



**Ces randonnées** (journée et demi-journée) **ne sont qu'un exemple** des possibilités offertes par l'environnement de votre Hôtel Club Vacanciel. La réalisation de ces randonnées est **suspendue** aux conditions météo et aux capacités physiques **réelles** des participants.

### Le Beaufortain

Le massif du Beaufortain a une superficie de 270 km<sup>2</sup> et une altitude moyenne de 1 600 mètres. Ses plus hauts sommets se trouvent dans la chaîne de l'Aiguille du Grand Fond (2 889 mètres). Contraste d'altitude avec le Mont Blanc, le Beaufortain est le relais du socle cristallin entre ce dernier et la chaîne de Belledonne.

**Quatre niveaux de randonnée :**

**Niveau vert**

**Niveau bleu**

**Niveau rouge**

**Niveau noir**

Randonnée facile

Randonnée pour tout marcheur débutant mais en forme

Randonnée plus sportive pour marcheur régulier

Randonnée sportive pour randonneur entraîné

### Demi-journée

#### **Plan Villard (1545m)**

**Niveau bleu**

Montée par la forêt communale (épicéas, quelques feuillus) de Plan-Villard jusqu'à l'alpage de Plan-Villard où la vue s'ouvre sur le massif du Mt Blanc. Retour par les Blottières et les Carroz du dessus. Sur cet itinéraire, nous aborderons principalement les thèmes autour de la forêt de montagne, de l'agriculture et de l'habitat (avec vue sur le village d'Arêches).

Durée : 3h00 avec 465 mètres de dénivelé

Départ de l'hôtel club

#### **Le plan de la Marmotte (2260m)**

**Niveau bleu**

Dans le vallon de St Guérin, une belle boucle au dessus du Lac des Fées (et son eau bleu-« tahiti ») à travers les « alpages du Coin ». Ici, des troupeaux de 150 vaches (tarines et abondances) se régalaient dès la fin juillet ! A notre passage, certaines marmottes se laissent admirer. Le retour par la Croix du Berger et le Cormet d'Arêches permet l'observation d'une flore exceptionnelle.

Durée : 3h00 avec 360 mètres de dénivelé

Trajet depuis l'hôtel club : 20 minutes

### **Le Chemin du Curé (2000m)**

**Niveau bleu**

Balade au fond de la typique vallée alpestre de la Gitte. C'est dans ce petit hameau de montagne de la Gitte (1660m) avec sa petite chapelle, que le petit Roger Frison-Roche passa une grande partie de son enfance en alpage et grava à jamais les souvenirs d'un environnement de toute beauté ! Et c'est grâce au Chanoine Frison que nous pouvons aujourd'hui emprunter un chemin taillé dans la roche au dessus du bouillonnant torrent de la Gitte pour retrouver le paisible cirque des Saucés.

Durée : 2h30 avec 350 mètres de dénivelé

Trajet depuis l'hôtel club : 30 minutes

### **Le Crêt du Rey (2633m)**

**Niveau rouge**

Au départ du Cormet d'Arêches, ascension du sommet le plus au sud du Beaufortain qui domine le vallon de St Guérin. Panorama grandiose sur le Beaufortain au nord et la Vanoise au sud.

Itinéraire technique avec ambiance pelouse alpine et arêtes rocheuses. Versant sud très sauvage.

Durée : 3h00 pour 530 mètres de dénivelé

Trajet depuis l'hôtel club : 30 minutes

### **Roche Plane (2166m)**

**Niveau rouge**

De l'alpage de Plan-Villard, nous montons dans le secteur du Mirantin et quittons rapidement les derniers alpages à vaches pour un passage rapide en forêt puis les landes de rhododendrons, myrtilliers, genévriers, tapissé ici et là de nombreuses arnicas, campanules barbues...

Avant le sommet, au Col de Roche Plane, il n'est pas rare de pouvoir observer quelques chamois dans les fortes pentes au dessus de Queige.

Le sommet, assez aérien, nous offre une vue magnifique sur le Mt Blanc, la Pierra-Menta, des sommets de Vanoise, les Bauges, la Tournette, les Aravis....

Durée : 3h30 pour 650m de dénivelé

Trajet depuis l'hôtel club : 15 minutes

## Journée

### **Le Mont Accray**

**Niveau bleu**

Cette randonnée au départ du Lac de St Guérin est souvent celle que je propose en début de séjour pour une première approche esthétique et physique aisé, de la montagne. En boucle, elle nous permet d'aborder la vie de l'alpage et surtout nous offre un panorama grandiose sur le Lac de Roselend, la Pierra-Menta et le Mont-Blanc !

