

# LES GLACIERS DE LA VANOISE

A proximité des grandes stations de Tarentaise qui se sont établies à sa périphérie, la partie centrale du massif de la Vanoise offre un domaine particulièrement propice au ski de randonnée dans un environnement protégé où pylônes et câbles sont bannis.

Grâce à la densité des refuges du parc national, une incomparable calotte glaciaire alpine constituée de dômes de plus de 3000 mètres d'altitude séparées par des cols faciles à franchir permet la réalisation d'itinéraires nombreux et variés aux dénivelés mesurés.

1/ Rendez-vous en fin de matinée à Pralognan la Vanoise. Nous remontons la vallée de Chavière pour atteindre le refuge du Roc de la Pêche. Installation au refuge, présentation du raid et rappel des consignes de sécurité.

M : 550 m

2/ Nous poursuivons la remontée tranquille de la vallée de Chavière jusqu'à la chapelle de Ritort avant de nous engager dans le vallon de Rosoire qui nous rapproche de la grande pente conduisant au col d'Aussois à 2916 mètres. Descente sur le refuge de la Dent Parrachée que l'on atteint après une petite remontée de 200 mètres.

M : 1 200 m

D : 600 m

3/ Avec la Dent Parrachée en ligne de mire, montée et traversée du col de Labby à 3328 mètres. Longue descente sur le refuge de l'Arpont où nous passerons deux nuits.

M : 1 150 m

D : 1 000 m

4/ Avec une surface de 85 kilomètres carrés, les dômes de la Vanoise constituent l'un des plus beaux ensembles glaciaires des Alpes françaises. Nous effectuons aujourd'hui avec un sac allégé l'ascension de celui de Chasseforêt.

M : 1300 m

D : 1 300 m

5/ Journée entièrement glaciaire pour franchir les cols du Pelve (2992 m) puis du Dard (3153 m) avant d'entamer la descente sur le refuge du col de la Vanoise situé au pied de la Grande Casse, point culminant du massif de la Vanoise.

M : 950 m

D : 650 m

6/ Aller-retour au col de la Glière (3162 m) situé entre les deux aiguilles éponymes.

M : 700 m

D : 700 m

7/ Montée sur le glacier de la Grande Casse pour franchir le col à 3096 mètres. Ambiance haute montagne. Longue descente sur Champagny et transfert à Pralognan.

M : 930 m

D : 1 600 m

**Date : 8 / 14 Mars 2026**

**Prix : 1 590 €**

# LISTE DE MATERIEL

## **S'habiller**

sous vêtements en fibres modernes  
pantalons de ski  
chemise chaude  
pull-over ou fourrure polaire  
petite doudoune de marche  
chaussettes bouclette

## **Dans le sac**

un sac à viande (obligatoire dans la plupart des refuges)  
un bonnet, un foulard,  
une veste ou un anorak  
deux paires de gants (une légère et une chaude)  
lunettes de glacier ou bonnes lunettes de skis et masque  
crème solaire et labiale  
sous vêtements et chaussettes de rechange (dans un sac plastique)  
une petite pharmacie individuelle  
un couteau de poche  
une mini trousse de toilette  
une gourde ou thermos (1 litre)  
éventuellement appareil photo carte d'identité nationale (pour les raids à l'étranger)

## **Matériel technique**

un sac à dos de bonne contenance avec attaches skis  
chaussures de skis de rando  
peaux de phoques autocollantes  
skis de rando équipés de fixations de rando  
couteaux à neige et bâtons de skis  
pelle, sonde et ARVA  
crampons légers et baudrier

Le poids du sac ne devrait pas dépasser 8 kgs.

Vérifier l'état de votre matériel avant le départ

# INFORMATIONS RAIDS A SKIS

## Matériel individuel

Equipement classique du ski de montagne; skis de randonnée, peaux de phoques, couteaux à neige, chaussures, sac à dos de contenance moyenne (le poids du sac ne devrait pas excéder 8 kg puisque les repas seront pris en refuge ou à l'hôtel).

Liste de matériel individuel ci-jointe.

## Transport

Afin de réduire les frais de voyage, il est conseillé de se regrouper par voiture pour rejoindre le point de départ du raid. Je me tiens à votre disposition afin de mettre les participants en relation. Notez que les frais de transport pour rejoindre notre point de départ ainsi que le retour ne sont pas compris dans l'estimation de la caisse commune.

## Prix

Les prix se décomposent ainsi:

- 790 € comprenant les frais d'organisation et les honoraires du guide. A régler à l'inscription.
- La caisse commune de 800 € servant à régler les dépenses pendant le raid; la demi-pension dans les refuges, les casse-croûtes de midi, le taxi de retour de Champagny à Pralognan.

## Groupe

De 4 à 6 personnes.

### Fiche d'inscription à renvoyer à:

**Gilles MARCAUD Les Arcades du Midi 39 rue J. Ferry 74 700 SALLANCHES Tel 04 50 54 69 17**

-----

|                         |                    |
|-------------------------|--------------------|
| Nom .....               | Prénom .....       |
| Date de naissance ..... | Tél.....           |
| Adresse .....           |                    |
| Raid choisi .....       | Date du raid ..... |

Ci-joint la somme de **790 €** confirmant mon inscription.  
Le solde de 800 € à remettre en espèces le jour du départ.