

TOUR DE LOS GLACIARES DE LA VANOISE 7 ETAPAS – 9 DÍAS

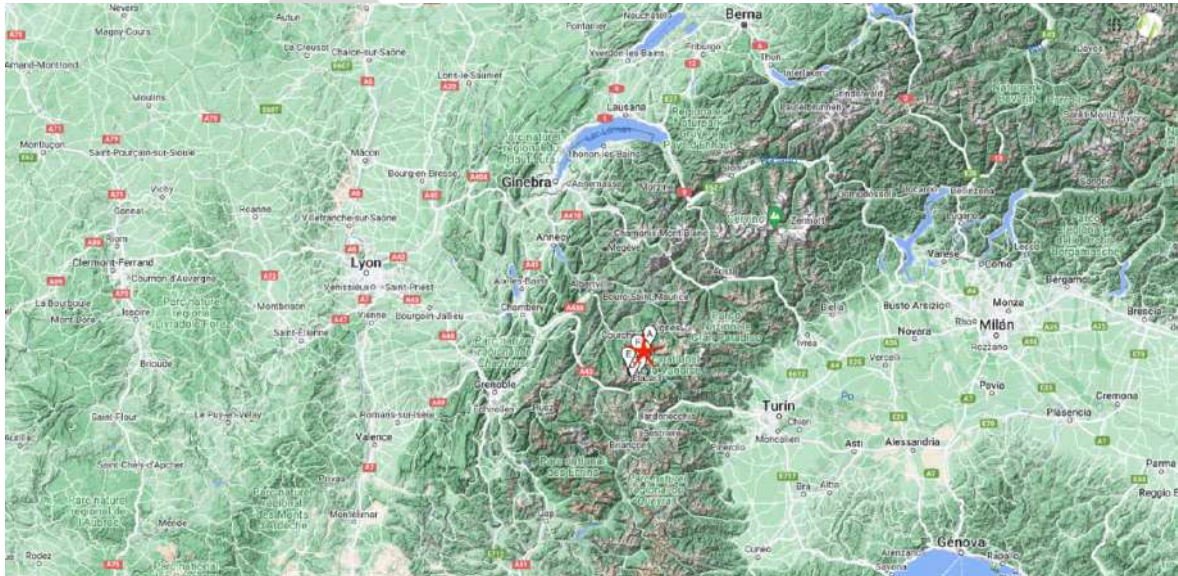


TEMPORADA	DURACIÓN	RÉGIMEN	PRECIO
DE JUNIO A SEPTIEMBRE	9 días – 7 etapas	2 AD + 6 MP	995 €

El **Tour de los Glaciares de la Vanoise** recorre el Parque Nacional del mismo nombre y es quizás uno de los más famosos de Francia. Sin una dificultad física excesiva, este trekking sirve para adentrarse en los **grandes trekkings de los Alpes** y como toma de contacto a este tipo de excursión.

Un **viaje de senderismo** que nos llevará hacia la parte sur de los Alpes, rodeados de blanco elemento y pudiendo acercarnos a los glaciares de una forma sorprendente. Bien equipado en cuanto a refugios y con una comodidad excelente, **no dejes pasar la oportunidad de pasar 7 días inmersos en la alta montaña alpina.**

VIAJES DE AVENTURA Y TREKKING EN LOS ALPES



viajes
aventura.es

PROGRAMA DETALLADO

DÍA 1: VUELO Y TRANSFER A PRALOGNAN LA VANOISE.

Es recomendable llegar a **Ginebra** pronto por la mañana para poder tener todo el día para trasladarnos hacia Pralognan la Vanoise y realizar **las últimas compras** en este pueblecito alpino, así como dar un paseo por el mismo admirando las montañas que nos rodearán durante 7 etapas. El traslado se realiza en tren y después transfer privado.

DÍA 2: PRALOGNAN LA VANOISE- REFUGIO COL DE LA VANOISE.

Una etapa de ascensión hasta el **refugio con el nombre del Tour** y con el acompañamiento de las **Agujas de la Vanoise y del Gran Casse**. Partiremos de Pralognan la Vanoise pronto por la mañana y nos dirigiremos hacia Barmattes por el **GR-55**, camino que nos encontraremos en varios puntos de nuestro recorrido y que se encuentra íntegramente en el Parque Nacional de la Vanoise. El **refugio del Col de la Vanoise** se encuentra en un lugar idílico y tendremos la posibilidad de descansar y realizar alguna pequeña excursión por la tarde.

ASCEN.	DESCEN.	DIST.	TIEMPO
1100 M	150 M	16 KM	6 horas

DÍA 3: REFUGIO COL DE LA VANOISE- REFUGIO DE L'ARPONT

Un día sin mucha subida, pero bastante largo, nos espera. Pasaremos junto a los **lagos de Rond y el lago du Col de la Vanoise** y podremos admirar el valle que se abre hacia Tignes y la Grande Motte. El refugio de l'Arpont se encuentra situado debajo de la **Dôme de Chasseforet y justo con el glaciar de l'Arpont** colgando encima de él. Por la tarde visitaremos el lago de l'Arpont, con la posibilidad de fotografiar el glaciar mucho más de cerca.

