



# Séjours randonnées

*Goûtez la diversité des Aravis !*

## Eté 2017

Spécialisée dans les séjours randonnées tout compris, l'Auberge Nordique vous offre un choix de 5 séjours de niveau technique différent. Tous nos séjours sont encadrés par nos accompagnateurs en montagne diplômés et passionnés qui sauront transmettre leurs savoirs, leurs secrets et leur passion !

### Le +

Une offre  
randonnée variée  
pour tous les  
niveaux



**Tarif :** à partir de **502€**

**Toutes les semaines du 18 juin au 9 septembre 2017**

Séjours de 7 jours / 6 nuits dont 5 jours d'activité

**Options :** 4 niveaux de randonnée différents pour combler tous les envies !

Balcon des Aravis, Lacs et montagne, Rando Evasion, Sentiers Sauvages et Un jour, Un sommet.

**auberge nordique**

1515, route de Lormay  
74450 LE GRAND-BORNAND  
Tél. 04 50 02 31 12  
[www.auberge-nordique.com](http://www.auberge-nordique.com)  
e-mail : [info@auberge-nordique.com](mailto:info@auberge-nordique.com)



## Balcons des Aravis

Alternance judicieuse de randonnées faciles en demi-journée et en journée, qui vous permettront de découvrir les Aravis... Oxygénation, ressourcement, plaisir de la marche et ambiance conviviale sont au rendez-vous de ce séjour pour savourer les bienfaits de la randonnée à un rythme contemplatif.

**Tarif :** à partir de **502€**

**Toutes les semaines du 25 juin au 26 août 2017**

**Dénivelé :** 400 à 700m par jour

**Marche :** 4 à 6h par jour

**Niveau**



## Lacs et montagne

Le Massif des Aravis vous déroule son tapis verdoyant. Chaque jour, partez à la rencontre de nouveaux paysages diversifiés entre lacs, montagnes et alpages. Atteignez les sommets environnants et allez à la rencontre de la faune... Et complétez votre expérience avec une randonnée au soleil couchant avec soirée grillades !

**Tarif :** à partir de **502€**

**Toutes les semaines du 18 juin au 9 septembre 2017**

**Dénivelé :** 700 à 1000m par jour

**Marche :** 5 à 6h par jour

**Niveau**



## Sentiers Sauvages

Vos accompagnateurs vous emmènent **hors des sentiers battus**, découvrir les Aravis dans ce qu'elles ont de plus sauvage. Ce séjour est conçu pour les sportifs adeptes d'évasion qui ont envie de partir à l'aventure. Vous évoluerez sur tous types de terrains afin d'accéder à la face cachée des Aravis.

**Tarif :** à partir de **502€**

**Du 9 au 15 juillet, du 23 au 29 juillet, du 6 au 12 août et du 20 au 26 août 2017**

**Dénivelé :** 800 à 1100m par jour

**Marche :** 5 à 6h par jour

**Niveau**



## Un jour, Un sommet

Pas forcément dur et long...non juste un beau sommet par jour pour le plaisir de la vue à 360 et le plaisir de la conquête... Les Aravis et le massif des Bornes comptent de multiples sommets, rocheux ou herbeux, plats ou effilés. Le choix ne manque pas et il faudra revenir plus d'une fois... pour tous les connaître ;) !

**Tarif :** à partir de **532€**

**Du 2 au 8 juillet, du 16 au 22 juillet, du 30 juillet au 5 août, du 13 au 19 août et du 27 août au 3 septembre 2017**

**Dénivelé :** 800 à 1200m par jour

**Marche :** 6h par jour

**Niveau**



## Grands sommets

Certains sommets sont célèbres...on ne sait pas toujours pourquoi mais c'est ainsi !

Nous vous proposons une semaine exceptionnelle pour grimper sur les sommets mythiques des Aravis...

