

#### JOUR 2 : LE PASSAGE DU COLERIN

Le passage du Colerin est attesté par l'archéologie comme l'un des plus anciens passages de la Haute Maurienne vers le Piémont. Si l'itinéraire impliquait jusqu'à il y a peu de traverser des glaciers côté Français comme Italien, le recul glaciaire nous permet aujourd'hui de passer à pieds. C'est donc sur la trace de ces voyageurs d'avant qui parfois traversaient même avec leur bétail que nous nous retrouvons aujourd'hui dans une ambiance grandiose de haute montagne.

Nuit au refuge Gastaldi.

D+1000m D- 700m, 6h30 de marche

#### JOUR 3 : LES LACS DU CROTAS, DE BESSANETTO ET DE LA ROSSA

Journée de flânerie de lac en lac pour rejoindre le refuge Cibrario, notre prochaine étape. L'étape, si on la prend au plus rapide, est courte, c'est l'occasion d'en profiter pour flâner et découvrir quelques lacs et points de vue hors de la trace principale. Grande variété de couleurs dans une géologie changeante, vues imprenables sur les grands sommets alentours, passages en crêtes au dessus du lago della Rossa et souvent des bouquetins au rendez-vous.

ROC ÉCRINS - 6 rue du Chlorate - Zone Les Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 04 84 13 14 08 <https://www.roc-ecrins.com> [roc.ecrins@gmail.com](mailto:roc.ecrins@gmail.com)

ROC ÉCRINS ORGANISATION - Eurl au capital de 8 000€ - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000718199/0 -  
Immatriculation ATOUT FRANCE : IM005230003 - R.C.P : HISCOX contrat n°HA RCP0399794 - Code APE 7912Z - RCS de GAP SIRET :  
979 424 918 00014 - N°TVA intracommunautaire : FR42 979 424 918

Une belle journée à tailler sur mesure en fonction de la forme et de la météo.

Nuit au refuge Cibrario

D+ 800m D-700m, 5h00 de marche

## **JOUR 4 : LAC PERA CIAVAL ET SOMMET DE CROCCE ROSSA 3566M**

---

Il y a peu de sommets de cette altitude accessibles aux randonneurs dans les alpes Françaises et ils se trouvent presque tous entre la Haute Maurienne et la vallée de Lanzo. L'ascension, d'un dénivelé raisonnable depuis le refuge, est assez courte mais sérieuse. Il faut d'abord remonter un bon sentier vers le col de la Valette ou une trace raide et caillouteuse nous mène au sommet. De la haut panorama exceptionnel sur les autres géants du secteurs, la Vanoise, le Mont bLanc, le Grand Paradis, la plaine du Pô... la liste est trop longue ! Départ matinal pour profiter de la vue et sieste près du lac de Pera Ciaval à la descente.

Nuit au refuge Cibrario

D+ 920m D-920m, 5h00 de marche

## **JOUR 5 : LACS ET COL DE L'AUTARET PUIS VALLON DE LA LOMBARDE**

---

Une belle et longue journée qui nous fera passer d'abord le col de Sulé, les lacs de l'Autaret, niché dans une belle ambiance minérale puis le col de l'Autaret à 3072m d'altitude, l'autre passage historique entre la Maurienne et la vallée de Lanzo. Il s'agira ensuite de redescendre le superbe et très long vallon de la Lombarde, jusqu'au refuge d'Avérole pour boucler notre périple.

Séparation avec le guide et nuit au refuge d'Avérole

D+1000m D- 1450m, 6h30 de marche

**Séparation avec l'accompagnateur** : Au refuge d'Avérole en fin de journée

## **JOUR 6 : REFUGE D'AVÉROLE - LA VINCENDIÈRE**

---

Descente à votre rythme du refuge au parking après le petit déjeuner.

Randonnée sans le guide sur un itinéraire très facile et fréquenté.

