Val d'Aoste, raquettes au pied du Cervin

rando en étoile 6 jours



Blotties derrière le massif du Mont Blanc, les vallées montagnardes de la région autonome du Val d'Aoste possèdent une identité forte, teintée de traditions toujours bien vivantes. Au pied des plus grands sommets des Alpes, dont le majestueux Cervin, elles vous invitent à des randonnées raquettes magiques ! Le long de combes sauvages, à travers les lumineuses forêts de mélézins ou encore sur de petits plateaux d'altitude, vous serez subjugués par ces Alpes italiennes au cœur francophone, si attachantes… Camp de base de vos journées de randonnées, l'hôtel Zerbion particulièrement confortable vous accueille dans une atmosphère chaleureuse et familiale à Torgnon, sur le versant du soleil. Après les randos, il sera temps de vous prélasser et de profiter des équipements bien-être : sauna, jacuzzi, hammam...

En savoir + sur les traditions du Val d' Aoste

Les plus

- Un cadre de montagnes époustouflant avec l'élégant sommet du Cervin en ligne de mire
- La culture valdôtaine et ses spécialités culinaires...
- La convivialité et le très bon confort de l'hébergement
- Un petit groupe limité à 8 participants

Dates

10 au 15 janvier - 31 janvier au 5 février
14 au 19 février - 21 au 26 février
28 février au 5 mars - 7 au 12 mars
14 au 19 mars 2027

Itinéraire

J 1/ Le Fayet (Saint-Gervais) - col de Saint-Pantaléon - Torgnon

Rendez-vous à 10 h à la gare SNCF du Fayet à Saint-Gervais-les-Bains. Nous gagnons la vallée d'Aoste *via*le tunnel du Mont-Blanc, puis gagnons le paisible village de Torgnon (1550 m), petite station familiale située sur le versant du soleil de la vallée du Cervin. Juste le temps de déposer nos affaires personnelles à l'hôtel puis nous effectuons un court transfert au col de Saint-Pantaléon. Départ d'une randonnée raquettes de mise en jambes pour une première découverte des environs de Torgnon, sous l'œil de la Becca d'Aver, montagne protectrice du village. Nous cheminons en direction du col des Bornes en suivant une arête facile. Au col, beau panorama sur les montagnes alentour et la vallée de Valtournenche. Retour par le joli bois de Ronc au village de Torgnon. Il sera temps de s'installer confortablement à l'hôtel pour profiter de son ambiance à la fois chaleureuse et conviviale.

Installation à l'hôtel pour 5 nuits.
3 h de raquettes M : 200 m. D : 300 m.

J 2/ Hameau de Petit-Monde - sanctuaire de Gilliarey

Randonnée raquettes au départ de Petit-Monde (1600 m), un hameau complètement isolé en hiver, qui fut un lieu de passage des colporteurs en route vers la Suisse voisine. Suivant le torrent de Petit-Monde, nous atteignons à travers les mélézins, les magnifiques alpages de Chancevella (1840 m) qui nous ouvrent la vue sur le mont Méabé (2566 m). Nous évoluons sous la pointe de Tsan (3322 m), sommet où les guides d'autrefois menaient leurs clients en guise d'échauffement avant de gravir le Cervin. Un dernier effort nous mène au sanctuaire de Gilliarey (2174 m) d'où nous découvrons le Cervin, sommet de légende des Alpes ! Nous continuons jusqu'au Pian de Lodetor par les pistes de ski de fond, pour ensuite redescendre par Chatré et rejoindre notre point de départ.

5 h de raquettes M et D : 575 m.

J 3/ Torgnon - Tronchaney - Pian Di Lodetor

Départ à pied de l'hôtel pour rejoindre le hameau de Chaté et la chapelle de San Grato (1791 m). Nous montons dans le bois de Chantorné, sous l'antécime du mont Méabé, entre mélèzes et épicéas revêtus de leur parure d'hiver, jusqu'aux chalets d'alpage de Tronchaney (2048 m). Vue magnifique sur la pointe de Tsan et les alpages de Torgnon. Nous poursuivons jusqu'au Pian di Lodetor (1937 m), zone humide protégée, qui marque l'entrée du vallon de Chavacour, ancienne voie de communication avec le Valais suisse. Retour à Torgnon et à notre hébergement par le joli bois de Brusoney.

5 h de raquettes M = D : 575 m

J 4/ Valtournenche - Cheneil - Sanctuaire de Clavalité

Transfert à Valtournenche, typique village au cœur de la vallée du Cervin. Nous prenons le temps de visiter Valtournenche, à la découverte des fameux rascards, greniers surélevés caractéristiques ou encore des stèles dédiées au guides célèbres du Cervin. C'est l'occasion rêvée aussi pour apprécier les nombreux produits locaux de la vallée (fontine, boudin valdotain, lard d'arnad, génépi... sans oublier la fameuse grolla). Nous chaussons les raquettes et partons en direction de Cheneil (2097 m), magnifique hameau restauré où nous prenons le temps d'admirer l'architecture montagnarde régionale. Belle et longue montée jusqu'au sanctuaire de Clavalité (2535 m) où s'offre un panorama exceptionnel à 360 degrés, avec en ligne de mire le magnifique Cervin !

