

GRANDE TRAVERSÉE DES ALPES - 1ère et 2ème partie

Du Léman à la Maurienne



Parcourir les Alpes de part en part à la rencontre des hommes et des montagnes... La Grande Traversée des Alpes (GTA) entre le Léman et la Méditerranée est un voyage au long cours. L'occasion de rompre avec le temps et de mettre son quotidien entre parenthèses !

Cet itinéraire longe les frontières suisse et italienne tout en traversant cinq départements et quelques-uns des massifs les plus connus des Alpes.

1ère partie : Chablais, Haut Giffre, Aiguilles Rouges, Mont-Blanc

Cette première partie nous emmène des bords du Léman jusqu'à Chamonix, capitale des glaces. On découvre le Chablais, au relief calcaire de caractère, et les alpages d'Abondance si verts et si riches ! Le massif des Dents Blanches, sauvage et préservé, nous ouvre les portes du Faucigny. C'est le pays des cascades géantes, des lapiaz et des gouffres, mais aussi celui des plateaux d'alpages semblables au Paradis. Quelques heures de marche et nous voilà dans les Aiguilles Rouges, d'où l'on découvre enfin toute la chaîne du Mont-Blanc, un grand spectacle de glaciers et de roches...

2ème partie : Mont-Blanc, Beaufortain, Vanoise

Cette partie nous conduit des glaciers géants du pays du Mont-Blanc à ceux des Dômes de la Vanoise, tout aussi imposants. Sur notre chemin, les collections de bidons à lait nous remémorent l'authenticité de la vie pastorale des alpages du Beaufortain et les bouquetins et les marmottes, la création du 1er Parc National français en 1963. Nous avons privilégié, sur ce parcours guidé, quelques belles variantes et cols d'altitude, à déguster en toute sérénité ! L'occasion de se sentir seul au monde, dans les vastes espaces préservés du Beaufortain et de la Vanoise.

🕒 14 jours

👤 Accompagné / guidé

🧳 Avec ou sans transport de bagages

🏠 Hébergement : Classique (dortoir)

🏔️ Niveau : ***

💰 A partir de : 1795€

Vous allez aimer

- La traversée de massifs à la géologie et aux paysages variés
- Des écosystèmes riches, une faune sauvage abondante, des vallées chargées d'histoire
- Le début d'un sentier alpin au long cours que l'on peut poursuivre jusqu'à Nice en 4 semaines
- La nuit au son des cloches dans un chalet d'alpage
- Le portage des bagages

Le parcours

Jour 1

Rendez-vous à 12h00 devant l'Office de Tourisme de Thollon-les-Mémises, ou bien à 9h30 avec vos bagages à la gare SNCF de Chamonix, si vous avez choisi l'option.

PIC DES MEMISES - BALCON DU LEMAN

Montée par la télécabine et départ pour le sentier balcon surplombant le lac Léman. Pique-nique, puis traversée des Mémises et des alpages des Mottay avant de descendre sur le vallon de Novel. Nuit à l'alpage **sans les bagages**.

3h30 de marche / Dénivelé : +550 m ; -600 m

Jour 2

COL DE BISE - VALLON DE BISE

Depuis l'alpage, montée au Lac de Neuteu et au col de Bise. Petit détour possible au Lac de Darbon, magnifique lac glaciaire. Ouvrez grand les yeux, vous êtes au pays du bouquetin ! Descente à l'alpage de Bise, d'où l'on rejoint le refuge d'Ubine niché sous la face Nord du Mont Chauffé.

6h30 de marche / Dénivelé : +970 m ; -970 m

Jour 3

ABONDANCE - LAC DE TAVANEUSE

Descente sur le village d'Abondance et petit transfert dans la vallée. Montée au lac de Tavaneuse, puis au col à 1997 m. Descente dans les alpages puis la forêt jusqu'au lac de Montriond. Transfert à Chardonnière. Nuit en refuge en dortoir.

