



**Randonnée : Pralognan en Vanoise**

**Code :** RW 65  
**Niveau :** Moyen Plus  
**Dates :** 28 juillet au 4 août 2007

**Randonnée en étoile à partir de Pralognan**

**Programme :**

Pralognan-la-Vanoise est le premier site de randonnée de Savoie : en effet, ses sentiers sont les plus fréquentés de Savoie (notamment les GR 5 et 55) tout comme les refuges (Refuge du Col de la Vanoise dit "Félix Faure", Refuge de Péclet-Polset...). La totalité du territoire de Pralognan-la-Vanoise se situe dans le Parc National de la Vanoise (dont près de 70% en zone centrale).../...

Pour en savoir plus : <http://www.pralognan.com/fr/randonnee.php>

**Hébergement :**

En chalet- hôtel par chambre de 4 personnes avec salle de bains avec douche. Nous y serons en demi-pension

**Equipement :**

Nous sommes à la limite entre la moyenne et la haute montagne (beaucoup plus de pierres que d'arbres). Il convient de prévoir le froid et le mauvais temps et bien sur (je l'ai demandé) le grand soleil.

Le terrain impose de bonnes chaussures de randonnée et une couple pied-chaussure qui se connaisse bien au point de se supporter mutuellement. Je conseille une paire de bâtons mais c'est le choix de chacun. Il faut aussi une seconde paire de chaussure pour l'hébergement. Nous devrions avoir des draps mais pensez aussi à un sac à viande (au cas où nous déciderions de passer une nuit en refuge ?).

**Niveau recommandé :**

Cette randonnée s'adresse à des randonneurs moyens. La durée de marche est de niveau moyen : 350m de dénivelé par heure, compter 1000 à 1200 m de dénivelé / jour. Toutefois, il importe d'avoir une bonne condition physique et d'être capable de renouveler chaque jour, cet effort d'intensité moyenne et les conditions météorologiques peuvent impliquer de devoir accélérer le rythme pour arriver avant l'orage

**Prix 440<sup>E</sup>** qui comprend la ½ pension à au Chalet Hôtel ainsi que les frais administratifs (secrétariat C.A.F) et d'organisation (téléphone, courrier, photocopies, cartes, voyage de l'organisateur). Il ne comprend pas: le voyage Aller-Retour.

**Renseignements et Inscription :**

Inscription auprès du Secrétariat du C.A.F à partir du 26 mai 2007. L'inscription n'est effective qu'après le versement de : **200** Euros. Le solde vous devra être versé à l'animateur (par chèque) lors de la réunion préparatoire. Inscription au secrétariat jusqu'au 30 juin 2007 dans la limite des places disponibles

La réunion préparatoire aura lieu (rendez vous au C.A.F. Ile de France Paris) le 21 juin à 19 h 00

Votre présence à cette réunion, sauf empêchement majeur, est indispensable..

**Nombre de participants : 8** y compris l'organisateur

**G. Corthier**