



# NOUVEL AN dans le Chablais, au coeur du Val d'Abondance

## FRANCE - ALPES DU NORD



*Au bout du lac Léman, à la frontière avec la Suisse, se trouve une vallée au nom prometteur : Abondance! Nous y passons 3 nuits dans un hôtel 2\* familial et accueillant. Idéalement situé entre lac Léman et Mont-Blanc, il est le point de départ de belles randonnées à raquettes. Chaque jour, votre accompagnateur vous révèle les secrets de la montagne hivernale dans ce secteur idéal pour la pratique de la raquette à neige : les montagnes du Chablais.*



4 jours / 3 nuits  
3,5 jours de  
randonnée



6 à 12 personnes



En étoile



★★★★



Hôtel



Code : 868

### **LES POINTS FORTS :**

- Le menu gastronomique pour le Réveillon
- Les vues panoramiques sur le Lac Léman, le Mont-Blanc et les montagnes suisses



## PROGRAMME JOUR PAR JOUR

### **JOUR 1 : ACCUEIL GARE DE THONON LES BAINS**

Accueil à la gare de Thonon-les-Bains à 13h30, transfert jusqu'à l'hôtel pour déposer les bagages, puis une première randonnée en raquettes pour découvrir la vallée d'Abondance : sur les Boeufs.

▲ 3h de marche, + 300m /-300m de dénivelé, 6km de marche

### **JOUR 2 : TRAVERSEE DES CRETES DES MEMISES (1674m)**

Au départ du col de Creusaz, nous contournons le Mont César en face sud et rejoignons le pas de l'Echelle, qui donne accès aux crêtes de Mémises. De ce belvédère exceptionnel nous pouvons admirer le plateau de Gavot, 600m plus bas, le Léman et les montagnes suisses.

▲ 6h de marche, + 550m /- 650m de dénivelé, 10km de marche

### **JOUR 3 : LA POINTE D'ARDEN (1959m)**

Au cœur du val d'Abondance, où l'on fabrique un fameux fromage, se dresse plusieurs sommets flirtant avec les 2000m d'altitude. L'un d'entre eux est parfaitement accessible en raquettes. Ambiance haute montagne dans un charmant vallon perché. Puis en se retournant, après avoir posé le sac au sommet, le Mont-Blanc apparaît dans la Fenêtre d'Ardens.

Menu gastronomique pour le Réveillon.

▲ 5h30 de marche, +800m/-800m de dénivelé, 8km de marche

### **JOUR 4 : LE MONT BARON (1566m) - FIN DU SEJOUR**

Modeste sommet, mais superbe randonnée...qui parcourt une succession d'alpages sur la vaste croupe du Mont Baron, en contrebas le plateau de Gavot, et au delà le lac Léman. Nous effectuons la traversée d'ouest en est et terminons par une descente inoubliable sur Vacheresse.

Transfert à la gare vers 16h.

▲ 5h30 de marche, +650m/-650m de dénivelé, 7km de marche

### **IMPORTANT ITINÉRAIRE :**

- Les durées de nos randonnées sont données à titre indicatif. Elles peuvent varier en fonction de plusieurs éléments lors du déroulé de notre séjour (niveau des participants, météo, état du terrain, etc...). Les durées de transfert peuvent aussi fluctuer en fonction des conditions climatiques et de l'état des routes.
- Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction et peut être sujet à des modifications dans un souci de qualité. De plus, des situations indépendantes de notre volonté peuvent modifier le déroulement de votre séjour (météo, routes coupées, vols annulés ou retardés, grèves, fêtes locales...). Nos guides feront de leur mieux pour s'adapter à ces aléas, avec leur expérience et leur professionnalisme. Votre satisfaction et votre sécurité sont les éléments qui prédominent dans ces décisions de modification.
- En cas de nombre insuffisant de participants, nous pouvons être amenés à annuler un séjour jusqu'à 3 semaines avant le départ. Nous anticipons au maximum cette prise de décision, parfois à 5-6 semaines de votre départ, afin de vous permettre de vous organiser au mieux. Si vous vous rendez au point de RV du séjour en transport en commun, nous vous recommandons d'éviter les tarifs non modifiables - non remboursables tant que le départ n'est pas confirmé, ou de prévoir une assurance annulation auprès des compagnies de transport.

