

## HAUTE ROUTE DU GRAND PARADIS

Seul 4000m entièrement en Italie, le célèbre Grand Paradis (4061m) est connu pour être le véritable paradis des skieurs de randonnée.

De vastes glaciers et des pentes abordables font de ce sommet emblématique le plus facile des grands sommets alpins 'skiabiles'. Assurément une destination idéale pour franchir la barre mythique des 4000 m skis aux pieds. Nous démarrons le séjour en nous donnant rendez-vous à Cogne en tout début d'après-midi, ce qui nous permet de rejoindre le refuge Vittorio Sella où nous passerons deux nuits. Après l'ascension de la Pointe dell'Inferno le second jour, nous effectuerons le passage d'un sommet et d'un col le troisième jour : le Grand Serraz et le col du Grand Neyron, qui nous permettront de rejoindre le refuge Chabod. De là nous partirons pour l'ascension de ce sommet mythique : le Grand Paradis, en dépassant les 4000m, nous dominerons alors l'Italie, et le refuge Vittorio Emanuele II nous attend pour nous remettre de nos émotions. Les cols du Grand Paradis et du Teleccio seront au programme pour terminer ce voyage en beauté, avant de redescendre dans la vallée avec des images plein la tête...

### ITINÉRAIRE

#### *Jour 01 Cogne - Vittorio Sella (2584m).*

Rendez-vous en tout début de matinée à Chamonix pour ceux qui le souhaitent et en milieu de matinée au village de Cogne, puis transfert jusqu'à Valnontey. De là, nous randonnerons à travers une forêt puis des alpages jusqu'au refuge Vittorio Sella où nous passerons la première nuit.

*Dénivellation + : 950 m*

*Hébergement : Nuit au refuge Vittorio Sella.*

*Heures de marche : 3*

#### *Jour 02 Col et Pointe du Tuf.*

Après une bonne nuit au refuge, nous prenons le chemin de la pointe dell'Inferno de laquelle nous aurons une vue panoramique sur la vallée du Lauson. Pour ne pas s'épuiser avant la grosse journée du lendemain, nous ferons uniquement l'aller-retour jusqu'à la pointe à 3393m et nous reviendrons au refuge Vittorio Sella passer la nuit.

*Dénivellation + : 850 m*

*Dénivellation - : 850 m*

*Hébergement : Nuit au refuge Vittorio Sella.*

*Heures de marche : 4*

#### *Jour 03 Refuge Vittorio Sella - Grand Serraz - Col du Grand Neyron - Refuge Chabod (2750m).*

Durant cette grande journée nous passerons par un sommet, le Grand Serraz à 3552m et un col, le Grand Neyron à 3414m qui nous permettront de découvrir de magnifiques paysages avant de retrouver la chaleur au refuge Chabod.

*Dénivellation + : 1500 m*

*Dénivellation - : 1350 m*

Altitude Max : 3414 m

Hébergement : Nuit au refuge Chabod.

Heures de marche : 8

### Jour 04 Ascension du Grand Paradis (4061m) - Refuge Victor Emmanuel II (2730m).

Après avoir traversé sous la face nord du Grand Paradis par le glacier du Laveciau pour rejoindre l'itinéraire classique, nous atteindrons le sommet grâce à quelques pas d'escalade (corde). Puis descente par les pentes du glacier du Grand Paradis jusqu'au refuge Vittorio Emanuele II.

Dénivellation + : 1350 m

Dénivellation - : 1350 m

Hébergement : Nuit au refuge Victor Emmanuel II.

Heures de marche : 7

### Jour 05 Col du Grand Paradis (3345m) - Col del Becchi (2990m) - Refuge Pontese (2200m).

Aujourd'hui nous changeons de versant en franchissant le col du Grand Paradis (un passage un peu raide sous le col), le col del Becchi, puis vient une longue descente pour rejoindre le refuge Pontese.

Dénivellation + : 670 m

Dénivellation - : 1200 m

Hébergement : Nuit au refuge Pontese.

Heures de marche : 6

### Jour 06 Col di Teleccio (3304m) - Lillaz (1617m) - Cogne.

Pour ce dernier jour, une montée un peu raide nous permet d'atteindre le col di Teleccio à 3304m pour contempler la Torre du Gran San Pietro. Puis de belles courbes nous ramènerons à Lillaz par le vallon di Valeille. De là, nous aurons un transfert en bus jusqu'à Cogne pour retrouver les voitures.

Dénivellation + : 1100 m

Dénivellation - : 1690 m

Heures de marche : 6

## Important :

Ce programme peut être modifié sur décision du guide si les conditions de la montagne, la météo ou la condition physique des participants le nécessitent et dans un souci de sécurité.

Pour des raisons de sécurité et pour garantir un niveau homogène correspondant à celui annoncé, l'encadrement et l'organisation se réservent le droit d'interrompre votre participation si votre niveau technique et/ou votre forme physique ne correspondent pas à ceux requis. En aucun cas cette interruption ne pourra donner lieu à un remboursement ou versement d'indemnités.