D+ 0m D- 400m, 1h30 de marche

**NB** : Le programme est donné à titre indicatif. Le guide reste seul juge du programme qu'il peut modifier à tout instant, pour des raisons de sécurité ou en fonction des conditions météorologiques, ou bien par rapport au niveau physique et technique des randonneurs. Les indications pour les temps de montée et d'étapes sont données à titre indicatif.

### **Projet pédagogique**

La randonnée en montagne c'est bien sûr la marche à pied mais c'est aussi la découverte des territoires parcourus : les paysages et panoramas parfois grandioses mais aussi l'histoire locale, le patrimoine, la faune, la flore... C'est le

métier de l'Accompagnateur en Montagne, spécialiste de sa région et passionné, de transmettre ses connaissances et son expérience du terrain. A une époque ou plus que jamais la montagne devient un décor pour activités récréatives nous prendrons le temps d'aller à la rencontre de ces milieux fragiles pour comprendre les enjeux qui les traversent.

ROC ÉCRINS - 6 rue du Chlorate - Zone Les Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 04 84 13 14 08 <https://www.roc-ecrins.com> [roc.ecrins@gmail.com](mailto:roc.ecrins@gmail.com)

ROC ÉCRINS ORGANISATION - Eurl au capital de 8 000€ - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000718199/0 -

Immatriculation ATOUT FRANCE : IM005230003 - R.C.P : HISCOX contrat n°HA RCP0399794 - Code APE 7912Z - RCS de GAP SIRET :

979 424 918 00014 - N°TVA intracommunautaire : FR42 979 424 918

## Nombre de participants

7 participants maximum. **Ce séjour est soumis à un nombre minimal de 6 participants, vous serez avisés au plus tard 7 jours avant le départ en cas d'annulation.** Dans la mesure du possible, une solution de remplacement vous sera proposée.

**NB : Pour les conditions d'annulation des séjours privatisés** (groupes constitués) merci de vous référer à nos [conditions de vente](#)

## Matériel à prévoir

### La tête

- Lunettes de soleil protection classe 3
- Chapeau ou casquette
- Crème solaire « écran total ».

### Le corps

- T-shirt ou chemise, éviter le coton qui sèche très mal et préférer des matières plus « techniques » proposées par les marques spécialisées.
- Une polaire ou soft shell chaude.
- Un coupe-vent type gore tex protégeant contre la pluie.

### Les jambes

- Un pantalon adapté à la marche en montagne.

### Les pieds

- Des chaussures de marche adaptées à votre taille, tige haute conseillée. Baskets interdites.
- Préférer des chaussettes techniques aux chaussettes cotons qui favorisent les ampoules.

### La nuit

- Un drap de couchage type sac à viande pour les nuits en gîte et refuge (obligatoire).
- Petit nécessaire de toilette.
- Boules Quies.

### Le sac

- Un sac à dos montagne d'environ 35/40 litres.
- Une gourde ou poche à eau pour une contenance minimale de 2L.
- Une boîte plastique pour transporter le pique nique et manger dedans.
- Petits couverts.
- Petite pharmacie adaptée à vos besoins personnels, contenant entre autres de l'élastoplaste et des pansements double peau pour d'éventuelles ampoules

### Divers

- Petit couteau, appareil photo.
- Une paire de bâtons de marche est conseillée.

Cette liste n'est pas exhaustive et reste à compléter par vos soins.

Attention, ne vous chargez pas inutilement... Nous serons en refuge toute la semaine, entre nous et autres randonneurs, inutile de se mettre sur votre 31 le soir venu, vos habits de randonnée resteront de situation !

Tous les refuges sont équipés de couettes ou de couvertures, inutile de prendre des duvets. Ils sont également équipés de « chaussons » pour l'intérieur et d'une bibliothèque généralement bien achalandée. L'électricité peut être limitée selon la situation du refuge.

