

TOUR DU LAC D'ANNECY PAR LES SOMMETS en LIBERTE

Randonnée itinérante en liberté sans sac
6 jours / 5 nuits / 5,5 jours de marche



Un itinéraire inédit qui fait le tour du lac d'Annecy par les sommets, à travers le Parc Naturel des Bauges et le massif des Aravis. Coté lac ou coté montagne des points de vue magnifiques, avec toujours en toile de fond la chaîne du Mont-Blanc. Au programme 5 sommets dont la Tournette (2351 m), des paysages très variés, et pour finir un petit bain dans le lac !

Bien que la notoriété du lac soit importante, cette randonnée se déroule sur des sentiers peu fréquentés et il n'est pas rare de voir bouquetins ou chamois. Chaque journée révèle un point de vue différent sur le lac et l'ascension des sommets (facultative pour les plus hauts) apporte une dimension sportive au séjour.

Le tour complet se déroule en 6 jours mais il est possible, grâce à des transferts, de n'en faire qu'une partie ou de shunter une étape. Nous le proposons donc également en 5 jours, et un week-end de 4 jours !

PROGRAMME

Jour 01 : Rendez-vous 14h00 à la gare d'Annecy. Transfert sur le lieu de départ au col de Leschaux (20 mn).

Montée **au col du Sollier (1451 m)**. De là il est possible de grimper au sommet du **Roc des Bœufs (1774 m)**, par un itinéraire hors sentiers, ou de descendre directement au gîte de Mont Devant (1000 m).

Dénivelée : + 450 m ou + 750 m, - 430 m ou - 730 m Longueur : 5 km Horaire : 2h30 ou 3h30

Jour 02 : Montée en forêt jusqu'au **col de Bornette (1304 m)**. Une longue traversée vous mène ensuite au pied de la falaise de Banc Plat, que vous franchissez facilement par de bonnes vires, pour déboucher sur le **synclinal perché de la Montagne du Charbon**, vaste pâturage dominant le lac (1720 m). Vous rejoignez le **gîte d'alpage de la Combe (1572 m)** où vous passez la nuit. Ce refuge est inaccessible en voiture, votre sac ne contiendra que le strict minimum (vêtements pour la nuit et affaires de toilette).

Dénivelée : + 750 m, - 250 m Longueur : 9 km Horaire : 4h30

Jour 03 : Descente au bord du lac pour y déjeuner. Ensuite, montée en forêt jusqu'au **col de la Forclaz (1150 m)**, où vous pourrez observer les libéristes (parapentes et deltas) qui se jettent dans le vide au-dessus du lac. C'est en cheminant sur la crête des Rochers du Roux que vous rejoindrez votre gîte du Pré Verel à **Montmin (1300 m)**.

Dénivelée : + 960 m, - 1100 m Longueur : 16 km Horaire : 6h00

Jour 04 : Ascension de la **Tournette (2351 m)**, point culminant du Tour du lac. Ce sommet offre une vue panoramique sur le lac bien sûr, mais aussi sur la **chaîne des Aravis et le massif du Mont-Blanc**. Et il n'est pas rare d'y rencontrer un **groupe de bouquetins** évoluant agilement au bord du vide. Vous redescendez par l'alpage du Lars, c'est l'occasion de découvrir un autre versant, plus sauvage. Nuit au même gîte que la veille.

Dénivelée : + 1050 m, - 1050 m Longueur : 8 km Horaire : 6h00

Jour 05 : Passage au chalet de l'Aulp, le plus gros alpage de Haute Savoie, puis montée aux Lanfonnets (1768 m). Votre **itinéraire en balcon** se poursuit avec la longue crête du col des Frêtes (1645 m) où l'on apprécie de s'allonger dans l'herbe, essayant de repérer "aux jumelles" votre cheminement sur l'autre rive du lac.

Descente finale sur le col de Bluffy (630 m),

Un transfert en bus permet de rejoindre Veyrier depuis le col de Bluffy (coût : 2,50 € à régler au chauffeur).

Dénivelée : + 650 m, - 1100 m Longueur : 10 km Horaire : 5h00

Jour 06 : Traversée du **Mont Veyrier (1291 m)**, élégant sommet d'où l'on **surplombe littéralement le lac**, sensations garanties ! Après la descente sur Annecy, vous **marchez au bord de l'eau** pour rejoindre la vieille ville en passant par le parc de l'Impérial et les jardins de l'Europe, superbe "front de lac" ! Vous arrivez, à pied, à la gare vers 17h00.

Dénivelée : + 650 m, - 850 m Longueur : 13 km Horaire : 5h30

Ce programme et les horaires sont indicatifs, il peuvent être modifiés en fonction des conditions météo ou de conditions locales particulières -

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Le 1^{er} jour à 14h00 gare TGV d'Annecy.

