

# SUR LES HAUTEURS

RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED

v o t r e t r e k c o m m e n c e i c i . . .

## LE TOUR DU PARC DE CHARTREUSE, EN RAQUETTES.

Randonnées accompagnées en raquettes. Circuit itinérant en boucle.

Séjour 6 jours, 5 nuits, 6 jours de raquettes

En gîtes d'étape. En chambres de 3 à 6 personnes et une nuit en dortoir.

|   |   |   |   |        |   |   |  |   |   |                         |
|---|---|---|---|--------|---|---|--|---|---|-------------------------|
|  |  |  |  | Saison |   |   | Départ garanti  |   |   |                         |
| 3 Chaussures  | Gîtes d'étape   | En itinérance   | Portage de vos affaires personnelles pour la journée                              | J      | F | M | A  | M | J | À partir de 6 personnes |
|   |   |   |   | J      | A | S | O  | N | D |                         |



Depuis quelques années, le **Tour de Chartreuse** en raquettes est devenu aussi incontournable que le Tour du Mont-Blanc. Il est vrai que ce Parc naturel se prête idéalement à la pratique de cette activité hivernale, dans un environnement sauvage et préservé.

Avec des étapes d'une grande diversité entre la découverte des villages cartusiens enfouis sous la neige et l'ascension de **beaux sommets facilement accessibles**, cette traversée en boucle permet de s'immerger dans ce massif, qui offre une richesse naturelle et culturelle hors norme.

Laissez-vous donc transporter sur ces hauts plateaux et jusqu'aux **cimes de la Chartreuse**, le tout dans une ambiance chaleureuse et conviviale...

## NOS POINTS FORTS

- L'encadrement par un accompagnateur en montagne du « pays ».
- L'ambiance sauvage de cette Réserve Naturelle.
- La quiétude du Monastère de la Grande Chartreuse.
- La qualité de l'accueil dans les gîtes d'étape chartroussins.

## DATES : du Lundi au Samedi

|                     |       |                     |       |                     |       |
|---------------------|-------|---------------------|-------|---------------------|-------|
| Du 12 au 17/01/2026 | 885 € | Du 09 au 14/02/2026 | 885 € | Du 09 au 14/03/2026 | 885 € |
| Du 19 au 24/01/2026 | 885 € | Du 23 au 28/02/2026 | 885 € | Du 16 au 21/03/2026 | 885 € |
| Du 26 au 31/01/2026 | 885 € |                     |       |                     |       |

Transfert aller-retour depuis la gare de Chambéry : **20 € par personne à réserver à l'inscription.**

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

### LE PRIX COMPREND

- ✚ L'encadrement par un accompagnateur en montagne, natif du Pays
- ✚ La pension complète durant le séjour,
- ✚ Le prêt du matériel,
- ✚ Les transferts prévus au programme,
- ✚ Les transferts des bagages d'une étape à l'autre
- ✚ La fourniture du linge de toilette et des draps
- ✚ La taxe de séjour.

### 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 assurances,
- ✚ Tout ce qui n'est pas dans "Le prix comprend".

### POURBOIRES :

Aujourd'hui, le pourboire est généralement facultatif et est laissé à votre libre appréciation, selon votre satisfaction à la fin de votre voyage.

Il est d'usage de donner un pourboire à votre guide et à l'équipe locale. Il doit être adapté en fonction du niveau de vie du pays et de la durée de votre voyage. C'est un geste symbolique qui récompense une prestation de qualité par rapport à la prestation reçue.

### RÈGLEMENT :

**A l'inscription :** Acompte de 30 % du prix du séjour

**Un mois avant le départ :** Le solde sans appel de notre part

Chèques vacances acceptés et paiement par carte bancaire possible

### LES ASSURANCES :

Nous vous proposons 3 formules d'assurances :

**Assurance Annulation + bagages + extension pandémie et épidémie** (3,4% du montant du séjour).

**Assurance Assistance Rapatriement + RC + pandémie et épidémie** (2% du montant du séjour).

**Assurance Multirisques : Annulation, Assistance Rapatriement, bagages, Retard transport + interruption séjour + extension pandémie et épidémie** (4,8% du montant du séjour).

Si vous avez votre assurance, il nous faudra une photocopie de votre attestation.

# Déroulement du trek

## **Jour 1 : ACCUEIL ET BALADE JUSQU'AU HAMEAU DE LA PLAGNE**

Rendez-vous en gare de Chambéry Challes Les Eaux pour **11H30**. (Si vous venez en train, vous pouvez réserver un transfert lors de votre inscription) ou directement au village d'Entremont le vieux à **12h00** sur le parking du centre du village. Après le pique-nique, début de la randonnée en montant vers le hameau de la Plagne .

