



# ENTRES LACS ET SOMMETS, LA BELLEDONNE EN RAQUETTES

Circuit accompagné en petit groupe  
Séjour en étoile - 6 jours / 5 nuits

Mise à jour : 15/10/2024

Niché entre le massif de la Chartreuse et celui des Écrins, le massif de la Belledonne est un trésor alpin souvent méconnu, qui révèle ses merveilles aux amateurs de nature et de tranquillité. Dans le petit village de La Ferrière, où les montagnes se dressent majestueusement autour de vous, se trouve un charmant hôtel entièrement rénové, prêt à vous accueillir pour un séjour empreint de confort et d'authenticité. Le massif de la Belledonne, avec ses hauts sommets culminant à plus de 3 000 mètres, est une invitation à l'évasion. Les paysages y sont variés : des torrents de montagne aux lacs d'altitude, en passant par de vastes forêts d'épicéas.

C'est un lieu où le temps semble s'arrêter, permettant aux visiteurs de plonger au cœur d'une nature sauvage et préservée. Les lacs de Bréda, de la Mirande, ou encore le lac du Crozet, enchâssés dans des écrins de verdure, sont autant de points d'eau scintillants qui ajoutent une touche de magie à ce territoire.

Votre guide pour cette aventure sera Jean-Louis, un enfant du pays, passionné par les merveilles de la montagne. Avec lui, chaque randonnée se transforme en un moment de partage et de découverte. Sa connaissance approfondie des lieux vous conduira à travers des itinéraires de grande qualité, vous permettant d'accéder à des panoramas à couper le souffle, où le massif du Mont Blanc et les grandes Alpes dauphinoises se dessinent à l'horizon. En randonnée, vous apprendrez à observer les subtilités de la faune et de la flore locales, tout en savourant la beauté des paysages.

Le voyage au cœur de la Belledonne se déroule également dans un milieu hivernal de rare qualité. Les espaces enneigés, accessibles facilement, sont idéaux pour s'adonner aux joies de la randonnée en raquettes. Vous aurez la chance de monter à bord d'un télésiège pour atteindre le plateau

sommital, offrant des vues panoramiques exceptionnelles sur la vallée et ses alentours. Ce moment, suspendu dans le temps, vous permettra d'admirer la majesté des cimes enneigées et de ressentir la pureté de l'air alpin. Au-delà des paysages, le massif de la Belledonne possède une culture riche et un patrimoine vivant. Les traditions montagnardes se révèlent à travers l'artisanat local, la gastronomie et les festivals qui rythment la vie des habitants. Les fromages savoureux, tels que le célèbre fromage de montagne, sont un régal pour les papilles, tandis que les plats traditionnels comme la tartiflette ou le gratin dauphinois vous réconforteront après une journée d'efforts. Fabienne, votre hôte, se fera un plaisir de partager ses conseils pour vivre ce séjour comme un véritable voyage, alliant découvertes culturelles et plaisir des sens.

Dans ce petit coin de paradis alpin, chaque instant est une célébration de la nature. Le massif de la Belledonne vous invite à ralentir, à observer, à respirer et à vous ressourcer, tout en profitant d'une hospitalité authentique et chaleureuse. Que vous soyez randonneur aguerri ou simple amateur de paysages, préparez-vous à vivre une expérience inoubliable, bercée par le murmure des torrents et le souffle des montagnes.

#### **L'ETAT D'ESPRITCANOPEE:**

Vous vous préparez à nous suivre sur un de nos voyages d'aventure. Derrière cette fiche technique se cache un travail d'équipe et une véritable culture du voyage que nous tenons à partager avec vous. Nos objectifs sont de tenter de vous faire découvrir des régions en y apportant nos touches personnelles, celles de découvrir des territoires sauvages, des hébergements locaux et petits hameaux qui se fondent dans les massifs. Il s'agit aussi de développer sur ces territoires l'emploi que ce soit directement pour le biais de l'embauche ou par le choix de prestataires locaux qui sont, à nos yeux, les référents de leur territoire. Mais aussi vous faire découvrir la faune et la flore. Les rencontres humaines sont, sans aucun doute, pour nous, le point primordial de nos voyages. Elles sont la clef de voûte de la transmission du savoir et de l'épanouissement personnel afin que vous repartiez de nos séjours la tête remplie d'étoiles. Vous venez donc, avec nous, pour découvrir ces valeurs, vous ouvrir à ce partage et vous immerger dans ces territoires qui n'attendent de vous que la curiosité et le respect.