**Tarif :** à partir de **532€**

**Du 16 au 22 juillet et du 30 juillet au 5 août 2017**

**Dénivelé :** 800 à 1300m par jour

**Marche :** 6h par jour

**Niveau**





## Le +

**Alternance de  
demi-journées et  
de journées**

### Dimanche

- Matinée Accueil et déjeuner à l'Auberge.
- Après-midi **Rando « Alpages des Frasses »**
- Soirée Présentation du séjour suivi d'un **apéritif de bienvenue**.

### Lundi

- Matinée « **La vallée de la Duché** » *2h30 de marche, dénivelé + 200 / - 200m*  
Randonnée dans les alpages.
- Après-midi « **Le sentier de la forêt** » *2h30 de marche, dénivelé + 200 à 250m / - 200 à 250m*  
Découverte de la vie en forêt.

### Mardi

- Journée « **Le Danay en traversée** » - 1731 m  
Randonnée panoramique, profitez d'une vue à 360° sur les Aravis.  
*5h de marche, dénivelé + 450 / - 650m*

### Mercredi

- Matinée **Matinée libre**. Possibilité de participer à une séance d'aquagym ou de visiter le marché au reblochon du Grand Bornand.
- Après-midi et soirée **Soleil couchant et grillades** au « **Lac de la Cour** » - 1781 m  
Vous partirez de l'Auberge en fin d'après-midi pour une randonnée qui vous conduira à travers les alpages du Chinailon, pour finir par une soirée grillade au soleil couchant au bord du lac de La Cour.  
*2h de marche, dénivelé + 300 / -300m*

### Jeudi

- Journée « **Le balcon des Aravis** »  
Belle traversée de combe en combe au pied de la chaîne.  
*4h30 de marche, dénivelé + 400 à 700 m*

### Vendredi

- Journée « **Les Alpages d'Auferrand** » - 1806 m  
Randonnée sauvage au-dessus du col de la Colombière.  
*6 h de marche, dénivelé + 500 / - 600 m*

### Samedi

- Matinée **Matinée libre**, fin du séjour après le déjeuner.

**Important :** Le programme est donné à titre indicatif. Pour varier les plaisirs et selon vos envies, les accompagnateurs sont libres de faire preuve d'imagination et de vous proposer des itinéraires nouveaux. Des situations indépendantes de notre volonté peuvent aussi nous amener à modifier les itinéraires et les activités de la journée (météo, niveau des participants, sécurité du groupe...). Certains déplacements, peuvent s'effectuer avec les voitures des participants, pour varier les itinéraires.

# Lacs et montagne - Programme

Niveau



# Le +

Une variété de paysages

## Dimanche

Matinée	Accueil et déjeuner à l'Auberge
Après-midi	<b>Rando « Les Frasses »</b>
Soirée	Présentation du séjour et <b>apéritif de bienvenue</b>

## Lundi

Journée	<b>« Le lac de Peyre et pointe du midi »</b> - 2364 m Randonnée à partir du col de la Colombière en direction du petit lac de Peyre niché dans son écrin de verdure. Marmotte, bouquetin et gypaète seront peut être au rendez-vous ! <i>5h30 de marche, dénivelé + 700 / - 700m</i>
---------	--

## Mardi

Journée	<b>« Le Mont Lachat »</b> - 2023 m. Sommet calcaire dominant la vallée de Thônes. Randonnée avec vue sur la chaîne des Aravis avec en toile de fond le Mont Blanc. <i>5h à 6h de marche, dénivelé + 900 m / - 900m</i>
---------	--

## Mercredi

Matinée	<b>Matinée libre.</b> Possibilité de participer à une séance d'aquagym ou de visiter le marché au reblochon du Grand Bornand.
Après-midi et soirée	<b>Soleil couchant et grillades</b> au « <b>Lac de la Cour</b> » - 1781 m L'après-midi, vous partirez de l'Auberge pour vous rendre au lac de la Cour. Cette randonnée vous conduira à travers les alpages de la Duché et du Maroly pour finir par une soirée grillade au soleil couchant au bord du lac. <i>3h de marche, dénivelé + 300 / - 400m</i>