Durée : 5h00 avec 500 mètres de dénivelé

Trajet depuis l'hôtel club : 25 minutes

### **La Combe de la Neuva (2450m)**

**Niveau bleu**

Promenade dans cette vallée alpestre suspendue avec son torrent, sa flore, sa faune, ses prairies d'alpage qui laissent place à quelques plantes rases, ses sommets crénelés (Aiguilles du Grand-Fond, Aiguille de la Nova, Pointe de Pralognan, Col du Grand-Fond) formés de roches très colorées. Bref, un poster des Alpes en grandeur nature, un vrai bonheur tout simplement ! Retour par les concrétions étonnantes de gypse.

Durée : 5h00 avec 600 mètres de dénivelé

Trajet depuis l'hôtel club : 40 minutes

### **Le Roc du Vent (2340m)**

**Niveau rouge**

Le Roc du Vent fait partie de la carte postale du barrage de Roselend. Grâce à son socle calcaire, l'amateur de botanique y trouvera une variété et une abondance peu courante de très belles fleurs de montagne. Mais la cerise sur le gâteau, c'est la traversé d'un tunnel creusé dans le cadre d'un projet un peu fou de route des Grandes Alpes (qui devaient traverser les massifs alpins en restant approximativement à la côte 1500m) , qui permet de faire le tour du rocher en bénéficiant de vues superbes sur les lacs de Roselend et la Gittaz et le M-Blanc ! Retour par le Col des Saucés.

Durée : 5h00 avec 600 mètres de dénivelé

Trajet depuis l'hôtel club : 30 minutes

### **Les Lacs de la tempête (2130m)**

**Niveau rouge**

Peu de dénivélés sur cette randonnée, mais une distance à parcourir d'environ 17 km à prendre en compte.

Les Lacs de la Tempête est sans aucun doute la randonnée la plus connue des amateurs du Beaufortain. Pour sa beauté et son accès relativement facile au départ du Lac de St Guérin.

Je vous propose d'aller admirer ces trois lacs disposés en escalier par un itinéraire beaucoup plus sauvage, moins fréquenté et de toute beauté sous les crêtes de la Pointe de Riondet (du vert, du vert et encore du vert !!). Puis nous redescendons par le vallon de la Louze.

Durée : 5h30 avec 500 mètres de dénivélé

Trajet depuis l'hôtel club : 25 minutes

### **Le lac d'Amour et la Pierra-Menta**

**Niveau noir**

Le Lac d'Amour est le lac alpin par excellence : caché derrière une petite bosse, au pied d'un sommet magnifique, lieu de vie des marmottes et d'une flore exceptionnelle.

Au dessus, ce monolithe, cette « dent de Gargantua », la « pierre du milieu » appelée la Pierra-Menta, rocher emblématique du Beaufortain. Notre randonnée passe au pied de ce rocher ; rencontre fréquente avec des bouquetins !

Durée : 5h00 avec 870 mètres de dénivélé

Trajet depuis l'hôtel club : 30 minutes

### **Le Grand Mont (2686m)**

**Niveau noir**

Voici le chemin le plus facile pour accéder au sommet phare du secteur d'Arêches, déjà populaire et connu des randonneurs depuis le début du tourisme alpin, au début du XX<sup>e</sup> siècle.

Du Lac de St Guérin nous rejoignons le Col de la Louze puis à travers pelouse alpines et rochers de gneïss, nous cheminons dans un paysage de plus en plus minéral jusqu'au sommet.

Le retour par le Col de la Forclaz et Rognou jusqu'au lac, permet un itinéraire très varié à cette randonnée.

Durée : 6h00 avec 1130 mètres de dénivélé

Trajet depuis l'hôtel club : 25 minutes

### **La Tête de la Cicle (2377m)**

**Niveau noir**

Encore un belvédère de premier choix au bout de la vallée d'Hauteluce et en limite Savoie/ Haute-Savoie ; face au Mt Blanc (on a l'impression d'y être). On bascule sur la Réserve Naturelle des Contamines-Montjoie. Passage aux Col de la Cicle et de la Fenêtre ; c'est là où les chemins du GR5, du tour du Beaufortain et du tour du Mt Blanc se confondent.

L'accès alpin au sommet donnera du piment à cette randonnée, contrastant avec la paisible marche d'approche par la Grande Pierrière. Forte chance d'apercevoir bouquetins, chamois, lagopèdes...

