

les clubs  
**vacanciel**

# la montagne

tout l'été nos randonnées sont offertes

## Courchevel

En bordure du parc national de la Vanoise, Courchevel offre l'été tous les bienfaits d'un séjour en altitude et le dépaysement recherché. Avec ses 5 villages traditionnels et 7 lacs d'altitude l'environnement offre de belles randonnées d'un niveau aisé.

## Randonnez avec un accompagnateur diplômé

Votre Accompagnateur en Montagne (diplômé d'Etat) se prénomme Pascal, fin connaisseur de la Vanoise et des montagnes du monde, montagnard dans le corps et l'esprit, il vous invite à de magnifiques randonnées qu'il vous commente avec sa gouaille. La rando avec Pascal c'est un grand moment de vie ; les montagnards disent de lui qu'il parle aux pierres ! Il vous propose en exemple un programme type pour nourrir vos rêves de nature et de grands espaces...

## Choisissez votre niveau

Du dimanche au vendredi, vous pouvez choisir la sortie qui vous convient parmi plusieurs randonnées proposées quotidiennement et déclinées selon 4 niveaux :

**Vert :** Balade de 2 heures à faible dénivelé accessible à toute la famille (enfants à partir de 5 ans) sur pistes et sentiers faciles.

**Bleu :** Pour marcheur débutant, en forme physique correcte (enfants à partir de 8 ans). Durée de 3 à 4 heures, dénivelé 300 à 500 mètres sur sentiers confortables.

**Rouge :** S'adresse au marcheur initié en bonne condition physique et aux enfants motivés à partir de 10 ans. Durée 4 à 5 heures pour 500 à 800 mètres de dénivelé sur sentiers ou hors piste accessible.

**Noir :** Pour les marcheurs entraînés et les sportifs ; enfants selon âge et pratique sportive (à valider avec l'accompagnateur). Durée 5 heures et plus pour 800 mètres et plus de dénivelé sur sentier et hors piste



## Les randonneurs

- Vous composez selon vos envies votre pique nique, spécialement étudié pour répondre aux exigences physiologiques de l'activité en montagne : salades composées, légumes, viandes froides, fromages et fruits en buffet proposés dès le matin.
- «le rencard du montagnard» avec à votre disposition des cartes, des descriptifs de randonnées, des rando-book, des livres sur la région...
- Des magasins de sports partenaires pour louer chaussures et accessoires à prix préférentiels

## Et les enfants ?

- Ils sont les bienvenus sur la plupart des randonnées, nos guides sauront vous conseiller et vous rassurer. Lorsque les enfants ne randonnent pas, nous les accueillons au club enfants dont les horaires coïncident avec ceux des randonnées. Ils découvriront l'espace montagnard grâce aux activités d'éveil proposées (découverte faune et flore, pastoralisme, vie des glaciers...).
- sService + : lors des randonnées qui nécessitent un départ tôt le matin, nos animateurs se chargent de lever vos enfants et s'en occupent jusqu'à votre retour

## Vos randonnées

### Exemple de programme de 7 jours :

#### Jour 1 1/2 journée

Le Cret de Bel Air, **bleu**

A la découverte de l'histoire de la formation des alpes, calcaire ou granit ? Le gypse de la Dent du Villard ? Pourquoi et comment les Alpes ont-elles vu le jour ? Vous profiterez de magnifiques panoramas, notamment la superbe vue sur le Mont Blanc. Marmottes et marmottons gambadent de ci delà. Départ de Courchevel 1650  
Durée : 3h00 dénivelé 300 m

#### Jour 2 1/2 journée matin

Fontaine Chapuis, **vert**

Pour approcher la vie des hameaux, l'histoire de Courchevel et la flore des alpages et des versants boisés. Belle promenade en sous bois pour arriver à la fontaine Chapuis. La forêt devient de moins en moins dense et débouche sur une clairière offrant un beau panorama sur la vallée et le Mont Jovet.  
Durée : 2h45 dénivelé 250 m

1/2 journée après-midi

Le Chemin du Paradis, **vert**

Quel fabuleux chemin que celui qui vous emmène au Paradis. Les Anciens y ont laissé un patrimoine bâti traditionnel, construit selon un savoir-faire et une technique précis. En paradis la flore est riche, généreuse et offre des senteurs à nulle autre pareille. Randonnée agréable où se mêle montagne et patrimoine. Pascal vous dira les anecdotes qui vous feront traverser l'histoire locale. Retour par un chemin en balcon. Départ au Praz  
Durée : 2h45 dénivelé 250 m