## Jeudi

Journée	<b>« Lac de Tardevant et Combe de la Grande Forclaz »</b> - 2310 m. Cette randonnée au départ de la vallée des confins, vous fera pénétrer au cœur de la chaîne des Aravis, pour découvrir la combe sauvage de la grande Forcle : un monde minéral plein de fraîcheur ou le plaisir de marcher sur la neige en plein été. <i>6h de marche, dénivelé + 700 / - 1000m</i>
---------	---

## Vendredi

Journée	<b>« Le petit Bargy »</b> - 2098 m Domaine du gypaète qui domine la Chartreuse du Reposoir avec vue sur le massif du Mont-Blanc. Parcours idéal pour admirer au détour d'un rocher, les bouquetins qui se sont installés sur les pentes raides du Bargy. <i>5h30 de marche, dénivelé + 800 / - 800m</i>
---------	---

## Samedi

Matinée	<b>Matinée libre,</b> fin du séjour après le déjeuner.
---------	--

**Important :** Le programme est donné à titre indicatif. Pour varier les plaisirs et selon vos envies, les accompagnateurs sont libres de faire preuve d'imagination et de vous proposer des itinéraires nouveaux. Des situations indépendantes de notre volonté peuvent aussi nous amener à modifier les itinéraires et les activités de la journée (météo, niveau des participants, sécurité du groupe...). Certains déplacements, peuvent s'effectuer avec les voitures des participants, pour varier les itinéraires.

# Sentiers sauvage - Programme

Niveau



# Le +

Itinéraires peu  
fréquentés

## Dimanche

- Matinée Accueil et déjeuner à l'Auberge.
- Après-midi **Randonnée panoramique sur les Aravis et ses vallées : le Roc des Arces**  
*Dénivelé + 350 / - 350m*
- Soirée Présentation du séjour et **apéritif de bienvenue.**

## Lundi

- Journée « **Le Jalouvre** » - 2438 m
- Au départ du col de la Colombière, le Jalouvre demeure une très belle randonnée réservée aux marcheurs expérimentés !
- 5h de marche, dénivelé + 800 / - 800m*

## Mardi

- Journée « **Le Mont Lachat** » - 2023 m.
- Sommet calcaire dominant la vallée de Thônes. Randonnée avec vue sur la chaîne des Aravis avec en toile de fond le Mont Blanc.
- 5h à 6h de marche, dénivelé + 900 m / - 900 m*

## Mercredi

- Matinée **Matinée libre.** Possibilité de participer à une séance d'aquagym ou de visiter le marché au reblochon du Grand Bornand.
- Après-midi et soirée **Soleil couchant et grillades** au « **Lac de la Cour** » - 1781 m
- L'après-midi, vous partirez de l'Auberge pour vous rendre au lac de la Cour. Cette randonnée vous conduira à travers les alpages de la Duché et du Maroly pour finir par une soirée grillade au soleil couchant au bord du lac.
- 4h de marche, dénivelé + 600 / - 200m*

## Jeudi

- Journée « **Tête Pelouse** » - 2537m
- Un itinéraire peu fréquenté au départ de la vallée des Confins, au cœur de la chaîne des Aravis entre la combe de grand Crêt et la combe de Pacaly.
- 6h de marche, dénivelé + 1100 / - 1100m*

## Vendredi

- Journée « **Le Grand Bargy** » - 2290 m
- Grande traversée des Lapiaz, site de réintroduction du gypaète barbu.
- 6h00 de marche, dénivelé + 1100 / - 1100m*

## Samedi

- Matinée **Matinée libre,** fin du séjour après le déjeuner.

**Important :** Le programme est donné à titre indicatif. Pour varier les plaisirs et selon vos envies, les accompagnateurs sont libres de faire preuve d'imagination et de vous proposer des itinéraires nouveaux. Des situations indépendantes de notre volonté peuvent aussi nous amener à modifier les itinéraires et les activités de la journée (météo, niveau des participants, sécurité du groupe...). Certains déplacements, peuvent s'effectuer avec les voitures des participants, pour varier les itinéraires.