Durée : 5h30 avec 800 mètres de dénivélé

Trajet depuis l'hôtel club : 50 minutes

### **Le lac de Mya, le Col des Fours et la Crête des Gîtes**

**Niveau noir**

Cette magnifique boucle nous emmène au dessus du vallon des Chapieux jusqu'à ce lac de Mya posé comme dans un berceau face au Glacier des Glaciers (sur le massif du Mt Blanc). Gneïss, granite, shiste ... offrent un panel de couleurs de toute beauté jusqu'à l'ascension du Col des Fours (2665m).

Rencontre probable avec des Bouquetins.

Retour par le refuge du Bonhomme (ravitaillement en eau, pâtisseries de renommées !), puis bel itinéraire aérien sur la Crête des Gîtes (vue sur le Lac de Roselend) jusqu'au Cornet de Roselend.

Durée : 6h00 avec 1100 mètres de dénivélé

Trajet depuis l'hôtel club : 45 minutes

Tarif Accompagnateur en Montagne, **Diplômé d'Etat**, spécialiste de la région :

**Journée 190 € Demi-Journée 115 €**

*Conformément à la législation en vigueur, un accompagnateur en montagne ne peut prendre en charge pour un travail en toute sécurité et de qualité plus de 12 personnes.*

## **Les Randos Citadines**

## **Nouveauté**

Pourquoi ne pas mêler l'utile à l'agréable ? Nous vous proposons des randonnées en milieu urbain. Cela vous permet de visiter une ville activement. C'est-à-dire sans utilisation du bus pour les visites.

La découverte de la cité et de ses monuments se fait entièrement à pied. Cela permet de découvrir une ville autrement, sous un autre angle.

Un guide du patrimoine ou un accompagnateur en montagne sera avec vous lors de vos randos citadines. Il vous permettra de comprendre l'urbanisme, les traditions et la géographie de la cité.

Outre des lieux cachés, insolites et des anecdotes, vous découvrirez les rues et les habitants qui constituent l'âme de la ville.

**Tarif Guide Patrimoine ou/et Accompagnateur en Montagne, Diplômé d'Etat, spécialiste de la région :**

**Journée 370 € Demi-Journée 150 €**

**Afin de proposer des randos citadines de qualité, le Guide du Patrimoine ou/et Accompagnateur en Montagne ne peut prendre en charge plus de 25 personnes.**

## **Albertville et Conflans**

## **Rando citadine en demi-journée**

## **Nouveauté**

Remontez dans le temps à travers l'histoire d'Albertville : des Jeux Olympique de 1992 à la Cité Médiévale de Conflans. Vous partirez du Parc Olympique vers le centre-ville, à la rencontre des églises, des places, de la rivière Arly pour finir votre parcours dans la cité médiévale de Conflans. Entrer dans Conflans en passant la Porte de Savoie c'est entrer dans l'histoire. Rues et ruelles sont restées les mêmes qu'au temps du Comte Vert, Amédée VI, Comte de Savoie. Sur la route romaine de Milan à Vienne par le col du Petit Saint-Bernard, Conflans a vu passer marchands, colporteurs et pèlerins.

Environ 3 heures de balade.

*Trajet depuis l'Hôtel Club : 55 km Aller/retour.*

## **A la découverte d'Albertville et de ses vignobles**

## **Rando citadine en journée**

## **Nouveauté**

Remontez dans le temps à travers l'histoire d'Albertville : des Jeux Olympique de 1992 à la Cité Médiévale de Conflans. Vous partirez du Parc Olympique vers le centre-ville, à la rencontre des églises, des places, de la rivière Arly pour finir votre parcours dans la cité médiévale de Conflans. Entrer dans Conflans en passant la Porte de Savoie c'est entrer dans l'histoire. Rues et ruelles sont restées les mêmes qu'au temps du Comte Vert, Amédée VI, Comte de Savoie. Sur la route romaine de Milan à Vienne par le col du Petit Saint-Bernard, Conflans a vu passer marchands, colporteurs et pèlerins.

Pause pic-nic dans les jardins de la Tour Sarrasine (ou ailleurs).

L'après-midi, partez pour un circuit découverte des Hauts de Conflans. Vous partirez du cœur de la Cité médiévale et monterez vers les nombreux hameaux dominants la ville. De superbes panoramas sont au rendez-vous.

*Trajet depuis l'Hôtel Club : 55 km Aller/retour.*