

## Tour des Glaciers de la Vanoise

Du 5 Août 2013 au 10 Août 2013

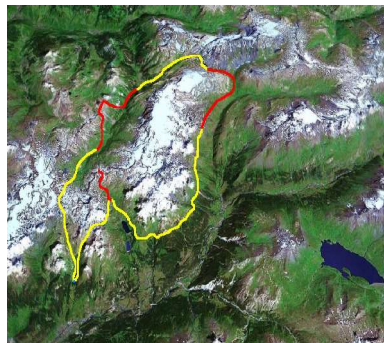
niveau : ▲▲ - moyen

Nombre de personnes : 8 avec organisateur compris

Date d'ouverture des inscriptions : dès parution de la fiche

Les glaciers de la Vanoise couvrent une superficie de plus de 30km<sup>2</sup> entre Pralognan-la-Vanoise au nord et Termignon au sud. Ils sont au nombre d'une quinzaine dont certains se retrouvent isolés de la calotte en raison du réchauffement climatique.

Le Dôme de Chasseforêt (3586 m) et le Dôme de l'Arpont (3599 m) comptent parmi les points remarquables de cette zone glaciaire.



### PROGRAMME

**Jour 1 :** Pralognan-la-Vanoise (1419 m) – Refuge CAF du col de la Vanoise (2516 m)

Rendez-vous final à Pralognan face à l'office du tourisme en fin de matinée pour les participants venant par leurs propres moyens, ou bien à la gare routière de Moûtiers Salins. Dans ce dernier cas, j'aurais réservé les billets de car pour un départ groupé. *L'horaire sera précisé ultérieurement dès que Mobisavoie aura mis en ligne les horaires d'été.*

Sentier passant par les Chalets de la Glière ainsi que le Lac de la Vache. Peu avant le refuge, nous aurons en vue la Grande Casse avec le glacier des Grands Couloirs en premier plan.

*Distance étape : 8,5 km, durée : 04h30 environ, dénivelé cumulé : + 1220 m / - 120 m.*

**Jour 2 :** Refuge CAF du col de la Vanoise (2516 m) – Refuge de l'Arpont (2309 m)

Sentier balcon qui nous laissera entrevoir les Dômes de Chasseforêt et de l'Arpont.

A l'arrivée au refuge nous aurons l'opportunité de monter jusqu'au lac glaciaire de l'Arpont.

*Distance étape : 15 km, durée : 05h00 environ, dénivelé cumulé : + 650 m / - 875 m.*

**Jour 3 :** Refuge de l'Arpont (2309 m) – Refuge de Plan Sec (2320 m)

Sentier balcon qui nous emmènera au pied du massif de la Dent Parrachée.

*Distance étape : 16 km, durée : 06h00 environ, dénivelé cumulé : + 1300 m / - 1275 m.*

**Jour 4 :** Refuge de Plan Sec (2320 m) – Refuge de l'Orgère (1935 m)

Etape qui laissera l'Aiguille de Dorian sur notre droite, et au passage du col de la Masse (2923 m) nous aurons peut-être l'opportunité de monter au Râteau d'Aussois (3131 m).

*Distance étape : 12 km, durée : 04h30 environ, dénivelé cumulé : + 970 m / - 1380 m.*

**Jour 5** : Refuge de l'Orgère (1935 m) - Refuge CAF de Pécelet-Polset (2533 m)

Etape passant par le col de Chavière (2796 m) qui pourra se terminer une fois le sac allégé à l'arrivée au refuge par une montée au Col de Soufre (vue sur le glacier de Gébroulaz) en passant par le Lac Blanc.

*Distance étape : 9 km, durée : 04h30 environ, dénivelé cumulé : + 990 m / - 425 m.*

**Jour 6** : Refuge de Pécelet-Polset (2533 m) – Pralognan-la-Vanoise (1419 m)

Etape ultime de ce tour qui passera par l'alpage de Ritord et le lieu-dit les Prioux avec un dernier coup d'œil sur les glaciers de la Vanoise.

*Distance étape : 14 km, durée : 03h30 environ, dénivelé cumulé : + 170 m / - 1225 m.*

Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisateur se réserve le droit de le modifier à tout moment, notamment en fonction des conditions de terrain posant danger, d'obstacles imprévus, de cohésion du groupe, de météo taquine, et pour d'autres raisons de sécurité. Les participants devront avoir le niveau demandé.

**Coût prévisionnel** : 350 € comprenant les demi-pensions, les frais CAF, les frais de car, les frais d'organisation (courrier, téléphone, cartes, etc...), mais ne comprenant pas les repas des midis, les en-cas et boissons diverses, ni les transports SNCF.

## RENSEIGNEMENTS

**Niveau technique ▲ ▲** : Terrain montagneux

**Niveau physique** : Moyen (vitesse de montée de 300m/h)

Une bonne forme physique est indispensable.

**Horaires de train** :

*A titre indicatif car les horaires ne sont pas encore connus à la date de diffusion de la fiche.*

**Aller** : 04 Août 2013 – départ de Paris-Austerlitz vers 23h15, arrivée à Moûtiers-Salins vers 07h15.

**Retour** : 10 Août 2013 – départ de Moûtiers-Salins vers 20h45, arrivée à Paris vers 06h15.

**Repas du midi** : à tirer du sac et à la charge des participants, ils seront pris sur le terrain.

*Attention, aucun ravitaillement ne sera possible excepté des pique-niques à votre charge dans les refuges.*

**Hébergement** : Nuit et dîner en refuges.

**Equipement et matériels à emporter** : Equipement classique du randonneur, à savoir au minimum

Haut imperméable ainsi qu'une polaire, lunettes de soleil, bonnes chaussures de marche rôdées à semelle Vibram, bâtons de marche, guêtres (en cas de neige), gants et bonnet, sifflet de secours, lampe frontale, couverture de survie, gourde pour 2l minimum, tenue de rechange, affaires de toilette et serviette, drap-sac, pharmacie personnelle, bouchons pour oreilles, carte du CAF à jour de cotisation.

**Inscription** : auprès du secrétariat du CAF Ile de France à partir du [jour jj mmm aaaa]. L'inscription n'est effective qu'après le versement de 350 €. Il existe une assurance annulation, se renseigner au secrétariat du CAF pour plus de renseignements. Date limite d'inscription le [jour jj mmm aaaa].

**Pour en savoir plus** : carte IGN 1/25 000 n° 3534OT, 3633OT.