7h00 de marche / Dénivelé : +950 m ; -1350 m

Jour 4

MASSIF DES DENTS BLANCHES - PAS AU TAUREAU

Montée à la tête de Bostan, face au superbe et sauvage massif des Dents Blanches. Traversée par le Pas au Taureau (2555 m), petit passage câblé, puis descente dans le vallon lunaire de la "combe aux puaires", site insolite de lapiaz (calcaires érodés). Nuit au refuge de la Vogealle en dortoir **sans les bagages**.

7h00 de marche / Dénivelé : +1200 m ; -660 m

Jour 5

LE BOUT DU MONDE ET LE CIRQUE DU FER À CHEVAL

Depuis le refuge de la Vogealle, une très belle descente face aux falaises du Tenneverge nous conduit au Bout du Monde puis au cirque du Fer à Cheval, et leurs multiples cascades. Nuit au village de Sixt-Fer-à-Cheval.

6h00 de marche / Dénivelé : +100 m -1150 m

Jour 6

LAC ET COL D'ANTERNE

Petit transfert. La journée commence à travers bois, le long des cascades du Rouget, de la Pleureuse et de la Sauffaz. Montée à l'alpage d'Anterne au cœur de la réserve naturelle de Sixt-Passy, un vaste et haut plateau où se niche l'un des plus beaux lacs de la région. C'est le royaume des marmottes et du gypaète barbu ! Concours de ricochets suivi d'une petite grimpe jusqu'au col d'Anterne, puis descente sur le refuge de Moède-Anterne. Nuit en dortoir.

5h30 de marche / Dénivelé : +1300 m ; -250 m

Jour 7

ENVERS DU BREVENT - CHAMONIX

Courte descente vers le pont d'Arlevé. Le paysage change, les calcaires des Fiz laissant la place aux roches moutonnées du massif des Aiguilles Rouges. Montée jusqu'au Col du Brévent (2368 m), puis descente jusqu'à Planpraz, où l'on prend la télécabine pour rejoindre Chamonix. Nuit en hôtel.

5h00 de marche / Dénivelé : +750 m ; -750 m

Jour 8

LES HOUCHES – LES CONTAMINES

Départ à pied de l'hôtel pour rejoindre le téléphérique de Bellevue. Début de la randonnée à 1800 m. Traversée jusqu'au pied du glacier de Bionnassay avant de monter au col du Tricot. Descente aux chalets de Miage, puis aux Contamines. Nuit dans le village dans un gîte en petit dortoir.

5h30 de marche / Dénivelé : +650 m ; -1300 m

Jour 9

COL DE LA CROIX DU BONHOMME - CORMET DE ROSELEND

Montée par la voie romaine au célèbre col du Bonhomme du Tour du Mont Blanc. Descente par la Crête des Gittes et les vastes alpages du Beaufortain jusqu'au Plan de la Lai. Nuit en dortoir au dessus du lac de Roselend.

6h30 de marche / Dénivelé : +1000 m ; -1000 m

Jour 10

DU PIED DE LA PIERRA MENTA À LA PORTE DE ROSUEL

Sentier balcon surplombant le lac de Roselend et montée au col du Bresson (2469m) au pied de la Pierra Menta. Descente par le vallon de l'Ormette puis de canaux en hameaux pour rejoindre Valezan vallée de la Tarentaise. Transfert en taxi pour rejoindre Peisey Nancroix et la porte de Rosuel.

Nuit en dortoir en refuge (ou en hôtel)

7h00 de marche / Dénivelé : +1050 m ; -1650 m

Jour 11

COL DU PLAN SÉRY - CHAMPAGNY LE HAUT

Entrée dans le parc de la Vanoise aux pieds du Mont Pourri et du Dôme de la Sache. Une fois passé le lac de la Plagne, l'ascension du col du Plan Séry permet de basculer dans le vallon de la Vallaisonnay et sa géologie étonnante. Une dernière descente passe à côté de la cascade du Py et rejoint les différents hameaux de la vallée de Champagny. Nuit en gîte à Champagny-le-haut, avec les bagages.

