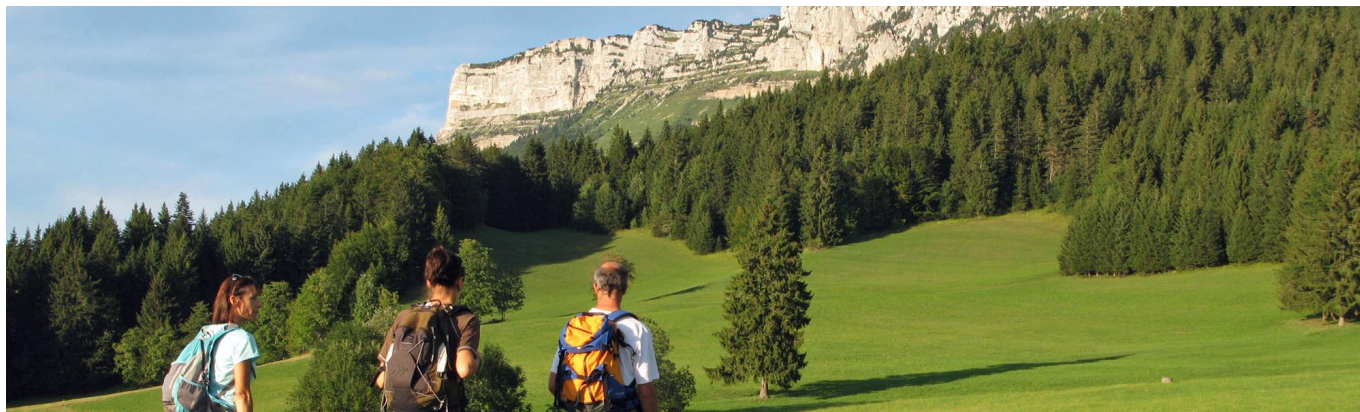


Randonnée sur le tour de la Chartreuse en liberté



PRESENTATION

7 jours / 6 nuits / 6 jours d'activité

Randonnée itinérante

Une belle aventure nature en randonnée, en liberté à la découverte de l'un des plus secrets massif alpin. Un hébergement confort pour se relaxer après une rando de qualité et des panoramas uniques. de la Forêt aux grands alpages, les sommets et l'immersion au cœur du parc naturel régional de Chartreuse. Bienvenue à la montagne nature !

ce séjour est en liberté et permet de randonner à son rythme. le niveau des itinéraires est soutenu sans être sportif, ni technique. Vous marchez entre 4 et 5 heures par jour et pouvez déjeuner librement avec le pique nique concocté par votre hôte.

PROGRAMME

JOUR 1 : Accueil

Vous avez rendez vous à votre premier Hébergement à St Pierre d'Entremont (38) en fin d'après midi. Vous êtes accueillis par votre hébergeur qui vous remettra le dossier de voyage. Installation et diner.

JOUR 2

Cette première journée vous conduit vers le fameux cirque de St Même au coeur d'un cirque glaciaire extraordinaire. Le torrent du Guiers vif surgit et partage le territoire entre Savoie et Dauphiné. Cet itinéraire permet d'accéder aux cascades et découvrir cet endroit unique en Chartreuse

Dénivelé : + 500 m, - 500 m

Longueur : 12 km

Horaire : 4 h

JOUR 3

Après un transfert en minibus vers le village de La Ruchère , l'itinéraire vous conduit vers le col de la Ruchère, porte de la zone de silence des Chartreux puis vous emmène au coeur de la Grande forêt de Chartreuse vers les chapelles de Notre Dame de Casalibus et la découverte du Monastère de la Grande Chartreuse. Vous parvenez au musée où vous pourrez visiter en présentant votre bon d'échange, inclus dans votre dossier. Ensuite vous regagnez le bourg de St Pierre de Chartreuse où vous serez logés .

Dénivelé : + 600 m, - 860 m

Longueur : 13 km

Horaire : 5 h

JOUR 4

Votre randonnée vous permet de découvrir le grand village de St Pierre de Chartreuse puis l'église de St Hugues. Cet ensemble artistique , d'art sacré contemporain est unique puisque c'est le même artiste qui a entièrement décoré et aménagé cet ensemble. L'itinéraire vous conduit à travers la grande forêt via les chalets de L'Emeindras au pied du sommet de Chamechaude. Vous atteignez ainsi le col de Porte où vous serez accueillis dans un hôtel confort.

