



## Tour de la Grande Casse en 4 jours, France



La Grande Casse, le plus haut sommet de la Savoie !

Le Tour de ce sommet emblématique est moins fréquenté que le Tour des Glaciers de la Vanoise.

C'est un itinéraire accessible à tous en plein cœur du parc de la Vanoise avec des vues magnifiques sur les glaciers, une faune préservée et une flore abondante. Vous cheminerez entre 1500 et 2700 mètres d'altitude, de vallons en cols, en passant par des lacs d'altitude. Les refuges vous accueillent en nuitée et pension complète.

Un tour qui peut se faire en 4 jours avec des étapes longues et variées, pour une totale immersion en montagne.

Possibilité de dormir une nuit en plus au refuge du Col de la Vanoise si la fatigue se fait ressentir !

<b>Dates et heures</b>	Début du séjour : le 01/08/2024 à 8 h 30 Fin du séjour : le 04/08/2024 à 16 h
<b>Niveau technique requis</b>	Niveau technique : 3 sur une échelle de 1 à 5 Niveau physique : 3 sur une échelle de 1 à 5 Niveau minimal exigé : marcheur régulier Consulter <a href="https://www.vanoise-voyages.com/quel-est-mon-niveau/">https://www.vanoise-voyages.com/quel-est-mon-niveau/</a> pour comprendre le niveau attribué. Temps de marche : 4 à 6 h effectives par jour Dénivelées : entre 400 et 800 m de dénivelée positive par jour Portage des bagages : Sac à dos personnel avec affaires pour les 4 jours + pique-nique et eau – le sac ne doit pas dépasser 8 kg.
<b>Encadrement</b>	Diplôme : Accompagnateur en Montagne du Bureau des guides de Pralognan et membre de la Compagnie des Guides et Accompagnateurs de la Vanoise Contact du bureau : Françoise Gimenez Tél. mobile : 06 86 43 79 58 E-mail : <a href="mailto:f-gimenez@sfr.fr">f-gimenez@sfr.fr</a>
<b>Taille du groupe</b>	Nombre minimum requis : 3 participants Nombre maximum requis : 8 participants
<b>Type d'hébergement</b>	Refuge du Bois, refuge PNV, nuit en dortoirs Refuge du Col du Palet PNV, nuit en dortoirs Refuge de la Lisse PNV, nuit en dortoirs
<b>Repas</b>	Demi-pension soir jour 1 au midi jour 4 : repas en refuge et pique-niques fournis par les refuges
<b>Moyens de transport</b>	Véhicules personnels pour se rendre au village de Pralognan
<b>Formalités</b>	<b>Formalités de police :</b> - pièce d'identité obligatoire en cours de validité  <b>Formalités sanitaires :</b> Afin de réaliser ce séjour dans les meilleures conditions, nous vous conseillons d'effectuer au préalable un bilan médical chez votre médecin généraliste pour confirmer votre aptitude aux activités pratiquées pendant le séjour.

	<p><b>Informations à communiquer à Vanoise Voyages avant le séjour à votre inscription sur votre compte en ligne :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Nom / Prénom / Adresse postale / adresse e-mail</li> <li><input type="checkbox"/> Numéro de téléphone portable que vous aurez lors du séjour</li> <li><input type="checkbox"/> Nom et numéro de la personne à contacter en cas d'urgence</li> </ul> <p><b>Documents à transmettre à Vanoise Voyages avant le séjour :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Copie document d'identité</li> <li><input type="checkbox"/> Si non souscrite auprès de Vanoise Voyages, copie attestation d'assurance Rapatriement (avec nom de l'assurance, numéro du contrat, numéro de téléphone 24/24)</li> </ul>
<b>Date, lieu et heure du rendez-vous</b>	Rendez-vous le premier jour du séjour à 9h devant le bureau des guides de Pralognan
<b>Moyen d'accès au rendez-vous</b>	Par vos propres moyens. Moyens de transport personnel (voiture, train, bus...) pour rejoindre le point de rendez-vous : le village de Pralognan La Vanoise
<b>Date, lieu et heure de dispersion</b>	Le dernier jour du séjour à 16 h devant le bureau des guides de Pralognan
<b>Description de l'itinéraire</b>	<p><b>Jour 1 :</b> Départ de Pralognan 9h - Parking du Chambéranger : Randonnée de mise en jambe en passant par les montagnettes du Planay et la forêt de la Tour du Merle Dénivelée : + 700 m et – 500 m. Temps de marche : 4 h 30 Dîner et Nuit au refuge du Bois à 1500 m d'altitude en 1/2 pension, refuge PNV, nuit en dortoir.</p> <p><b>Jour 2 :</b> Départ du refuge du Bois pour le refuge du Col du Palet par le refuge de la Glière et le col de la Croix des Fêtes, au pied des majestueuses faces Nord du Grand Bec, de la Grande Glière et de la Grande Casse ! Dénivelée : + 1100 m et –50 m. De la distance avec dénivelée régulière mais sans difficulté pour cette étape. Temps de marche : 6 h Dîner et Nuit au refuge du Col du Palet 2590 m d'altitude en ½ pension, refuge PNV, nuit en dortoir.</p> <p><b>Jour 3 :</b> Départ du refuge du Col du Palet pour descendre sur Tignes Val Claret (2100 m) et remonter le long du GR55 au col de la Leisse (2740 m). Avant d'arriver au refuge de la Leisse, en plein cœur du Parc national de la Vanoise, pauses au bord du lac des Nettes et farniente sur le replat du vallon au pied de la Grande Motte. Dénivelée : -500 m (Tignes), +600 m (col de la Leisse) et pour arriver au refuge – 250 m – Temps de marche : 5 h 30</p>

