

Raquettes au cœur des Bauges

avec professionnel

du vendredi 30 janvier 2026 au dimanche 1er février 2026

Encadrants : [Nathalie Jude, AMM Gwen Gioux](#)

Niveau : Moyen 

Avec accord : Oui

En étoile

Effectif maximum : 9

Gîte

Description



Les Bauges, massif méconnu, entre Savoie et Haute Savoie, bordé de 14 sommets de 2000m est un parc naturel régional où on savoure le plaisir d'être en montagne. <https://youtu.be/mqiFIInoHcXI>

Nos sorties raquettes seront encadrées par une accompagnatrice externe connaissant très bien les Bauges. Et que je connais bien. Elle sera avec nous les 3 jours.

Nous serons hébergés dans une ancienne fruitière transformée en gîte très confortable à 800m d'altitude, au cœur du massif.

Avoir déjà eu une pratique de la raquette à neige est recommandé, et une bonne forme physique est indispensable. Chacun vient avec sa paire de raquettes de neige, chaussures de raquettes, paire de bâtons avec rondelles, et DVA /pelle/ sonde

Participation aux frais

360€ (payable à l'inscription)

Cette somme comprend l'hébergement deux nuitées avec petit déjeuner et 1/2 pension, les trajets en voiture pendant les 3 jours, la prestation et l'hébergement de l'accompagnatrice raquettes, les frais

administratifs du Caf.

Cette somme ne comprend pas le voyage aller-retour jusqu'à Chambéry, les pique-niques du midi, les boissons, la location ou fourniture de matériel

Transport

Le transport est libre et à la charge de chacun (e). Voir ci-dessous les Horaires de train recommandés.

Aller (vendredi 30 janvier) : TGV Paris gare de Lyon 6h45 → 9h36 Chambéry

Le point de RDV est à l'arrivée en gare de Chambéry

Retour (dimanche 1^{er} février) : TGV Chambéry 18h23 → 21h14 arrivée Paris gare de Lyon (ou tout retour à partir de 17h)

Hébergement et repas

Nous logerons dans un gîte tout confort, draps, linge de toilette et crocs fournis, avec petit déjeuner inclus et repas du soir. Chambres de 3 ou 4 (lits simples non superposés).

Possibilité de panier repas au gîte pour 10€ ou un sandwich pour 4€. Pensez à amener une boîte avec couvercle.

Programme

Notre sortie raquette est encadrée par Gwen. Le programme sera choisi par elle en fonction de la météo, de l'enneigement et du groupe.

J1 - 1^{ère} rando dans le secteur de la Féclaz - 8km / 400m / 4h de marche

RDV en gare de Chambéry à 9h36. Gwen et moi vous attendrons déjà sur place avec nos 2 voitures.

Nous montons sur la Féclaz et ferons notre 1^{ère} balade en raquettes dans ce secteur. Nous devrions commencer vers 11h. Nous pourrons laisser des affaires dans les 2 voitures pour alléger nos sacs.

Merci de prévoir à l'avance votre pique-nique pour ce 1^{er} jour.

Nous rejoignons notre gîte en fin de journée, près du village d'Arith.

J2 - Rando dans le secteur d'Arith - 10 à 12km / +550m / 5h de marche

Selon le niveau d'enneigement nous partirons du gîte, ou en voiture.

Nous monterons au refuge du creux de Lachat (1361m) et ferons une boucle.

J3 – Rando dans un autre secteur - 9km / 500m / 4h de marche

Nous quittons notre gîte le matin avec tous nos bagages et partons en voiture.

Fin vers 15h30 pour un retour à la gare de Chambéry vers 17h

Avoir impérativement à l'arrivée à la gare de Chambéry : raquettes à neige ajustées aux chaussures, paire de bâtons de marche munis de rondelles neige, ARVA (Appareil de Recherche des Victimes d'Avalanche) avec piles neuves, sonde et pelle à neige (location possible au CAF IdF, réservation auprès du secrétariat).

Carte IGN25 – 3432OT

Équipement

Technique ✓ Bâtons télescopiques avec rondelles à neige ✓ Raquettes à neige ✓ Sac à dos (≈ 30L) et son sur-sac (éventuellement) ✓ Crampons pour chaussures (à confirmer) ✓ Couverture de survie + Trousse pharmacie (pansements etc...)

✓ Ensemble DVA numérique + sonde + pelle obligatoire. Chaque participant doit en maîtriser l'utilisation. Tout participant ne le possédant pas au départ de la sortie ne pourra pas y participer.

Protection visage et yeux ✓ Crème solaire et stick à lèvres ✓ Lunettes de soleil catégorie 4

✓ Briquet ✓ Couteau de poche ✓ Lampe frontale ✓ Pochette étanche avec vos papiers d'identité, carte CAF, moyens de paiement et titres de transport ✓ Téléphone portable

Tête ✓ Bonnet ✓ Tour de cou type Buff

Haut du corps ✓ 1 ère couche technique respirante ✓ 2 ème couche chaude ✓ 3 ème couche chaude ✓ Gants chauds et imperméables (2 paires)

Bas du corps ✓ Chaussettes chaudes ✓ Chaussures de montagne à tige haute chaudes et imperméables, adaptées aux crampons et aux raquettes à neige ✓ Guêtres (éventuellement, selon autres équipements bas-du-corps) ✓ Pantalon de montagne

En fond de sac ✓ T-shirt de rechange (Merinos ou synthétique) ✓ Doudoune légère ou gilet léger (conseillé) ✓ Sous-gants (éventuellement) ✓ Sur-pantalon coupe-vent et imperméable type Gore-Tex ✓ Veste coupe-vent et imperméable avec capuche type Gore-Tex

✓ Gourde ou poche à eau ✓ Thermos (conseillé) ✓ Barres ou fruits secs ✓ Pique-nique 1^{er} jour

1 jeu d'affaires de rechange pour le soir -à laisser dans la voiture en J1 et J3 - pensez léger car il n'y aura pas énormément de place dans les voitures. Elles doivent tenir dans un petit sac en toile type tote-bag. Des crocs sont fournis au gîte, vous n'avez pas besoin d'autre paire de chaussures que vos chaussures de marche. Vous pourrez également mettre chaque soir vos affaires à sécher à côté du feu - si mouillées - pour le lendemain.

Inscription

Sauf mention contraire sur la page de la sortie, la demande d'inscription est possible dès maintenant en ligne ou auprès du secrétariat. Elle ne sera effective qu'après réception de vos règlements ou paiements en ligne. Vous devez impérativement effectuer tous les paiements demandés à l'inscription y compris les paiements différés.

Les places seront attribuées à partir du **jeudi 18 décembre 2025** selon les règles de priorité du club.

Vous pouvez vous faire remplacer ou annuler votre inscription à tout moment avant le début de la sortie, moyennant les frais spécifiés dans les conditions d'annulation et de remboursement. À plus de 30 jours du départ, vous pouvez en outre souscrire une assurance annulation pour couvrir ces frais, à l'exclusion d'une franchise et du montant de cette assurance.

détail description

En cas d'accident grave

Si un accident grave advient lors de la sortie, il est indispensable d'avertir au plus vite les dirigeants du Club. Leurs contacts sont disponibles au lien suivant : <https://www.clubalpin-idf.com/contacts-urgence>.