



Soggiorno franco-italiano a Pralognan-la-Vanoise dal 20 al 27 agosto 2022

Programma delle Escursioni

Questo programma sarà modificabile secondo il Meteo

i gruppi sono designati nel nostro programma come segue :

- G1 Esperti
- G2 Gruppo Medio
- G3 Camminatori piccoli
- G4 Turisti

I gruppi 1 e 2 saranno guidati da accompagnatori dell'ufficio «guides de Pralognan-la-Vanoise» Il gruppo 3 sarà guidato da accompagnatori dell'Amicale di Saint-Genis-Laval

il gruppo 4 sarà libero, il programma contiene soltanto suggerimenti

Se desiderate prendere i vostri pasti nel nostro albergo a pranzo, dovrete dirlo la sera prima al momento dell'iscrizione al gruppo

Per gli altri, i picnic saranno da prendere la mattina, prima di partire in escursione

Una serata sarà dedicata all'anniversario del Gemellaggio franco-italiano (20 anni passati) : la Domenica 21 ?

oooooooo

Arrivo il sabato 20 agosto

Albergo Miléade - Chemin de Chasseforêt - Pralognan telefono 0033 479 081919.

Accesso GPS 45.3793493/ 6.722323

A Moutiers, prendere la direzione Vallée de Bozel fino a Pralognan sulla D915 (29 km).

A Pralognan, prendere «Centre» e poco prima di attraversare il fiume, a destra un cartello indica Mileade, seguire il vialetto alberato che porta al parcheggio dell'hotel.

Le camere sono disponibili dalle 17:00

Un aperitivo di benvenuto sarà offerto alle 18:30, seguito dalla presentazione delle guide e le iscrizioni per il giorno successivo.

Giorno 1 - Domenica 21 agosto - Settore Grande Casse

Per tutti, accesso con la funivia del Monte Bochor alt 2023m

G1 - Giro dell'Aiguille de la Vanoise - dislivello + 850m -6 ore

Salita attraverso il vallone selvaggio e tecnico delle Arrolets fino al Col de la Vanoise a 2520m. Poi, dal rifugio del passo, ai piedi della Grande Casse, la cima più alta della Savoia, discesa attraverso il Lago delle Vaches, una vera «cartolina» della Vanoise.

G2 - Col de la Vanoise - dislivello + 600m - 4 ore

Il grande classico del massiccio della Vanoise che segue la strada del sale e del Beaufort di un tempo. Passaggio obbligatorio sulle lastre del lago delle Vaches e salita lungo le morene glaciali della Grande Casse fino al Rifugio del Col de la Va

G3 - Monte Bochor

sentiero scoperta, tavola di orientamento poi sentiero balcone fino al rifugio dei Barmettes (alt 2010m) picnic ai Barmettes

Discesa con la seggiovia fino alle Fontanette poi a piedi fino a Pralognan o strada inversa fino al Monte Bochor per ritorno con la funivia

Possibilità di prolungare fino al Lago des Vaches dislivello +300 m per un totale di 3h A/R dalla funivia

G4 - turisti

mattina : funivia del Monte Bochor - sentiero scoperta, passeggiata sull'altopiano - (bar) pranzo all'albergo Mileade
pomeriggio - libero

Giorno 2 - Lunedì 22 agosto - Settore Genepy/Prioux

Partenza per tutti dal parcheggio del Pont de la peche (10mn di macchina) alt 1760m

G1- il Col del'Ariande + 830 m

Salita fino al Cirque del Genepy, magnifico sito ai piedi dell'omonimo ghiacciaio, poi fuori sentiero

tra prato alpino e lastre rocciose per una sorprendente scoperta del Cirque d'Ariande (sito di fauna selvatica).

Discesa attraverso l'alpeggio del Ritort (vendita diretta del formaggio Beaufort).

G2- il Circo del Genepy + 550m

Itinerario ad anello fino al Cirque del Genepy, ai piedi di ghiacciai millenari, attraverso l'alpeggio di Montaimont

G3- dislivello + 200m durata 2ore30

Dal Pont de la Peche, proseguimento verso la frazione e le gole di Montaimont, picnic vicino al Rifugio del Roc de la Peche

poi ritorno alle Prioux

G4-Turisti

Mattina libera - proposta: passeggiata fine alla frazione di

Chollières pranzo all'hotel

Pomeriggio : raggiungere le Prioux in macchina o con la navetta gratuita (dal lunedì al venerdì)

Piccola passeggiata dall' Albergo des Prioux al ponte des Anciens 1ora A/R senza dislivello

Per tutti: Possibilità di visitare il caseificio dei Prioux alle ore 17 con produzione del formaggio Beaufort

Giorno 3 - Martedì 23 agosto - Settore Courchevel

Questa stazione di sport invernali della valle della Tarentaise è organizzata intorno a 5 villaggi : Saint-Bon-Tarentaise (alt 1100m), Courchevel Le Praz (alt 1300), Courchevel Village (alt 1550), Courchevel Moriond (alt 1650m) e Courchevel (alt 1850m).