### **NUITS SUPPLÉMENTAIRES :**

Si vous souhaitez arriver la veille ou repartir plus tard, il est possible de séjourner dans l'hôtel "camp de base" de ce séjour, dans la mesure des disponibilités. Merci de nous contacter pour prendre connaissance des disponibilités.

- Nuit supplémentaire en demi-pension : 74€ par personne en chambre double
- Nuit supplémentaire en demi-pension : 86€ par personne en chambre individuelle

### **PERSONNALISER SON VOYAGE :**

Un autre séjour existe dans cette même région : [Traversée du Chablais en raquettes](#)



## FICHE PRATIQUE

### NIVEAU PHYSIQUE :

➤ Marcheur Confirmé

Pour marcheur confirmé ayant une bonne condition physique et une résistance à l'effort.

Dénivelé entre -/+700m et -/+900m, 7 à 8km de marche par jour, 5h30 à 6h30 de marche par jour.

### NIVEAU TECHNIQUE :

Pas de difficultés techniques particulières. Accessible aux randonneurs qui n'ont jamais pratiqué la raquette à neige.

### ENCADREMENT :

Bernard, Jean Luc ou François, accompagnateurs en Montagne du pays, spécialistes de la randonnée hivernale.

### HÉBERGEMENT :

3 nuits en hôtel 2\*, en chambre double avec salle de bain et WC privés, téléphone, TV et WIFI

L'hôtel est situé dans le village de Vacheresse, face à la vallée avec une exposition sud-ouest.

Les inscriptions individuelles seront regroupées en chambre de 2 ou 3.

### RESTAURATION :

Les dîners sont constitués d'une cuisine familiale adaptée à la pratique de la randonnée. Une spécialité locale : tartiflette, fondue ou berthouds est prévue dans la semaine.

Les petits déjeuners sont servis à volonté. Les pique-niques sont accompagnés d'une boisson chaude. Si la température est basse, votre accompagnateur fera le maximum pour trouver un abri (chalet ou cabane) de manière à profiter du repas et de la pause de midi.

➤ Exemple de menu du Réveillon :

Trilogie de Courge

Sapin de foie gras, pain d'épice, chutney pomme raisin

Cassolette du pêcheur

Trou savoyard

Civet de cerf sauce grand veneur, champignons de nos bois, polenta

Plateau de fromage de nos alpages

Croustillant au chocolat



### **TRANSPORT DES BAGAGES :**

Vous portez uniquement vos affaires de la journée.

### **TRANSFERTS :**

Les déplacements entre la gare et l'hôtel, et pour se rendre au départ des randonnées sera effectué avec les voitures des participants. L'accompagnateur procédera à un regroupement pour limiter le nombre de véhicules.

### **GROUPE :**

De 6 à 12 participants.

### **RENDEZ-VOUS :**

Le Jour 1 en gare de Thonon-les-Bains (devant la gare) à 13h30, en tenue de randonneur.

Si vous arrivez en retard : passez un coup de fil à l'hôtel ou au guide (coordonnées dans la convocation qui vous est envoyée environ 10 à 15 jours avant votre départ).

### **DISPERSION :**

Le Jour 4 en gare de Thonon-les-Bains vers 16h.

### **INFORMATIONS DIVERSES :**

Nous sommes avant tout des randonneurs et si la neige vient à manquer nous assurons tout de même le départ de nos séjours. L'ambiance et la luminosité hivernale seront au rendez-vous même si nous ne pouvons pas chausser les raquettes.

