



**Grand Paradis et Val d'Aoste:**  
**Traversée de Bourg St Maurice au Grand Paradis**

**7 jours, 6 nuits, sacs légers**

Le Grand Paradis : Un nom qui en dit beaucoup sur la destination.  
Il est le plus haut sommet situé entièrement en Italie, et le seul de plus de 4000 m  
La faune y est riche, grâce en particulier à la protection mise en place dès 1856 par le roi Victor Emmanuel pour sauver le bouquetin alors en voie de disparition. La réserve de chasse du roi se transforma en premier parc national italien en 1922, bien avant les parcs nationaux français.  
Faune, paysages et sommets d'alpinisme attirent désormais de nombreux visiteurs.  
Le Parc National du grand Paradis et ses vallées voisines sont un vrai paradis pour les randonneurs et les amoureux de lacs et d'animaux

Le Val d'aoste est une région italienne bien connue et appréciée pour sa culture, son accueil, sa convivialité et également la richesse de paysages surtout montagnards.  
Historiquement, la Vallée d'Aoste est considérée comme une terre de contact et de fusion entre l'Italie et la France, une caractéristique qui se reflète dans le bilinguisme officiel et son statut spécifique de Région autonome. Les imposants tunnels du Gran San Bernardo et surtout du Mont Blanc, chef-d'œuvre d'ingénierie débouchant sur le territoire français, ont résolument placé cette région en tant que carrefour entre l'Italie et le reste de l'Europe.

***Une superbe randonnée incontournable des grandes classiques, avec le soir l'accueil et la gastronomie italienne!***

***Itinéraire :***

**J1: RDV à Bourg St Maurice transfert en taxi au village de Ste Foy ( 1150m), départ de la randonnée par le superbe village classé du Miroir (1280) - Refuge de l'Archeboc ( 2030m)**

Cette première étape nous mène tranquillement dans le beau vallon du Mercuel jusqu'au refuge de l'Archeboc. Nous profitons de superbes vues sur la haute tarentaise et ses sommets glaciaires du Mont Pourri et Dômes de la Sache.

Nous devons porter le minimum pour y passer la nuit, ici pas d'accès routier !  
Environ 2 heures de marche, + 750M

**J2 : Refuge de l'Archeboc (2030m) - Refuge de l'épée (2370m)**

Nous quittons la Vanoise et la France pour entrer en Italie, dans le massif du Grand Paradis !  
Après une belle ascension pour atteindre le col du Mont à 2637m, nous descendons sur le

valgrisenche au milieu des alpages. Lac de Beauregard (1760m) et remontée vers le refuge de l'épée ( 2370m)

Environ 6h de marche, + 1200m ; - 850m

### **J3: Refuge de l'Epée ( 2370m) – Refuge Mario Bezzi ( 2284m)**

Belle journée sur un sentier - balcon surplombant le lac de Beauregard et face au massif du Rutor.

Ce sentier panoramique passe au pied d'une multitude de petits glaciers comme celui de San Martino. Petit détour possible jusqu'au lac éponyme (2770m).

Environ 6h de marche, + 500m, - 600m

### **J4: Refuge de Bezzi ( 2284m) – Refuge de Benevolo (2285m)**

Montée au col de Bassac Déré (3082m). Nous quittons le valgrisenche pour le Val de Rhêmes. Cette étape d'altitude permet de marcher au plus près du glacier de Gliairretta s'écoulant de la Grande Sassièr, avec le mont Blanc en arrière-plan. Au détour d'un sentier, couchés sur des rochers, paisibles, quelques superbes bouquetins guetteront votre passage. Descente jusqu'au refuge de Benevolo, en passant par le lac de la Goletta et sa petite plage de sable fin..

Entre 6 heures 30 et 7 heures de marche, dénivelé + 800 / - 800 mètres.

Possibilité de bagages

### **J5: Refuge de Benevolo (2285m) – Refuge de Savoia (2534m)**

Une journée de toute beauté !:

Nous rejoignons aujourd'hui le col Rosset ( 3023m) par le vallon Gran Vaudala, au milieu des alpages et des hauts sommets environnants. Vue magnifique sur le sommet du Grand ParadisLa descente est ensuite ponctuée par une dizaine de lacs : Chavaney, Lieta... laissant des images inoubliables.

Nous passons la nuit près du col de nivole.

Entre 5 heures 30 et 6 heures de marche, dénivelé + 750 / - 500 mètres.

### **J6: Refuge de Savoia (2534m) – Refuge Victor Emmanuel II ( 2775m)**

Nous descendons le Val du nivelet. Nous sommes maintenant au pied des majestueux et imposants sommets des Grand Paradis, Ciartoron et Tresenta, hauts lieux de l'alpinisme. Le royaume des chamois se présente à nous !