Percorso in macchina di circa 1 ora - Partenza da Courchevel Moriond - Parcheggio del belvedere 1720m

G1- Il Piccolo Monte Bianco + 960m, 6 ore

Partenza da Courchevel Moriond per una salita attraverso un vallone selvaggio (la comba delle Grandes Roches) fino alla cima del Petit Mont Blanc a 2677m. Costituito da gesso, la cima dai colori biancastri, ha un'aria di terreno lunare. Poi si ridiscende attraverso gli alpeggi.

G2- I laghi Merlet + 680m

Partenza da Courchevel Moriond. Tranquilla salita lungo il Vallon des Avals per raggiungere il lago superiore dei Merlets , bloccato ai piedi dell'imponente Aguille du Fruit.

G3 e 4 La Vizelle e il Lago de la Rosiere

Mattina : da Courchevel (1850m) salita alla cima della Vizelle (2700m) con le funivie dei Verdons e della Vizelle - possibilità di shopping nella stazione

Ritorno a Courchevel Moriond per il pranzo al Mileade di Courchevel o un picnic sulle rive del lago della Rosière

Pomeriggio:

G3 - Giro del lago e cascata dei Poux con sentiero botanico 2h

G4 - Passeggiata intorno al lago, piccolo o grande anello 1,7 km 1 ora con banchi, tavole, servizi e ristorazione

Giorno 4 - Mercoledì 24 agosto - Settore Mont Charvet

Per tutti, partenza a piedi dall'albergo

G1- le creste del Mont Charvet +1000m 6-7 ore

Partenza dal Albergo Mileade per il Hameau de la Montagne, poi ascensione del Col de la Grande Pierre per accedere a una cresta di gesso. Luogo sorprendente. Belvedere sui ghiacciai della

Vanoise e il Monte Bianco Si ridiscende attraverso gli alpeggi e la foresta.

G2- Le hameau de la Montagne e gli alpeggi del Mont Charvet + 600m 4,30 a 5 ore

Si va attraverso la foresta per raggiungere un piccolo borgo tranquillo ai piedi delle creste del Monte Charvet. Bella vista sui ghiacciai della Vanoise.

G3 e 4 Prioux

Con bel tempo, il nostro hotel organizza ai Prioux, di solito il mercoledì, un pasto-barbecue. G3 partenza a piedi durata 2 ore

G4 partenza con la navetta del Albergo

Altrimenti mattina - visita del Hameau de la Croix, pranzo nel hotel

pomeriggio - Cascata de la Fraiche 2 km o 5 km 160m di dislivello

Giorno 5 - Giovedì 25 agosto - Settore Champagny-en-Vanoise

Percorso in macchina da 30 a 50 minuti

G1- Il lago des Echines + 800m

Partenza dal Laisonnay per raggiungere il rifugio della Glière nell'antico vallone glaciale di Champagny le Haut. Attraverso gli alpeggi, salita verso un lago tranquillo e una formazione geologica sorprendente.

G2- Rifugio e lago de la Glière + 550m

lungo il vallone di Champagny le Haut, salita fino al rifugio della Glière. Accesso al lago

prosciugato sopra il rifugio, testimone dell'evoluzione dei ghiacciai negli ultimi secoli.

G3- Sentiero classificato

mattina - sentiero glaciale classificato di Champagny-le-Haut - dislivello 250m - 1ora30 picnic vicino alla cascata del Py e il rifugio del Laisonnay-d'en-haut

pomeriggio - ritorno 1ora30

G4 - sentiero dei Gorzderes

passeggiata fino a Friburge (1ora30)

visita della chiesa Saint Sigismond di Champagny-le-bas con ricca decorazione barocca Friburge e Laisonnay-d'en-haut sono raggiungibili in auto

Possibilità di visitare l'Espace Glacialis alla fine dell'escursione (nessuna traduzione in italiano)

Questo centro di interpretazione permette di comprendere gli aspetti scientifici, geologici, storici, mitologici, ambientali, paesaggistici e umani dei ghiacciai. (modelli, carte, fotografie e supporti audiovisivi)

Giorno 6 - Venerdì 26 agosto - Settore Bozel

Percorso in macchina di 40 min. fino a Bozel (alt.850m 2000 abitanti) PER TUTTI - Picnic sulla riva del lago verso le ore 13

G1- Cascata de la Vuzelle +500 3ore

Dal piccolo borgo di La Rochette, sopra Chamberanger; attraversata nel sottobosco fino alla bella cascata della Vuzelle

G2/3- gorges de Ballandaz e le rive del Dogon 300m 3 ore

L'escursione fa scoprire le impressionanti gole di Ballandaz, forgiate dalla forza dell'acqua, queste gole incastonate nelle montagne sono testimoni della storia del Planay e della valle di Bozel - al ritorno, proseguimento lungo il Doron fino al Lago di Bozel

G3 puo fare solo la passeggiata Les Rives du Doron de Villard du Planay fino al lago di Bozel 2h a/r

G 4- passeggiata intorno al lago di Bozel e visita di Bozel

patrimonio : la torre sarrazina, la chiesa Saint François de Sales, la capella ND de tout pouvoir

Nel pomeriggio, possibilità PER TUTTI di visitare la Galeria Hydraulica (l'idroelettricità e delle sue applicazioni metallurgiche o chimiche che hanno permesso lo sviluppo della valle grazie

all'industria, nel XIX secolo

Giorno 7 – Sabato 27 agosto – partenza e saluti al prossimo anno in Italia