

## Beaufortain : la boucle des alpages

Randonnée accompagnée 7 jours



Cette semaine d'immersion dans le Beaufortain a de fortes chances de vous laisser des souvenirs indélébiles. Elle vous promet d'incroyables chevauchées de crêtes avec des vues incroyables, notamment sur le Mont Blanc. Le Beaufortain reste préservé avec ses chalets dans les pentes et une vie rurale très active. En été les alpages résonnent des sonnailles des nombreuses tarines qui produisent le lait du si célèbre fromage, le Beaufort AOC. De refuge en refuge, vous tracez une belle boucle dans la partie du massif la plus spectaculaire. Pas de portage, chacun randonne léger pour un maximum de plaisir !

### Les plus

- la découverte d'un massif attachant aux traditions encore bien présente
- des vues exceptionnelles, notamment sur le Mont Blanc tout proche
- une itinérance de refuge en refuge, sans portage



# Dates

Sur demande pour groupe constitués

## Itinéraire

### **J1 / Beaufort-sur-Doron (738 m) – Col des Saisies (1658 m) – Col de Véry (1962 m)**

Les participants ont rendez-vous soit à 12h45 à la gare d'Albertville (transfert sur réservation à l'inscription) soit à 13h20 devant l'Office de Tourisme de Beaufort-sur-Doron, en tenue de randonnée, avec un sac à dos prêt (gourde pleine et chaussures de randonnée aux pieds). Transfert en navette régulière pour le Col des Saisies. Votre accompagnateur ou accompagnatrice vous présente le circuit puis c'est le départ de la randonnée jusqu'au Mont Clocher (1976 m). Marche panoramique sur les crêtes avec le Mont-Blanc en toile de fond !

Nuit au refuge de la Croix de Pierre

Dénivelé : + 450 m, -150 m

Durée de marche : 3 heures

### **J2 / Col de Véry (1962 m) – La Gitte (1665 m)**

Magnifique journée de randonnée en balcon. Nous gagnons le Col du Joly (1989 m), belvédère incroyable sur le Mont Blanc puis l'itinéraire devient sauvage : après une incursion au Col de Fenêtre ( 2245 m) c'est hors sentier, par la Grande Perrière, que nous rejoignons le Col de la Gitte (2276 m). Il est temps redescendre dans le vallon isolé où nous allons passer la nuit dans un vrai chalet d'alpage.

Nuit au refuge de la Gittaz

Dénivelé : + 670 m, -970 m

Durée de marche : 5 heures

### **J3 / La Gitte (1665 m) – Plan de la Lai (1818 m)**

Après avoir franchi le spectaculaire Pas du Curé, taillé dans la falaise, nous mettons le cap vers le Col du Bonhomme (2329 m). Là, nous retrouvons le célèbre Tour du Mont-Blanc (et ses foutes) jusqu'au Col de la Croix du Bonhomme (2479 m). Retour au grand calme sur l'impressionnante Crête des Gittes (2538 m), avant de plonger sur le vallon de Roselend et le Plan de la Lai.

Nuit au refuge du Plan de la Lai ou au refuge de Plan Mya

Dénivelé : + 990 m, -840 m

Durée de marche : 5 heures

### **J4 / Plan de la Lai (1818 m)**

Seconde nuit au même refuge pour explorer le secteur le plus spectaculaire du Beaufortain ! Par une douce montée au Cornet de Roselend, puis par la Combe de la Neuva, nous atteignons le Col du Grand Fond (2671 m), magnifique belvédère sur la Pierra Menta, montagne emblématique du Beaufortain qui a donné son nom à la célèbre course de ski-alpinisme. Petite traversée jusqu'à l'impressionnante Brèche de Parozan (2663 m). Notre descente de la Combe de La Neuva s'effectue face au Mont-Blanc (versant italien), avant de rejoindre le refuge.

Nuit au refuge du Plan de la Lai ou au refuge de Plan Mya

Dénivelé : + 1000 m, -1000 m

Durée de marche : 6 heures

### **J5 / Plan de la Lai (1818 m) – Cormet d'Arêches (2109 m)**

Belle traversée dans les alpages, qui nous permet, par la Petite la Grande Berge, de contourner l'immense lac de barrage de Roselend. Nous gagnons le Col du Coin (2398 m) puis descendons sur le Cormet d'Arêches.



Nuit au refuge de l'Econdu ou de la Coire

Dénivelé : + 940 m, -650 m

Durée de marche : 5 heures

#### **J6 / Cormet d'Arêches (2109 m) – Refuge de l'Alpage (2000m)**

Par un itinéraire tout en crêtes, nous rejoignons le Col de la Louze(2119 m) avec pour objectif l'ascension du Grand Mont (2633 m). Ce sommet offre un point de vue incomparable à 360 degrés sur tous les massifs environnants. Cap sur le refuge de l'Alpage, récemment rénové, un très beau lieu pour observer le coucher du soleil.