Le taxi vous attend coté Nord de la gare (passage souterrain pour le rejoindre).
Il vous conduit au départ de la randonnée.

Accès voiture :

L'autoroute A40 jusqu'à Bellegarde sur Valserine (sortie ELOISE) puis N 508 jusqu'à Annecy, ou l'autoroute A41 jusqu'à Annecy (sortie Annecy Sud). Pour rejoindre la gare suivre "Annecy centre".

Pour laisser votre voiture vous trouverez deux parkings payant sous la gare.

Accès train : Gare SNCF et TGV d'Annecy.

Paris gare de Lyon 09h49 – Annecy 13h30 (TGV direct)

Lyon Part Dieu 10H32 CHANGEMENT Aix les Bains 12h36 – Annecy 13h15 (TER)

Marseille 08h46 Changement à valence 10h26 – Annecy 13h15 (TGV + TER via Valence)

Accès avion :

Aéroport de Genève Cointrin + bus, ou aéroport de Annecy + taxi.

Transfert depuis aéroport de Genève en taxi : 90 à 115 € selon heure pour 4 personnes.

DISPERSION

Le dernier jour vers 17h00 à la gare TGV d'Annecy

Retour train :

Annecy 17h31 – Paris 21h18 (TGV direct) / Annecy 18h31 – Paris 22h13 (TGV direct)

Annecy 17h53 – Lyon 20h20 (TER) / Annecy 18h53 – Lyon 21h20 (TER)

Annecy 17h53 – Marseille 22h16 (TER + TGV via Lyon)

Annecy 18h53 – Marseille 23h16 (TER + TGV via Lyon)

Hébergements avant ou après la randonnée :

Si vous souhaitez arriver la veille du départ, vous pouvez passer la nuit à :

- Hôtel ** Les Terrasses 15 Rue Louis Chaumontel 74000 ANNECY

Tél : 04 50 57 08 98 à 300 mètres de la gare SNCF

Parking privé

Chambres d'Hôtes l'EPICURIEN 150, route de "Chez Grillet"

Tél : 04 50 69 23 40 74650 CHAVANOD

NIVEAU

Pour marcheurs sportif.

Randonneur niveau 3 sur une échelle de 5.

Itinéraire de montagne avec dénivelées de 800 m de moyenne. Expérience de la randonnée itinérante indispensable.

L'ascension de la Tournette (jour 4) présente quelques passages équipés de câble et d'une échelle de 4 m. Ils ne sont pas vraiment aériens, mais nécessite de rester bien concentré.

Dénivelée moyenne : 800 m

Maximum : 1050 m ou 1330 m

Horaire moyen : 6 h 00 mn

HEBERGEMENT

5 nuits en gîtes d'étape et refuges, en chambres collectives de 4 à 10 personnes, avec sanitaires communs et douches chaudes

Premier soir : 3 chambres de 5 à 8 dans un gîte d'étape, 3 douches et sanitaires communs.

Deuxième soir : dortoir de 12 dans un chalet d'alpage, 1 douche et sanitaires communs.

Troisième et quatrième soir : chambre collective dans un gîte d'étape, sanitaires communs.
Cinquième soir : chambres de 2 à 4 personnes dans un hôtel, sanitaires communs.

Les repas

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

Option pique-nique : 4 repas froids préparés par les hébergements (jour 2 non possible)
+ 40 €/personne

TRANSFERTS INTERNES

Transfert en bus (ligne régulière) entre Col de Bluffy et Veyrier (2,50 € à régler au chauffeur) le jour 5.

PORTAGE DES BAGAGES

Bagages transportés par nos soins par véhicule (sauf le jour 2).

Vous ne portez qu'un sac comportant les affaires pour la journée et le repas de midi fourni, réparti entre tous.

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.

GROUPE

A partir de 2 personnes.

CARNET DE ROUTE

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

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Nous vous conseillons d'emporter :

Vêtements :

Les principes :

Pour le haut du corps, le principe des 3 couches permet de gérer quasiment toutes les situations :

- un tee ou chemisette 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.

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

- 1 chapeau de soleil ou casquette.
- 1 foulard.
- 1 bonnet, 1 paire de gants, 1 paire de guêtres (à partir de 2000 m il peut neiger en juillet et en août)
- 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 caleçon (peut-être utilisé le soir à l'étape).
- 1 ou 2 shorts
- 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.
- Des sous-vêtements.
- 1 maillot de bain (facultatif) pour une éventuelle baignade dans le lac (+ serviette)
- 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
- 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.