Environ 5h30 de marche, + 800m, - 550m,

## **J7: Refuge Victor Emanuel II ( 2775m) – Refuge Chabot et Pont ( 1870m)**

Grande traversée jusqu'au refuge Chabot puis descente sur l'Alp de Pravieux.  
Ce sera la dernière occasion d'observer chamois et marmottes, comme chaque jour.

Environ 4h30 de marche, + 50, - 900m

Retour sur Bourg St Maurice en bus

***Fin du circuit et dispersion vers 17h***

### **Informations complémentaires :**

- Suivant les conditions météo, ou autres impératifs de sécurité, je reste seule juge d'annuler ou modifier le programme.

- Les *horaires* sont donnés à titre indicatif et calculés pour des marcheurs moyens hors pauses et temps pris pour le pique-nique.

- ***Transport des bagages*** : Nous randonnons en itinérance, les sacs sont véhiculés par minibus et nous attendent chez les hébergeurs dès que cela est possible.

Les étapes des jours 1, 5 et 6 nous passons la nuit dans des refuge inaccessibles en voiture, nous devons donc porter le stricte minimum pour y passer la nuit !

- ***Hébergements*** :

Les hébergements sont choisis pour leur confort, leur situation pour le déroulement du tour, et autant que possible, leur caractère authentique et local. Toutes les étapes sont en refuge de montagne, avec dortoirs collectifs.

- ***Nourriture*** :

Les dîners et petits déjeuners sont pris dans les hébergements, en demi-pension. Les piques niques sont préparés par mes soins ou achetés au refuge et portés par le groupe à chaque étape. L'esprit de collectivité et de partage est attendu pour ces moments de partage et de détente !  
Merci de me prévenir **avant** le séjour d'éventuels régimes alimentaires.

- ***Le + du circuit !***

Ce circuit nous permet de découvrir le massif et le parc Grand Paradis sous ses nombreuses facettes, grâce à notre itinéraire bien choisi. Nous profitons d'une ambiance haute montagne à proximité des glaciers, nous pouvons observer facilement la faune bien présente dans ce massif, et les paysages y sont inoubliables !

- ***Niveau physique :***

Etapes de 5 à 6h30 heures de marches, entre 500m et 1200m de dénivelés positif ! Une préparation physique préalable et un équipement de randonnée sont recommandés. Pas de difficulté technique, mais une bonne forme vous permettra de profiter au mieux de votre séjour.

- ***Documentation, cartographie :***

Carte Kompass Gran Paradiso Valle d'Aosta 1:50 000

- ***Tarif proposé :***

Pour un groupe de **8 à 15** personnes: **738€**

Ce prix inclut :

- les 6 hébergements en demi-pension,
- les 6 pique-niques des déjeuners des jours 2 à 7 (produits locaux et variés),
- 1 transfert en taxi le jour 1, et un transfert le dernier jour de Pont à Bourg St Maurice
- le transport des bagages,
- les honoraires de l'accompagnateur,

Il n'inclut pas :

- les boissons et dépenses personnelles
- votre pique-nique du 1er jour,
- Votre voyage jusqu'au lieu de RDV à Bourg St Maurice
- Les douches qui peuvent être demandées en supplément dans certains refuges.

Je ne cherche pas à avoir les tarifs les plus bas du marché ! Pour moi, ce qui est important c'est que vous soyez satisfait. J'organiserai donc le séjour au mieux et en fonction des possibilités et disponibilités du moment, au moment des réservations. C'est pourquoi le tarif du séjour peut être sujet à de légères variations.

Arrhes de 30% à verser au plus tard 3 mois avant le départ (non remboursées en cas d'annulation). Cela me permettra de procéder aux réservations nécessaires auprès des hébergeurs et transporteur.

Si ce circuit vous intéresse, je vous ferai parvenir un complément d'informations dès que je lancerai les réservations:

- Noms et coordonnées des différents hébergements
- Accès
- Equipement nécessaire
- Horaires du RDV et de la dispersion
- Hébergements sympas possibles dans le coin
- Et les réponses aux questions que vous pourriez vous poser !

N'hésitez pas à me contacter pour toute autre information.

Arielle RAGUIDEAU

---

Res. Le Relais de la Guisane 2 / 7b av René Froger / 05100 BRIANCON /

**TEL : 06 81 79 52 73**

**Adresse mail : [contact@sentiers-nature.fr](mailto:contact@sentiers-nature.fr)**

**<http://www.sentiers-nature.fr/>**

SIRET 44122036500031