

TRAVERSEE DU VALAIS (5-14 août 2018)

Proposé par Christian, Elisabeth et Régine

Remarques : circuit sportif itinérant, se déroulant sur 9 étapes en altitude. Avec portage de sac.

Réservé aux très bons marcheurs. Ne convient pas aux personnes sujettes au vertige (passage d'échelle verticale de 20 m environ).



Barrage de Moiry (source Internet)

Dimanche 5 août :

Transfert en voiture(s) individuelle(s) de Fontaine (Isère) jusqu'à Le Châble (Suisse).

Temps de trajet estimé à 5 H.

Voiture(s) laissée(s) au parking longue durée du Châble jusqu'à notre retour (gratuit en août).

Hébergement au Mont-Fort Swiss Lodge (nuitée + petit déjeuner).

Coût de l'hébergement entre 45,50 CHF et 60 CHF suivant le nombre de participants.

Prévoir son repas du soir.

Prévoir de retirer le ticket de bus gratuit Le Châble-Lourtier (= trajet du lundi 6 août) auprès de l'Office de tourisme du Châble avant 17 H

JOUR 1 : Lundi 6 août

Transfert en bus (départ 7H08) du Châble jusqu'à Lourtier (environ 40 mn de trajet). Ticket de bus gratuit

LOURTIER (1074 m)-CABANE DE LOUVIE (2240 m)

Déniv. Positif 1570 m

Déniv. Négatif 400 m

Durée 7 H

Coût de la demi-pension : 70 CHF

Carte de crédit internationale acceptée

JOUR 2 : Mardi 7 août

CABANE DE LOUVIE (2240 m)-CABANE DE PRAFLEURI (2660 m)

Déniv. Positif 900 m

Déniv. Négatif 600 m

Durée : 6 H 30

Coût de la demi-pension : 70 CHF

N'accepte que les espèces en francs suisses

JOUR 3 : Mercredi 8 août

CABANE DE PRAFLEURI (2660 m)-CABANE DES DIX (2928 m)

Déniv. Positif 900 m

Déniv. Négatif 500 m

Durée 6 H

Coût de la demi-pension : 84 CHF

Carte de crédit internationale acceptée

JOUR 4 : Jeudi 9 août

CABANE DES DIX (2928 m)-AROLLA (1998 m)

Arolla-La Sage en bus local

Nuit au Gîte L'Ecureuil à La Sage (1667 m)

Déniv. Positif 90 m

Déniv. Négatif 1000 m

Durée 4 H 30

Coût de la demi-pension : 62 CHF

Carte de crédit internationale acceptée

JOUR 5 : Vendredi 10 août

LA SAGE (1667 m)-CABANE DE MOIRY (2825 m)

Déniv. Positif 1600 m

Déniv. Négatif 520 m

Durée 8 H 30

Coût de la demi-pension : 85 CHF

Carte de crédit internationale acceptée

JOUR 6 : Samedi 11 août

CABANE DE MOIRY (2825 m)-ZINAL (1675 m) par le Col de Sorebois (2835 m)

Nuit à l'Auberge Alpina de Zinal

Déniv. Positif 460 m

Déniv. Négatif 1600

Durée 8 H

Coût de la demi-pension : 66,50 CHF

N'accepte que les espèces en francs suisses

JOUR 7 : Dimanche 12 août

ZINAL (1675 m)-CABANE D'ARPITETTAZ (2786 m)

Déniv. Positif 1300 m

Déniv. Négatif 190 m

Durée 5 H

Coût de la demi-pension : 63 CHF

N'accepte que les espèces en francs suisses

JOUR 8 : Lundi 13 août

CABANE D'ARPITETTAZ (2786 m)-CABANE DE TRACUIT (3256 m)

Déniv. Positif 710 m

Déniv. Négatif 300 m

Durée 5 H

Coût de la demi-pension : 95 CHF

N'accepte que les espèces en francs suisses

JOUR 9 : Mardi 14 août

CABANE DE TRACUIT (3256 m)-ZINAL (1675 m)

Retour à Le Châble par bus de Zinal à Sierre (avec changement à Vissoie), puis de Sierre au Châble en train (avec changement à Martigny).

Déniv. Positif 10 m

Déniv. Négatif 1580 m

Durée 5 H

Retour sur Grenoble mardi 14 août soir

Prix des hébergements estimés à 650 CHF (soit environ 555 €)

+ prix des transports en Suisse (bus et train) estimé à 58 CHF (soit environ 50 €)

+ prix du transport aller/retour en voiture de Fontaine au Châble, en passant par Chamonix (422 kms par la D 1090) estimé dans une fourchette de 25 € à 42 € suivant le nombre de participants et le choix de l'itinéraire routier (avec ou sans péages)

SOIT COUT DU CIRCUIT ESTIME ENTRE 630 € et 650 € (ne sont pas compris dans cette estimation les repas de midi, et celui d'un soir)

Prévoir les repas de midi tirés du sac et celui du dimanche 5 août soir

Possibilité d'avoir des pique-niques dans certains hébergements (prix moyen du pique-nique : 13 CHF).

Attention euros non acceptés en Suisse.

Prévoir des espèces en francs suisses (au moins 300 CHF) pour payer les hébergements qui n'acceptent pas les cartes de crédit, et environ 60 CHF pour payer les transports en Suisse, et une somme d'argent supplémentaire pour les pique-niques le cas échéant, les boissons et autres... Certains hébergements acceptent la carte de crédit internationale ou les espèces en francs suisses. *Voir tous détails ci-dessus.*

Carte nationale d'identité à jour obligatoire (ou passeport) car elle peut être demandée dans les hébergements.

Prévoir sac à viande + petits crampons (passages de névés)

Inscriptions prises jusqu'à fin avril, sur la réception d'un chèque d'arrhes de

150 euros (à l'ordre d'Elisabeth Marce et adressé au 9 avenue Paul Vaillant Couturier 38130 Echirolles)

Merci également de nous signaler si vous avez des allergies alimentaires ou si vous êtes végétariens (suite à la demande de plusieurs cabanes).

Plus de renseignements auprès des animateurs : 06 76 12 41 88 / 06 71 13 24 01 / 06 83 20 89 91

Bibliogr. : "Les Plus treks des Alpes" d'Iris Kürschner et Ralf Gantzhorn (Ed. Glénat, 2010)

Cartes utiles : Swisstopo 1/50 000 : n° 5027 T Grand-Saint-Bernard-Combins-Arolla et n° 5028 T

Monte Rosa-Matterhorn, ainsi que les cartes nationales de la Suisse au 1/25 000 : nos 1326

Rosablanche, 1327 Evolène, 1346 Chanrion, 1307 Vissoie