Attention, le musée d'art sacré contemporain est fermé le mardi.

Dénivelé : + 650 m, - 100 m

Longueur : 13 km

Horaire : 5 h

JOUR 5

Votre randonnée est consacrée à l'ascension du sommet de Chamechaude (2082 m) point culminant du massif. De ce belvédère vous découvrez les Alpes et un panorama à 360 °. La montée se fait en deux fois avec une pause à la source de Bachasson. A cet endroit vous pourrez choisir d'atteindre le sommet ou de rejoindre le col de Porte si vous le souhaitez.

Le retour se fait vers le col où vous serez hébergés pour la deuxième nuit dans le même hôtel.

Dénivelé : + 800 m, - 800 m

Longueur : 12 km

Horaire : 5 h

JOUR 6

Depuis le Col de Porte c'est une autre aventure qui vous conduit via les crêtes de MONTFROMAGE aux alpages du Charmant Som pour apercevoir depuis le sommet le monastère de la Grande Chartreuse mais également tous les sommets du massif . Une belle ascension. En route vous pourrez découvrir la vie en alpage et les troupeaux de tarines utilisées pour la fabrication des Fromages locaux. Le retour s'effectue par une sente sauvage , les dalles du Charmant Som jusqu'au village de St Pierre de Chartreuse.

Dénivelé : + 650 m, - 1090 m

Longueur : 16 km

Horaire : 6 h

JOUR 7

Cette dernière étape vous permet de revenir sur votre point de départ par le joli col de la Saulce et regagner par une douce pente le village de st Pierre d'Entremont. Vos bagages seront disponibles au village, à l'Office du Tourisme ou dans votre premier hébergement. Fin du voyage dans l'après midi.

Si vous souhaitez rester le soir dans le massif, contactez nous pour vous proposer un hébergement adapté (04.51.20.50.50).

Dénivelé : + 700 m, - 900 m

Longueur : 14 km

Horaire : 5 h

COMPLEMENT DE PROGRAMME

Les horaires ont été calculés pour un rythme de 300 mètres de dénivelée à l'heure en montée, 500 mètres à l'heure en descente et 4 km à l'heure sur le plat, afin de pouvoir comparer les différentes randonnées avec la même base. Ils ne concernent que la marche effective, tous les temps de repas, de pause ou de contemplation sont à ajouter.

Nous pouvons être parfois amenés à modifier quelque peu l'itinéraire indiqué : soit au niveau de l'organisation (problème de surcharge des hébergements, dédoublement des groupes, modification de l'état du terrain, etc...). Faites-nous confiance, ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et un meilleur confort !

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Le **jour 1** , en fin d'après midi à votre premier Hébergement à St Pierre d'Entremont (38).

Si vous arrivez en retard : merci de nous prévenir.

Accès train : Gare de Chambéry Challes Les Eaux

une ligne régulière S04 part de la gare routière de Chambéry vers st Pierre d'Entremont (1 heure)
renseignez vous sur www.cars-region-savoie.fr ou en appelant au 09.70.083.90.73

Pour le transfert Taxi, joindre les Taxis TARDY au 06.60.36.05.59

Pas de transfert en minibus prévu pour ce voyage.

Accès voiture : Office du Tourisme de la Vallée des Entremont.

Itinéraire : www.viamichelin.fr

Pour aller de Chambéry à St Pierre d'Entremont : Depuis l'autoroute A 41 au Nord de Chambéry, prendre la direction "Massif de la Chartreuse" par la D 912. Franchir le Col du Granier et descendre jusqu'à St Pierre d'Entremont.

Pour aller de Lyon à St Pierre d'Entremont : Quitter l'autoroute A 43 (Lyon-Chambéry), sortie 10 (Les Abrets). Prendre la direction Massif de Chartreuse par Pont de Beauvoisin (D82) et Les Echelles (D1006). Prendre alors St Pierre d'Entremont (D 520c).

Parking :

Vous pouvez sans souci garer votre véhicule sur l'un des parkings du village, à l'exception de celui de l'Office du Tourisme (marché le samedi).

Dispersion

Le Jour 07 vers 17 heures à St Pierre d'Entremont.