# Un jour, Un sommet - Programme

Niveau



## Le +

### Dimanche

Matinée	Accueil et déjeuner à l'Auberge
Après-midi	<b>Randonnée panoramique sur les Aravis et ses vallées : le Roc des Arces</b> <i>Dénivelé + 350 / - 350m</i>
Soirée	Présentation du séjour suivi d'un <b>apéritif de bienvenue</b>

**Une nuitée en refuge pour accéder à un sommet plus facilement.**

### Lundi

Journée	« <b>Jalouvre</b> » - 2438m  Au départ du col de la Colombière, le Jalouvre demeure une très belle randonnée réservée aux marcheurs expérimentés !  <i>5h de marche, dénivelé + 800 / - 800m</i>
---------	--

### Mardi

Journée	« <b>Le Mont Lachat de Thônes</b> » 2023m  LE sommet de la vallée de Thônes ! Des forêts de hêtres à l'étage alpin des chamois puis à l'ambiance minérale finale le randonneur trouve bonheur à son gout. Assez central dans le massif des Bornes, c'est encore un beau sommet qui clôture la semaine.  <i>«6h de marche, dénivelé + 900 / - 900m</i>
---------	---

### Mercredi

Matinée	<b>Matinée libre.</b> Possibilité de participer à une séance d'aquagym ou de visiter le marché au reblochon du Grand Bornand.
Après-midi et soirée	Départ direct de l'Auberge pour 1.5j. Montée au refuge par le fond de vallée puis le sentier balcon des Aravis jusqu'au refuge de la Bombardellaz (ancien chalet d'alpage aménagé en gîte, cuisine savoyarde). Soirée et nuitée en refuge.  <i>Environ 2h30 de marche, dénivelé + 600 m</i>

### Jedi

Journée	« <b>Pointe de Chombas</b> » 2468 m  Une belle traversée au pied des combes et la pointe de Chombas à portée de main. Un monde minéral pour rejoindre le refuge Gramusset.  <i>Environ 6h de marche, dénivelé + 800 / - 1300m</i>
---------	---

### Vendredi

Journée	« <b>Le Petit Bargy</b> » 2098m  Comme l'indique le nom, ce sommet est situé dans la chaîne du Bargy au-dessus du col de la Colombière. Surprenant, très varié, avec une vue sur le Jura et le genevois, le village du Reposoir et son mystique Carmel...et bien d'autres sommets, à ne pas rater  <i>5h de marche, dénivelé + 800 / - 800m</i>
---------	---

### Samedi

Matinée	Matinée libre, fin du séjour après le déjeuner.
---------	---

**Important :** Le programme est donné à titre indicatif. Pour varier les plaisirs, les accompagnateurs sont libres, selon vos envies, de faire preuve d'imagination et de vous proposer des itinéraires nouveaux. Des situations indépendantes de notre volonté peuvent aussi nous amener à modifier les itinéraires et les activités de la journée (météo, niveau des participants, sécurité du groupe...). Les déplacements pour se rendre jusqu'au départ des sommets peuvent se faire avec les véhicules des participants pour faciliter l'accès si le groupe est d'accord.

# Grands sommets - Programme

Niveau   
**Le +**

- Aux 4 coins des Aravis  
- Groupe limité à 8

## Dimanche

- Matinée Accueil et déjeuner à l'Auberge
- Après-midi « **La Tête du Danay** » - 1731m.  
Belvédère incomparable sur la Chaîne des Aravis, à la jonction des 3 communes La Clusaz, St Jean de Sixt, Le Grand Bornand.  
*2h30 de marche Dénivelé + 450 / - 450m*
- Soirée Présentation du séjour suivi d'un **apéritif de bienvenue**