## DATES & PRIX

Du	Au	Prix TTC par pers.	Départ assuré
16/03/2020	21/03/2020	1095 €	
23/03/2020	28/03/2020	1095 €	
30/03/2020	04/04/2020	1095 €	OUI
06/04/2020	11/04/2020	1095 €	OUI
13/04/2020	18/04/2020	1095 €	

Du	Au	Prix TTC par pers.	Départ assuré
20/04/2020	25/04/2020	1095 €	

**Code voyage : SRHRG**

## Le prix comprend

L'acompte de 30% est à verser au moment de l'inscription, le solde du séjour devra être réglé à 30 jours du départ.

- L'organisation technique du stage
- L'encadrement par un guide de haute montagne
- L'hébergement en demi-pension en refuge du jour 1 au soir au jour 6 au matin
- Les pique-niques du jour 2 au jour 6
- Les transferts prévus au programme : Cogne-Valnontey et Lillaz-Cogne
- Le matériel technique collectif spécifique au circuit

## Le prix ne comprend pas

- Boissons et dépenses personnelles
- Vivres de course (barres de céréales, fruits secs, barres chocolatées, etc...) à votre convenance.
- Matériel de ski individuel : chaussures, skis, peaux et couteaux, bâtons
- Matériel technique individuel : crampons, baudrier
- Matériel de sécurité : DVA, pelle et sonde
- Les transferts jusqu'au lieu de rendez-vous et les retours depuis le lieu de dispersion : Cogne
- Les frais d'inscription
- Assurance multirisques/annulation : frais de recherche, secours et rapatriement en Italie.

## À payer sur place

- Boissons et dépenses personnelles

## Assurance

Nous pouvons vous proposer nos 3 formules possibles:

- Assurance Annulation à 3% du prix de votre séjour : pour tout accident ou maladie, licenciement, mutation ou évènement survenant avant votre départ et vous empêchant de pouvoir effectuer le séjour.
- Assurance Multirisques à 4% du prix de votre séjour : elle reprend la partie "annulation" ci-dessus et vous couvre aussi durant tout votre séjour en frais de recherche et secours ainsi qu'en hospitalisation, rapatriement, remboursement de frais médicaux, etc...
- Assurance rapatriement à 2% du prix du séjour : prise en charge des frais de recherche et de secours en montagne, assistance en cas de maladie, blessure au cours du voyage.

Si vous ne souhaitez pas souscrire à notre assurance vous devez impérativement nous renvoyer la décharge d'assurance envoyée avec votre confirmation d'inscription.

Si vous choisissez d'autres contrats d'assurance et d'assistance, nous vous invitons à vérifier notamment que la couverture recherche-secours est adaptée : zone de couverture, montant, risques couverts. Pour information, un montant minimal de 15 000 € est recommandé en couverture recherche-secours. Les cartes de crédit offrent peu ou pas ce type de garantie.

## ÉQUIPEMENT

## Équipement fourni

- Le matériel collectif (cordes) est fourni.
- Au refuge des chaussons sont à votre disposition.
- Couvertures et couettes sont fournies en refuge : pensez à prévoir le drap-sac pour des questions d'hygiène.

## Matériel en location

Nous vous renseignons sur la location du matériel technique sur Chamonix :

- Skis de randonnée
- Chaussures pour skis de randonnées
- Matériel skis de randonnées: peaux de phoques, couteaux
- Bâtons
- Piolet
- Crampons
- Baudrier
- Raquettes
- Sac à dos
- Frontale
- Gants
- Doudoune
- Masque
- Cagoule

Si votre stage a lieu en dehors de la vallée de Chamonix, ou si le rendez-vous n'est pas donné sur Chamonix, alors il faudra vous présenter au séjour avec votre matériel ou trouver à le louer sur place.

## Matériel technique

SKIS :

- 1 paire de skis de randonnée légers avec leurs fixations adaptées ainsi qu'un frein ou des lanières de sécurité, et fartés.
- 1 paire de chaussures de ski de randonnée à semelles VIBRAM
- 1 paire de peaux de phoque autocollantes adaptées aux skis
- Couteaux adaptés aux fixations
- Bâtons à rondelles larges

AUTRES :

- Matériels de sécurité : DVA, pelle, sonde
- Crampons avec système « Antibott »
- Piolet
- Baudrier et mousquetons à vis
- Couverture de survie
- 1 lampe frontale avec piles et ampoule de rechange
- Couteau de poche
- Thermos ou gourde

LE TOUT DOIT ETRE EN PARFAIT ETAT AU PREMIER JOUR DU STAGE

## Équipement personnel

TETE :

- Bonnet windstopper
- Chapeau ou casquette
- Foulard et/ou tour du cou « Buff »
- Crème solaire (indice très haute protection) et stick labial