**... bienvenue chez Canopée Voyages**

# PROGRAMME

## **Jour 1:** Accueil et installation

Votre aventure débute à La Ferrière, charmant village niché au cœur de la commune de Le Haut-Breda. À partir de 17h, vous serez chaleureusement accueillis à l'hôtel, entièrement rénové pour votre confort. Si vous arrivez en train, le rendez-vous est fixé à 18h30 à la gare de Pontcharra-sur-Breda, où vous pourrez rejoindre votre groupe et profiter d'un moment convivial avant de vous installer. Profitez de cette première soirée pour vous familiariser avec votre environnement et échanger vos premières impressions sur le massif de Belledonne.

## **Jour 2:** Les Crêtes

Pour ce deuxième jour d'aventure, préparez-vous à une randonnée panoramique inoubliable. Nous prendrons le télésiège de Pincerie, situé au pied de la station de ski des 7 Laux, qui nous mènera à une altitude idéale pour débiter notre exploration. À partir des crêtes, vous serez émerveillés par la vue sur la chaîne de Belledonne, dont les sommets majestueux culminent à 2 980 mètres.

Cette randonnée offre également un panorama exceptionnel sur quatre massifs alpins, un véritable régal pour les amateurs de paysages grandioses. En chemin, vous pourrez découvrir les circuits qui nous attendent au cours des prochains jours, tout en profitant d'une belle mise en jambe pour vous acclimater à la montagne. C'est une journée qui allie effort physique et émerveillement, parfaite pour vous plonger dans l'ambiance alpine et profiter de l'air pur et revigorant de Belledonne.

**5h de marche. D+ 350m / D- 500m**

## **Jour 3:** Le Chalet du Bout et les Sapins Henri IV

Aujourd'hui, nous entamerons notre randonnée depuis le hameau du Gleyzin ou de La Piat, en direction de la montagne "du Bout". Ce parcours nous mènera à travers un espace naturel sensible, où se dressent des sapins séculaires, témoins d'un passé lointain.

À mesure que nous gravissons les pentes, nous pénétrerons dans un univers montagnard d'une beauté sauvage, qui semble tout droit sorti des romans de Jack London. La quiétude des lieux, mêlée à la majesté des arbres, crée une atmosphère unique propice à l'émerveillement.

Ce jour sera l'occasion d'explorer le milieu montagnard d'altitude, d'observer la faune et la flore locales, et de comprendre l'importance de la préservation de cet écosystème fragile. Une immersion totale dans la nature qui vous laissera des souvenirs impérissables.

**4h30 de marche. D+ 500m / D- 500m**

## **Jours 4:** Les Crêtes des Tavernes

Aujourd'hui, nous débuterons notre randonnée au départ du Jeu de Paume, en direction des majestueuses crêtes des Tavernes. Ce parcours nous mènera à la cime du Grand Crêt, offrant des vues imprenables sur le paysage environnant et le lac des Tavernes, un véritable écrin de nature.

Au fil de notre marche, nous pénétrerons dans un monde où règnent les forêts de résineux, un habitat privilégié pour les cervidés qui y ont élu domicile. Soyez attentifs, car ces animaux majestueux pourraient croiser notre chemin au détour d'un sentier ou se laisser apercevoir à travers les arbres.

Cette journée sera l'occasion de découvrir la richesse de la biodiversité montagnarde et d'apprécier la beauté sauvage des paysages. Les panoramas s'étendront à perte de vue, vous invitant à la contemplation et à l'émerveillement.

**5h de marche. D+ 550m / D- 550m**

## **Jours 5:** Journée de Ressourcement

Cette journée est entièrement dédiée à votre bien-être et à la découverte de l'histoire locale. Aujourd'hui, nous laisserons de côté les raquettes pour prendre le temps de nous ressourcer et de nous reconnecter à notre environnement.

En matinée, partez à la rencontre du pays d'Allevard avec votre guide, qui vous plongera dans les récits fascinants de cette région riche en traditions et en patrimoine. Vous découvrirez les aspects culturels et historiques qui façonnent cette belle vallée, tout en vous imprégnant de l'atmosphère montagnarde.

Dès le début d'après-midi, laissez-vous emporter par un moment de détente avec Fabienne Heli, qui vous proposera une session "Relaxation et Énergies". Dans un cadre apaisant, vous apprendrez des techniques de relaxation et de bien-être pour revitaliser votre corps et votre esprit.

Pour clore cette journée en beauté, profitez d'un massage individuel de 30 minutes, axé sur le dos, les bras et les mains ou sur les jambes et les pieds. Ce moment de douceur et de lâcher-prise vous permettra de quitter le massif de Belledonne ressourcé et prêt à affronter de nouveaux horizons.

