

# LA GRANDE TRAVERSÉE DES ALPES

## 1<sup>ère</sup> partie

Traverser les Alpes du Léman à la Méditerranée : une aventure humaine, un périple pour passeurs de cols. Cette première année nous emmènera à la découverte de la Haute Savoie au pied du Mont Blanc, du Beaufortin au pied de la Pierra Menta et de la Vanoise!

DE SAINT GINGOLPH À MODANE – SUISSE/FRANCE

13 JOURS / 12 NUITS

### JOUR 1

Mise en jambe au-dessus du Léman et peut-être quelques bouquetins au col de Bise

#### **St-Gingolph – Refuge de Bise**

1600m D+/420m D-

Temps de marche estimé 5h30

### JOUR 2

Unique incursion en Suisse sur cette Grande Traversée des Alpes

#### **Refuge de Bise - Les Crosets**

500m D+/1200m D-

Temps de marche estimé 5h30

### JOUR 3

Alpage, contrebande et tarte aux myrtilles sont les points d'accroche de cette journée avec deux cols à franchir

#### **Les Crosets - Salvagny**

1200m D+/1300m D-

Temps de marche estimé 6h30

### JOUR 4

Une magnifique ascension au pied des rochers des Fiz avant une nuit au cœur de la réserve naturelle des Aiguilles Rouges

#### **Salvagny - Moëde d'Anterne**

1500m D+ / 350m D-

Temps de marche estimé 7h

### JOUR 5

Que le soleil nous accompagne pour cette arrivée face au Mont Blanc, 4808 m et plus haut sommet d'Europe

#### **Moëde d'Anterne - Chamonix**

950m D+ / 1400m D-

Temps de marche estimé 6h30

### JOUR 6

Merveilleuse journée dans un décor alpin au pied des Dômes de Miage

#### **Chamonix – Les Contamines**

450m D+ / 1200m D-

Temps de marche estimé 5h30

### JOUR 7

Une longue ascension vers le col de La Croix du Bonhomme pour entrer dans le Beaufortin. La crête des Gittes ne vous laissera pas indifférent-e

#### **Les Contamines – Plan de la Lai**

1400m D+ / 650m D-

Temps de marche estimé 7h30

## JOUR 8

Le Beaufortin : c'est son fromage, le Beaufort, mais c'est aussi son mythique sommet, la Pierra Menta. Nuit aux portes de la Vanoise !

### Plan de la Lai – Peisey-Nancroix

850m D+ / 1100m D-

Temps de marche estimé 6h30

## JOUR 9

Aux portes de la Vanoise, 1er parc national français, magnifique avec ses lacs et sa faune sauvage !

### Peisey-Nancroix – Tignes

1100m D+ / 550m D-

Temps de marche estimé 6h45

## JOUR 10

Passage du Col de l'Iseran à 2770m - plus haut point de la Grande Traversée des Alpes dans un paysage lunaire

### Tignes – Plan du Lac

950m D+ / 1250m D-

Temps de marche estimé 5h45

## JOUR 11

Une étape plus courte vers le refuge qui permet de grimper vers le sauvage lac de l'Arpont dans l'après-midi

### Plan du Lac - Refuge de l'Arpont

700mD+ / 750m D-

Temps de marche estimé 4h30

## JOUR 12

En bordure de la Vanoise, une étape vallonnée pour rejoindre le magnifique site de Plan Sec au-dessus du lac de Plan d'Amont

### Refuge de l'Arpont – Refuge Plan Sec

450m D+ / 450m D-

Temps de marche estimé 6h

## JOUR 13

Une dernière étape qui se mérite avec une longue descente vers Modane pour mieux se préparer au retour vers la civilisation et de rêver à l'année suivante !

### Refuge Plan Sec – Modane

400m D+ / 1550m D-

Temps de marche estimé 6h45

## PRIX DÈS CHF 2250.- PAR PERSONNE

### DATE DE DEPART : 22 JUILLET AU 3 AOÛT 2023

## INFORMATIONS PRATIQUES

- Encadrement par un-e accompagnateur-trice en montagne pour maximum 12 personnes
- Hébergement : gîte de montagne en dortoir avec demi-pension
- Lunch : pique-nique
- Transport de bagages organisé, sauf jour 11
- Lieu : départ St-Gingolph / Arrivée Modane non compris
- Niveau :  $\frac{3}{4}$