ASCEN.	DESCEN.	DIST.	TIEMPO
250 M	450 M	22 KM	7 horas

DÍA 4: REFUGIO DE L'ARPONT- REFUGIO DE FOURNACHE

Hoy recorreremos el espectacular camino panorámico que se encuentra debajo de la **Dent Parrachee (3639m)** y que incluye en su macizo varios de los glaciares más espectaculares de la Vanoise, como el **Glaciar du Oin du Govard o el Glaciar de Belle Place**. Durante la última parte del recorrido podremos admirar los lagos de Plan d'Amont y el lago de Plan d'Aval. Si el día está despejado, desde el refugio se pueden admirar **los Ecrins y la Meije**, con sus también imponentes glaciares.

ASCEN.	DESCEN.	DIST.	TIEMPO
505 m	615 m	17,5 km	5 horas

DÍA 5: REFUGIO DE FOURNACHE- REFUGIO DE L'AIGUILLE DORAN

Desde Fournache nos dirigiremos hacia el suroeste pasando por los **lagos d'Aussois** y ascendiendo hacia el **col de la Masse (2923m)**, nuestro gran objetivo del día. Desde aquí solo nos queda bajar por el valle de le Rateau d'Aussois hasta el refugio du l'Aiguille Doran, el más al sur de nuestra ruta.

ASCEN.	DESCEN.	DIST.	TIEMPO
725 M	990 M	21 KM	6 horas

DÍA 6: REFUGIO DE L'AIGUILLE DORAN- REFUGIO PECLET POLSET.

La **Point de L'Echelle** nos acompañará durante todo el día y sus glaciares de la vertiente oeste la harán mucho más interesante, como el famoso glaciar de la Masse. Desde el refugio ascenderemos por zona de pastos alpinos hacia el **col de Chavière (2795m)**, nuestro paso del día, para descender ya entre la **Aiguille de Peclet y la Aiguille de Polset** hasta el refugio de su mismo nombre.

ASCEN.	DESCEN.	DIST.	TIEMPO
860 M	325 M	19.90 KM	6 horas

DÍA 7: REFUGIO PECLET POLSET- REFUGIO LA VALETTE.

Nos acercaremos de nuevo, esta vez por el oeste, a los **grandes Glaciares del Parque Nacional de la Vanoise**. Desde nuestro refugio el valle de **Doron de Valpremon** nos llevará hasta el Roc de la Peche y ascendiendo hacia el Roc de la Valette, nos encontraremos con el refugio homónimo. Siempre escoltados por los grandes glaciares, si tenemos la posibilidad de verlos, nos dejarán deslumbrados los grandes glaciares.

ASCEN.	DESCEN.	DIST.	TIEMPO
877 M	760 M	18 KM	5-6 horas

DÍA 8: REFUGIO LA VALETTE- PRALOGNAN LA VANOISE

Este último día emprenderemos el **descenso hacia Pralognan la Vanoise**. Desde el refugio y dando una pequeña vuelta para poder admirar la Pinte du Dard ascenderemos al Col du Gran Marchet con unas vistas espectaculares de todo el **Valle de Pralognan la Vanoise**. Al fondo del mismo, nuestro objetivo. La bajada la realizaremos tranquilamente ya con las piernas cansadas de siete días admirando el espectáculo que nos depara el Parque Nacional de la Vanoise. Nos espera el merecido descanso en esta población alpina.

ASCEN.	DESCEN.	DIST.	TIEMPO
285 M	1450 M	14 KM	5 horas

DÍA 9: PRALOGNAN LA VANOISE- TRANSFER A GINEBRA

Tendremos la posibilidad de dar un paseo por Pralognan antes de coger el transfer hacia Ginebra. Se recomienda coger los vuelos de regreso a media tarde para tomarse este día sin ninguna prisa

INFORMACIÓN GENERAL

¿QUÉ DEBO SABER DE VIAJE?

- **TIEMPO:** el clima en Los Alpes en esta época del año es caluroso durante el día y fresco durante la noche. Recomendamos llevar ropa ligera y algo de abrigo para las excursiones, así como ropa de abrigo para los descansos.
- **VACUNA:** no es obligatoria ninguna, pero se recomienda la del Tétanos.
- **DÍA HABITUAL EN EL VIAJE:** tendremos que madrugar bastante, ya que los refugios en Francia tienen un horario muy temprano. Esto nos ayudará a tener todo el día para realizar la etapa de forma tranquila. Las etapas no son especialmente duras y se realizarán con tranquilidad. En general, están pensadas para poder realizarlas en unas 6 – 7 horas de camino, aunque se recomienda emplear más tiempo, ya que merece la pena hacer paradas puntuales a comer, o simplemente a descansar o disfrutar de las vistas mientras sacamos algunas fotos de los espectaculares paisajes que tendremos.

VIAJES DE AVENTURA Y TREKKING EN LOS ALPES

INCLUYE.