La montagne est très différente en hiver, les couleurs ne sont pas les mêmes que l'été, et le soleil est plus bas sur l'horizon offrant des lumières de coucher de soleil tout au long de la journée !

Pour ces randonnées en raquettes il vous sera fourni une paire de raquettes "Inook Expert" très performantes. Leur système de fixation s'adapte à tous les types de chaussures (si vous avez un doute appelez-nous). Pour compléter l'équipement nous vous proposons des bâtons de ski.

**MOYENS D'ACCÈS :****EN VOITURE**

Autoroute A40 (ou A41) jusqu'à Annemasse, puis N206 jusqu'à Machilly, ensuite rejoindre Thonon-les-Bains via Bons en Chablais (D903), continuer vers Thonon-les-Bains par la N5.

**EN TRAIN**

Gare SNCF à Thonon-les-Bains (horaires à vérifier auprès de la SNCF) :

Paris – Thonon-les-Bains : 07h11 – 11h20 (via Bellegarde)

Paris – Thonon-les-Bains : 08h11 – 13h17 (Via Bellegarde)

Lyon-Part-Dieu – Thonon-les-Bains : 08h38 – 11h20 (via Bellegarde)

Lyon-Part-Dieu – Thonon-les-Bains : 10h38 – 13h17 (via Bellegarde)

En cas d'arrivée décalée à la gare de Thonon-les-Bains, vous pouvez prendre un bus qui vous conduira à Vacheresse (renseignements auprès de la SAT : 04.50.71.00.88 ou sur [www.sat-autocars.com](http://www.sat-autocars.com)).

Tarif : environ 5€ + 2€/bagages

➤ Retour train :

Horaires à vérifier auprès de la SNCF

Thonon-les-Bains-Paris gare de Lyon : 16h46 – 21h49 (Via Bellegarde)

Thonon-les-Bains – Lyon-Part-Dieu : 16h46 – 19h22 (Via Bellegarde)

En cas de départ décalé à la gare de Thonon-les-Bains, vous pouvez prendre un bus qui vous conduira à Vacheresse (renseignements auprès de la SAT : 04.50.71.00.88 ou sur [www.sat-autocars.com](http://www.sat-autocars.com)).

**EN AVION**

Aéroport Genève Cointrin + train Genève-Lausanne puis bateau Lausanne-Thonon (nous prévenir).

## DATES ET PRIX

### INFORMATIONS DATES ET PRIX :

#### **Privilèges Chemins du Sud : remise fidélité -3%**

La plupart de nos clients sont de fidèles voyageurs, qui aiment retrouver notre expertise, mais aussi l'état d'esprit et la sympathie de notre équipe au bureau. Et surtout, la qualité des connaissances des accompagnateurs Chemins du Sud.

Afin de vous remercier de votre fidélité, nous vous accordons une remise de 3%, appliquée dès votre 3ème séjour (les inscriptions faites via une autre agence comptent aussi!), et pour tous les séjours suivants. Elle est calculée sur le prix de votre séjour, hors suppléments. Elle est non cumulable avec d'autres réductions.

#### **Remise FFRP**

Afin d'encourager le développement de la randonnée sur notre territoire et la protection de l'environnement, Chemins du Sud offre une remise de 5% sur le prix du séjour à tous les adhérents licenciés de la Fédération Française de la Randonnée Pédestre (même conditions que la remise fidélité). Remise sur présentation de la copie de la carte d'adhésion.

### NOTRE PRIX COMPREND :

- Les frais d'organisation et l'encadrement
- La nourriture et l'hébergement (base chambre double) en pension complète
- Le prêt des raquettes et des bâtons

### NOTRE PRIX NE COMPREND PAS :

- Les boissons et dépenses personnelles
- L'équipement individuel
- Les déplacements
- Le supplément chambre individuelle
- Les assurances
- Les frais d'inscription éventuels
- De manière générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans "Le prix comprend"

### FRAIS D'INSCRIPTION :

Les frais d'inscription sont des frais administratifs. Ils sont applicables à chaque personne inscrite.

