Entre Vanoise et Grand Paradis, autour du Ruitor

Randonnée accompagnée 7 jours dont 7 de randonnée

Ce superbe programme autour d'un sommet méconnu, traverse durant 7 jours, les parcs nationaux de la Vanoise et du Grand Paradis. Il dévoile la vie des alpages, les forêts de mélèzes, les magnifiques lacs d'altitude et permet de randonner en limite de la haute montagne, en frôlant les glaciers ! En ligne de mire, la tête du Ruitor, élégant sommet des Alpes italiennes qui culmine à 3486 m, aux confins du Val d'Aoste et de la Haute Tarentaise. Versant italien, le Valgrisenche dévoile les charmes d'une vallée authentique qui perpétue la sculpture sur bois et la fabrication de la dentelle, l'occasion de rencontrer les habitants, attachés à leurs traditions. Ce circuit est encadré par un accompagnateur connaissant bien la région et originaire du Val d'Aoste.

Les plus

- de belles ambiances de haute-montagne, très proches des glaciers
- la qualité des refuges italiens

- l'authenticité de ces vallées où la vache est encore "Reine"

Dates

28 juin au 4 juillet et 6 au 12 septembre 2026.

Itinéraire

J1/ Sainte-Foy-Tarentaise - Refuge du Ruitor (2000 m)

Rendez-vous à 10 h au parking de la Savonne au-dessus de Sainte-Foy-Tarentaise (1750 m). Très belle randonnée des lacs (lac longet, lac verdet, lac du petit) dominés par les pointes rocheuses des œillasses et du grand Assaly et sous la présence bienveillante de la becca du lac.

4 à 5 h de marche. Dénivelé : + 750 m / - 500 m

J2/ Refuge du Ruitor - Refuge de l'Archeboc (2030 m)

Nous remontons les pentes qui donnent accès au Col de la Sassière. Nous franchissons l'arête de Monséti où se niche le Lac Noir très prisé des pêcheurs de truites. Nous entrons ensuite dans le vallon de Mercuel itinéraire historique des colporteurs entre la Tarentaise et le Val d'Aoste.

5 h de marche. Dénivelé : + 500 à 900 m / - 500 à 900 m

J3/ Refuge de l'Archeboc – Refuge Mario Bezzi (2284 m)

Nous cheminons aujourd'hui dans un univers sauvage et minéral. En remontant d'abord le ruisseau des Gavies pour traverser sous les pointes de l'Archeboc et d'Ormelune. Il nous faut ensuite redescendre au lac Noir puis remonter au col du même nom qui nous donne accès au Valgrisenche et à l'Italie.

6 h 30 de marche. Dénivelé + 1200 m /- 750 m

J4/ Refuge Mario Bezzi – Refuge de l'Épée (2370 m)

Une belle étape en balcon dans les alpages sous le sommet de la Grande Rousse. Nous passons la nuit au Chalet de l'Épée, face au Ruitor et au-dessus du lac de Surier, qui inonde les alpages de la haute vallée du Valgrisenche.

5 h de marche. Dénivelé + 600 m /- 500 m

J5/ Refuge de l'Épée – Planaval (1554 m)

Par les alpages de Praz-Londzet et de Verconey, nous rejoignons le sentier du Pape qui conduit à Boregne. Descente sur le Revers puis court passage sur la route jusqu'au hameau de Planaval. Une alternative est possible par le chef-lieu de Valgrisenche si pour goûter davantage à l'atmosphère de la vallée (sculptures sur bois, fabrication de la dentelle).

6 h de marche. Dénivelé + 300 m / - 1150 m

J6/ Planaval – Refuge Alberto Deffeyes (2494 m)

Transfert au hameau d'alpage de Lazei dominant La Salle. Un itinéraire sauvage et secret d'abord dans les mélézins puis parmi les rhododendrons nous conduit au col Paso Alto à 2860 m. Nous descendons ensuite au refuge Alberto Deffeyes, magnifiquement situé au pied du glacier du Ruitor.

6 h de marche. Dénivelé + 1200 m / - 400 m

J7/ Refuge Alberto Deffeyes – La Savonne (1750 m)

Passage du déversoir du lac du Ruitor, avant d'entrer dans le vallon de Bellacomba qui abrite de superbes lacs. Retour en France par le Col de la Louie Blanche (2583 m) et le vallon du même nom jusqu'a? La Savonne.