#### Jour 3 journée

Les Balcons de la Vanoise (2184 m), **bleu**

Au départ de Pralognan-laVanoise, découvrez la faune et la flore du Parc National de la Vanoise. Nous parcourons un sentier qui nous amènera à travers les vestiges d'une activité pastorale encore préservée. Marmottes, et peut-être chamois nous tiendront compagnie. Regardez au dessus de vos têtes, les Glaciers de La Vanoise !  
Durée : 4h00 de marche dénivelé 500m

#### Jour 4 journée

La dent du Villard (2284 m), **rouge**

Randonner à la Dent du Villard c'est traverser les ères géologiques et découvrir des panoramas qui vous laissent sans voix. Vous y découvrirez entre autre un point de vue unique sur Courchevel et un horizon dégagé sur les Alpes. En général Pascal vous réserve une petite surprise...  
Durée : 5h00 de marche dénivelé 760m

#### Jour 5 1/2 journée

La Vallée de Champagny le Haut, **vert**

A la rencontre des Marmottes du Parc National de la Vanoise. D'où viennent-elles ? Où vivent-elles ? Quelle est leur place en montagne ? Qui sont leurs ennemis ? Une sortie pour petits et grands afin découvrir cet animal célèbre et adorable mais peu connu. Superbe vue sur le glacier du Grand Bec, grandiose !  
Durée : 2h00 de marche dénivelé 280m

#### Jour 6 journée

Les lacs Merlet (2447 m), **rouge**

Pascal vous propose la découverte du système glaciaire. L'influence des glaciers ? Qu'est ce qu'un verrou glaciaire ? A travers un ancien lac nous comprendrons comment se forment les lacs de montagnes. Superbe point de vue sur le Mont Blanc et les glaciers de la Vanoise. Casse croûte au bord du lac.  
Durée : 5h30 de marche dénivelé 800m

#### Jour 7 1/2 journée

L'alpage d'Ariondaz, les crêtes de Gravelles, **bleu**

Pascal vous ouvre les portes d'une exploitation pour découvrir la fabrication du savoureux fromage Beaufort. Quels sont les différents Beaufort ? Comment sont-ils fabriqués ? Que sont les Séracs ? A travers les explications d'un passionné, nous apprendrons tous les secrets de fabrication de ce fromage Savoyard. Sans oublier la dégustation de Beaufort et de vin de Pays. Prévoir 2 Euros/pers pour la dégustation.  
Durée : 3h00 de marche dénivelé 300m

## Autres randonnées possibles :

### 1/2 Journée

#### Les Marmottes de Tueda, **vert**

A la rencontre des Marmottes dans la réserve naturelle de Tueda. D'où viennent elles ? Où vivent elles ? Quelle est leur place en montagne ? Qui sont leurs ennemis ? Une sortie pour petits et grands pour découvrir cet animal célèbre mais peu connu. J'évoquerai les raisons de la création de cette réserve encadrée par le domaine des 3 Vallées.

**Durée** : 2h00 de marche dénivelé 100m

#### Le plan du Fou, **vert**

Thème : patrimoine bâti, scierie, flore. Belle promenade en sous bois et le long du ruisseau pour arriver au Plan du Fou. La forêt devient de moins en moins dense et débouche sur un ancien village abandonné en pleine Nature.

**Durée** : 2h45 dénivelé 250 m

#### Le Chemin des Cascades, **bleu**

Histoire et Patrimoine de la Savoie au rythme des cascades. Pourquoi une tour sarrasine en Savoie ? Que signifient les nombreux cadrans solaires ? Nous évoquerons l'histoire tourmentée de la Savoie française ainsi que son patrimoine en remontant un couloir de luge à foin pour atteindre un ancien village. Descente par des cascades pas si naturelles...

**Durée** : 3h00 de marche dénivelé 400m



### Journée

#### Le Moriond de Pralognan (2297 m), **rouge**

Lecture de paysage et rencontre avec la faune du Parc de la Vanoise. Superbe voyage où la nature compose entre alpages déchirés d'incroyables falaises et glaciers comme vestiges de l'époque glaciaire. La montagne nous offre un éventail très complet de paysages à décoder où nous accompagnerons marmottes, chamois et à ses heures le gypaète Barbu. Superbe vue sur l'impressionnante Aiguille de la Vanoise et sur le glacier de la Grande Casse, le plus haut sommet de la Vanoise.

**Durée** : 4h30 de marche distance 7 Km dénivelé 650m

#### Le col de la Lune (1785 m) **rouge**

Pascal vous conte la vie des montagnard d'autrefois. Qu'est ce que l'estive ? Les chalets traditionnels ? Belle promenade en forêt pour accéder à un superbe belvédère offrant un panorama sur le Mont Blanc et toute la Vallée de la Tarentaise.