- Lunettes de glacier catégorie 4 + masque de ski

#### HAUT DU CORPS :

- 2 sous-vêtements techniques respirant à manches longues type « Carline » (pas de coton qui sèche trop lentement)
- 1 sous-pull technique et respirant
- 1 veste polaire épaisse
- 1 veste ou gilet en duvet
- 1 veste coupe-vent et imperméable type Goretex
- 1 paire de moufles (polaire ou laine) windstopper
- 1 paire de gants (polaire ou laine) windstopper
- 1 paire de sous-gants

#### BAS DU CORPS :

- 1 collant technique respirant type « Carline »
- 1 pantalon de montagne confortable
- 1 pantalon coupe-vent et imperméable type Goretex
- 2 paires de chaussettes : 1 fine et 1 épaisse

#### AUTRES:

- 1 drap type « sac à viande » pour les refuges
- 1 petite trousse de toilette avec 1 serviette de toilette séchage rapide
- Biafine
- Papier hygiénique + briquet
- 1 sac plastique de 100L et un sursac pour protéger les affaires et le sac à dos
- 1 pochette étanche dans laquelle vous mettrez vos papiers d'identité, votre téléphone, votre argent et votre contrat d'assurance/assistance avec tous les numéros de téléphone d'urgence.

## Bagages

Un sac à dos d'alpinisme confortable de 50 litres avec attaches pour skis et matériel technique.

## Pharmacie

Votre guide disposera d'une pharmacie de première urgence.

Prévoyez avec votre médecin votre pharmacie personnelle :

- Médicaments personnels
- Anti-douleur (paracétamol de préférence)
- Double-peau
- Elastoplast
- Pansements
- Désinfectant local
- Anti-inflammatoire
- Antispasmodique
- Anti-diarrhéique
- Anti-vomitif
- Antiseptique intestinal
- Collyre
- Somnifère léger
- Boules Quies
- Vitamines

Liste non-exhaustive.

## INFORMATIONS PRATIQUES

## Passeport

Non

## Carte d'identité

A la suite de la prolongation depuis le 1er janvier 2014 de la validité de la CNI française, sans changement de date faciale sur le document, les litiges et difficultés pour les voyageurs français se multiplient.

1 - Comme indiqué dans les Procès-Verbaux des Comités Exécutifs des 5 février et 3 avril 2014, le SETO s'est saisi de la question. Les interventions du SETO auprès des autorités françaises sont en cours pour lister les difficultés, trouver des solutions et des moyens adaptés.

2 - Des accords ont été établis entre la France et certains pays pour que la CNI prolongée soit acceptée. Une liste des pays acceptant cette prolongation de la CNI est consultable sur le site du ministère français de l'Intérieur. Des documents explicatifs traduits dans les langues du pays y sont téléchargeables pour les voyageurs. Toutefois ces documents et explications ne sont pas encore totalement acceptés et reconnus dans tous les pays listés.

Dans l'attente, le SETO recommande donc à ses membres de bien veiller à ce que les clients français directs et indirects soient pleinement informés de la situation, à savoir qu'une CNI peut être refusée si la validité faciale est périmée. En cas de doute, il est donc préférable de bien recommander le recours à un passeport valide à la place de la CNI.

## Visa

Non

## Coordonnées Ambassade et Consulat

Consulat Général d'Italie  
5 Bd Emile AUGIER  
75116 PARIS  
Tel : 01.44.30.47.00

## Infos Vaccins

Non

## Votre rendez-vous

### Rendez-vous

En début d'après-midi du jour 1 à Cogné.

### Accès

En voiture :

En provenance de France : tunnel du Mont Blanc puis autoroute direction Aoste. Sortez de l'autoroute A5 à la hauteur d'Aymavilles, au péage de « Aosta Ouest » et suivez donc les panneaux pour Cogné (12 Km de route).

En train :

La gare la plus proche est celle de Aoste.

Infos itinéraires sur: <http://reiseauskunft.bahn.de>

Bus Aoste-Cogné: [www.savda.it](http://www.savda.it)

### Dispersion

En fin d'après-midi du jour 6 à Cogné.

## Bibliographie

«Orizzonti Bianchi» Valle d'Aosta  
Alessandro Mezzavilla et David Pellissier  
Editions Martini Multimedia

- «Les 100 plus belles courses du Massif de Grand Paradis»  
Gian Garlo Grassi.

### Cartographie

- «Valsavarenche Gran Paradiso» n°9, L'ESCURSIONISTA editore 1/25 000e.  
- «Grand Paradiso» n° 101, Istituto geografico, Gennale au 1/25 000e.  
Grand Paradiso - La Grivola - Cogne 1/25 000° IGC n°101  
Il parco nazionale del Grand Paradiso 1/50 000°

## Office de tourisme

Syndicat d'initiative de Valsavarenche  
Tél été : 00 34 0165 95 304  
Tél toute l'année : 00 39 339 9890 9283  
E-mail : valsavarenche@prolocovda.it

Consorzio Operatori Turistici della Valle di Cogne  
Associazione Les Amis du Paradis  
Via Bourgeois, 33 - 11012 Cogne (Aosta) - Valle d'Aosta - Italia  
Tel. +39 0165 74835  
www.cogneturismo.it