5 h de raquettes M = D : 550 m

J 5/ Buisson - Chamois - lacs de Champlong - La Magdeleine

Transfert en fond de vallée à Buisson (1120 m). Montée en télécabine à Chamois (1804 m), un lieu-dit typiquement valdôtain accessible uniquement à pied et toujours habité. Nous rejoignons ensuite, plus en altitude, les lacs de Champlong (2321 m). Le temps d'une pause dans ces immensités silencieuses de l'hiver et nous redescendons pour finir l'itinéraire en boucle sur le col Pilaz (1962 m) et La Magdeleine.

5 h30 de raquettes M : 515 m. D : 615 m.

J6/ Torgnon - col de Saint-Pantale?on - chapelle de Saint-Evence - Le Fayet (St Gervais)

Dernière randonnée de la semaine. Nous cheminons en direction du col de Saint-Pantaléon (1648 m), que nous connaissons déjà, pour rejoindre la chapelle de Saint-Evence (1674 m). Nous jouissons de beaux panoramas sur la vallée centrale d'Aoste et sur le mont Zerbion (2720 m). Dans l'après-midi, transfert à la gare du Fayet à St Gervais et séparation.

5 h de raquettes M = D : 350 m.

Les temps de marche sont donnés à titre indicatif. Afin d'assurer la sécurité du groupe, ce programme peut être modifié par le guide en fonction du niveau des participants et des conditions météorologiques.
M : dénivelé ascendant. D : dénivelé descendant.

Niveau

3 / 5. 5 h de rando raquettes par jour, sur sentier et hors sentier, et/ou 600 mètres de dénivelé positif et/ou 15 kilomètres.

Prix

À partir de **1275 €**
Groupes de 4 à 8 personnes

Compris

- L'hébergement pendant la durée du circuit

- Les repas : petits déjeuners (J2 au J6), pique-niques de midi (J1 au J6) et dîners (J1 au J5)
- Les transferts prévus au programme
- Les vivres de course remis dans un sac individuel
- L'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé d'Etat avec qualification hivernale
- Le matériel collectif spécifique au circuit
- Le prêt d'un DVA (détecteur de victimes d'avalanche) par personne et de pelles/sondes
- Le prêt de raquettes et de bâtons

Non compris

- L'assurance annulation/interruption de séjour/perte de bagages et l'assistance
- L'acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation
- Les visites et transferts non prévus au programme
- L'option bien-être
- Les boissons
- Les pourboires
- Tout ce qui n'est pas dans "Compris"

Carnet de voyage

Informations pratiques:

L'accès sur place

- Ferroviaire : TGV jusqu'à Saint-Gervais-le-Fayet.
Horaires à vérifier sur www.sncf-connect.com

- Routier : Autoroute blanche jusqu'au Fayet. Plus d'information sur www.viamichelin.fr
A noter :*la plupart des parkings de Chamonix sont payants. Nous avons fait le choix de faire le rendez-vous au Fayet afin de faciliter le parking (spacieux et gratuit).*
Parking du stade au Fayet(appelé aussi parking TMB): très grand parking gratuit de longue durée (7 jours maximum) d'où vous pouvez rejoindre la gare à pied (700 m environ)

Les déplacements pendant le circuit
Les transferts prévus au programme sont assurés par minibus privé (taxi ou véhicule de l'hôtel).

Le portage et le transport des bagages
Vous ne portez que vos affaires de la journée (sac léger) du J 1 au J 6.

L'hébergement pendant le circuit
Hébergement base chambre double.

L'hôtel Zerbion, qui appartient à la famille Chatrian depuis 1961, a été réalisé en style typiquement montagnard. Vous y trouverez un bar où déguster des spécialités locales et valdôtaines. A disposition des adeptes du farniente : une salle où regarder la télévision ou jouer aux cartes et une terrasse où se détendre et observer la vie locale. Chaque jour, un menu différent avec des spécialités régionales est

proposé aux clients de l'hôtel. Liam, l'un des propriétaires, sélectionnera personnellement pour vous le vin qui accompagnera le mieux votre menu. En effet, la cave est très bien fournie et recèle des crus valdôtains parmi les plus prestigieux.

Centre de Bien-être

Le centre de bien-être de l'hôtel comprend une zone d'hydromassage, un sauna, et un hammam. Séance d'1 h 30 (savates et peignoir fournis) pour les clients de l'hôtel, et massage d'une heure, à réserver et régler sur place.