#### **Jours 6:** Randonnée dans la vallée du Haut Bréda, Fond de France

Pour cette dernière journée, nous vous invitons à explorer les alentours proches de l'hôtel lors d'une belle randonnée au cœur de la vallée du Haut Bréda. Le sentier serpente le long du torrent, offrant un cadre sauvage et paisible où la nature s'épanouit.

Vous découvrirez en chemin les installations de production hydroélectrique, témoignage de l'ingéniosité humaine et de son interaction avec ce territoire alpin. Ces infrastructures, discrètement nichées dans le paysage, racontent une histoire de modernité en harmonie avec les éléments naturels.

Nous terminerons la randonnée en douceur, revenant à l'hôtel en fin d'après-midi pour un dernier moment de convivialité avant de prendre congé. La dispersion est prévue vers 16h30, laissant à chacun de beaux souvenirs de ce séjour entre sommets, forêts et torrents.

***4h de marche. D+ 400m / D- 400m***

# FICHE PRATIQUE

## ACCUEIL

A l'hôtel \*\*\* le Madame à La Ferrière, Le Haut Bréda à partir de 17h.

## SI VOUS VENEZ EN TRAIN:

### Arrivée Gare de Pontcharra sur Breda - Allevard.

Nous pouvons vous proposer un transfert pour vous amener à l'hôtel depuis la gare de Pontcharra. Tarif : 20 € par personne aller et retour à réserver à l'inscription. Navette à 18h30.

## SI VOUS VENEZ EN VOITURE:

Afin de prévoir votre trajet, nous vous conseillons de vous renseigner sur votre itinéraire auprès des différents sites : [www.viamichelin.fr](http://www.viamichelin.fr) [www.mappy.fr](http://www.mappy.fr).

### Parking

Vous pouvez garer votre véhicule sans souci près de votre hébergement.

**SI VOUS VENEZ EN AVION:** non concerné

## DISPERSION

Le dernier jour à 16h à votre hébergement ou à 17h en gare de Pontcharra sur Bréda, **si vous avez réservé le transfert.**

## FORMALITES

Durant la randonnée, vous devez être en possession des documents suivants :

- pièce d'identité en cours de validité durant tout le voyage.
- dépliant de votre assurance voyage reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit l'assurance que nous proposons) ou de votre assurance personnelle (numéro de contrat + numéro de téléphone).
- carte vitale.

## Niveau 2/5 - Modéré :

Ces randonnées s'adressent à des randonneurs en bonne condition physique, sans être des sportifs aguerris. Les étapes durent entre 4 et 6 heures par jour, avec un dénivelé compris entre 300 et 750 mètres. Les chemins peuvent comporter quelques passages plus techniques ou escarpés, mais restent accessibles à toute personne habituée à marcher régulièrement.

NB: Lors de la pratique des séjours en hiver en raquettes ne pas oublier que le froid est un facteur supplémentaire de difficulté.

## HEBERGEMENT

L'hôtel Le Madame \*\*\*, situé à La Ferrière dans la vallée du Haut-Bréda, est un charmant petit hôtel niché au cœur du massif de Belledonne. Entièrement rénové, il offre tout le confort moderne tout en conservant une atmosphère authentique de montagne. Les chambres sont équipées de tout le

nécessaire pour un séjour relaxant : accès Wi-Fi, salle de bain privative, télévision, et certaines avec balcon pour admirer les paysages alpins.

Vous pourrez profiter d'une piscine extérieure chauffée, idéale pour se détendre après les journées de randonnée.

Hébergement en chambre de 2 à 3 personnes.

Option chambre individuelle: + 240€ / personne.

### **REPAS:**

Petits déjeuners et dîners pris dans les hébergements, pique-niques à midi.

Les repas sont servis dans le restaurant de l'hôtel, où vous aurez l'occasion de déguster des plats locaux préparés à partir de produits de montagne de qualité. Si vous avez des allergies alimentaires ou des contraintes particulières, merci de nous en informer lors de votre réservation.

**Pour des raisons de qualité de préparation, nous ne sommes pas en mesure de cuisiner pour les personnes souhaitant un régime sans lactose ou sans gluten.**

### **TRANSFERTS INTERNES**

Notre minibus pouvant transporter 8 personnes en plus de l'accompagnateur, si le groupe dépasse ce nombre, nous pouvons vous demander d'utiliser votre propre véhicule. Dans ce cas-là, il est bien évident que vous serez défrayé des frais engagés.