6 h de marche. Dénivelé + 300 m /- 1050 m

Séparation au parking de La Savonne vers 16 h.

Niveau

4 / 5. Bonne forme physique nécessaire. 5 à 6 heures de marche par jour, 600 à 1200 mètres de dénivelé quotidien. Quelques passages hors sentier.

Prix

950 €
Groupes de 6 à 12 personnes

Compris

Notre formule comprend :
- l'hébergement en demi-pension sur l'ensemble du circuit
- les pique-niques de midi
- l'encadrement par un Accompagnateur en montagne sur l'ensemble du circuit
- le transfert du J6 entre Planaval et La Salle
- le transfert des bagages (limités à 15 kg) de chaque hébergement au suivant excepté au refuge du Ruitor et au refuge Deffeyes

Non compris

- les douches dans les refuges quand elles ne sont pas incluses à la demi-pension
- les boissons
- les visites et activités non prévues au programme
- l'assurance annulation-rapatriement

Carnet de voyage

L'accès sur place

Rendez-vous à 10 h au parking de la Savonne au-dessus de Sainte-Foy-Tarentaise (1750 m). Soyez en tenue de randonnée.

– Ferroviaire : TER jusqu'à Bourg-Saint-Maurice puis bus jusqu'à Sainte-Foy-Tarentaise - www.sncf-connect.com
De Ste Foy au parking de la Savonne (départ du circuit) nous vous proposons un transfert en option (10 € pour l'A/R), durée 30 minutes.

– Routier : Autoroute A43 jusqu'à Albertville, puis N90 jusqu'à Bourg-Saint-Maurice et D902 jusqu'à Sainte-Foy-Tarentaise. Plus d'information sur www.viamichelin.fr.
À Sainte-Foy-Tarentaise prendre la RD84 direction La Rosière jusqu'à La Masure, puis la petite route qui conduit au plateau du Ruitor. Après les hameaux du Pré et du Crôt, on rejoint le parking de la Savonne qui marque le bout de la route autorisée juste après la centrale hydro-électrique de Pierre Giret.

Renseignements :
Office de Tourisme de Sainte-Foy-Tarentaise www.saintefoy-tarentaise.com ou 04 79 06 95 19.

Les déplacements pendant le circuit
Le transfert du J6 est assuré par un minibus privé.

Le portage et le transport des bagages
Vous ne portez que vos affaires de la journée (sac léger) excepté au refuge du Ruitor et à Alberto Deffeyes qui ne peut pas être atteint en véhicule.

L'hébergement pendant le circuit
5 nuits en refuges de montagne, 1 nuit en auberge.

Les repas
– Petits-déjeuners et repas du soir sont servis chauds au refuge
– Pique-niques préparés par l'accompagnateur

Equipement

L'ensemble de vos affaires est réparti entre un sac à dos porté pendant la marche et un sac de voyage avec cadenas transporté par les hébergeurs ou notre équipe locale.
- Des sous-vêtements respirants
- Une veste en polaire
- Une veste imperméable et respirante
- Des pantalons de trek
- Un bonnet
- Une casquette ou un chapeau
- Des lunettes de soleil
- Une paire de gants
- Une cape de pluie
- Une gourde (ou poche à eau, pipette)

Chaussures et matériel technique
- Des chaussures imperméables à tige montante et semelle offrant une bonne adhérence
- Une lampe frontale
- Des bâtons de marche (facultatifs)

Couchage

- Un drap-sac pour les nuits en gîte

Pharmacie

- Une petite pharmacie individuelle à valider avec votre médecin : crème solaire, bande adhésive et double peau, antidiarrhéique, antalgique, collyre, médicament contre la toux, pince à épiler, médicaments personnels

Bagages

- Un sac à dos d'une contenance de 30 à 40 litres, pour vos affaires de la journée
- Un sac de voyage souple (maximum 20 kg)

Divers

- Des vêtements de rechange
- Une paire de lacets de rechange
- Une trousse de toilette et une serviette de bain
- Du papier toilette
- Un couteau de poche, une cuillère et un gobelet
- Une petite boîte Tupperware
- Quelques sachets plastiques pour protéger vos affaires
- Une aiguille et du fil
- Une pochette antivol, à garder toujours sur soi, avec vos papiers d'identité, argent, attestations d'assurance, d'assistance