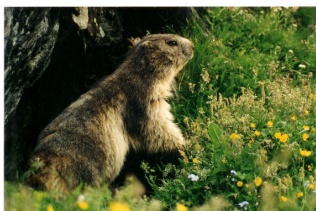


TOUR DU BEAUFORTAIN

Randonnée en liberté

Les repères

NIVEAU	moyen
HEBERGEMENT	Hôtel Refuge
PORTAGE	En option Transfert par véhicule



Points forts

- L'architecture du Beaufortain, les hameaux et villages
- Une végétation abondante et verdoyante
- Les délicieuses spécialités culinaires au fromage de Beaufort

Depuis Beaufort sur Doron, point de départ de votre tour du Beaufortain, vous réaliserez vos projets d'explorateur. Nous réservons pour vous l'hébergement, chaque soir différent, en pension complète avec les repas froids de midi. Pour vos randonnées, Michel pourra vous conseiller et vous aiguiller sur les différents itinéraires et sur la sécurité en montagne.

A l'aide d'une carte topo guide fournie, vous pourrez alors partir sur les chemins du Beaufortain, à la découverte de la faune, de la flore alpine et des coins secrets du massif. Vous randonnerez seuls, sous votre propre responsabilité.

LES DATES DE DEPART : Selon votre choix, du 20/06 au 5/09/2010 dernier départ

PRIX : 470 € par personne à partir du dimanche soir (18 heures) – minimum 2 pers.

LE PRIX COMPREND :

- L'adhésion à Nature et Montagnes (coût 12 €)
- L'hébergement en pension complète en gîte, refuge
- La carte du Beaufortain : carte 1/25000 IGN Beaufortain 35 32 OT et un programme indicatif et l'accueil le jour de votre arrivée

LE PRIX NE COMPREND PAS :

- L'assurance annulation, rapatriement, bagages : 13 €
- Le transfert des bagages en option (55 € par personne pour la semaine, dans la limite d'un bagage par personne. Eviter les valises) Pas de possibilité de transfert de sacs le jour 05 et variante jour 02 (supplément de 45 € / personne pour le transfert des sacs pour la variante).
- Les boissons et le vin pendant les repas
- Vos dépenses personnelles
- Le transfert jusqu'au lieu de départ si besoin.

**Programme envoyé après la réservation
ainsi que la carte Beaufortain**

**LE SAVIEZ-
VOUS ?**

De par sa situation, le Beaufortain est un relais entre les hauts massifs que sont les montagnes du Mont Blanc, Vanoise et Belledonne. C'est une région essentiellement forestière. Un manteau vert et continu s'étale sur la plus grande partie de l'étage compris entre 700 et 1700 m. Alors, mettez-vous au vert !



JOURS	PROGRAMME DES JOURNEES	HEURES DE MARCHÉ Dénivelée
01 DIM	Rendez-vous à Beaufort sur Doron, au bureau de Nature et Montagnes, entre 17h30 et 18h30. Rencontre et discussion sur l'itinéraire. Coucher hôtel ou gîte à Beaufort ou Arêches (en fonction de la date et des disponibilités).	
02 LUN	Départ de Beaufort à pied direction Les Choseaux- Lac du Clou – Plan Villard - Arêches (1050m). Repas et nuit en hôtel ou gîte..	6 H 850 m
03 MAR	Départ d'Arêches- Passage à Boudin, village classé- Col du Pré chemin balcon jusqu'au lac de Saint Guérin – puis montée au refuge de l'Econdu. Repas et nuit au Refuge de l'Econdu (1884m)	6 H 30 1000 m
04 MER	Passage au Lac des fées puis au Cormet d'Arêches -Col du Coin (2398)-Lac d'Amour (2248m)- Grande Berge (2089m). refuge du plan de la Laie (1820m)	7 H 1000 m
05 JEU	Plan de la Laie (1820m)- Roc du Vent (2360m)-Col de la Sauce (2497m). Magnifique panorama sur la chaîne du Mont-Blanc. Crête des gîtes - Repas et nuit au refuge de la croix du bonhomme. (2423 m). Possibilité l'après-midi : Tête Nord des Fours (2716 m) Attention pas de transfert de bagages possible	6 H 30 950m
06 VEN	Col du Bonhomme (2329m) – Les Cavets (2231 m) – Vallon de la Sauce - Chemin du Curé – hameau de la Gitte – coucher en refuge	5 H 700 m
07 SAM	Col de SurFrête – Le Méraillet - circuit des forêts - jusqu'à Beaubois ou Fontanus	4 H à 6h30 600 m

Itinéraire indicatif sous votre propre responsabilité.

Vous créez votre propre itinéraire en suivant les hébergements réservés.

A propos du séjour

NIVEAU

Ce séjour s'adresse à toutes personnes pratiquant régulièrement la randonnée, sachant lire une carte et s'en servir, désireuses d'organiser elles-mêmes leurs randonnées. Nous vous conseillons d'être en parfaite condition physique.

ITINERAIRE

C'est à vous de faire votre propre itinéraire, n'hésitez pas à nous demander conseil.