## Lundi

- Journée « **Le Pic du Jalouvre** » - 2438 m Dominant toute la vallée du Chinailon ce sommet doit certainement son renom à son accès (le col du rasoir....) et sa vue imprenable sur tout le massif des Bornes, la vallée de l'Arve, le Genevois, le Jura, le plateau de Glières, les Aravis et la chaîne du Mt Blanc.  
*5h de marche, dénivelé + 800 / - 800m*

## Mardi

- Journée « **La Tournette** » - 2351 m  
D'Annecy au Mt Blanc on ne voit qu'elle ! Surplombant le lac d'Annecy de quelques 1900 m de dénivelé, elle est le plus haut sommet du tour du lac... Couronnant une montée assez facile mais longue, l'arrivée au « fauteuil » est un moment fort !  
*Environ 6h30 de marche, dénivelé + 1300 / - 1300m*

## Mercredi

- Matinée **Matinée libre.** Possibilité de participer à une séance d'aquagym ou de visiter le marché au reblochon du Grand Bornand.
- Après-midi « **Le Roc Charmieux** » - 1877 m  
Un sommet pour l'après-midi, au-dessus d'un secteur verdoyant, tranquille et peu fréquenté. Mais l'itinéraire demande un peu de vigilance. De la croix une vue plongeante sur Petit Bornand les Glières étonne le randonneur.  
*3h30 de marche, dénivelé*

## Jeudi

- Journée « **Le Charvin** » - 2409 m  
A l'extrémité sud-ouest des Aravis le Charvin est un véritable repère dans l'espace. On le voit de loin depuis les massifs voisins. Un joyau lacustre se niche au pied de sa face nord et l'arête qui mène au sommet demandera un pied sur mais renforcera le plaisir d'être là. La descente se fait par la voie normale.  
*6 h30 de marche, dénivelé + 1200 / - 1200 m.*

## Vendredi

- Journée « **Le Mont Charvet** » - 2538 m  
En direct depuis l'Auberge, élanchez-vous pour le plus beau sommet des Aravis. Du bas en haut la forêt puis les pelouses alpines puis la roche.....Un sérieux défi physique pour clôturer cette semaine exceptionnelle. Au sommet, à droite et à gauche les enfilades alignées des sommets voisins, et en face, la blanche chaîne du Mt Blanc !  
*Environ 7 h00 de marche, dénivelé + 1438 / - 1438 m.*

## Samedi

- Matinée Matinée libre, fin du séjour après le déjeuner.

**Important :** Le programme est donné à titre indicatif. Pour varier les plaisirs, les accompagnateurs sont libres, selon vos envies, de faire preuve d'imagination et de vous proposer des itinéraires nouveaux. Des situations indépendantes de notre volonté peuvent aussi nous amener à modifier les itinéraires et les activités de la journée (météo, niveau des participants, sécurité du groupe...). Les déplacements pour se rendre jusqu'au départ du mini-trek s'organisent avec les véhicules des participants.

## EQUIPEMENT NECESSAIRE

### Vêtements

Pour les randonnées de la journée

- ✓ Casquette ou 1 chapeau.
- ✓ Paire de gants.
- ✓ Pantalon, short, t-shirts.
- ✓ Chaussettes de marche. Eviter les chaussettes type « tennis » en coton (risque d'ampoule élevé) préférer celles à base de Coolmax par exemple.
- ✓ Cape de pluie imperméable ou 1 coupe-vent type Goretex et 1 veste polaire ou 1 gros pull.
- ✓ Chaussures de randonnée avec semelles crantées.

Pour la soirée

- ✓ Vêtements de rechange.
- ✓ Chaussures d'intérieur ou une paire de chaussons.
- ✓ Linge de toilette (non fournis).
- ✓ Maillot et serviette de bain (pour utiliser le sauna ou aller à la piscine du village).