Nuit au Refuge de l'Alpage (2000 m)

Dénivelée : + 900 m, -700 m

Durée de marche : 5 heures

#### **J7 : Refuge de l'Alpage (2000 m) - Beaufort sur Doron**

Journée moins alpine mais néanmoins bucolique. Descente sur le Planay (1207 m) puis remontée à Plan Villard (1546 m) pour une dernière vue sur le Mont-Blanc, adossés à un chalet d'alpage buriné par le soleil. Retour sur Beaufort en passant de chalet en chalet. Récupération des bagages et dispersion. Transfert pour la gare d'Albertville (arrivée prévue à 17h15) pour ceux qui ont réservé.

Dénivelée : + 350 m, -1650 m

Durée de marche : 5h30

*L'itinéraire indiqué peut varier pour des raisons d'organisation (disponibilité des hébergements, état du terrain...), de météo, de niveau du groupe. Faites-nous confiance, ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et un meilleur confort !*

### **Niveau**

4 / 5. Pour bons marcheurs, 6 heures et 1000 mètres de dénivelés maximum

### **Prix**

Sur devis

Groupes de 6 à 14 personnes.

### **Compris**

- Les frais d'organisation et l'encadrement par un accompagnateur en montagne
- La nourriture et l'hébergement en pension complète.
- Le transfert Beaufort - Col des Saisies

### **Non compris**

- Le pique-nique du premier jour
- Les boissons et dépenses personnelles
- L'équipement individuel
- Le transfert A/R Albertville - Beaufort (en option à réserver à l'inscription)



- L'assurance annulation-rapatriement
- Tout ce qui n'est pas dans "compris"



## Carnet de voyage

### Lieu de rendez-vous :

Si vous arrivez en voiture ou en bus, rendez-vous directement devant l'**Office de Tourisme de Beaufort à 13h20** . Soyez très à l'heure car la navette pour le col des Saisies est à 13h40 précises (en cas de retard, le taxi sera à votre charge).

En voiture : autoroute A430, sortie 30 pour Albertville. Prendre ensuite la direction Beaufortain par la D925 jusqu'à Beaufort. Dans Beaufort, prendre la D218A, direction Arêches. L'Office du Tourisme est juste avant le pont sur la gauche. Places de parking à proximité.

Si vous arrivez à Albertville en train, nous pouvons vous transférer jusqu'à Beaufort (28€ par personne a/r). La réservation de ce transfert se fait impérativement à l'inscription.

Informations et hébergement avant ou après la randonnée :

Office de Tourisme d'Arêches Beaufort

tel : 04 79 38 37 57

[info@areches-beaufort.com](mailto:info@areches-beaufort.com)

### Hébergements :

Toutes les nuits en refuges de montagne et gîtes d'étape, avec douches (sauf le premier soir !).

Les lits sont équipés de couettes ou de couvertures.

### Repas :

Repas et petit-déjeuners préparés par nos hôtes. Cuisine copieuse, traditionnelle et adaptée aux randonneurs. Les pique-niques, généreux et accompagnés de vivres de course (fruits secs, chocolat, biscuits), sont préparés par l'accompagnateur à l'aide des commerces locaux ou bien par l'hébergement. Si la température est basse, votre accompagnateur fera le maximum pour trouver un abri (chalet ou cabane) de manière à profiter de la pause de midi.

### Bagages :

Les bagages sont transportés par véhicule. Durant la journée, vous ne portez que vos affaires chaudes et le repas de midi fourni, réparti entre tous. Durant la semaine, nous vous demandons d'avoir un bagage par personne pas trop volumineux (60 cm maximum), dont le poids ne dépasse pas 10 kg. Nous nous déchargeons absolument de toute responsabilité en cas de détérioration de tout objet fragile (ordinateur portable, par exemple).



## Equipement

Voici la liste idéale !

- 1 sac à dos de 35/40 litres à armature souple, muni d'une ceinture ventrale
- Un grand sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos
- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité avec protection latérale
- Une gourde (1,5 litre minimum)
- 1 couteau de poche type Opinel
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre argent, carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance
- Du papier toilette avec 1 briquet pour le brûler



- Une crème solaire + écran labial
- Une boîte plastique hermétique (contenance 0,5 litre minimum) + gobelet + couverts
- 1 couverture de survie
- Appareil-photo, jumelles (facultatif)
- Une paire de bâtons est conseillée

**Pour le soir à l'hébergement :**

- Un drap-sac. Les duvets sont inutiles
- 1 maillot de bain (facultatif)
- 1 pantalon confortable
- 1 paire de chaussures de détente légères
- Nécessaire de toilette (privilégiez l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyages)
- 1 serviette de toilette qui sèche rapidement
- Boules Quiès ou tampon Ear (facultatif)
- 1 frontale ou lampe de poche

**Pharmacie personnelle :**

- Un tire-tique
- Vos médicaments habituels
- Médicaments contre la douleur: paracétamol de préférence
- Pastilles contre le mal de gorge
- Bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large
- Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- Double peau (type Compeed ou SOS ampoules)
- 1 pince à épiler.

Et puis...une dose de bonne humeur et pourquoi pas une petite spécialité de chez vous à partager lors d'un pique-nique ou d'une soirée !