PORTAGE

Vous devez porter vos affaires personnelles, toutefois, si vous le souhaitez, nous pouvons transférer vos bagages d'un gîte à l'autre. Le transfert de bagage est en supplément : prévoir pour un bagage 28 € par personne pour la semaine. Pour le jour 05, le refuge du Bonhomme n'étant pas accessible en véhicule, et variante jour 02, 06 supplément de 10 E ,

Vous porterez vos affaires pour le lendemain (2 à 3 kg en plus)

RENDEZ-VOUS

Le Dimanche après-midi au bureau de Nature et Montagnes à Beaufort sur Doron entre 17h30 et 18h30.

FIN DU SEJOUR

Le Samedi

AVANT DE PARTIR

Pensez à vous entraîner physiquement, footing, natation, marche ou autres sports, ceci afin de profiter pleinement de votre séjour.

RESPONSABILITE

Vous êtes responsable de votre itinéraire et en aucun cas Nature et Montagnes n'engage sa responsabilité. Nous vous conseillons de demander conseils aux professionnels, guides et accompagnateurs, gardiens de refuge. N'oubliez pas de

prendre les prévisions météo avant chaque départ.

GROUPE

Votre groupe devra être constitué de 3 personnes minimum

REGLEMENT

A
L'INSCRIPTION :
. Acompte140 €
. Assurance ann..14,00 €
1 MOIS AVANT LE DEPART, SANS APPEL DE NOTRE PART :
. Solde330 €

REDUCTION
7 % pour toute inscription à 90 jours du départ
5 % Pour toute inscription à 60 jours du départ

Accès à BEAUFORT SUR DORON

Si vous venez en voiture :

Prendre la direction d'Albertville, depuis l'autoroute A43 venant de Chambéry ou d'Annecy. Une fois à Albertville, vous trouverez les indications :

Beaufortain, Beaufort à 20 kms, les Saisies, prendre alors la D 925. Le bureau de Nature et Montagnes est situé à l'entrée de Beaufort près de la coopérative laitière du Beaufortain.

*Si vous venez en train :
Prendre la destination d'Albertville tél. : 04.79.62.40.60 (ou 08.36.35.35.35), puis prendre une navette depuis la gare d'Albertville. Les autocars*

BLANC assurent cette ligne tél. : 04.79.38.10.50, vous pouvez également prendre un taxi.

**Michel est à votre écoute du lundi
au vendredi.**

**Tel : 04-79-38-36-80 ;
fax : 0977479199**

**E-Mail :natureetmontagne@
natureetmontagne.com**

Pour les groupes, nous établissons des
devis sur mesures, selon vos objectifs,
vos souhaits, votre budget.

*NATURE ET MONTAGNES vous propose un
grand choix de destinations, en France ou à
l'étranger. Association régie par la loi de 1901,
elle vous fait bénéficier de l'expérience de
professionnels (titulaires du brevet d'état)
dans une ambiance conviviale. N'hésitez pas à
nous contacter pour vos projets groupes
(famille, amis, entreprises, associations, etc.)*



MATERIEL A EMPORTER

- sac à dos, à armatures souples ou sans armatures, minimum 40 Litres
- de bonnes chaussures de montagne (semelles Vibram conseillées)
- une boussole, cartes, topo, gps, téléphone
- une paire de jumelles
- un altimètre
- des paires de chaussettes
- stop-tout ou guêtres
- 1 chemise en coton à manches longues pour se protéger du soleil
- gros pull en laine assez chaud ou fourrure polaire conseillée
- cape de pluie, légère et assez ample pour protéger le sac et les jambes
- veste Goretex (remplace la cape)
- des gants
- un bonnet de laine (passe montagne)

MATERIEL DE COUCHAGE

- 1 couverture de survie solide pour 2 personnes, facultative.
- 1 drap type sac à viande - conseillé.

PROTECTION CONTRE LE SOLEIL

- lunettes de soleil de bonne qualité (type lunettes de glacier).
- crème solaire pour la montagne.
- casquette.

MATERIEL DE CAMPING

- bol en plastique souple.

- couverts (1 cuillère - 1 fourchette) en aluminium.
- couteau de poche léger.
- gourde métallique d'un litre - obligatoire.

VETEMENTS DE RECHANGE

- knickers de fond ou pantalon de survêtement.
- 2 tee-shirts.
- 2 paires de mi-bas de laine.
- 1 short.
- 1 paire de chaussettes courtes, facultatif.
- chaussures de sport légères (pour la détente).

PETIT MATERIEL

- petite lampe de poche ou frontale - type Petzl (conseillée) + pile de rechange.
- pharmacie complète : aspirine, élastoplast (8 cm), gaze pour les ampoules...
- petite trousse de toilette en plastique avec 1 brosse à dents, 1 tube de dentifrice, 1 peigne, 1 petite serviette, 1 gant, 1 mini-savon.
- mouchoirs.
- appareil photo ...
- films et pellicules.
- carte d'identité.
- carnet de chèques et argent liquide (dépenses personnelles et imprévues).

**DEMANDEZ-NOUS CONSEIL SI VOUS
PENSEZ ACHETER DU MATERIEL.**

ATTENTION : Si vos chaussures sont neuves, faites quelques sorties avec, avant de partir en raid et n'oubliez pas l'élastoplaste !

Après votre inscription, un programme détaillé et la carte vous seront envoyés afin de préparer votre randonnée.

*A bientôt dans le massif du
Beaufortain !!!!*