

# 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 . . .

### TOUR DE LA CHARTREUSE

Randonnées en itinérance en gîte d'étape

7 jours, 6 nuits, 6.5 jours de randonnée

				Saison		Départ garanti 				
3 chaussures	Gîte d'étape	En itinérance	Portage de vos affaires personnelles pendant le séjour	J	F	M	A	M	J	A partir de 6 personnes
				J	A	S	O	N	D	



Ce circuit en boucle au cœur du Parc naturel régional de Chartreuse vous plonge dans un massif préservé, sauvage et méconnu. Léger sur les épaules, avec seulement vos affaires de la journée et le pique-nique, vous goûtez pleinement au plaisir de l'itinérance, entre Savoie et Dauphiné.

Chaque étape est une surprise : villages cartusiens, ascension de sommets accessibles, passage par la magique Grande Chartreuse, traversée de la majestueuse Réserve naturelle des Hauts de Chartreuse ou de la Vallée des Entremonts, autrefois frontière entre deux royaumes.

L'accueil chaleureux de vos hôtes et leur cuisine aux saveurs locales ajoutent à la richesse du séjour.

Cette randonnée, conçue en partenariat avec le Parc, offre une immersion totale dans l'âme singulière de la Chartreuse.

#### POINTS FORTS

- La découverte du Parc naturel de Chartreuse, avec ses plus beaux sites.
- 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.
- L'accès TGV facile (3 h de Paris) avec prise en charge et dispersion en gare de Chambéry.
- Installés en Chartreuse, nous connaissons ce massif jusque dans ses moindres recoins.

## DATES & TARIFS

Du 04/05/2025 au 10/05/2025	865,00 €
Du 18/05/2025 au 24/05/2025	865,00 €
Du 25/05/2025 au 31/05/2025	865,00 €
Du 08/06/2025 au 14/06/2025	865,00 €
Du 06/07/2025 au 12/07/2025	865,00 €
Du 20/07/2025 au 26/07/2025	865,00 €
Du 27/07/2025 au 02/08/2025	865,00 €
Du 03/08/2025 au 09/08/2025	865,00 €
Du 17/08/2025 au 23/08/2025	865,00 €
Du 07/09/2025 au 13/09/2025	865,00 €
Du 14/09/2025 au 20/09/2025	865,00 €
Du 19/10/2025 au 25/10/2025	865,00 €

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

### LE TARIF 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.
- Le linge de toilette.

### LE TARIF NE COMPREND PAS :

- Les boissons et dépenses personnelles.
- L'équipement individuel.
- La visite du musée de l'Ours des Cavernes.
- 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".

### 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.

### REGLEMENT :

**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** (2,5% du montant du séjour).

**Assurance Frais de Recherche et Secours, Assistance Rapatriement, Interruption de Séjour** (2% du montant du séjour).

**Assurance Multirisques Annulation, Frais de Recherche et Secours, Assistance Rapatriement, Interruption de Séjour (4,30% du montant du séjour).**

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

**Pour les étrangers :**

Possibilité de paiement par mandat postal international ou par virement sur notre compte.

**FIDÉLITÉ :**

Nous vous offrons une réduction de 4% dès votre 3<sup>ème</sup> voyage ou séjour dans les deux années civiles qui suivent la date du départ de votre premier séjour.

**RÉDUCTIONS SUR LE PRIX DU SÉJOUR :**

**\*5 mois avant** la date de départ, 4% (pour un montant inférieur à 1200 €) ou 50 € pour un montant supérieur à 1200 €).

**\*4 mois avant** la date de départ, 3% (pour un montant inférieur à 1200 €) ou 30 € pour un montant supérieur à 1200 €).

# Déroulement du trek

## Jour 1 : SAINT PIERRE DE CHARTREUSE - LA SCIA



Rdv à 10h45 en gare de Chambéry-Challes-les-Eaux pour ceux qui arrivent en train, ou directement à 11h30 devant l'Office de Tourisme de Saint-Pierre-d'Entremont pour les arrivées en voiture. Soyez déjà en tenue de randonnée. Nous réunissons ensuite tout le groupe à Saint-Pierre-d'Entremont. Pour le premier pique-nique partagé, chacun est invité à apporter une petite spécialité de sa région : une belle façon de faire connaissance !