### Equipement

- ✓ Carte d'identité ou 1 passeport valide.
- ✓ Sac à dos (30 à 40 litres) pour les affaires de la journée et le pique-nique.
- ✓ Grand sac plastique ou 1 sursac pour protéger votre sac à dos.
- ✓ Gourde (1,5L minimum).
- ✓ Couteau de poche et couverts réutilisables pour les pique-niques.
- ✓ Paire de lunettes de soleil très protectrices (indice CE 3 ou 4 indispensable).
- ✓ Tube de crème solaire et 1 stick à lèvres, avec un indice de protection solaire élevé.
- ✓ Appareil photo et 1 paire de jumelles (facultatif).
- ✓ Paire de bâtons de randonnée (facultatif).

### Pharmacie

- ✓ Vos médicaments habituels.
- ✓ Médicaments antidouleurs, paracétamol de préférence.
- ✓ Bande adhésive ou élastique (type Elastoplast, 6cm de large).
- ✓ Jeux de pansements adhésifs et compresses désinfectantes.
- ✓ Double peau (pansements anti-ampoule)

**Important** : En montagne les écarts de température peuvent être importants si le vent se lève ou si l'orage s'annonce. Il vaut mieux prévoir des vêtements chauds et imperméables même en été.

Une trousse de premiers secours sera disponible et placée sous la responsabilité de l'accompagnateur.



## RESTAURATION ET HEBERGEMENT

Hébergement en chambres confortables de 2 à 5 personnes, individuelles ou familiales, dans un style montagnard. L'Auberge Nordique met à votre disposition divers équipements de loisirs : espace bien-être avec sauna et salle de gym, salons lecture et télévision, wifi gratuit accessible au rez-de-chaussée, terrains de tennis, beach-volley, pétanque et ping-pong et annexe-Tipi à proximité.

Un buffet est à votre disposition pour le petit-déjeuner ainsi que pour vos pique-niques si vous partez à la journée. Les repas du déjeuner et du dîner sont servis en tables communes dans la salle de restaurant. Le chef vous propose une cuisine familiale et équilibrée, agrémentée de produits et plats régionaux.

## INFORMATIONS TARIFAIRES

### Le prix comprend :

- ✓ L'hébergement en pension complète du dimanche pour le déjeuner au samedi suivant après le déjeuner.
- ✓ L'encadrement des activités choisies par des accompagnateurs en montage diplômés d'Etat, du dimanche 14h30 au vendredi 17h (mercredi matin libre).
- ✓ Les animations en soirée, certains jours de la semaine.
- ✓ Les navettes « Auberge Nordique - Le Grand Bornand ».
- ✓ Le « Pass Loisirs Aravis » : un crédit de 15 unités pour profiter des équipements de loisirs des stations des Aravis (tir à l'arc, luge d'été, télécabines, espace aquatique...).

### Le prix ne comprend pas :

- ✓ La carte d'adhésion de 5€.
- ✓ La taxe de séjour de 0,75€ par nuit et par adulte de plus de 18 ans.
- ✓ Les boissons et extras.
- ✓ Les transports depuis votre lieu de résidence
- ✓ le linge de toilette (possibilité de le louer sur place – 7€/semaine).

## ACCES

### En train :

TGV - gare d'Annecy (Paris-Annecy 3h30 en TGV), puis trajet en car jusqu'au Grand-Bornand (32km - tarif 16€ aller/retour par personne) - Voyages Crolard (tél. 04 50 45 08 12- [www.voyages-crolard.com](http://www.voyages-crolard.com)).

### En voiture :

Autoroute A41 sortie Annecy Nord, suivre Thônes "Les Aravis" (32 km). Autoroute A40 sortie Bonneville (20 km). Suivre la Clusaz, le Grand-Bornand.

### En avion :

Aéroport Annecy-Meythet à 34 km. Aéroport Genève-Cointrin à 50 km. Aéroport Lyon-St-Exupéry à 150 km.

**Vous voulez connaître toute l'actualité de l'Auberge Nordique ?**

Aimez notre  
page **Facebook**



Inscrivez-vous à  
notre **Newsletter**