## Encadrement

Vous serez encadrés par Cédric Anglaret un Accompagnateur en Montagne diplômé du Brevet d'État d'Éducateur Sportif d'Alpinisme. Il sera équipé suivant le massif, d'une radio VHF reliée au standard des secours, d'un téléphone satellitaire ou d'un téléphone cellulaire. Il aura également une trousse de premier secours collectif.

## Assurances

**Tout participant à un stage ROC ÉCRINS doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle.**

En tant qu'organisateur de voyages nous possédons notre propre assurance responsabilité civile professionnelle. Pour pouvoir participer à l'un de nos stages, il est impératif que vous soyez couvert (frais de secours et de rapatriement) en cas d'incident ou d'accident survenant au cours de ce stage. Il vous appartient de bien vérifier les garanties proposées par votre contrat d'assurance personnel. Si vous ne possédez pas déjà une telle assurance, vous pouvez souscrire au contrat d'EUROP ASSISTANCE spécialement adapté à nos activités, lors de votre inscription. Le montant de l'assurance « ASSISTANCE » couvrant le rapatriement, les frais de secours et de recherche, représente 2,4% du prix du séjour. L'assurance « MULTIRISQUE » couvrant l'assistance, l'annulation, la perte de bagages, et l'interruption de séjour, représente 5,6% du prix du séjour.

## Hébergement

Hébergement en refuges de montagne. Dortoirs, couette ou couvertures fournies. Douches chaudes. Repas cuisinés par les refuges, bons et copieux (voir très copieux, Italie oblige !). Pique nique le midi.

Ces hébergements vous sont proposés sous réserve de disponibilité au moment de votre inscription.

## Rendez-vous

Heure du rendez-vous:

8h15

Le premier jour à Vincendière commune de Bessan.

## Prix

tous les tarifs

nbe participants	Prix par personne
6	695,00 €
7	695,00 €

Le prix comprend:

- **L'encadrement par un Accompagnateur en Montagne** diplômé d'État. La prise en charge de ses repas et nuitées.

ROC ÉCRINS - 6 rue du Chlorate - Zone Les Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 04 84 13 14 08 <https://www.roc-ecrins.com> [roc.ecrins@gmail.com](mailto:roc.ecrins@gmail.com)

ROC ÉCRINS ORGANISATION - Eurl au capital de 8 000€ - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000718199/0 - Immatriculation ATOUT FRANCE : IM005230003 - R.C.P : HISCOX contrat n°HA RCP0399794 - Code APE 7912Z - RCS de GAP SIRET : 979 424 918 00014 - N°TVA intracommunautaire : FR42 979 424 918

- **L'hébergement et la réservation en gîte**, en refuges de montagne, en pension complète de J1 au soir à J6 au matin (pique-nique le midi).Sauf le pique nique du J1 que vous amenez avec vous.

#### **Le prix ne comprend pas:**

- Vos vivres de courses
- Le pique nique du J1
- Les frais à caractère personnel : boissons, apéro....
- Les assurances responsabilité civile, rapatriement et annulation.
- L'acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation.

De manière générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique « Le prix comprend ».

### **Modalités d'inscription**

Pour vous inscrire :

- remplissez le **formulaire de pré-inscription** en ligne
- Suite à la validation de votre inscription de notre part (places disponibles et validation par notre guide référent), vous recevrez par email **un contrat de réservation**. Il présente le détail de votre réservation ainsi que le calendrier et les modalités de règlement.
- A réception de ce contrat, vous disposez de 4 jours pour effectuer **le règlement de l'acompte d'un montant de 30%** suivant les modalités qui y figurent.
- **L'inscription définitive n'est prise en compte qu'à réception du paiement de l'acompte.**
- **Le solde est à régler 45 jours avant la date de départ**
- Dans le cas d'une inscription à moins de 45 jours du départ, le montant total de la réservation devra être réglé à réception du contrat de réservation suivant les modalités qui y figurent.