CONTREFORT DES ARAVIS

24 au 31 juillet 2027

SÉJOUR ENGAGÉ*



Issu du projet de la diagonale des Alpes, ce séjour nous emmène à la découverte des Aravis par son côté ouest. Un séjour tourné vers la liberté avec un enchaînement de 4 bivouacs exceptionnels. Si vous aimez le camion et le confort, passez votre chemin !
Entre vues sur le Mont Blanc et grandes falaises calcaires, on en oubliera presque la technicité du terrain !

Début du séjour : samedi 24 juillet 2027 à 17h. Rdv chez Guy et Gisèle - 684 Rte du Petit Bois, 74120 Demi-Quartier

Fin du séjour : samedi 31 juillet 2027 à 10h - Aire naturelle de Plaine Joux - Passy - 74190

*Ce séjour nécéssite une excellente condition physique et un bon niveau technique en joëlette

Coordination covoiturage

Sophie Metzinger : 06 88 17 44 67
sosorico@hotmail.fr
http://hce.asso.fr/covoiturage

Encadrants du séjour

Valentin Coyard : 06 65 71 51 29
à joindre en cas d'extrême nécessité.
Co AEM : Emilio Rouves

Descriptif du séjour

Séjour itinérant
2 nuits en campement
1 nuit en aire naturelle
4 nuits en bivouac
Portage du sac avec les affaires de nuit

TARIF A : se référer au site rubrique "Les séjours"

Niveau de difficulté

Séjour à caractère montagne
Dénivelé positif total 2500m
Dénivelé négatif total 2500m
Altitude max 2200m

PROGRAMME INDICATIF

- **Jour 1 : arrivée à 17h**
  Arrivée de la joyeuse troupe et accueil à 17h à Demi-Quartier où nous sommes accueillis par Guy et Gisèle
- **Jour 2 : D+ 320m / D- 320m**
  Journée d'initiation en direction des chalets de Prapacot et la vue sur le Mont Blanc. Première journée courte mais intense pour aller s'entraîner sur des pentes un peu fortes afin de s'échauffer avant l'itinérance !
- **Jour 3 : D+ 700m / D- 70m**
  Départ pour 5 jours d'itinérance sans redescendre dans la vallée ! Début de journée par une belle descente en forêt pour ensuite remonter jusqu'au sommet des Salles. De là, nous irons installer le bivouac au col du Jaillet.
- **Jour 4 : D+ 450m / D- 250m**
  Aujourd'hui, c'est Croisse Baulet ! Direction le Petit Croisse Baulet par un sentier raide et peu roulant. Aprés avoir admiré la vue à 360°, nous descendrons vers le col de l'Avenaz et remonterons vers le Grand Croisse Baulet. Redescente vers notre bivouac à la cabane du petit Patre. Une journée à 5.5km seulement...
- **Jour 5 : D+ 230m / D- 700m**
  Départ vers la combe de Coeur, que nous allons traverser du Sud au Nord. Ce sera l'occasion de nous rapprocher encore des falaises des Aravis. Une journée 100% alpage ! Nuit en bivouac à Mayères.
- **Jour 6 : D+ 600m / D- 200m**
  Une journée difficile, mais magique nous attend ! Il est l'heure de se rendre dans la combe de Doran, au pied de la face Est du Massif. Deux options s'offrent à nous, mais pour un même résultat : un parcours court en km, mais fort en degré de pente ! Nuit en bivouac à Doran.
- **Jour 7 : D+ 200m / D- 900m**
  Dernière journée, où nous quitterons la combe de Doran en direction de Burzier. Aprés une petite remontée pour une dernière vue sur le Mt Blanc depuis les chalets de Déramey, il sera temps de redescendre et de poser les sacs de bivouac.
  Transfert par véhicules pour nuit au camping ou campement.
- **Jour 8 : Fin du séjour**
  Fin du séjour, rangement et séparation de la joyeuse troupe.

Le séjour est à **caractère montagne** avec usage de sentiers et pistes non carrossables.

Une **excellente condition physique** est indispensable, une expérience de la montagne est souhaitée.

Toute **annulation** tardive pénalise l'entièreté du groupe et vient mettre en péril le bon déroulement du séjour.

Localisation : Haute-Savoie (74)

Merci de respecter l'heure de Rdv sur place ou en gare. Pensez au covoiturage.

- En voiture par l'A40 jusqu'à Sallanches.
- Ramassage possible jusqu'à 16h en gare TER de Sallanches-Combloux-Megève (Gare accessible PMR)

Handi Cap Évasion
32 chemin de la Creuzette
69270 Fontaines sur Saône
http://www.hce.asso.fr - hce@free.fr
Agrément tourisme IM069240002



Contenu du sac de voyage

Maxi 10 kg impératif
Sac de sport ou sac à dos

- **Couchage** : drap-sac (sac à viande, si possible en soie), duvet de montagne confort jusqu'à -5° (environ 1.5 Kg), tapis de sol, couverture de survie épaisse pour être réutilisable, lampe frontale.
- **Vêtements** : se référer à la rubrique «séjours » du site HCE.
- **Pharmacie** : médicaments personnels, pansements, protections ampoules…
- **Divers** : petits jeux, carnet de chants, instruments de musique…
- Tente 2/3 places (facultatif).
- **Chaussures** de rando indispensables.



Contenu du sac de randonnée

- **Pour les marcheurs : sac** à dos 40 à 50 l pour transporter vos affaires de bivouac (duvet, tapis de sol…). Gants de cycliste conseillés
- **Pour les Passagers Joëlette** deux sacoches latérales sont mises à disposition sur la joëlette.

Équipement adapté : casque type cycliste (facultatif), bassin ou urinal (en cas de besoin la nuit), matériel de maintien sur la joëlette (coque, sangles spécifiques), fauteuil manuel si nécessaire.

- **Pour tous** : gants et bonnet, cape de pluie, coupe-vent, lunettes, chapeau, crème solaire, stick pour lèvres. Gourde ou poche à eau 2 l.

Matériel collectif fourni

- 1 grande tente Marabout (repas à l'abri)
- 1 tipi
- 5 tarps et bâches de sol
- matériel de cuisine et couverts complets
- tables et bancs
- pharmacie de premiers secours
- Tente et chaise WC adaptée
- Véhicule pour le transport des bagages (d'une étape à l'autre)
- 4 joëlettes



Les couchages peuvent être assurés pour tous en cas de mauvais temps