HEBERGEMENT AVANT OU APRES LA RANDONNEE

Nous contacter

FORMALITES

Durant la randonnée, vous devez être en possession des documents suivants :

- Carte d'identité en cours de validité ou Passeport.
- Dépliant de votre assurance voyage reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit l'assurance que nous proposons) ou de votre assurance personnelle (numéro de contrat + numéro de téléphone).
- Carte vitale.

Nous suivons au plus près l'évolution des directives sanitaires. Le cas échéant, vous recevrez avant votre départ, des informations complémentaires afin de vous conformer aux mesures sanitaires en vigueur aux dates de votre séjour et de compléter éventuellement la liste de votre équipement.

NIVEAU

Dénivelé moyen : 640 m	Maximum : 830 m
Longueur moyenne : 13 km	Maximum : 17 km
Horaire moyen : 5 h	Maximum : 6 h

Le rythme de marche est lent et régulier, l'aspect découverte est privilégié sur l'aspect sportif. Il sera toujours possible en cas de petite défaillance de faire une étape avec le véhicule qui transfère les bagages et rejoindre le groupe le soir (coût de ce transfert à votre charge).

Vous êtes capable de vous orienter avec une carte et des indications simples. une application facile avec les traces sera fournie.

Cet itinéraire est sous votre responsabilité , sans guide accompagnateur. Il est important de suivre l'évolution de la météo en appelant au 08.99.71.02 73 en Savoie et 08.99.71.02.38 pour l'Isère.

HEBERGEMENT

Nous avons choisi des hébergements de qualité avec confort et simplicité. Un bon accueil vous sera réservé par les hébergeurs. Les chambres sont dotées de nécessaire complet avec salle de bains et WC, linge de maison et de toilette.

Chambre individuelle : sur demande avec supplément (240 euros) , contactez nous pour faire la demande lors de votre réservation.

Repas :

Le repas et le petit-déjeuner sont préparés par nos hôtes. La restauration servie est équilibrée et variée. La cuisine est copieuse, traditionnelle et adaptée au programme des randonneurs. Les pique nique sont inclus dans la formule.

En cas d'allergies ou de contrainte alimentaire particulière vous devez nous avvertir au moment de la réservation.

ENCADREMENT

Vus avez choisi une formule en autonomie sans guide. Les traces et l'application GPS vous permettent de vous guider facilement en empruntant des sentiers balisés, avec la carte et le dossier de route.

TRANSFERTS INTERNES

A partir de St Pierre d'Entremont, tous les trajets s'effectuent à pied.

Le transfert vers le village de La Ruchère aura lieu le matin à **9 heures** devant votre hébergement.

PORTAGE DES BAGAGES

Bagages transportés par nos soins par véhicule

Vous ne portez qu'un sac comportant les affaires pour la journée et le repas de midi fourni, réparti entre tous.

Durant la semaine, nous vous demandons d'avoir **un bagage par personne** pas trop volumineux.

Nous nous déchargeons absolument de toute responsabilité en cas de détérioration de tout objet fragile (ordinateur portable, par exemple).

- Prévoyez une paire de chaussures très légères pour le soir (sandale).
- Votre trousse de pharmacie doit être réduite au maximum. Dans votre sac à dos, vos médicaments personnels, quelques pansements, élastoplaste, etc... Votre accompagnateur est équipé d'une trousse de pharmacie complète avec ce qui est véritablement utile. Dans votre bagage, quelques médicaments de base (voir liste équipement).
- Pour la trousse de toilette, privilégiez l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyages. Proscrire les pèse personnes !!!!

Prévoyez le nécessaire, oubliez le superflu, le poids est l'ennemi du randonneur.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vêtements :

Les principes :

Pour le haut du corps, le **principe des 3 couches** permet de gérer quasiment toutes les situations :

- un sous-pull à manches longues en matière respirante (fibre creuse).
- une veste en polaire chaude.
- une veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex.

En marchant, par beau temps calme, le sous-pull ou le tee shirt peut suffire. Par temps de pluie, neige ou vent, il suffit de rajouter la veste imperméable. Par grands froids ou lors des pauses, la veste polaire est un complément indispensable.

Prévoir des **vêtements qui sèchent rapidement** et donc proscrire le coton. Préférez la laine (les sous-vêtements en laine mérinos sont confortables et génèrent peu de mauvaises odeurs), la soie et les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible.