L'après-midi, nous entamons une douce montée de village en village jusqu'à Saint-Philibert, puis franchissons le Col du Cucheron (1139 m). Une descente nous mène ensuite à Saint-Pierre-de-Chartreuse, où nous passons notre première nuit.  
12 km, + 550m / - 320m, 3h30 de marche

## Jour 2 : SAINT-PIERRE-DE-CHARTREUSE - COL DE PORTE



Notre journée commence par la visite de l'église de Saint-Hugues (880 m), un lieu unique où l'art sacré contemporain prend tout son sens. L'artiste Arcabas y a laissé son empreinte. Nous poursuivons à travers plusieurs hameaux typiques de Saint-Pierre-de-Chartreuse, avant de nous enfoncer dans une forêt qui nous conduit jusqu'aux chalets de l'Emeindras (1427 m), nichés au pied de Chamechaude, le plus haut sommet du massif. Un sentier en balcon, au-dessus du village du Sappey-en-Chartreuse, nous mène à notre étape du jour : le Col de Porte.

17 km, + 1020m / - 570m, 6h de marche

## Jour 3 : LE SOMMET DU CHARMANT SOM



La journée débute en douceur par une montée en forêt, avant de gagner une belle crête boisée nous menant aux alpages du Charmant Som. Le chemin se poursuit jusqu'au sommet (1867 m), d'où l'on découvre le vallon du Monastère de la Grande Chartreuse, lové en contrebas. Les pâturages sont animés par les paisibles vaches tarines, ajoutant à l'ambiance sereine des lieux. Puis vient le contraste : la descente s'engage dans le calcaire des Dalles du Charmant Som, offrant une toute autre ambiance, plus minérale. Tout au long du parcours, de superbes points de vue s'ouvrent sur la vallée de Saint-Pierre-de-Chartreuse, que nous rejoignons en fin de journée.

17 km, + 760m / - 1280m, 6h de marche

#### **Jour 4 : SAINT PIERRE DE CHARTREUSE - LA SCIA**



La journée commence par un temps suspendu à la Corrière du Monastère de la Grande Chartreuse. Ce musée, chargé d'histoire, dévoile la vie austère et retirée des moines chartreux, présents ici depuis plus de 9 siècles. Le monastère lui-même ne se visite pas, mais son esprit habite encore ces lieux. L'après-midi, nous empruntons un sentier en balcon, dominant le vallon du Guiers Mort. Peu à peu, le paysage s'ouvre et l'ascension nous conduit au Gîte de la Scia (1650 m). Le belvédère y est remarquable... et lorsque le soleil décline, la Chartreuse se pare de teintes chaudes et silencieuses.

*12 km, + 850m / -180, 5h de marche*

#### **Jour 5 : LA SCIA - LE CIRQUE DE SAINT MEME**



C'est l'étape la plus secrète, la plus sauvage de la semaine, au cœur de la Réserve Naturelle des Hauts de Chartreuse. Notre unique montée du jour nous conduit au col de Bellefond (1902 m), balcon naturel dévoilant l'ampleur des Hauts-Plateaux, de la Dent de Crolles jusqu'au Granier. Nous traversons ensuite l'alpage de l'Aulp du Seuil, domaine paisible des marmottes et rapaces. Plus loin, le Habert de la Dame, discrète bergerie blottie dans les pentes, nous rappelle la présence des hommes en altitude. Enfin, nous descendrons par le mythique Cirque de Saint Mème, avant de rejoindre Saint Pierre d'Entremont.

*16 km, + 520m / - 970m, 6h30 de marche*

#### **Jour 6 : SAINT PIERRE D'ENTREMONT - LA PLAGNE**



St Pierre d'Entremont, village au passé partagé entre le royaume de France et le Duché de Savoie, se dévoile au fil de son histoire unique. Après avoir franchi le pont sur le Guiers Vif, nous quittons la France pour entrer en Savoie, explorant une vallée encore empreinte de traditions agricoles. Les Gorges du Cozon nous mènent jusqu'à Entremont Le Vieux, où, au-dessus du village, la grotte de la "Balme à Collomb" abrite un gisement datant de plus de 25 000 ans.