Une balade de mise en jambe qui nous permettra de faire connaissance et de régler les derniers détails d'organisation.

*Installation pour la nuit dans le refuge de **la ferme de l'Ours**, au hameau de La Plagne.*

*Environ 3h30 de marche pour un dénivelé positif de 520 m (8 km)*

## **Jour 2 : TRAVERSÉE SUR LES HAUTS PLATEAUX DE CHARTREUSE**

Pour cette première grande journée, nous démarrons directement du hameau, en direction du col de l'Alpette, porte d'accès de la Réserve Naturelle. Une traversée singulière, au fil du manteau neigeux et des conditions météo. Belle descente ensuite par le vallon de Pratcel.

*Installation dans l'auberge du cirque de Saint-Même.*

*Environ 5h00 de marche pour un dénivelé positif de 700 m et négatif de 850m (12 km)*

## **Jour 3 : LES CONTREFORTS DU COL DE PORTE**

Petit transfert en minibus pour rejoindre les contreforts du col de Porte où nous découvrons un univers assez différent de la Chartreuse, lieu emblématique du ski de fond. Une belle randonnée sur les crêtes de Montfromage, nous offre un panorama à 360°, sur fond de Mont Blanc et sur les sommets de Chartreuse...

*Installation dans un gîte très confortable, au col de Porte.*

*Environ 5h00 de marche pour un dénivelé positif de 750 m et négatif de 600m (14 km)*

## **Jour 4 : LE SOMMET DU CHARMANT SOM ET SES HAMEAUX**

Cette journée nous élèvera jusqu'au sommet du Charmant Som, un univers hivernal sauvage et préservé.

Belle redescente dans la forêt et passage par les hameaux de Saint Pierre de Chartreuse jusqu'au secteur de la Diat

Une belle escapade en perspective...

*Installation au gîte des 4 chemins.*

*Environ 5h30 de marche pour un dénivelé positif de 600 m et négatif de 900m (12 km)*

## **Jour 5 : LE MONASTÈRE DE LA GRANDE CHARTREUSE**

Randonnée vers le Monastère de la Grande Chartreuse, premier monastère des moines-ermite de l'ordre des Chartreux, présents dans ce lieu depuis plus de neuf siècles.

Passage par les prairies du Habert de Billon et son ancienne bergerie, puis par les chapelles de Notre Dame de Casalibus et St Bruno.

Bascule par le Col de La Ruchère (1407 m), pour faire étape au village du même nom.

*Installation au village pour la nuit*

*Environ 5h00 de marche pour un dénivelé positif de 840 m et négatif de 540m (13 km)*

## **Jour 6 : LE SOMMET DU PETIT SOM ET FIN DU SÉJOUR**

Après la montée au Col de Léchaud (1704 m) et sur le Petit Som (1772 m) qui domine le monastère, un petit "collu" nous ouvre les portes du vallon suspendu du Col de Bovinant (1646 m). Une grande descente dans le Vallon des Eparres nous mène au hameau du Château. Découverte de toute la vallée des Entremonts avant de boucler cette itinérance à St Pierre d'Entremont.

Après la récupération des bagages, un transfert pour la gare de Chambéry avec une arrivée prévue aux alentours de 18 heures (transfert sur réservation à l'inscription).

*Environ 5h30 de marche pour un dénivelé positif de 730 m et négatif de 1190m (13 km)*



### **À NOTER**

- Indépendamment de sa volonté, votre guide peut être amené à modifier quelque peu les itinéraires indiqués en fonction des conditions d'enneigement, de la météo, du niveau et de la forme des participants.

-Si la neige venait à manquer (notamment en début ou en fin de saison), nous assurerons tout de même le départ de ce séjour. De ce fait, il est possible que nous soyons amenés à porter un peu les raquettes sur le sac à dos, pour rejoindre la première neige...

# Info trek

## NIVEAU : 3 CHAUSSURES

- Randonnée pour personne en bonne forme physique, qui connaît et qui a déjà pratiqué ou pratique la raquette. Dénivelé positif maximum de **840 m** pour **environ 5h30** de marche, sur terrain enneigé mais sans difficulté technique. Progression en terrain peu difficile.
- Le rythme de marche est lent et régulier, l'aspect découvert 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).
- Les conditions de neige évoluent en permanence : dure ou molle, profonde ou stable, elle rend la progression différente d'une semaine à l'autre. Ce paramètre imprévisible fait partie prenante de votre séjour et peut modifier votre aisance.

|   | NIVEAU   | Dénivelé           | Temps de marche |
|---|----------|--------------------|-----------------|
|    | 1        | Jusqu'à 400 m      | 4 à 5h          |
|    | 2        | 300 à 600 m        | 3 à 5h          |
|    | <b>3</b> | <b>600 à 800 m</b> | <b>5 à 6h</b>   |
|   | 4        | 700 à 1200 m       | 5 à 7h          |
|  | 5        | 1000 m et +        | 7h et +         |

## **PORTAGE :**

Bagages transportés par nos soins, par véhicule.