- Pour toute inscription à plus de 90 jours du départ : pas de frais d'inscription.
- Pour toute inscription à partir de 90 jours du départ : 15€/personne.

### EN OPTION :

- Supplément chambre individuelle (sous réserve de disponibilité) : 60€



## **EQUIPEMENT CONSEILLÉ**

### **BAGAGES :**

✓ 1 sac de voyage par personne (ou valise à roulettes). Un bagage trop volumineux est à proscrire car poserait des soucis d'encombrement du bus ou d'organisation logistique.

✓ 1 sac à dos de 35-40 litres environ à armatures souples avec ceinture ventrale et un dos bien aéré pour votre confort (pour porter vos affaires personnelles de la journée : appareil photo, pique-nique du déjeuner, gourde, vivres de course, veste coupe-vent, pull, vêtement de pluie...). Ce bagage est placé généralement en cabine lors de vos transports aériens éventuels (10kg maximum par personne, habituellement).

Sur les séjours itinérants ou semi-itinérants, il est demandé de limiter également le poids à 10-12kg, car l'accès malaisé à certains hébergements pourrait compromettre la livraison des bagages. Nous vous invitons également à éviter d'y laisser des objets fragiles et/ou de valeur.

### **VÊTEMENTS :**

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

- ✓ une couche légère et respirante
- ✓ une couche chaude
- ✓ une couche imperméable et respirante.

En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie ou vent, il suffit de rajouter cette veste imperméable. Par grands froids ou lors des pauses, la veste polaire est un complément indispensable.

Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc éviter le coton. Préférez 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, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. Ainsi, il est très rare d'effectuer une ascension vêtue d'une veste polaire.

La liste complète et idéale : (à adapter néanmoins suivant la randonnée et la saison, et en fonction de vos habitudes)

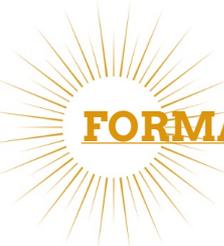
- ✓ 1 chapeau de soleil ou casquette, ou foulard
- ✓ 1 bonnet ou bandeau en polaire et/ou un tour de cou
- ✓ 1 paire de gants légers
- ✓ Tee-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 jours de marche).
- ✓ 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise (parfois, les sommets sont ventés et une petite épaisseur est la bienvenue pendant la pause déjeuner),
- ✓ 1 veste chaude type polaire (voire déperlante) ou type chaude et compressible)
- ✓ 1 veste coupe-vent imperméable et respirante avec capuche
- ✓ 1 cape de pluie éventuelle et/ou sursac
- ✓ 1 pantalon de randonnée solide, ample, confortable, déperlant
- ✓ 1 surpantalon imperméable et respirant
- ✓ 1 short ou pantacourt, confortable et solide
- ✓ Chaussettes de marche (1 paire pour 2 jours de marche). Privilégier la laine ou les chaussettes spécifiques randonnée type bouclette" qui vous éviteront l'échauffement prématuré des pieds
- ✓ 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, avec semelle qui accroche bien au relief et résistante à l'abrasion. Pensez à tester auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps.
- ✓ ou si vous êtes habitués, une paire de chaussures basses type trail, notamment pour les séjours été.
- ✓ 1 paire de guêtres (facultatif)
- ✓ 1 maillot de bain et 1 serviette qui sèche rapidement (facultatif en vue d'éventuelles baignades)
- ✓ 1 pantalon confortable pour le soir
- ✓ 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir, type baskets, permettant aussi d'être utilisées pour les visites ou balades en ville.