L'après-midi, la montée dans le Cirque de La Plagne nous immerge dans une nature préservée, avant de rejoindre notre gîte à la ferme, un havre de paix.

*13 km, + 580m / - 290m, 4h de marche*

## Jour 7 : DE LA PLAGNE VERS LE COL DU GRANIER



Après une belle montée au Col de l'Alpette (1530 m), nous pénétrons dans les Hauts-Plateaux de Chartreuse, une Réserve Naturelle préservée, bordée de majestueuses falaises calcaires. À travers ce domaine sauvage, nous traversons le plateau pour atteindre le Pas de l'Échelle, porte d'entrée du Vallon de Pratcel. La descente nous ramène à St Pierre d'Entremont, clôturant notre tour vers 17h.

Retour en gare de Chambéry Challes Les Eaux à 18h pour les participants arrivés en train (transfert sur réservation).  
12 km, + 700m / - 800m, 5h de marche

### **ITINÉRAIRE :**

*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 - éboulements, sentiers dégradés, etc), soit directement du fait du guide (météo, niveau du groupe...). Faites-nous confiance, ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et pour un meilleur confort !*

# Info séjour

## NIVEAU: MOYEN

Dénivelée moyenne : 710 m

Maximum : 1030 m

Longueur moyenne : 15 km

Maximum : 19 km

Horaire moyen : 5 h 15 mn

Maximum : 6 h 30 mn

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).

	Niveau	Dénivelé	Temps de marche
	1	Jusqu'à 400 m	4 à 5h
	2	300 à 600 m	3 à 5h
	3	600 à 800 m	5 à 6h
	4	700 à 1200 m	5 à 7h
	5	1000 m et +	7h et +

## ACCUEIL :

Le Jour 01 à 10 h 45 mn devant la Gare de Chambéry Challes Les Eaux si vous venez en train (transfert sur réservation à l'inscription) ou à 11 h 30 mn devant l'Office de Tourisme de St Pierre d'Entremont si vous venez en voiture. Merci de nous préciser  **votre mode d'accès à l'inscription.**

**Si vous arrivez en retard :** Le jour même, en cas de retard de dernière minute, laissez un message au premier hébergement, au gîte d'étape les Quatre Chemins (06 88 77 63 56).

**Accès train :** Gare de Chambéry Challes Les Eaux.

Transfert depuis la gare à 10h45 si vous avez réservé la navette.

Réservation à l'inscription.

**Accès voiture :** Saint Pierre d'Entremont (38).

Office du Tourisme de la Vallée des Entremonts.

Itinéraire : [www.viamichelin.fr](http://www.viamichelin.fr)

## Covoiturage :

Nous pouvons difficilement jouer le rôle d'intermédiaire : d'une part, il nous est difficile d'organiser le covoiturage et d'autre part, la loi nous interdit la divulgation de coordonnées personnelles. Cependant, soucieux de faciliter vos déplacements mais aussi de nous inscrire dans une démarche responsable et respectueuse de l'environnement, nous vous invitons, conducteur ou passager, à consulter les sites suivants qui organisent le covoiturage :

[www.blablacar.fr](http://www.blablacar.fr) ou [www.idvroom.com](http://www.idvroom.com).

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).

**Accès avion** : Aéroport de Lyon Saint-Exupéry

Lyon Saint Exupéry : [www.lyonaeroports.com](http://www.lyonaeroports.com)

Liaisons quotidiennes pour Chambéry : [www.altibus.com](http://www.altibus.com)

**Le Jour 07 vers 17 heures à St Pierre d'Entremont ou à 18 heures à la Gare de Chambéry Challes Les Eaux.**

**Retour train** : Gare de Chambéry Challes Les Eaux.

Transfert retour vers la gare à 18h.**Retour bus** : Gare de Chambéry Challes Les Eaux

Nous vous conseillons de comparer le coût et les horaires de différents modes d'accès au point de départ du circuit grâce au site [www.comparabus.com](http://www.comparabus.com). Ce site, pour un même trajet, vous proposera d'autres possibilités telles qu'avion, train, bus ou covoiturage.