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

Durant la semaine, nous vous demandons d'avoir un bagage pas trop volumineux et d'un poids maxi de 10 kilos.

Par respect pour les personnes qui transportent vos bagages, pensez que vous êtes en montagne et que l'accès du véhicule jusqu'à l'hébergement peut être parfois compliqué...

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

## **GROUPE :**

De 6 personnes minimum à 14 personnes maximum.

## **ENCADREMENT :**

Par un accompagnateur en montagne diplômé connaissant bien le pays, le massif et les parcours. Professionnel enthousiaste, il sera à même de vous faire partager ses connaissances et son engouement pour le milieu naturel et ceci en toute sécurité. Sa passion du métier l'engage à s'adapter aux conditions météorologiques, aux contraintes du terrain et autres aléas, à gérer le rythme et la condition physique de chacun, tout en restant disponible.

### **HÉBERGEMENT :**

Vous serez logés en petites chambres de 3 à 6 personnes (non mixtes). Une seule nuit est prévue en dortoir collectif et mixte. Le linge de toilette et les draps sont fournis.

Tous les gîtes sont pourvus de sanitaires et de salles de bains. L'ambiance y est souvent "comme à la maison !"

### **RESTAURATION :**

Pension Complète pendant toute la durée du séjour. Les 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.

*Lors de la réservation, vous devez impérativement nous avertir, en cas d'allergies ou de régimes alimentaires.*

### **TRANSFERTS INTERNES :**

À partir de St Pierre d'Entremont, tous les trajets s'effectuent en raquettes ou à pied. En fonction de l'hébergement du jour 3, un petit transfert sera organisé par l'équipe.

### **ACCUEIL :**

Le Jour 1 à **11h30 devant la Gare de Chambéry Challes Les Eaux.**

Si vous venez en train (transfert **sur réservation à l'inscription**) ou à **12h devant l'Office de Tourisme de St Pierre d'Entremont**, si vous venez en voiture. **Merci de nous le préciser à l'inscription.**

### **DISPERSION :**

Le Jour 6 vers **17 heures à St Pierre d'Entremont ou à 18 heures à la Gare de Chambéry Challes Les Eaux.**

### **FORMALITÉS**

Durant le séjour, vous devez être en possession de **votre carte d'identité** en cours de validité ou passeport, de votre carte vitale, du numéro de contrat et numéro de téléphone de votre assurance personnelle (en cas de non souscription à notre assurance).

### **SANTÉ**

Aucun certificat de vaccination n'est exigé pour les voyageurs. Cependant, nous recommandons d'être à jour de ses vaccinations. Penser à apporter votre Carte d'Assurance Maladie.

### **SAVOIR VIVRE ET RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT :**

Ne laisser aucun déchet errer dans la montagne, emportez toujours vos poubelles jusqu'au gîte.

# Nécessaire et Indispensable

## ÉQUIPEMENT INDIVIDUEL À PRÉVOIR : (Liste non exhaustive)

La météo peut vite changer en montagne. Un équipement adéquat vous permettra de passer ce séjour dans les meilleures conditions.

### Pour les hébergements

- Un sac souple et peu encombrant pour vos affaires des 6 jours
- Vos affaires de rechange
- Une trousse de toilettes
- Une paire de chaussures légères type chaussons pour le soir
- Pour les lunettes de vue, pensez à prendre une paire de rechange.

### Équipement vestimentaire pour la randonnée

La technique des 3 couches permet de rester au chaud et au sec.

1. Couche respirante
2. Couche isolante
3. Couche protectrice

Pour appliquer cette méthode, il vous faut

- Tee-shirts manches longues thermiques et respirants (pas de coton)
- Veste type Puff ou doudoune
- Sweat polaire type Polartec
- Veste imperméable, respirante et coupe-vent avec capuche. (Le Gore-tex reste le matériau de référence)
- Un pantalon de randonnée type Softshell, chaud, respirant et déperlant avec si possible guêtres pare-neige intégrées
- Un sur-pantalon imperméable, léger et compressible (type Gore –Tex)
- Paires de chaussettes montantes et chaudes (Merinos)
- Bonnet
- Tour de cou
- Gants chauds et étanches, sous-gants en soie (2 paires si possible)