Les repas

- Les petits-déjeuners et les dîners sont servis chauds à l'hébergement.
- Les pique-niques sont consommés froids sur le terrain. Dégustation de *fontine,* charcuterie de Torgnon.
- Les vivres de course sont remis à chacun au début du séjour.

FORMALITÉS

Vous devez impérativement être muni.e tout au long de votre randonnée d'une pièce d'identité valide (passeport ou carte d'identité). Pour information, les cartes d'identité françaises délivrées entre le 1er janvier 2004 et le 31 décembre 2013, bénéficient d'une prolongation de validité de 5 ans supplémentaire, même si elles présentent facialement une date périmée.?Munissez-vous également d'une Carte européenne d'assurance maladie pour bénéficier d'une prise en charge de vos soins médicaux en Italie, cette dernière est à commander sur le site de l'assurance maladie www.ameli.fr

Préparation physique

Pour profiter pleinement de votre voyage, n'oubliez pas d'entretenir votre forme une fois par semaine en marchant (15 km environ) si possible sur un parcours avec dénivelée (250 m/h) ou en pratiquant une activité sportive (1 h à 1 h 30).

Equipement

Matériel fourni et attribué par l'accompagnateur au début du circuit :

— Une paire de raquettes.
— Une paire de bâtons.
— Un DVA (Détecteur de victimes d'avalanche) par personne.
— Pelles et sondes réparties dans le groupe (minimum 1 pour 3).

Important : si vous venez avec votre propre matériel technique, merci de nous l'indiquer au moment de l'inscription.

Pendant la journée, vous portez sur vous :

— Un sous-vêtement thermique (séchage rapide) à manches longues.
— Une micropolaire.
— Un pantalon de montagne coupe-vent et imperméable ou surpantalon.
— Des chaussettes à l'excellente thermicité.
— Une paire de guêtres si votre pantalon n'en fait pas office.
— Un bonnet ou une cagoule.
— Un tour de cou polaire.
— Un chapeau, un foulard ou une casquette pour le soleil.
— De très bonnes lunettes de soleil avec protections latérales ou des lunettes de glacier.
— Une paire de gants légers type polaire.

Pendant la journée, vous portez dans un sac à dos équipé de bretelles larges, d'un dos anatomique, de sangles permettant de fixer les raquettes, d'une contenance de 40 litres, pour vos affaires de la journée.

— Une veste chaude en polaire (sur vous, en fonction des conditions).
— Une veste imperméable et respirante, avec capuche (sur vous, en fonction des conditions).
— Un collant thermique (sur vous, en fonction des conditions).
— Un tube de crème solaire et un stick labial haute protection.
— Une paire de gants chauds et imperméables.
— Une gourde ou bouteille d'eau solide (1 litre au minimum), (poche à eau/pipette déconseillée, risques de gel).
— Une thermos de boisson chaude éventuellement.
— Un masque de ski
— Le pique-nique de midi et les vivres de course remis par l'accompagnateur.
— Du papier-toilette et un briquet pour le brûler.
— Votre pharmacie individuelle réduite au minimum.
— Un couteau de poche, une cuillère et une boîte en plastique hermétique pour les salades de midi.
— Quelques sachets plastiques pour protéger vos affaires.
— Une pochette étanche avec vos papiers d'identité (n'oubliez pas de vous munir d'une carte d'identité ou passeport valide), argent, attestations d'assurance, d'assistance.
— Une couverture de survie.

Le soir, vous retrouvez votre sac de voyage souple (1 seul par personne), de 12 kilos au maximum, contenant :
— Une trousse et une serviette de toilette.
— Des chaussettes de rechange.
— Des vêtements de rechange.
— Un survêtement ou similaire pour la nuit.
— Des chaussures type sandales ou chaussons.
— Des chaussures de rechange pour marcher dehors (potentiellement dans la neige).
— Un maillot de bain et des chaussures d'eau type sandales pour l'accès à l'espace bien-être
— Une lampe frontale .
— Le complément de votre pharmacie individuelle.

Matériel technique :
— Une paire de chaussures chaudes et imperméables adaptées à la pratique de la raquette à neige. En cas de location, testez-les et protégez efficacement les zones de frottement dès le jour du départ.
NB : Des chaussures de randonnée imperméables et une paire de guêtres sont suffisantes pour ce type de séjour.

Pharmacie :

— Un antalgique.
— Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).
— Un antispasmodique, un antidiarréique, un anti-vomitif.
— Un désinfectant, des pansements (tailles variées) et double peau, des compresses stériles, de la bande adhésive, du Steri-strip, du tulle gras, une bande de contention.
— Un veinotonique.
— De la crème solaire et de la Biafine.
— Un collyre.
— En complément : pince à épiler, ciseaux, 2/3 épingles de nourrice, une paire de gants, bouchons d'oreilles, vos médicaments personnels.

Cette liste doit être validée avec votre médecin en tenant compte des caractéristiques de votre circuit.