

NE RAPPORTONS QUE DES SOUVENIRS ...

- Restons sur les sentiers
- Préservons nos sites naturels
- Ramenons nos déchets
- Partageons l'espace, soyons discrets et courtois
- Refermons les barrières
- Contournons les troupeaux et restons calmes face aux chiens de protection
- Portons des chaussures et des vêtements adaptés
- N'oublions pas eau et encas

... NE LAISSONS QUE DES TRACES DE PAS

SECOURS : 112 ou 18 ou 114 par SMS
MÉTÉO : 3250 (2,99 €/appel + prix de l'appel) - www.meteofrance.com

INFORMATION

info@hautemaurienne.com
04 79 05 99 06

Au départ du Lavoir, la première montée sur une piste est un peu raide, mais vous l'oublierez vite en arrivant à la prise d'eau de la Loza. Le chemin serpente dans l'alpage, de chalet en chalet, au milieu des Tarines qui mâchonnent herbe tendre et fleurs sauvages. Planté au pied du Mont-Thabor, qui lui sert de toile de fond, le refuge attend tranquillement au bord des Lacs Sainte-Marguerite et Lac long, les randonneurs qui ont besoin d'une halte. Puis le sentier se glisse par le Col de la Vallée Étroite avant de monter au Lac Peyron et Col des Méandes. L'ambiance devient alors plus lunaire et la plénitude du site vous enveloppe alors que vous cheminez vers la chapelle, à l'instar des pèlerins français et italiens qui s'y donnent rendez-vous tous les ans. Arrivés au sommet, profitez des grands espaces que vous offre le Thabor, avec une vue étourdissante sur les hauts sommets des Alpes, du Viso à la Meije. Oui, cette randonnée est longue, mais vous en reviendrez la tête remplie d'images grandioses. Un vrai bain de sérénité sur ce géant de pierre!



Téléchargez l'appli officielle

**RANDO SAVOIE
MONT BLANC**

Gratuit

Plus de 800 Itinéraires
randos et balades!



Apple store



Google Play



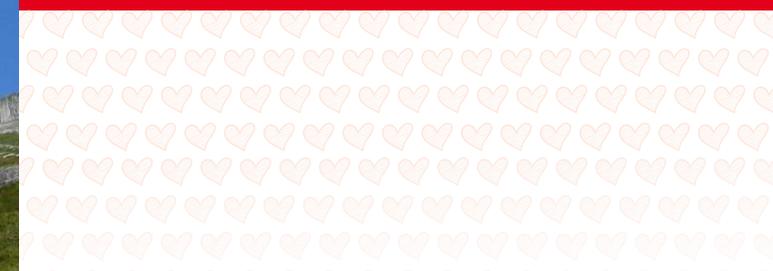
©OTHMV - G. MONIN

LE MONT THABOR ET SON REFUGE

Vous rêvez d'un 3 000 m sans n'avoir jamais osé? Le Thabor vous attend! Pour qui a une bonne condition physique, cet itinéraire vous emmène sans difficulté technique dans l'univers magique de la haute montagne, aux paysages minéraux et majestueux.