**Durée** : 4h00 de marche dénivelé 580m

#### Le Cirque du Nant (2250 m) **rouge**

Au cœur de la faune et de la flore du Parc National de la Vanoise. Randonnée dans le Parc. Après avoir longé la cascade du Py nous arriverons au refuge de Plaisance où l'on pourra observer les bouquetins du cirque glaciaire du Nant.

**Durée** : 4h00 de marche dénivelé 700m

#### Les Crêtes du Mont Charvet (2403 m) **noir**

Méli mélo géologique, les crêtes offrent un panorama à vous donner le frisson. La flore, particulièrement riche vous livrera ses secrets sous les commentaires éclairés de votre guide qui ne manquera pas de vous donner quelques conseils sur l'art et la manière d'utiliser les plantes.

**Durée** : 5h30 de marche dénivelé 850 m

#### Le Col de la Vanoise (2516 m) **noir**

Mythique, le col est dans tous les contes que disent les vieux montagnards à leurs petits enfants. Lieu ô combien stratégique, il est l'une des principales hautes voies alpine de passage. Au cœur du Parc de la Vanoise, nous cheminerons sous l'impressionnante Aiguille de la Vanoise pour pique niquer au Lac Long, au pied du glacier de la Grande Casse. Descente par le très particulier Lac des Vaches et l'ancienne route du sel.

**Durée** : 5h30 de marche dénivelé 1000 m

#### Le Mont Jovet (2558 m) **noir**

Au cœur des alpages et de la vie d'autrefois. Voyage à travers l'alpage où vaches et marmottes se côtoient. Versant ensoleillé, le Mont Jovet nous offre une autre perspective, vue imprenable sur Courchevel et panorama grandiose à 360° au sommet. (Mont Blanc, Mont Pourri...)

**Durée** : 5h30 de marche dénivelé 1000 m

#### Le col des séchettes (2620 m) **noir**

Superbe randonnée pour observer les Chamois et Bouquetins du Parc de la Vanoise. Montée hors sentiers au col des Séchettes (la plus belle vue du glacier de la Grande Casse). Descente par l'étrange lac des Vaches au pied de l'impressionnante face nord de l'aiguille de la Vanoise.

**Durée** : 6h00 de marche dénivelé 1000 m

#### Le col d'Ariande (2600 m) **noir**

Très belle randonnée dans le Parc, présence de bouquetins et de chamois. Montée par le superbe sentier sous le Genepy puis continuation hors sentier pour atteindre le col. Descente hors sentier parmi les chamois.

**Durée** : 5h00 de marche dénivelé 900 m

#### La Grande Marianne (2800m) **noir**

Montée dans le Cirque glaciaire du Gand Bec. Nous arriverons alors sous la pointe de Méribel par un passage de chaîne au pied du glacier du Grand Bec. Descente dans la neige jusqu'au passage de la Grande Marianne puis du refuge du Plan des Gouilles ; retour par la Tour du Merle.

**Durée** : 7h00 de marche dénivelé 1200 m

#### Le Col des Thurges (2679 m) **noir**

Itinéraire hors sentier pour approcher les chamois. Cette sortie au cœur du parc national présente une faune (chamois, marmotte...) et une flore (edelweiss, génépi, joubarbe...) riches et encore préservées.

**Durée** : 6h00 de marche dénivelé 1000 m

#### La brèche de Portetta (2665 m) **noir**

Voyage au cœur des « Dolomites » au pied des plus grandes parois de Courchevel où la Nature a composé des paysages impressionnants. Présence de marmottes, bien grasses selon la période !

**Durée** : 5h30 de marche dénivelé 1000 m

#### Le cirque du Grand Marchet (2490 m) **noir**

A la rencontre des Chamois du Parc de la Vanoise. Montée dans le très sauvage Cirque du Dard pour arriver au col et aux impressionnantes Cascades du Grand Marchet. Descente par le surprenant pas de l'âne et le petit Marchet. Vue sur les glaciers de la Vanoise.

**Durée** : 7h00 de marche dénivelé 1200 m

#### Le Roc du Blanchon (2665 m) **noir**

Superbe sortie hors sentier à la rencontre des Chamois du Parc de la Vanoise. Nous remonterons le torrent glaciaire du Genepy ou nous accompagnerons une flore aussi riche que variée. Ascension du roc par le sentier d'alpage et descente par le pommier blanc.

**Durée** : 5h00 de marche dénivelé 1000m

#### Le Lac de l'Observatoire (2500 m) **noir**

Randonnée très sauvage, territoire de chamois et du Gypaète Barbu. Nous arriverons par un itinéraire hors sentier à un lac de montagne perdu entre l'aiguille de l'observatoire et la cime des planètes. Pique nique au Lac face au Glacier de Gebroulaz.

**Durée** : 5h30 de marche dénivelé 900m

## Renseignements et réservations :

**0 825 12 45 45**

0,15 €TTC/mn