

# Maurice Pernaud propose un trek au Val d'Aoste et massif Ouest du Grand Paradis

**Du dimanche 15 juillet au dimanche 22 juillet 2018**

Randonnées P3 – T 1 à T2 – Temps de marche : de 4 h à 7 h

Dénivelé : entre 500 m et 1 425 m

Contactez Maurice : 04 42 28 15 32 / 07 83 13 05 79

VAL D'AOSTE ET MASSIF OUEST DU GRAND PARADIS							LIEU VISITE MASSIF - VILLAGE DE DEPART - DEPARTEMENT			
D L M M J V S D 15 16 17 18 19 20 21 22 Juillet							TREK 2018 - DE LA THUILE A RHÈME NOTRE DAME			
TYPE DE RANDONNÉE	DIFFICULTE	JOURS	DÉNIVELLEE	DURÉE				Randonnée itinérante "en autonomie" 6 Jours de marche en Italie + 2 Jours Voyage		
En Ligne	P3	J2 + 1425m	-838m	7h				Passages dans le Val d'Aoste, Val de la Thuile		
Avec Navette de Voiture	T1	J3 + 816m	-1284m	6h				Val Troment du Rutor, Vallon d'en haut,		
	T2	J4 + 1021m	-205m	5h				Valgrisenche, Val de Rhêmes		
		J5 + 500m	-585m	4h30						
		J6 + 800m	-800m	6h30						
		J7 + 100m	-560m	4h						
Lieu de départ : RZ. à La Thuile vers 18h30			Total Dénivelées : + 4660m - 4270m		J1 Voyage Aix → La Thuile + Navette → ND de Rhêmes					
Heure					J2 Rando - La Thuile → La Joux - Ref. De ffayes 2500m - Passo Alto 2860m → Prowood (2022) (Refuge non gardé)					
PORT DU REPAS MIDI			RANDONNÉE		J3 Prowood → Col de Crosat 2838m Lac du Fond → Planaval (Hotel) 1554m					
OUI	Miniumum 3 Jours -				J4 Planaval → Visite des villages et hameaux Pranoud - Frassi - plauté - Gerbelle. Valgrisenche → lac de Beuvregard → Refuge de l'Epée 2370m					
TRANSPORT					J5 Refuge de l'Epée → Usellières - les Berger Refuge Mario Bezzi + 2284m					
38 euros + Autoroute + Déplacement Navette J1 et J7					J6 Refuge Bezzi → Col Bassac Dore 3082m - Lac di Goletta → Refuge Bénévolo 2285m					
<input checked="" type="checkbox"/> VOITURES PARTICULIERES					J7 Refuge Bénévolo → Visite hameaux Barnaverin - Thunel - Chaudanne - Brûl → Rhêmes Notre Dame - + Navette devoiture → La Thuile					
PARTICIPATION AUX FRAIS			DIFFICULTES (DETAIL)		J8 Voyage Retour - La Thuile → Aix					
<input type="checkbox"/> Voyage : Aix → A7 - Valence → A49 → Grenoble A49 → Montmélian A430 → Moutiers - N 90 → Bourg St Maurice → Col du Petit St Bernard (2188m) S 26			<input type="checkbox"/> passages vertigineux <input checked="" type="checkbox"/> passages en rocher facile <input type="checkbox"/> passages avec chaînes <input type="checkbox"/> passages avec corde <input type="checkbox"/> passages avec échelles <input checked="" type="checkbox"/> éboulis en montée <input checked="" type="checkbox"/> éboulis en descente <input type="checkbox"/> marche en dévers <input checked="" type="checkbox"/> hors sentier <input checked="" type="checkbox"/> Prévoir équipement							
LA THUILE										
Trajet Aller et Retour ≈ 750km, Distance entre La Thuile et Rhêmes ND ≈ 50km										

## Hébergements :

J1 et J7 (appartement/studio) repas et petit déjeuner en plus

J3 Hôtel : chambre sans petit déjeuner

J2 – J4 – J5 et J6 en refuge (dortoir) en demi-pension (repas du soir – chambre + Pt Déj)

Taxe de séjour à régler chaque fois sur place en espèces

Coût du séjour **285 € 50** (ce montant peut varier selon les modalités locales)

Ce tarif est valable pour une personne seule. Pour les couples : s'adresser à Maurice

**Payer à l'AEP :** J1 – J3 et J7 soit **94 € 33** (une personne seule)

Les autres hébergements seront réglés sur place.

A l'inscription au local AEP auprès de Michèle Thireau, faire les 2 chèques suivants :

- ✓ Le 1<sup>er</sup> : 33 € 75 mis en banque le 30 mars 2018
- ✓ Le 2<sup>ème</sup> : 60 € 58 mis en banque le 08 juin 2018