ÉVENTUELLEMENT : un jogging complet (pantalons + sweat pour le soir au gîte), une paire de chaussures légères (pour le soir en gîte), des bâtons pour la marche

DATES ET PRIX

Dates : Du 11 juin au 16 septembre 2017

Prix :

| Nombre de participants | Prix par personne |
|------------------------|-------------------|
| 2 personnes | 535 € |
| 3 personnes | 485 € |
| 4 personnes et + | 440 € |

Option pique-nique (4 repas froids préparés par les hébergements) : + 40 €/personne

LE PRIX COMPREND

- le transfert le premier jour
- la nourriture et l'hébergement en demi-pension
- le transfert des bagages en taxi à chaque étape sauf le jour 2
- la mise à disposition du topoguide et des cartes IGN

LE PRIX NE COMPREND PAS

- les boissons et dépenses personnelles
- les déjeuners
- le transfert entre col de Bluffy et Annecy (jour 5)
- l'équipement individuel
- le moyen de transport jusqu'au lieu de rendez vous
- l'assurance annulation - assistance - rapatriement - interruption de séjour 3,9%

Option : Tour du lac d'Annecy liberté en 6 jours **sans le transport des bagages** :

- pour 2 ou 3 participants **415 €/ personne**,
- à partir de 4 participants **385 €/personne**.

POUR EN SAVOIR PLUS

INFORMATION SUR LA REGION

Le lac d'Annecy est un lac d'origine glaciaire, il est de forme allongé et mesure 14 km qui se présente en 2 parties. Le petit lac en amont, séparé du grand lac par un verrou glaciaire, que l'on repère facilement depuis les sommets grâce à la presqu'île de Duingt et son château idéalement situé !

La première partie de la randonnée se déroule sur les montagnes de la rive gauche, dans le Parc Naturel des Bauges. Les paysages sont constitués de sommets élancés aux formes particulières « en berceau » très caractéristiques de ce massif. N'hésitez pas à demander à votre accompagnateur l'origine géologique de ces montagnes.

La seconde partie arpente la rive droite, du côté de la chaîne des Aravis. Les sommets sont plus proches du lac que l'on domine véritablement. Certains passages sont spectaculaires, sans être extrêmes ! Le point culminant du bassin annécien est la Tournette (2351 m) que nous gravirons el jour 5.

La plupart de ces sommets sont peu fréquentés, et les points de vue sont toujours très spectaculaires.

BIBLIOGRAPHIE

- "Les vallées des Bauges " , Abbé François GEX, Editions Bauges Diffusion.
- "Le loup n'a jamais mangé l'hiver " , Mémoires d'André GALLICE, poète paysan bauju, Editions Curandera.
- "La Savoie Vagabonde", Tome 1, Jean-Marie JEUDY, Editions Glénat.
- TERRE SAUVAGE n° 190 , janvier 2004, « randonnées nature dans les Bauges »
- TERRE SAUVAGE n° 239 juin 2008, « BAUGES, la nature a du goût »

CARTOGRAPHIE

TOP 25 - 3431 OT, avec éventuellement la 3432 OT pour compléter.

ADRESSES UTILES

Itinéraire : www.viamichelin.fr

SNCF : Tel :0 892 35 35 35 ou <http://www.voyages-sncf.com>

Co-voiturage : www.covoiturage.fr www.123envoiture.com www.allostop.net

INSCRIPTION, ANNULATION & ASSURANCES

INSCRIPTION

En ligne sur notre site internet www.espace-evasion.com , ou en renvoyant la fiche d'inscription signée et un acompte de 30%, vous recevrez alors une confirmation d'inscription.

Inscription à plus de 22 jours du départ : aucun frais de dossier

Inscription entre 21 jours et 8 jours du départ : frais de dossier : 10 € (20 € pour les voyages et les séjours en liberté)

Inscription à moins de 8 jours du départ : frais de dossier : 20 € (30 € pour les voyages et les séjours en liberté) (le paiement doit être obligatoirement effectué par carte de crédit)

ANNULATION

De notre part :

ESPACE EVASION se réserve le droit d'annuler un séjour en cas d'insuffisance de participants (6 minimum, sauf cas particuliers précisés) ou par suite de conditions particulières qui risqueraient de compromettre le bon déroulement du séjour.

En cas d'insuffisance de participants, ceux-ci seront prévenus dans un délai minimum de 21 jours. Il vous sera proposé plusieurs solutions de remplacement. Si aucune solution ne vous convient, vous serez remboursé intégralement.

De votre part :

En cas de désistement de votre part (sauf si vous trouvez un remplaçant), les frais d'annulation à votre charge sont les suivants (la date prise en compte est celle à laquelle ESPACE EVASION a pris connaissance du désistement) :

- Jusqu'à 30 jours du départ : 10 % du montant du séjour, avec un minimum de 30 €.
- Entre 30 et 21 jours : 25 % du montant du séjour.
- Entre 20 et 8 jours : 50 % du montant du séjour.
- Entre 7 et 2 jours : 75 % du montant du séjour.
- A moins de 2 jours du départ : la totalité du montant du séjour.