## **MATÉRIEL :**

- ✓ 1 sac à dos de 35/40 litres à armature souple, muni d'une ceinture ventrale et permettant d'accrocher les raquettes
- ✓ 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 0,5l 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 :**

- ✓ Vos médicaments habituels.
- ✓ Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence.
- ✓ Pastilles contre le mal de gorge.
- ✓ Bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8cm de large.
- ✓ Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes.
- ✓ Double peau (type Compeed ou SOS ampoules).
- ✓ 1 pince à épiler.



## **FORMALITÉS**

### **FORMALITÉS :**

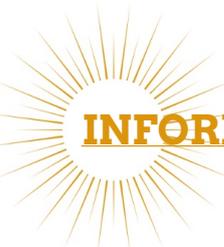
- Durant le séjour, vous devez être en possession de votre carte d'identité en cours de validité ou passeport, de votre carte vitale, du numéro de contrat et numéro de téléphone de votre assurance personnelle (en cas de non souscription à notre assurance).

### **ASSURANCES :**

A l'inscription, vous pouvez souscrire une assurance assistance rapatriement et/ou annulation qui s'ajoute au prix du séjour.

- Assurance annulation : 3% du montant du séjour (elle comprend le remboursement des sommes retenues en cas d'annulation avant votre départ).
- Assurance assistance rapatriement : 2% du montant du séjour.
- Assurance annulation - rapatriement : 4% du montant du séjour.

Textes complets des assurances envoyés sur demande.



## INFORMATIONS DESTINATION

### GÉOGRAPHIE :

L'hôtel est situé dans la vallée d'Abondance, très ouverte et orientée sud, à 900m d'altitude. Pour la plupart des balades nous prendrons un minibus pour rejoindre le départ (10min environ). Chaque balade a pour objectif un col ou un sommet. Elles se déroulent d'abord dans une belle forêt d'épicéa, puis nous débouchons dans les alpages d'où la vue porte sur les massifs alentours, dont le Mont-Blanc. Le lac Léman est omniprésent, parfois juste sous nos pieds, ou bien plus au loin entre 2 montagnes.

Les sommets sont élancés et esthétiques, composés d'une falaise abrupte en versant nord, alors que l'accès se fait par le versant sud plus doux!

### BIBLIOGRAPHIE :

- "Au fil de la Dranse" Bruno GILLET.
- Alpes Magazine n° 16, "Evian, la mémoire de l'eau", p.26.
- Alpes Magazine n° 41, "Le Léman, la mer à la montagne", p.26.
- Alpes Magazine n° 53, "Quelques lettres du Léman", p.93.
- Alpes Magazine n° 55, "Val d'Abondance – Val d'Illeiz : ils sont cousins cousines", p.59.
- Alpes Magazine n° 77, "Thonon – Evian, de l'eau, rien que de l'eau", p.76.

### CARTOGRAPHIE :

La carte IGN du secteur dans lequel nous allons nous balader est la série TOP 25 - 3428 ET, éventuellement la 3528 ET.

### ADRESSES UTILES :

Itinéraire : [www.google.fr/maps](http://www.google.fr/maps)

SNCF : Tel : 0.892.35.35.35 ou [www.voyages-sncf.com](http://www.voyages-sncf.com)

CFF : trains suisses [www.sbb.ch/fr/](http://www.sbb.ch/fr/)

Co-voiturage : [www.covoiturage.fr](http://www.covoiturage.fr), [www.123envoiture.com](http://www.123envoiture.com), [www.allostop.net](http://www.allostop.net)



## NOUS CONTACTER



En cas de problème de dernière minute, appelez :  
au **04 90 09 06 06** ou sur notre téléphone d'urgence au **07 77 08 14 68 (7j/7 24h/24)**



[infos@cheminsdusud.com](mailto:infos@cheminsdusud.com)



57 rue François Gernelle BP 155  
84 120 PERTUIS

Notre agence est ouverte du Lundi au Vendredi de 9h à 18h30, et le Samedi de 9h à 17h



[www.cheminsdusud.com](http://www.cheminsdusud.com)

Dernière mise à jour : 16/09/2022