	<p>Dîner et Nuit au refuge de la Leisse (2480 m)</p> <p><b>Jour 4</b> : Départ du refuge de la Leisse en passant par le Pont de Croé Vie et en remontant par le col de la Vanoise pour rejoindre Pralognan et boucler ce magnifique tour de la Grande Casse. Temps de marche : 6h Dénivelée : -350 m (Pont de Croé Vie), + 400 m (col de la Vanoise), -1100 m pour rejoindre le village de Pralognan.</p> <p>Il nous faudra nous adapter aux aléas de la météo ainsi qu'aux conditions de la montagne et des participants. En dernier ressort, l'encadrant reste seul juge du programme qu'il peut modifier en raison d'impératifs de sécurité.</p>
<b>Prix total</b>	<p>Si 3 à 4 participants : 780 € par personne Si 5 participants : 530 € par personne Si 6 à 8 participants : 510 € par personne Ce tour peut se faire avec des ânes de portage, nous contacter pour les tarifs.</p>
<b>Le prix comprend</b>	Les éléments décrits ci-dessus concernant : l'hébergement, l'encadrement, les repas du soir jour 1 au midi jour 4.
<b>Le prix ne comprend pas</b>	Les assurances personnelles, les transports, le pique-nique midi jour 1, les boissons, l'équipement personnel, les frais de formalités de police et sanitaires et tout ce qui n'est pas mentionné dans le descriptif du séjour.
<b>Modalités et mode de paiement / Révision prix</b>	<p>Acompte de 30 % à l'inscription Solde à 30 jours du départ Règlements acceptés par virement bancaire, carte bancaire, ou « chèques-vacances » ANCV.</p>
<b>Assurances</b>	<p>Chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant la randonnée ou le voyage. Si nécessaire, nous vous proposons plusieurs formules d'assurances, sous réserve que votre domicile est en Europe Occidentale ou dans les Dom :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> ASSISTANCE : rapatriement / frais de secours et de recherche à 1 % du montant du voyage,</li> <li><input type="checkbox"/> ANNULATION à 3,5 % du montant du voyage</li> <li><input type="checkbox"/> Dans le cas d'achat des deux formules, Assistance + annulation à 4,5 %, vous serez également couvert pour l'interruption de séjour, en cas de rapatriement par notre contrat Europ Assistance.</li> </ul> <p>Dispositions Générales d'Assurance sur brochures Europ Assistance.</p>
<b>Equipement personnel à prévoir</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Chaussures de randonnée</li> <li><input type="checkbox"/> Sac à dos 30 l minimum</li> </ul>

- Casquette ou chapeau
- Lunettes de soleil protection forte, montagne
- Veste polaire légère
- Pantalon de montagne
- Shorts
- Veste coupe-vent imperméable type gore tex
- Gourde 1.5 l
- Crème solaire protection montagne + stick lèvres
- Bâton de marche (facultatif)
- Frontale
- Pharmacie Personnelle
- Petite trousse de toilette
- Vivres de courses

Votre sac ne devrait pas dépasser 8 kg !

Liste non exhaustive