7h00 de marche / Dénivelé : +1050 m ; -1150 m

Jour 12

TOUR DU MERLE - REFUGE DU GRAND BEC

Départ de la randonnée dans une grande forêt d'épicéas, le sentier s'élève pour passer tous les étages de végétation jusqu'au refuge du Grand Bec. Posé sur son promontoire, celui-ci profite d'une vue imprenable sur les glaciers qui le surplombent et la vallée de Pralognan en contrebas. Possibilité de passer par le très alpin col des Galinettes (2750m) selon les conditions.

Nuit en dortoir au refuge du Grand Bec **sans les bagages et sans douches.**

5h30 de marche / Dénivelé : +1250 m ; -300 m

+/-100 m supplémentaires par le col des Galinettes

Jour 13

COL DE LESCHAUX - LES PRIOUX

Après avoir quitté le refuge, traversée sauvage jusqu'au Col de Leschaux. À partir de là le chemin part en balcon avec les

glaciers de la Vanoise puis la Grande Casse (3855 m) en point de mire. Le sentier est impressionnant mais chaîné et bien marqué jusqu'au célèbre Lac des Vaches. Une dernière descente emmène jusqu'au village de Pralognan. À partir du col de Leschaux un itinéraire bis permet d'éviter le sentier en balcon en cas de mauvais temps.

Nuit en dortoir en refuge.

7h00 de marche / Dénivelé : +900 m ; -1600 m

Jour 14

COL DE CHAVIÈRE - VALLÉE DE LA MAURIENNE

Remontée du vallon de Chavière dominé par les Dômes de la Vanoise, dans un univers lunaire ponctué de forêts de cairns. Les Aiguilles de Pécelet-Polset nous indiquent le col de Chavière tout proche. Descente dans la vallée de la Maurienne parmi les alpages. Court transfert à Modane depuis la Porte de l'Orgère.

6h00 de marche / Dénivelé : +1150 m ; -950 m

Fin de la randonnée vers 16h00 à la gare Modane.

Le voyage

NIVEAU ***

Dénivelé : +/- 700 m à 1300 m en moyenne par jour.

Temps de marche : 5 à 7 heures par jour.

Type de randonnée : itinéraire de montagne sur sentier avec quelques passages aériens, ponctuels et bien sécurisés.

ENCADREMENT

Nombre de participants compris entre 6 et 14 personnes encadrés par un professionnel diplômé (accompagnateur en montagne).

HÉBERGEMENT

CLASSIQUE : 13 nuits en chalet d'alpage, refuges et gîtes.

Douches chaudes dans tous les hébergements (excepté au Grand Bec).

VOTRE SAC À DOS POUR LES NUITS SANS BAGAGE

Pour les nuits où vous n'avez pas votre bagage à l'hébergement (vous le retrouvez la nuit suivante), voici quelques conseils concernant les éléments à rajouter à votre sac à dos (environ 2 kg suffisent !):

- un petit nécessaire de toilette
- votre drap-sac
- vêtements de rechange (le strict nécessaire !)

LES REPAS

Les petits déjeuners et dîners sont servis dans les hébergements.

Pour le midi, votre accompagnateur prépare un pique-nique généralement composé de salades variées et de produits régionaux.

Nous faisons de notre mieux pour prendre en compte les régimes particuliers (sans gluten, végétariens etc.). Nous vous encourageons cependant à prévoir quelques produits complémentaires pour vos propres pique-niques.

CONDITION PHYSIQUE

Etre capable de faire aisément 15 km de marche (en plaine) en 3 heures maximum.

Si ce n'est pas le cas, dans un délai de trois semaines avant le départ, à raison de 2 à 3 fois par semaine, nous vous conseillons d'entreprendre un bon entraînement : 4 à 5 km de jogging ou 3 à 4 heures de randonnée ou de vélo. Votre préparation physique facilitera votre séjour et vous permettra de l'apprécier d'autant plus.