- **Alojamientos** en el régimen de 2AD y 6MP.
- **Traslado desde Ginebra/Lyon hasta el inicio del trekking ida y vuelta (consultar otros aeropuertos)**
- **Regalo Amadablam.**
- Documentación y **mapas de trekking.**
- **Video llamada de 2 horas** para explicar el trekking.
- **Atención 24x7** los días de trekking por whatsapp.

NO INCLUYE.

- Seguro de accidentes.
- Comidas durante el viaje (ya que se realiza durante las etapas con la comida seleccionada por cada viajero).
- Cena del primer y último día.
- Cualquier transporte utilizado durante el recorrido.
- Cualquier servicio usado y no especificado en el apartado **INCLUYE.**

EXTRAS DEL VIAJE.

Este viaje de trekking cuenta con muchos **servicios opcionales**, siempre a disposición del aventurero o aventurera.

- **Billetes de avión:** posibilidad de contratar los vuelos a través de Amadablam Viajes Aventura.
- **Transfer:** es posible contratar el transfer desde Ginebra hasta Pralognan la Vanoise (ida y vuelta).
- **Comidas:** puedes encargar en el refugio un picnic para la etapa del día siguiente.
- **Seguro:** si quieres contratar un seguro de cancelación ventajoso, contáctanos.
- **Noches adicionales:** por si quieres estar allí antes de que empiece el viaje o quedarte una noche más descansando.

NIVEL / PREPARACIÓN FÍSICA.

El nivel de este viaje es un **Nivel 2** (avanzado). El **trekking avanzado** contiene etapas de entre **800 y 1.300 M** de **desnivel** y unos **25 KM** de **recorrido diario**.

TRANSPORTE.

Los **traslados** se realizan a **Ginebra** en avión. Desde Amadablam, podemos gestionarte los billetes de avión. Desde **Madrid** o **Barcelona**, existen **múltiples combinaciones** para llegar a Ginebra, todas ellas con **vuelos directos**. Las principales compañías son **Iberia, SwissAir, Brussels Airlines y Vueling**. Desde otras ciudades como **Valencia, Bilbao y Sevilla**, tienen **vuelos directos** algunos días de la semana.

ALOJAMIENTO.

Se utilizarán siempre **refugios de montaña** en régimen de **Media Pensión** y un **Albergue/hotel habitación multiple** en el **inicio y final** en régimen de **Alojamiento y Desayuno**. Todos los alojamientos cuentan con las **comodidades básicas**.

MATERIAL NECESARIO.

En el avión, se puede facturar de forma habitual una **maleta de 22 KG**, y llevar una **mochila de mano de 8 KG** (esto se debe confirmar con la compañía antes de reservar los billetes). Recomendamos **llevar lo imprescindible** con nosotros en el equipaje de mano. En el **alojamiento** (primer y último día) podemos dejar una **maleta** (normalmente este servicio tiene coste).

- **Mochila de 40 L** de capacidad.
- **Botas de montaña.** Si son nuevas, se recomienda no estrenarlas en el trekking. Este transcurre por caminos bien pisados, así que la suela no requiere de una dureza especial. No se recomienda hacer con zapatillas de montaña.
- **Pantalón de trekking** (si es muy caluroso, un pantalón corto para andar).
- **Forro polar de abrigo.**
- **Camisetas y ropa interior transpirables.**
- **Ropa de repuesto** para la estancia en el refugio.
- **Gorro y gafas de sol** (mínimo de Índice 3).
- **Saco de dormir.** En los refugios hay mantas, por lo que el saco sábana debe ser lo más ligero posible.
- Impermeable de goretex u otra membrana. Se recomienda un cubre-mochilas y un sobre-pantalón impermeable.
- **Bastones de caminar.**
- **Cantimplora o botella de agua.** Mínimo de 1.5 L.
- **Crema solar y vaselina.**
- **Neceser pequeño.** Con productos de aseo personal, como pasta de dientes y cepillo, jabón, desodorante, etc.
- **Toalla ligera.** En todos los refugios hay duchas, generalmente compartidas.
- **Pequeño botiquín** con medicinas personales, analgésicos, parches para los tobillos, etc.

PAGOS.

Una vez decidida la fecha se realizará un ingreso de 100€ por persona para empezar las reservas de los alojamientos. Una vez comprobada la **disponibilidad de la plaza** se deberá ingresar **40% del importe total del viaje** (descontando los 100€ iniciales). El **60%** restante se debe abonar a **menos de 30 días de la salida**.

Para el abono de los importes, se utilizará como método de pago la transferencia bancaria, con los siguientes datos:

Banco: **Sabadell**

Destinatario: *Amadablam Viajes Aventura*

Cuenta: **ES03 0081 1393 7800 0118 0921**

Concepto: *Nombre, apellidos e ID RESERVA*

Para poder consultar la **política de cancelación** y sus **condiciones**, [pincha aquí](#).

Tras el primer pago del viaje (y tras confirmarse la plaza y habiendo rellenado el formulario que os enviamos) os enviaremos el **Contrato de Viaje Combinado**, que **deberá ser firmado**, conforme a la ley reguladora, en un plazo de 7 días desde la fecha de recibo. En el caso de no recibir el correo, contactarnos a info@viajes-aventura.es.