



Fiche technique randonnée 2 jours - Dormir une nuit en montagne -

Durée : 2 jours,1 nuit Départ dans la matinée
Retour au plus tard 18h00

Hébergement : refuges, tipi

Portage : ânes bâtés de randonnée

Public : A partir de 5 ans

Formule : liberté (vous et votre âne)

Tarifs : location 1 âne 2 jours : 95 €
âne supplémentaire : 45 €/ jour

Refuge ½ pension	Dortoir		Chambre		Pique nique	douches
	adulte	enfant	adulte	enfant		
truc	38	-10 ans : 30			8,5	non
Tré la tête	44		54		9	oui
Nant-Borrand	33		33		9	oui
La Balme	39	5 /12 ans : 30	Chambre 4 ou 6 places : 50	Chambre 4 ou 6 places :5 /12 ans : 39	8	oui
Roselette	48	- 5 ans : - 50 % 5 à 12 ans :-30%	Tipi 5 places Roulotte : 2 pl idem dortoir	Tipi 5 places Roulotte : 2 pl idem dortoir	11	oui
Porchery	50	5 à 7 ans : 42 8 à 10 ans : 44			10	oui
Miage	45	-12 ans : 30	65	- 12 ans : 45	8	oui

Réservation : Nous nous occupons des réservations
La location d'âne(s) est à régler le jour de votre départ à ânes et mômes
Les ½ pensions sont à régler directement auprès des gardiens de refuges chaque soir
Les chiens ne sont pas acceptés dans les hébergements. Ils dorment dehors, comme les ânes...

Itinéraires : **Refuge du Truc 1620m** circuit en boucle
jour 1 :Dénivelée : +636m : -191m 3h00 de marche
montée en forêt, Alpage du Truc, panorama sur l'aiguille de Bionnassay et les dômes de Miage,
ascension du Truc 1811m. Nuit au refuge proche des glaciers
jour 2 : Dénivelée : -445m 2h30 de marche, pâturage de Miage, retour sur les Contamines

Refuge de Miage 1559m circuit en boucle
jour 1 : Dénivelée : +384m 3h30 de marche
montée en forêt, pâturage de Miage, vous dormez au pied du glacier de Miage. Nuit au refuge
jour 2 : Dénivelée : +252m / -636m 4h00 de marche
montée à l'alpage du Truc, ascension du Truc descente sur les Contamines

Refuge de Tré la tête 1970m circuit aller/ retour
jour 1 : Dénivelée : +795m 3h30 de marche
montée en forêt puis sentier Claudius Bernard, prendre de la hauteur, bouquetins, chemin montagnard
Nuit au refuge au dessus des Contamines
jour 2 : Dénivelée : +126m / -921m 4h00 de marche
approche du glacier de Tré la tête, côtoyer le monde de l'alpinisme, descente sur les Contamines

Refuge de Nant-Borrand 1400 m circuit aller/retour
jour 1 : Dénivelée : +225 1h30 de marche
montée par la voie romaine, gorge du Bon nant. Nuit au refuge
jour 2 : Dénivelée : +90m / -315m 2h30 de marche
visite des alpages de la Balme, descente sur les Contamines

Refuge de la Balme 1706m circuit aller/retour**jour 1** : Dénivelée : +531m 3h00 de marche

montée par la voie romaine, sentier du tour du Mont-Blanc. Nuit au refuge

jour 2 : Dénivelée : +468m / -999m 5h00 de marche

montée aux lacs Jovets, descente sur les Contamines

Chalet de la Roselette 1871m circuit en boucle**jour 1** : Dénivelée : +696m 3h30 de marche

montée par l'étape, le signal. Nuit insolite sous tipi ou dans le chalet face au Mont-blanc

jour 2 : Dénivelée : +184m / -880m 4h00 de marche

montée au col du Joly, balcon du mont Joly face au Mont-blanc, descente versant Colombaz, les Contamines

Refuge de Porcherey 1712m**jour 1** : Dénivelée : +537m 2h30 de marche

montée au refuge par forêt et petits sentiers. Nuit au refuge face au massif du mont-blanc

jour 2 : Dénivelée : -537m 3h00 de marche

plateau de la croix, descente sur St Nicolas de Véroce, retour aux Contamines

Orientation : Tous les sentiers du Val Montjoie sont balisés, nous vous conseillons tout de même de vous munir d'une carte topographique

IGN top 25 St Gervais massif du Mont Blanc n° 3531 ET, pour la rive droite du Val Montjoie**IGN top 25 Megève col des Aravis n° 3531 OT**, pour la rive gauche du Val Montjoie**Carte des sentiers de randonnée des Contamines** (office de tourisme)**Liste matériel :_Le temps change vite en montagne il faut se protéger :**

Du soleil : couvre-chef, lunette, crème...

Du froid : pull, polaire...

Du vent : coupe vent

De la pluie : veste technique, cape de pluie...

Des bobos : trousse à pharmacie (désinfectant, pansements, coups et traumatismes...)

Chaussures de randonnée... tige montante et à semelle crantée

Gourde (pleine) 1L/personne

Affaire perso : jumelles, appareil photo, carte, moyen de communication, chéquier (certains refuges n'acceptent pas les cartes bancaires)

Vous allez dormir en refuge, prévoyez :

Une tenue complète de rechange

Une paire de chaussure légère (basquette, sandales tongues...)

Une trousse de toilette ultra légère ! Des douches sont à votre disposition

Dispositifs de défense habituels contre les risques existants de ronflements

Les lits sont équipés de couvertures ou couettes, prévoyez un drap-sac

Portage :

Pour le bien être de nos ânes nous limitons la charge à 40 kg par âne.

Nous fournissons un sac étanche par personne adapté au bât de l'âne, vous y mettez vos affaires de rechanges, charge limitée à 8 kg par sac et pesés avant chaque départ.

Vous porterez dans votre sac à dos perso vos affaires utiles pour la journée ainsi que votre pique nique

Le jour de**vosre départ :**

A l'heure ! Prise de connaissance avec votre âne, pansage de l'animal battage et chargement, les

bons conseils pour randonner avec un âne, règles élémentaires de sécurité, itinéraire et c'est parti !

Lieu**de départ :**

Parc de loisirs des Contamines Montjoie

Traverser le village des Contamines tout droit en direction de Notre Dame de la Gorge

Parking du foyer de ski fond PARC NORDIC

Au fond du parking accès piétons

200m à droite le parc des ânes

Assurance :**Article 1385 du code civil :**_Le propriétaire d'un animal, ou celui qui s'en sert, pendant qu'il est à son usage, est responsable du dommage que l'animal a causé soit que l'animal fût sous sa garde, soit qu'il fût égaré.

Nos ânes assurés en responsabilité civile sont identifiés, pucés et à jour de vaccination