



LE SPÉCIALISTE DE LA RANDONNÉE EN LIBERTÉ

TRAVERSEE DES ARAVIS De Sallanches à Annecy



Du Pays du Mont Blanc au Lac d'Annecy ! Cette randonnée débute par la plus belle vue sur le massif du Mont Blanc, celle que l'on a depuis le petit village de Cordon. Un parcours de crêtes permet d'en profiter pleinement, avant de rentrer au cœur du massif des Aravis par le col du même nom. Vous voici au pays du reblochon, l'agriculture de montagne est très dynamique et les chalets d'alpages bouillonnent d'activité. *Les villages de la Clusaz et du Grand Bornand* offrent de joli point de vue sur la chaîne des Aravis, spectaculaire alignement de douze combes séparées par des sommets dont le point culminant est la Pointe Percée (2700 m). Une étape sur le plateau des Glières permet de découvrir d'autres paysages, puis c'est le final avec l'arrivée au bord du lac d'Annecy par la montagne ! Si le cœur vous en dit vous pourrez rejoindre Annecy en bateau par le lac !



6 jours - 5 nuits – 5.5 jours de randonnée.

JOUR 1 : RENDEZ-VOUS 14H00 A LA GARE DE SALLANCHES. En tenue de randonneur.

6 km 2h30 environ + 500m / - 0m

La traversée de Sallanches est agréable, le long des quais, dans les jardins et au pied du château des Rubins. Puis le chemin rejoint Cordon en alternant l'ombre des forêts et les vues dégagées depuis les prairies, le Mont Blanc se découvre au fur et à mesure ! L'église baroque du village mérite une visite. Nuit en hôtel à Cordon.

JOUR 2 : CORDON (1000 m) – LA GIETTAZ (1150 m)

16 km 6h30 environ + 990m / - 925m

Plusieurs itinéraires permettent de rejoindre le col de Jaillet (1723 m). La zone est riche en Tetralyre, aussi appelé Coq de Bruyère. Un magnifique parcours sur les crêtes vous conduit ensuite à la tête du Torraz (1930 m). La vue panoramique sur le Mont Blanc au sud est un vrai régal, et vous découvrirez également la Chaîne des Aravis au Nord, avec son point culminant : la Pointe Percée (2750 m). Descente jusqu'au village de la Giettaz, Nuit en hôtel.

JOUR 3 : LA GIETTAZ – ST JEAN DE SIXT (980 m)

19 km 7h00 environ + 920m / -1000 m

Vous entrez au cœur du massif par le col des Aravis (1486 m), véritable porte naturelle. De chaque côté les parois majestueuses en calcaire constituent un décor de cinéma ! Vous profitez encore de la vue sur les plus hauts sommets des Alpes une dernière fois, puis un itinéraire en traversée au-dessus de la station de la Clusaz permet de rejoindre le plateau de Beauregard (1644 m). Vous voici à présent dans les alpages où s'élabore le Reblochon ! Descente sur le village. Nuit à St Jean de Sixt.

JOUR 4 : LA CLUSAZ - GRAND BORNAND (1077 m) - TRANSFERT AUX GLIERES (1400 m).

13 km 5h00 environ + 790m / - 860m

Randonnée panoramique pour rejoindre un sommet modeste, mais qui a l'intérêt d'être au centre du massif : la tête du Danay (1731 m). Le chemin suit une arrête face aux célèbres « combes des Aravis », une succession de onze sommets calcaires escarpés séparés les uns des autres par des pâturages verdoyants qui s'échelonnent sur 12 km formant ainsi la chaîne des Aravis. Descente sur le Grand Bornand et



transfert (20 mn) au plateau des Glières (1400 m). Nuit en gîte de charme ou en chambres d'hôtes.

JOUR 5 : GLIERES – THONES (620 m)

17 km 6H00 environ + 500m / - 1200m

Grâce à son histoire, liée à la résistance durant la guerre 39-45, le plateau a été placé en zone protégé. C'est une chance pour le randonneur qui le parcourt car la montagne y est intacte et l'activité humaine se limite à l'entretien des pâturages par les vaches et quelques moutons. La traversée du plateau permet d'atteindre le col de l'Ovine (1786 m), et éventuellement monter au sommet de la pointe de la Quebelette (1915 m), d'où le panorama à 360 ° permet de voir la suite de l'itinéraire. Descente dans un alpage à mouton, et dans un vallon forestier jusqu'au bourg de Thônes. Nuit en hôtel.