Pour la prise en charge de ces frais, nous vous conseillons vivement de souscrire une assurance annulation.

Tout participant abrégant un séjour, ne respectant pas les lieux, dates ou heures de rendez-vous, ne pourra prétendre à aucun remboursement, de même qu'une exclusion décidée par votre accompagnateur, pour niveau insuffisant ou non respect des consignes de sécurité.

ASSURANCE MULTI-RISQUES ANNULATION, FRAIS DE RECHERCHE ET SECOURS, ASSISTANCE - RAPATRIEMENT- INTERRUPTION

Nous proposons une assurance multirisques. Elle est facturée séparément (3,9 % du coût du voyage). Ce contrat d'assurance est souscrit auprès de MMA Europ Assistance.

Les garanties détaillées et les exclusions sont portées sur le fascicule : Assistance – Annulation – Interruption de séjour Open Odyssée Vagabondages n° 58 223 429 joint à votre dossier.

Il est disponible sur www.espace-evasion.com ou sur simple demande.

Attention, ce contrat s'adresse uniquement aux personnes dont le domicile principal est situé en France, dans un autre pays de l'Union Européenne, ou en Suisse.

L'Assurance Annulation

La garantie de l'assuré prend effet dès son inscription et cesse lors de son départ.

Les évènements garantis sont :

- Maladie, accident ou décès
- La mutation professionnelle, la modification ou le refus des dates de congés payés du fait de l'employeur
- Vol de la carte d'identité, du passeport
- ...

Les frais d'annulation restant à votre charge vous seront remboursés par l'assureur, déduction faite de franchise, des frais de dossier, de visa, des taxes portuaires et aéroportuaires et du montant des assurances. **Ils sont calculés en fonction de la date de constatation médicale ou de l'événement qui entraîne l'annulation.**

Dans les cas de mutation professionnelle, de modification ou de refus des dates de congés payés, de vol de la carte d'identité ou du passeport, une franchise de 20 % est applicable avec un minimum de 30 € par personne.

Dans les autres cas, une franchise de 30 € par personne est déduite par l'assureur.

Cas Particuliers concernant les voyages à l'étranger

Dans le cas d'un billet d'avion émis à l'avance, que ce soit à votre demande ou en raison de la politique de certaines compagnies aériennes pour certains types de tarif, il sera facturé des frais d'annulation égaux à 100 % du prix du billet, quelle que soit la date de l'annulation.

L'Assurance Frais de Recherche et Secours, Assistance Rapatriement, Interruption de Séjour :

La garantie de l'assuré prend effet dès le départ du séjour et cesse lors du retour du voyage.

Les évènements garantis par notre contrat souscrit pour vous auprès d'Europ Assistance sont :

- les frais de recherche et secours en montagne jusqu'à un plafond de 15 300 €,
- le rapatriement avec assistance en cas d'atteinte corporelle grave,
- les frais médicaux complémentaires à l'étranger,
- l'assistance en cas de décès,
- l'avance sur caution pénale à l'étranger,
- la prise en charge d'honoraires d'avocats à l'étranger jusqu'à un plafond de 3 100 €,
- l'assistance en cas de perte ou vol de papiers,
- l'interruption de séjour jusqu'à un plafond de 8000 € par assuré,
- ...

Nous déclinons toute responsabilité en cas de difficulté avec votre assureur si ces prestations ne couvrent pas les conditions ou les activités du voyage. Si des frais supplémentaires sont exposés de ce fait pour votre retour, nous nous réservons le droit de vous les facturer.

Pour les séjours à l'étranger, les participants possédant une **assistance rapatriement personnelle** devront nous fournir une attestation et nous signer une décharge. Il est notamment important de vérifier que votre destination ne fait pas partie des pays exclus.

Vérifiez notamment que vous possédez une **garantie frais de recherche et secours** avec un plafond suffisamment élevé. En particulier, les assurances des cartes bancaires couvrent l'assistance-rapatriement, mais les assurances des cartes bancaires de base (et certaines cartes bancaires haut de gamme) ne possèdent pas de garantie frais de recherche et secours.

ESPACE EVASION

Agence de Voyages – IM.074.10.0036

Garantie financière : Groupama – 5, rue du Centre - 93199 MOISY LE GRAND Cedex

Assurance responsabilité civile professionnelle : MMA Mutuelles du Mans Assurances –
Sarl SAGA – BP 27 – 69921 OULLINS Cédex