

DOLCE VITA EN VAL D'AOSTE

La vallée d'Aoste se situe juste derrière le massif du Mont Blanc, en Italie.

Dans cette région des Alpes, plus ensoleillée que la Haute Savoie toute proche, de nombreux sommets se prêtent magnifiquement bien à un ski de randonnée de grande qualité, avec des orientations et des pentes variées, des paysages changeants alternant forêts et grands versants propices à de belles courbes envoiées. Un plaisir "blanc" avec un parfum de Sud.

Le premier jour, départ de Chamonix en minibus pour rejoindre les versants italiens pour une première sortie à la Punta Croce (2478m). Le lendemain par le Col Fetita, nous suivrons l'arête qui mènera au sommet de la Testa dei Frà (2818m), où le dénivelé conséquent et les pentes plus raides enchanteront les bons skieurs.

Le troisième jour une première partie en forêt puis dans des alpages permettra de monter sur la Pointe de la Pierre (2653m). Ensuite nous partirons pour le Col Serena (2547m) et terminerons la semaine par le Pointe de Chaligne (2608m).

ITINÉRAIRE

Jour 01 Punta Croce (2478m).

Rendez-vous à Chamonix tôt le matin pour le départ en minibus vers le petit village d'Arpy.

Départ du hameau d'Arpy (1670m), petit centre de ski de fond. Par les pistes de ski de fond nous remonterons vers le fond de la vallée, puis gravirons des pentes variées dans une belle forêt de mélèzes pour arriver sur le plateau du lac d'Arpy. Des pentes légèrement plus soutenues nous mèneront au sommet, avec ses anciens fortins militaires. Grandiose vue sur le massif du Mont Blanc. Descente par le même itinéraire au village. Une bonne manière de débiter la semaine, tout en revoyant les techniques spécifiques du ski de rando et de recherche en avalanche.

Dénivellation + : Environ 800 m

Dénivellation - : Environ 800 m

Altitude Max : 2478 m

Hébergement : Nuit en hôtel.

Heures de marche : 6h à 7h

Jour 02 Testa dei Frà (2818m).

Au-dessus de Morgex et de La Salle, le hameau de Morge sera le point de départ de la randonnée du jour. Par un chemin en forêt, puis les alpages des Ors, nous remonterons la belle combe ouest menant au col Fetita (2557m). La partie la plus technique commence, avec la remontée de l'aérienne crête sud de la Testa dei Frà, à 2818m, que nous atteindrons skis aux pieds si les conditions de neige le permettent. Retour par le même itinéraire, mais en choisissant les plus belles pentes et la meilleure neige.

Dénivellation + : 1124 m

Dénivellation - : 1124 m

Altitude Max : 2818 m

Hébergement : Nuit en hôtel.

Heures de marche : 5h

Jour 03 Pointe de la Pierre (2653m).

Depuis le village d'Ozein, au début du val de Cogne, par les alpages de Champchenille nous ferons l'ascension des agréables pentes enneigées de la Pointe de la Pierre à 2653m. Retour par le même itinéraire.

Dénivellation + : Environ 1230 m

Dénivellation - : Environ 1230 m

Altitude Max : 2653 m

Hébergement : Nuit en hôtel.

Heures de marche : 6h à 7h

Jour 04 Col Serena (2547m).

Nous montons en minibus jusqu'au village de la Rosière (1660 m, Saint Rhémy en Bosses). Par une belle forêt de mélèzes, nous suivrons la route d'alpage en direction de Ponty pour atteindre l'Arp du Bois à 1940m. Ensuite se dessine une belle combe qui nous mènera par une pente régulière au col de Sereina. Pendant la montée nous verrons comment faire sa propre trace selon le relief. A la descente nous nous attarderons sur l'évaluation des pentes ainsi que les techniques spécifiques au ski de rando. Durant la sortie nous pourrons à nouveau s'exercer à la recherche en DVA.

Dénivellation + : Environ 900 m

Dénivellation - : Environ 900 m

Altitude Max : 2547 m

Hébergement : Nuit en hôtel.

Heures de marche : 4h à 6h

Jour 05 Punta Chaligne (2608m)

Départ du petit village de Buthier (1350m), montée en direction de l'alpage et du refuge de Chaligne (2940m) en passant les grandes clairières de Plenot Désot, Arolla Désot et Arolla Damon. Par la forêt de mélèze nous rejoindrons l'alpage de la Tsa de Chaligne 2240m puis par l'arête Sud Est nous atteindrons le sommet. Retour en fin d'après-midi sur Chamonix.

Dénivellation + : 1290 m

Dénivellation - : 1290 m

Altitude Max : 2608 m

Heures de marche : 4h à 6h

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

Code voyage : SRVAO

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 séjour.

- L'encadrement un guide de haute montagne.
- L'hébergement en 1/2 pension en gîte (2 nuits) et hôtel (2 nuits) dans la vallée d'Aoste et ses environs.
- Les piques-niques le midi.
- Matériel de sécurité : DVA (piles non fournies), pelle et sonde
- Le matériel collectif : cordes

Le prix ne comprend pas

- Les boissons et dépenses personnelles
- Les vivres de course (barres de céréales, fruits secs, barres de céréales, etc...) à votre convenance.
- Piles pour le DVA (4 piles LR03 AAA)
- Le matériel technique individuel : crampons, piolet
- Le matériel de ski de randonnées + chaussures + peaux + couteaux + bâtons
- Assurance multirisques/annulation : frais de recherche, secours et rapatriement en Italie.
- Les frais d'inscription

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, mousquetons) 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.
- Le matériel de sécurité individuel (DVA piles non fournies, pelle, sonde) : merci de signaler à l'agence si vous possédez le vôtre.

Matériel en location

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

- Option location matériel pour 5 jours tarif :
- Ski de rando + bâtons : 200 euros

Chaussures de rando : 75 euros
Pack ski + chaussures + bâtons : 275 euros
Crampons : 47 euros
Piolet : 34 euros
Baudrier : 34 euros
Casque : 34 euros
Pantalon Gore-Tex : 44 euros
Veste Gore-Tex : 61 euros
Doudoune : 52 euros
Sac à dos : 44 euros
Lampe Frontale : 25 euros
Moufles : 44 euros

Si vous souscrivez en matériel dans votre dossier d'inscription, vous bénéficierez de 10% de réduction sur les tarifs annoncés (pensez bien à nous donner votre pointure si vous souhaitez des chaussures).

Matériel technique

SKIS :

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

AUTRES :

- Matériels de sécurité : DVA, pelle, sonde
- Crampons légers avec système « Antibott »
- Couverture de survie
- 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 coupe-vent et imperméable type Goretex
- 1 paire de moufles (polaire ou laine) windstopper
- 1 paire de gants (polaire ou laine) windstopper

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 :

- 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 40 litres avec attaches pour skis.
- Un deuxième sac restant à l'hôtel avec les affaires de rechange.

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
- Boules Quies
- Somnifère
- 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

Pour aller plus loin

Bibliographie

"Orizzonti Bianchi"
Alessandro Mezzavilla et David Pellissier
Editions Martini Multimedia

Cartes italiennes au 1/25000e
N° 107 Monte Bianco Courmayeur La Thuile
N° 102

Office de tourisme

OT Aosta
Plaza Chanoux 2
11100 Aosta

Téléphone : 00 39 0165 23 627
E-mail : aosta@turismo.vda.it
Site internet : www.lovevda.it