### Pour la randonnée

- Un sac à dos de 30/40 litres avec une ceinture ventrale (avec sangles de portage raquettes)
- Une housse de protection du sac à dos (souvent intégrée dans celui-ci)
- Une paire de chaussures imperméables avec un bon maintien de la cheville (**Pas de bottes ou d'après ski**)
- Une paire de guêtres (si non intégrée dans le pantalon)
- Une pochette étanche pour vos papiers, téléphone etc...
- Une poche plastifiée pour protéger vos affaires à l'intérieur du sac à dos
- Une lampe frontale
- Protection solaire (crème et stick à lèvres)
- Lunettes de soleil catégorie 3 ou 4
- Un couteau
- Une gourde isotherme ou un thermos
- Petit tapis de sol (pour vous asseoir pendant la pause déjeuner)
- Papier toilette
- Briquet
- Couverture de survie
- Une paire de lacets de rechange.

## Une petite pharmacie personnelle (votre guide a une pharmacie pour le groupe)

- Pansements adhésifs de différentes tailles
  - Pansement « seconde peau » pour les ampoules
  - Un désinfectant et un antiseptique
  - Des compresses stériles
  - Bande adhésive élastique et un ciseau
  - Pastilles pour la toux
- Médicament antalgique (douleurs et fièvre), anti diarrhéique, anti-inflammatoire et un antispasmodique
  - Paracétamol
  - Vos médicaments si traitement

### **MATÉRIEL FOURNI :**

Nous vous fournissons des raquettes robustes et légères, avec des fixations à plaques et des pointes antidérapantes, adaptables à toutes les chaussures de montagne ou de trekking et des bâtons.

- Des raquettes TSL
- Des bâtons de randonnée hiver.
- Des crampons de marche

## Pour en savoir plus

### **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.

Pendant plusieurs jours, vous allez évoluer au sein d'un groupe de personnes réunies autour d'une passion commune pour la nature et de l'envie de découvrir un massif. Votre randonnée est l'occasion de partager des moments forts, en faisant preuve de convivialité, d'ouverture d'esprit et d'entraide à l'égard de vos compagnons de voyage.

### **BIBLIOGRAPHIE**

La raquette, Jean-Marc Lamory, éditions Didier Richard.

La Vie de la montagne, Bernard Fischesser, éditions de la Martinière.

Les Alpes, collectif, sous la direction d'Armand Fayard, Delachaux et Niestlé.

Les Traces d'animaux : 100 vertébrés dans votre poche, Jacques Morel, coll. Guide naturaliste, Delachaux et Niestlé.

Guide GALLIMARD Chartreuse

Le Guide de la Chartreuse, Jean Billet, éditions de la Manufacture.

La Grande Chartreuse par un Chartreux, 14ème édition, impression SADAG à Bellegarde (01).

"La Savoie Vagabonde", Tome 2, Jean-Marie JEUDY, Editions Glénat

"La Chartreuse à petits pas", Bruno Carcassonne, Edition Le Génie des Glaciers

### **FILMOGRAPHIE**

« Le Grand Silence » de Philippe GRONING.

## **CARTOGRAPHIE**

1 / 50 000 Didier Richard "Chartreuse-Belledonne-Maurienne"

1 / 25 000 IGN 3334 OT Massif de Chartreuse Sud

1 / 25 000 IGN 3333 OT Massif de Chartreuse Nord

## **ADRESSES UTILES**

[www.parc-chartreuse.net](http://www.parc-chartreuse.net)

<https://chartreuse-tourisme.com/>

[www.musee-grande-chartreuse.fr](http://www.musee-grande-chartreuse.fr)

# En vous souhaitant un agréable séjour en raquettes ...

Si nous n'avons pas entièrement répondu à toutes vos questions sur ce voyage :

- Appelez nous au : 05 61 97 66 04
- Un e-mail à : [info@surleshauteurs.com](mailto:info@surleshauteurs.com)
  - Ou bien un courrier à :

**SUR LES HAUTEURS**  
RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED  
v o t r e t r e k c o m m e n c e i c i . . .

23, Rue Gambetta  
31390 CARBONNE  
TEL : 05 61 97 66 04  
[www.surleshauteurs.com](http://www.surleshauteurs.com)  
[info@surleshauteurs.com](mailto:info@surleshauteurs.com)

Agence de voyage N° IM031170004  
SARL Sur Les Hauteurs au capital de 15 000€  
R.C.P : MMA entreprise, MMA BP27 69921 OULLINS  
Garantie financière : Groupama caution  
Code APE : 9329 Z SIRET : 828 692 442 000 19  
TVA intracommunautaire : FR27828692442