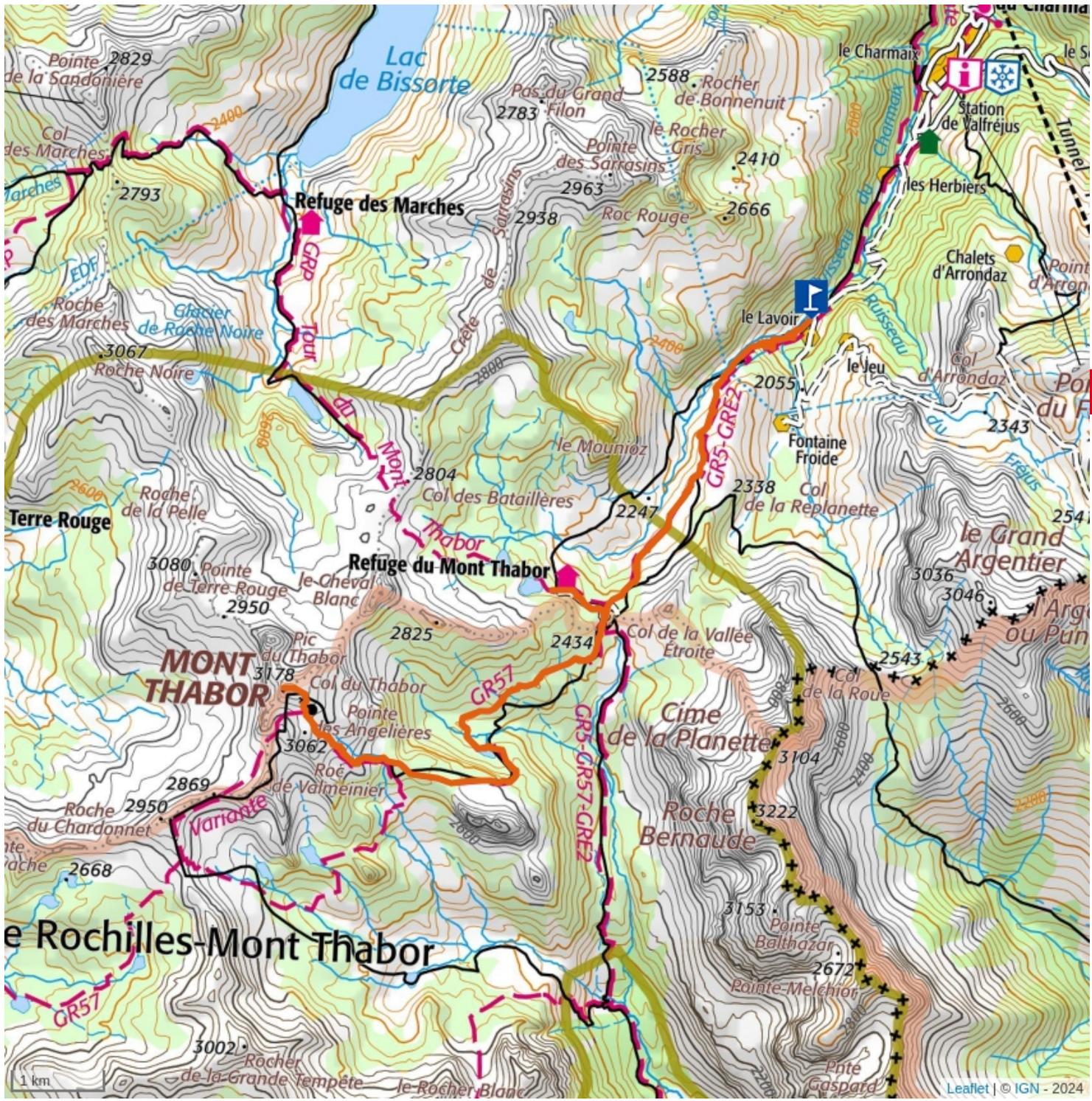
TRÈS DIFFICILE

COUPS DE CŒUR



VALFRÉJUS

Haute Maurienne Vanoise



ITINÉRAIRE

ADRESSES UTILES



©Karine Mandray ATD

Refuge du Mont Thabor

EN HAUTE MONTAGNE. Sur les contre-pentes du Mont-Thabor, à l'ouest du col de la vallée étroite, le refuge du Thabor est une étape du GR5, GR57-tour du Thabor et de la GTA (Grande Traversée des Alpes). *Bivouac accepté à proximité.*

Salle hors-sac.

Du 10/02 au 21/04/2024, tous les jours.

Nuitée : de 13,25 à 26,50 € (< Guides, AMM, BE escalade, Gardien)

Nuitée enfant (8-17 ans) : de 14,60 à 21,20 €

Nuitée membre CAF : de 6,65 à 13,25 €

Petit-déjeuner : de 8 à 9 € (< -18ans)

Pique-nique à emporter : à partir de 10 €

Souper : de 16 à 19 € (< -18ans).

Gratuit pour les moins de 8 ans, les accompagnateurs en montagne, les guides de haute montagne.

Tarif groupe à partir de 9 personnes.

Voir tous les tarifs et réductions sur :

<http://refugedumontthabor.ffcam.fr/tarifs.html>

Pour la saison raquette et ski de randonnée, une taxe de chauffage de 2 € est à ajouter au tarif de la nuitée.

Taxe de séjour non incluse.

73500 Valfréjus • ☎ 06 79 49 97 68 / 04 79 20 32 13

<https://refugedumontthabor.ffcam.fr/>



©AF Falp - Maderon

Alpage le Lavoir

Venez découvrir l'alpage du Lavoir, niché au coeur de la Maurienne. Eric vous accueillera pour vous faire découvrir l'alpage, mais aussi la fabrication et la cave d'affinage du célèbre Beaufort AOP.

Beaufort.

Du 07/07 au 31/08, tous les jours de 15h à 20h. Visite et vente de fromage tous les jours.

Gratuit.

Le Lavoir Après la station de Valfréjus. 73500 Valfréjus •

☎ 06 86 16 08 80



©OT Valfréjus

Fromagerie du Lavoir

Vente de Beaufort d'Alpage, Tomme, Raclette, Sérac et fromage blanc. Visite gratuite de la salle de fabrication et de la cave d'affinage. *La fromagerie fabrique à l'Alpage du Lavoir sur Valfréjus pendant la saison d'alpage (juillet et août) du beaufort*

AOP, du sérac, du fromage blanc.

Du 07/07 au 28/08, tous les jours de 15h à 20h.

Alpage du Lavoir 73500 Valfréjus • ☎ 06 86 16 08 80



Parking du Lavoir

Parking accessible par une piste carrossable (attention pour les voitures basses).

Du 15/05 au 15/10. Ouverture et fermeture selon conditions d'enneigements.

Gratuit.

Le Lavoir 73500 Valfréjus •

☎ 04 79 05 99 06 / 04 79 05 33 83