JOUR 6 : THONES – TALLOIRES (450 m)

10 km 5h00 environ + 650m / - 970m

Transfert en taxi jusqu'au fond de la vallée de Montremont. Ensuite montée au col des Nantets (1426 m). On y découvre le lac d'Annecy et on apprécie de s'y allonger dans l'herbe, pour compter les parapentes ! Descente sur Talloires (450 m), en passant par la cascade d'Angon, encore une curiosité géologique ! Deux solutions pour rejoindre Annecy : le bus qui longe la rive (départs à 14h55, 16h50 ou 17h50 en saison – 2 € à payer sur place) ou le bateau qui fait le tour du lac (départs à 14h45, 16h45 et 17h30 – 16 € à payer sur place)

Fin du séjour à la gare d'Annecy entre 16h30 et 18h50 selon option choisie.



- Le site du plateau des Glières, de vastes alpages chargés d'histoire.
- Deux jours face au Mont-Blanc
- Un final au bord du lac d'Annecy

> DATES et TARIFS

Du **15 juin au 21 septembre 2025.**

Départs possibles du lundi au jeudi

> LE PRIX COMPREND

- Les frais d'organisation et le carnet de route
- La nourriture et l'hébergement en ½ pension

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied
32 Place Limozin 43170 SAUGUES

Tél : +33 (0)4 71 74 47 40 | contact@lapelerine.com | <https://www.lapelerine.com>



- L'accès au Spa de l'hôtel le jour 03
- Le transport des bagages
- Les transferts prévus au programme
-

> LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les boissons et dépenses personnelles
- L'équipement individuel
- Le transfert entrer Talloires et Annecy
- Las assurances annulation – assistance – rapatriement- interruption de séjour
- Les frais d'inscription (+15 € / personne),
- Les frais d'envoi à l'étranger (+20 € / dossier)
- Les frais de traitement prioritaire pour toute inscription à J-15 (+45 € / dossier)
- D'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique "Le prix comprend"

> ACCUEIL / DISPERSION

ACCUEIL : Le JOUR 1 à 14h00 à la gare de **Sallanches**.

DISPERSION : le JOUR 6 en fin de journée à la gare TGV d'**Annecy**.

> NIVEAU

 **Niveau 3** En moyenne, marche de 6h par jour sur des chemins ou sentiers pouvant présenter un dénivelé positif cumulé de +600 à +800m. Certaines journées de marche de nos programmes peuvent présenter peu de dénivelé mais les étapes sont parfois longues (25 / 30 km).

Dénivelée moyenne : 800 m

Maximum : 900 m

Longueur moyenne : 13 km

Maximum : 16 km

Horaire moyen : 5 h 30 mn

Maximum : 6h00

> HEBERGEMENTS

Jour 1 : nuit en hôtel *** en chambres de 2, salle de bain dans la chambre, piscine et salle à manger face au Mont-Blanc ! Le diner n'est pas inclus dans votre forfait car l'hôtel n'a pas de cuisinier en été. Des food-trucks seront devant l'hôtel et un restaurant est à 150 m.

Jour 2 : nuit en hôtel ** en chambres de 2, salle de bain dans la chambre.

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied

32 Place Limozin 43170 SAUGUES

Tél : +33 (0)4 71 74 47 40 | contact@lapelerine.com | <https://www.lapelerine.com>



Jour 3 : nuit en hôtel *** en chambres de 2, salle de bain dans la chambre. Cet hôtel dispose d'une piscine extérieure et d'un spa (hammam, jacuzzi, sauna et espace détente).

Jour 4 : nuit en chambre d'hôtes, ou gîte de charme en chambres de 2 à 4, lavabo dans la chambre, salle de bain sur le palier.

Jour 5 : nuit en hôtel *** en chambres de 2, salle de bain dans la chambre.

> RESTAURATION

Les dîners et les petits déjeuners sont préparés par l'hébergement

Les pique-niques ne sont pas inclus dans le forfait, mais il est possible de prendre l'option pique-nique.

> TRANSPORT DES BAGAGES

Les bagages sont transportés par un véhicule d'étape en étape. Votre sac à dos contient les affaires pour la journée et le pique-nique.

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...) 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, en effet :

- Les journées sont bien remplies, il est inutile d'amener une bibliothèque. Il est plutôt exceptionnel d'arriver à lire un livre complet durant la semaine.
- Les vêtements mouillés peuvent quasiment sécher tous les soirs à l'hébergement. Il est inutile de prévoir un change complet pour chaque jour.
- Prévoyez une paire de chaussures très légères pour le soir.
- Votre trousse de pharmacie doit être réduite au maximum. Dans votre sac à dos, vos médicaments personnels, quelques pansements, élastoplaste, etc... Votre accompagnateur est équipé d'une trousse de pharmacie complète avec ce qui est véritablement utile. Dans votre bagage, quelques médicaments de base (voir liste équipement).
- Pour la trousse de toilette, privilégiez l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyages. Proscrire les pèse personnes !!!!