CARTOGRAPHIE

IGN Top 25 - 3528ET/ Morzine,
IGN Top 25 - 3530ET/ Samoëns,
IGN Top25 3531 ET St-Gervais ;
IGN Top25 3532 OT Beaufortain ;
IGN Top25 3532 ET Les Arcs ;
IGN Top25 3633 ET Tignes ;
IGN Top25 3534 OT Trois Vallées.

Infos pratiques

DÉPART

De fin juin à mi-septembre.

ACCÈS AU POINT DE DÉPART

**Rendez-vous à 12h00 à l'Office de Tourisme de Thollon-les-Mémises.
RDV à 9h30 à la gare SNCF de Chamonix si vous avez choisi l'option transfert.**

EN TRAIN

Aller : Ligne Paris/Bellegarde/Evian par TGV puis bus régulier à Evian pour Thollon Les Mémises (40mn).

Horaires des bus disponibles : <https://ete.thollonlesmemises-tourisme.com>

Consultez le site oui.sncf pour connaître ou vérifier les horaires.

EN VOITURE

Aller : autoroute A40 sortie Annemasse, parking gratuit, [bus sur la SAT](#) ou train pour Evian, puis bus pour Thollon les Mémises.

Pour votre voiture : parking gratuit à Thollon.

En option: le transfert aller Chamonix -> Thollon et le transfert retour Modane -> Chamonix : 50€/ trajet/ personne (à réserver à l'inscription).

HÉBERGEMENT AVANT ET APRÈS LE SÉJOUR

[Thollon Les Mémises](#)

[Evian-les-Bains](#)

[Chamonix](#)

ASSURANCE

Conformément à la réglementation, nous sommes assurés en Responsabilité Civile Professionnelle. En aucun cas nous ne pouvons nous substituer à votre Responsabilité Civile Personnelle. Si vous avez choisi l'assurance assistance rapatriement EUROP ASSISTANCE que nous proposons, Altitude Mont Blanc sert seulement d'interface entre le client et l'assureur. Nous ne pouvons influencer sur l'une ou l'autre des parties. Nous nous en tenons aux conditions strictes de vente. Vous êtes responsables du respect des procédures de déclaration de tout sinistre.

Avant de prendre toute décision, contactez EUROP ASSISTANCE.

POUR NOUS CONTACTER

Si vous êtes en retard, contactez l'agence : **+33 (0)4 50 79 09 16** ou **+33 (0)6 42 49 76 07**

Dates & tarifs

Possibilité d'enchaîner 2, 3 ou 4 étapes de la GTA :

- [GTA 3 à 4](#)
- [GTA 1 à 4](#), l'intégrale

Du 18/06/23 au 01/07/23 **Départ ouvert** 1795 €

Du 25/06/23 au 08/07/23 **Départ garanti** 1795 €

Du 02/07/23 au 15/07/23 **Départ garanti** 1795 €

Du 09/07/23 au 22/07/23 **Départ garanti** 1795 €

Du 16/07/23 au 29/07/23 **Départ garanti** 1795 €

Du 23/07/23 au 05/08/23 **Départ garanti** 1795 €

Du 30/07/23 au 12/08/23 **Départ garanti** 1795 €

Du 06/08/23 au 19/08/23 **Départ garanti** 1795 €

Du 13/08/23 au 26/08/23 **Départ garanti** 1795 €

LE PRIX

Comprend :

- Les frais d'organisation et l'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé ;
- Les repas en pension complète (sauf dîner du jour 7), les encas ;
- Les nuits en refuge ou gîte et les taxes de séjour ;
- Le transport de vos effets personnels chaque jour (sauf jours 1, 4 et 12) ;
- Les transferts routiers (sauf pour le transfert Chamonix - Thollon et Modane - Chamonix, en option, à réserver à l'inscription) et le téléphérique de Bellevue.