La liste idéale : (à adapter suivant la randonnée et la saison)

- 1 chapeau de soleil ou casquette.
- 1 foulard ou tour de cou.
- T-shirts manches courtes en matière respirante de préférence.
- 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise.
- 1 veste en polaire.
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex avec capuche.
- 1 cape de pluie ou un sursac si vous possédez la veste ci-dessus.
- 1 pantalon de trekking ample.
- 1 short ou bermuda.
- 1 paire de chaussures de randonnée montantes tenant bien la cheville et imperméables à semelle type Vibram. Pensez à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps. Nous déconseillons les chaussures à tige basse.
- En début et en fin de saison (mai et octobre), il peut être utile d'avoir en plus guêtres, gants et bonnet.

Equipement :

- 1 sac à dos de 35/40 litres à armature souple, muni d'une ceinture ventrale.
- Un grand sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos.
- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité avec protection latérale.
- une gourde (1,5 litre minimum).
- 1 couteau de poche type Opinel.
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent, carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance.

- Papier toilette + 1 briquet pour le brûler.
- Crème solaire + écran labial.
- Gobelet, paire de couverts.
- Appareil-photo, jumelles (facultatif).
- Une paire de bâtons est conseillée.

Pour le soir à l'hébergement :

- Votre gel hydro-alcoolique de poche et lingettes désinfectantes.
- Vos masques en quantité suffisante.
- 1 maillot de bain (facultatif).
- Nécessaire de toilette (privilégiez l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyages).
- 1 pantalon confortable.
- 1 paire de chaussures de détente légères.
- Boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).
- 1 frontale ou lampe de poche.

Pharmacie personnelle :

- **Un tire-tique.**
- Vos médicaments habituels.
- Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes.
- Double peau (type Compeed ou SOS ampoules).
- 1 pince à épiler.

Et puis...

- Une dose de bonne humeur et pourquoi pas une petite spécialité de chez vous à partager lors d'un pique-nique ou d'une soirée !

GROUPE

ce séjour est proposé à partir de deux personnes ensemble, mais vous pouvez venir avec des amis et constituer un petit groupe.

DOSSIER DE VOYAGE :

DOSSIER DE VOYAGE :

Le dossier de voyage vous sera remis avec les cartes le premier jour dans votre premier hébergement. L'application avec les traces GPS vous sera envoyée par mail quelques jours avant de façon à la télécharger sur votre smartphone.

Nous vous conseillons de vous équiper d'une batterie supplémentaire pour la navigation GPS qui consomme beaucoup de batterie.

Les réservations de prestations supplémentaires doivent se faire à l'inscription et être spécifiées sur le bulletin de réservation.

LE PRIX COMPREND

- Les frais d'organisation et d'encadrement.
- La nourriture et l'hébergement en pension complète.
- Les transferts prévus au programme.
- Le transport des bagages à chaque étape.
- Les pique-niques.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les boissons et dépenses personnelles.
- L'équipement individuel.
- Les trajets jusqu'au lieu d'accueil et à partir du lieu de dispersion.
- Les différentes assurances : Annulation ou/et Frais de recherche et secours - Assistance - Rapatriement - Interruption de séjour.
- Tout ce qui n'est pas dans "Le prix comprend".

EN SAVOIR PLUS

DESCRIPTION

NOS POINTS FORTS

- La découverte du Parc naturel de Chartreuse, avec ses plus beaux sites.
- Un massif préservé des foules de randonneurs.
- L'ascension du Charmant Som, belvédère à 360 degrés sur la Chartreuse et toutes les Alpes.
- La chaleur de l'accueil dans les gîtes d'étape chartroussins authentiques.
- une immersion nature au coeur du Parc naturel de Chartreuse

L'ESPRIT DU SÉJOUR

Randonner, c'est se mettre à l'écoute de son corps et de tout ce qui l'entoure mais c'est aussi s'arrêter pour s'émerveiller, s'ouvrir à la nature.

Randonner, c'est aller à la rencontre de l'autre au détour d'un sentier ou d'un village, rencontre apportant la dimension humaine à la découverte d'un pays.

Pour comprendre et mieux découvrir la Chartreuse, il faut en connaître les nombreuses particularités. C'est cet aspect culturel de la randonnée que votre accompagnateur saura partager avec vous.

Info pratique

Pour des raisons de sécurité, les chiens ne sont pas admis lors de ce séjour.