- Si vous partez pour plusieurs semaines, pensez à mettre dans un deuxième sac les affaires dont vous n'aurez pas besoin durant votre randonnée.

Une fois de retour, faites trois tas : ce que vous avez vraiment utilisé, ce que vous avez peu utilisé et ce que vous n'avez pas utilisé. Pour la prochaine randonnée, proscrire le troisième tas et posez-vous la question de la véritable utilité du deuxième.

Nul doute que ces bonnes habitudes vous seront utiles pour vos prochaines randonnées.

Ces quelques conseils ont été élaborés - en collaboration avec leur accompagnateur - par un groupe de randonneurs qui a été en butte aux remarques acerbes des hébergeurs et des transporteurs en raison de la taille et du poids excessifs de leurs bagages.

> ACCES

 ***ALLER : Sallanche** : L'autoroute A40 jusqu'à Annemasse, ou l'autoroute A41, puis l'autoroute blanche, sortie « Sallanches ».

***RETOUR** : Train Annecy – Sallanches

 **Gare de Sallanche** : Horaires à vérifier auprès de la SNCF

***RETOUR** : horaires auprès de la SNCF.

 **Aéroport de Genève + bus direct pour la gare d'Annecy + train**

> DOSSIER DE VOYAGE

- Topo guide rédigé par nos soins, décrivant chaque étape
- 3 cartes au 1/25 000 avec itinéraire surligné (à nous rendre en fin de séjour)

Le petit + : le carnet de route sur votre smartphone

Pour compléter votre dossier de Randonnée nous mettons gratuitement à votre disposition un carnet de route numérique.



Il s'agit d'une application à télécharger sur votre téléphone qui vous indiquera à chaque carrefour la direction à suivre et vous apportera des informations pratiques, ainsi que des précisions sur le patrimoine naturel ou culturel.

Vous pourrez également connaître en temps réel votre position sur le parcours. Avec la fonction vocal le téléphone peut rester dans votre poche ou dans votre sac. Pour bénéficier de ce service il suffit de nous le préciser à la réservation.

> LISTE DES AFFAIRES À EMPORTER

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, 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 à raquettes, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. Ainsi, il est très rare d'effectuer une ascension vêtu d'une veste polaire.

Eviter les anoraks et proscrire les combinaisons de ski, trop chauds et encombrants.

La liste idéale : (à adapter suivant la randonnée et la saison)

- Un sac de voyage (que vous retrouverez tous les soirs à l'étape). Nous vous demandons de n'avoir qu'un seul bagage par personne pas trop volumineux.
- 1 chapeau de soleil ou casquette.
- 1 foulard.
- 1 bonnet.
- 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 surpantalon imperméable et respirant type gore-tex (si votre budget vous le permet)
- 1 caleçon (peut-être utilisé le soir à l'étape).
- 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 tenant bien la cheville et imperméables à semelle type Vibram. Pensez à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps. Proscrire absolument les bottes et après-skis.
- 1 paire de guêtres.
- Des sous-vêtements.
- 1 maillot de bain (facultatif).
- 1 pantalon confortable pour le soir.
- 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir.

Equipement

- 1 sac à dos de 35/40 litres à armature souple, muni d'une ceinture ventrale et permettant d'accrocher les raquettes.
- 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.
- 1 thermos ou une gourde de préférence isotherme (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.
- Nécessaire de toilette (privilégiez l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyages).
- 1 serviette de toilette qui sèche rapidement.
- Boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).
- Papier toilette + 1 briquet.
- Crème solaire + écran labial.
- Boite plastique hermétique (contenance 0,5 l minimum) + gobelet + couverts.
- 1 frontale ou lampe de poche.
- 1 couverture de survie.
- Un drap-sac. Les duvets sont inutiles.
- Appareil-photo, jumelles (facultatif).



Pharmacie personnelle

- 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.



- Alpes : le Mont Blanc en liberté
- Alpes : Tour de la Chartreuse
- Hautes Alpes : Le Queyras

Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions,
- appelez-nous au +33 (0)4 71 74 47 40 –

FICHE TECHNIQUE PLUS DETAILLÉE AU MOMENT DE L'INSCRIPTION