Ne comprend pas :

- Les dépenses à caractère personnel (boissons, etc...), les visites ;
- Le déjeuner et dîner du jour 7 ;
- Les transferts Chamonix - Thollon et Modane - Chamonix ;
- L'assurance assistance annulation (4.2% du montant du voyage).
- Le transport des bagages les jours 1, 4 et 12

Le tarif s'entend tout compris du point de rendez-vous au point de dispersion

Équipement et bagages

ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

Vêtements

- Pantalons de randonnée
- Short (1 maillot de bain au cas où)
- Tee-shirts "respirant" ou en laine mérinos
- Caleçon long "respirant" ou en laine mérinos
- Polaire ou pull
- Coupe-vent ou veste Goretex
- Cape de pluie + guêtres ou pantalon type Goretex + une cape de sac
- Une paire de gants et un bonnet léger
- Chapeau ou casquette
- Chaussettes de randonnée (double couche, à bouclettes... 1 paire par jour)
- Chaussures de randonnée déjà rodées et à semelles bien crantées
- 1 tenue de rechange pour le soir
- Chaussures de rechange pour le soir

Matériel divers

- Trousse de toilette
- Taie d'oreiller
- Serviette de toilette (séchage rapide, vendue en boutique spécialisée)
- Lunettes de soleil et crème solaire
- Gourde ou thermos (1,5 litre minimum)
- Couteau et couverts
- Une boîte hermétique en plastique en guise d'assiette pour vos pique-niques
- Gobelet pour le café
- Petite pharmacie personnelle (antalgique, pansements type compeed...)
- Couverture de survie
- Frontale ou lampe de poche
- Un drap-sac et une taie d'oreiller (les gîtes fournissent des couvertures)
- Deux bâtons télescopiques (fortement recommandés)
- Carte d'identité ou passeport valide

SAC À DOS

Prévoir un sac à dos confortable de 30 à 40 litres pour vos effets de la journée (un vêtement chaud, une cape de pluie, une gourde, boîte et couverts pour le pique-nique, protection solaire et papiers d'identité) et un peu de place pour transporter un pique-nique et des encas.

TRANSPORT DE BAGAGES

Votre bagage est acheminé par un véhicule logistique d'étape en étape. Vos affaires de rechange doivent être regroupé en **1 seul sac souple ne dépassant pas 12kg !** Nous insistons particulièrement sur la taille et le poids de votre bagage transporté : durant votre circuit, celui-ci est manipulé chaque jour par un chauffeur à plusieurs reprises (Merci de penser à leur dos !) pour être acheminé dans des refuges dont l'accès n'est pas toujours simple.

Utilisez un bagage par personne, car regrouper les affaires de deux personnes en un seul contenant aboutit généralement à un poids excessif. Mieux vaut deux sacs de 10kg qu'un seul de 20 !

Attention, les bagages trop lourd ou trop volumineux ne seront pas pris en charge par les chauffeurs !

Si vous prolongez vos vacances, nous pouvons prendre en charge votre bagage supplémentaire au départ de la randonnée, étiqueté à votre nom, qui vous sera remis en fin de séjour.

Détails

MODALITÉS D'INSCRIPTION ET DE PAIEMENT

- Par courrier : formulaire à remplir ci-dessous.
- Par internet : <http://www.altitude-montblanc.com/>
- Par téléphone : +33 (0)4 50 79 09 16

Merci de préciser si vous souhaitez prendre une assurance annulation (4.2% du prix du voyage).

Nous vous faisons ensuite parvenir, par e-mail, une facture proforma (par couple) avec une demande d'arrhes de 30%, associée aux coordonnées de votre compte chez Altitude Mont-Blanc (rubrique "mon compte"). Vous pouvez faire votre règlement par CB, virement bancaire, chèque ou chèques vacances. Vous recevez ensuite une confirmation d'inscription. Le solde du séjour est à régler 1 mois avant le départ, sans rappel de notre part.

Les conditions de vente, annulation etc. sont disponibles sur notre site.

Nous restons à votre écoute pour toute information.