**Retour voiture** : St Pierre d'Entremont.

**Retour avion** : Aéroport de Lyon Saint-Exupéry

Lyon Saint Exupéry : [www.lyonaeroports.com](http://www.lyonaeroports.com)

Liaisons quotidiennes depuis Chambéry : [www.altibus.com](http://www.altibus.com)

### **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 fourni, réparti entre tous.

Durant la semaine, nous vous demandons d'avoir **un bagage par personne** pas trop volumineux (60 cm maximum), dont le **poids ne dépasse pas 10 kg**.

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

**Par respect pour les personnes qui transportent vos bagages**, pensez que vous êtes en montagne, que les abords des hébergements peuvent être malaisés (escaliers, neige ou glace en hiver, etc...), que la place dans les véhicules est limitée et qu'il faut quelquefois parcourir quelques centaines de mètres entre le véhicule et l'hébergement.

Avec un peu d'habitude, votre bagage ne devrait pas dépasser 8 – 10 kg.

### **GROUPE :**

De 6 à 12 participants.

### **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.

### **HEBERGEMENT :**

*Jour 1 :* Gîte d'étape, hébergement en gîte dortoir mixte. C'est dans le hameau de La Diat que Caroline et Florian, un jeune couple chaleureux s'est lancé dans une nouvelle aventure en reprenant cet hébergement.

*Jour 2 :* Gîte d'étape, en chambres de 3 à 5 personnes. Hébergement de montagne au Col de Porte, à 1300 mètres d'altitude.

*Jour 3 :* Gîte d'étape, hébergement en gîte dortoir mixte, situé dans le hameau de La Diat.

*Jour 4 :* Gîte de La Scia, hébergement en chambre de 2 à 4 personnes. Le gîte est situé à 1800 mètres d'altitude et offre une vue spectaculaire sur toute la Chartreuse.

*Jour 5 :* Gîte auberge, hébergement en chambres de 2 à 5 personnes. Le chalet est situé au pied des cascades du Cirque de Saint Même.

*Jour 6 :* Gîte d'étape dans le hameau de la Plagne, chambrée de 3 à 4 personnes, non mixtes.

Un drap sac est conseillé pour la nuit.

L'ensemble des hébergements fournissent le linge de toilette.

Chambre individuelle : **PAS DE DISPONIBILITES.**

### **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 repas froids pris au cours de la randonnée sont copieux et accompagnés de vivres de course (fruits secs, chocolat, biscuits). Ces pique-niques sont préparés par l'accompagnateur à l'aide des commerces locaux. Si la température est basse, votre accompagnateur fera le maximum pour trouver un abri (chalet ou cabane) de manière à profiter du repas et de la pause de midi.

### **TRANSFERTS INTERNES**

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

# Nécessaire et Indispensable

## **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 fourrure polaire chaude.
- une veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex.

En marchant, par beau temps calme, le sous-pull 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.

Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud. La sueur est l'ennemi du randonneur, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. Ainsi, il est très rare d'effectuer une ascension vêtue d'une veste polaire.

### **La liste idéale :**

- 1 chapeau de soleil ou casquette.
- 1 foulard ou tour de cou.
- T-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 à 3 jours de marche).
- 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise.
- 1 veste en fourrure 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.
- Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche) Privilégier la laine ou les chaussettes spécifiques randonnée. Attention au coton pour les ampoules.
- 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.
- Des sous-vêtements.
- En début et en fin de saison (mai – juin et septembre - 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.
- Boîte plastique hermétique (contenance 0,5 litre minimum) + gobelet + couverts.
- 1 couverture de survie.
- 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.
- **Un sac de couchage pour la formule gîte.**
- 1 serviette de toilette qui sèche rapidement.
- 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.
- Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence.
- Pastilles contre le mal de gorge.
- Bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large.
- 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 !**

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

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@surlshauteurs.com](mailto:info@surlshauteurs.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.surlshauteurs.com](http://www.surlshauteurs.com)  
[info@surlshauteurs.com](mailto:info@surlshauteurs.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