### **PORTAGE DES BAGAGES**

Pas de portage de bagages. Portage uniquement des affaires de la journée (vêtements nécessaires à la journée et partage du pique-nique) Prévoir un sac à dos avec ceinture ventrale de 35L environ.

### **GROUPE**

De 6 à 12 voyageurs.

### **ENCADREMENT**

- Accompagnateur en montagne diplômé d'Etat, connaissant parfaitement le massif. Professionnel de la montagne, il s'engage à :
- gérer au mieux le déroulement de votre randonnée en toute sécurité : choix de l'itinéraire, rythme de progression, logistique, santé, adaptation aux aléas météorologiques et à la nivologie.
- assurer la dynamique et la cohésion du groupe.
- vous faciliter l'approche du milieu montagnard et vous faire partager avec passion ses connaissances pour la nature.
- être disponible et à votre écoute.

### **MATERIEL FOURNI**

Pour ces randonnées en raquettes il vous sera fourni une paire de raquettes et des bâtons de randonnée. Nous avons aussi un stock de cramponnettes si besoin.

## **EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR**

### **POUR LA RANDONNEE:**

pour un maximum de confort, privilégier un système de vêtements « multi couches » : sous-vêtements chauds type "carline" ou "capilène" (fibres creuses évacuant la transpiration) + sweat ou veste polaire ou veste de montagne et surpantalon avec membrane imperméable et respirante (type « gore tex » ou équivalent) pour le mauvais temps. De façon générale, éviter le coton qui retient l'humidité près du corps (et sèche difficilement) au profit de matières synthétiques adaptées.

- 1 sac à dos de 35 litres minimum, muni d'une ceinture ventrale pour les journées de randonnée.
- 1 veste technique pour avoir chaud pendant les randonnées
- 6 TS manches courtes et 2 à 3 TS manches longues technique
- pantalon de ski ou de rando chaud
- 6 paires de chaussettes de randonnée. Si vous êtes frileux, pensez à prendre un collant
- 1 bonnet
- 1 paire de gants
- 1 paire de guêtres (vraiment indispensable pour éviter que la neige rentre dans les chaussures)
- 1 paire de chaussures de randonnée avec membrane imperméable et respirante dans lesquelles vous êtes bien !
- 1 (voire 2) paire de lunettes de soleil avec verres d'indice 3 minimum.
- 1 grand sac plastique solide pour envelopper les vêtements et affaires dans le sac à dos (en cas de forte pluie)
- mouchoirs en papier.
- 1 pochette pour contenir vos papiers et valeurs : passeport ou carte d'identité, contrat d'assurance, carte vitale, billets d'avion, de train, carte de crédit, argent...)
- 1 petite pharmacie personnelle (Attention liste non exhaustive à adapter en fonction de vos propres besoins médicaux) : pansements stériles prédécoupés, antiseptique local à usage externe (plaies), Elastoplaste et/ou double peau (ampoules), Antalgique type paracétamol, Anti-diarrhémique et antiseptique intestinal, Anti-sapsmodique, Antihistaminique (allergies), sérum physiologique ou collyre oculaire, crème solaire haute protection pour la peau et les lèvres, crème hydratante type Biaffine (coups de soleil et brûlures), 1 stick à lèvres...

### **POUR L'ETAPE:**

- tenues de rechange et chaussures confortables
- boules "Quies" ou bouchons d'oreilles "Ear"
- affaires de toilette minimum + serviette de toilettes Privilégier savon, gel douche et shampoing 100% biodégradable.

### **POUR LES PIQUE-NIQUES:**

- 1 gourde de 2L et/ou une bouteille thermos ou camel bag. Boire est indispensable en randonnée.
- 1 couteau pliant type couteau suisse + couverts + gobelet.
- 1 boîte type « tupperware » avec couvercle pour les pique-niques.

## **LE PRIX COMPREND**

- l'encadrement par un accompagnateur en montagne connaissant la région

- l'hébergement en pension complète du pique-nique du J1 au pique-nique du J6 (vin et boissons non compris)
- La séance de massage du jour 5
- l'accès à la piscine
- le transport des bagages
- le matériel nécessaire à la pratique de la randonnée en raquettes
- les taxes de séjour
- les transferts prévus au programme

#### **LE PRIX NE COMPREND PAS**

- **le trajet ALLER / RETOUR de votre domicile au lieu de rendez-vous**
- **les boissons dans et en dehors des hébergements**
- **les dépenses personnelles**
- **les assurances: annulation voyage (4% du montant du séjour). Responsabilité civile obligatoire.**



