ASCPA Rando

27 avenue J.F.Kennedy
33600 PESSAC

Tel : 05.56.69.18.49

Email :
admin@ascparando.com

Assurance R.C.P.
WTW France - Département Sport Immeuble
DGPL Fédérations – 2, rue de Gourville
45911 ORLEANS CEDEX 9
Tél. : 09 72 72 01 19
fr.ffrandonnee@wtwco.com
Contrat n° 41789295M / 0002
Garantie financière :
GROUPAMA Assurance-crédit & Caution
3, place Marcel Paul - 92000 Nanterre
Tel 33(0)1 70 96 63 40
Contrat n° 4000716162 /1

FFRandonnée Comité départemental Gironde

NOTICE D'INFORMATION

Pessac, le 18 octobre 2026

Découverte des Dolomites
11 jours d'itinérance sur le Traumpfad
FRxxxxxxx



Le Traumpfad - *« chemin de rêve »* - est un itinéraire de randonnée que Ludwig Graßler a décrit dans un livre publié pour la première fois en 1977. Il relie Munich à Venise franchissant les Alpes en débutant par les Préalpes bavaroises et le Karwendel jusqu'à la vallée de l'Inn (Autriche). Il se poursuit par la traversée des Alpes du Tux, des Alpes de Zillertal (Autriche et Italie) et des Dolomites avant d'atteindre la plaine de Vénétie. L'itinéraire complet 585 km, 24 700m d+, se réalise en 30 jours environ et permet de découvrir une variété de paysages et de cultures. C'est une partie de cet itinéraire que nous suivrons pour découvrir les Dolomites via des tronçons des Alta Via 1 et Via 2 (traversées les plus fréquentées).

Avec des cols à près de 3000m (névés possibles), des étapes très minérales dont certaines sont équipées de câbles, ce séjour s'adresse aux randonneurs en bonne condition physique et ayant une expérience en itinérance en montagne afin de profiter pleinement du séjour, et pour être en mesure de s'adapter aux éventuels aléas météorologiques.

La sortie est ouverte aux adhérents de l'ASCPA Randonnée pédestre, titulaires de la licence FFRandonnée en cours de validité avec assurance/assistance.

Nombre de participants : 8 mini, 14 maxi.
Dates : du 1er au 13 juillet 2027.

Déplacements : Transport en commun entre Venise et Bressanone le J0 et entre La Pissa et Venise le J11. La mise en place à Venise et le retour sont à organiser par les participants.

PROGRAMME :

J0, jeudi 01 juillet 2027 : Rendez-vous à Venise dans la matinée.

Depuis Bordeaux, Wizzair propose des vols directs 3 fois par semaine.

Pour rejoindre le point de départ de notre itinérance depuis Venise, nous emprunterons les transports en commun (bus jusqu'à Mestre, puis Train jusqu'à Bressanone). Le pique-nique du midi et le dîner seront pris en gare ou dans le train (à charge de chaque participant). Arrivée en fin d'après-midi à Bressanone. Installation, visite libre de la ville.



Bressanone

Etape à l'Auberge de jeunesse Bressanone.

J1, vendredi 02 juillet 2027 : Bressanone - Plose

Petit déjeuner puis départ vers Plose.

Nous débuterons notre itinérance en quittant la vallée pour gravir la Plose, montagne culminant à 2576 m qui constitue la partie nord-est des Dolomites. Cette étape traversera le domaine skiable et nous permettra de découvrir au fur et à mesure de notre ascension l'environnement de nos prochaines étapes.



Dîner et nuit au refuge de Plose.

Bilan journée : 11,3 km, + 1 890 m, - 20 m, IBP 109, 7 h 30 de marche environ.

J2, samedi 03 juillet 2027 : Plose – Refuge Genova (Schlüterhütte)

Petit déjeuner au refuge puis départ.

Notre étape débutera par 6 km de descente régulière en quittant le domaine skiable, puis se poursuivra par 3 km de plat, pour se remettre de notre étape de la veille et se préparer à l'ascension qui nous attend pour passer le col de Putia. C'est à ce col que nous rejoindrons le Traumpfad que nous suivrons les 7 prochains jours.







Dîner et nuit au refuge Genova.

Bilan journée : 13,2 km, + 634 m, - 775 m, IBP 91, 5 h 30 de marche environ,

J3, dimanche 04 juillet 2027 : Refuge Genova – Refuge Puez

Petit déjeuner au refuge puis départ.

L'étape du jour permettra de découvrir l'environnement typique des Dolomites. Si le temps est correct, les vues seront spectaculaires.
Deux tronçons peuvent impressionner de loin, mais en se rapprochant ils se révèlent plus abordables.
Nous franchirons en premier le col Roa, en empruntant un chemin en lacet traversant un large pierrier escarpé. L'environnement minéral se poursuivra jusqu'au col Nives. Les cent mètres d'ascension vers le col sont raides mais équipés de câbles dans une "cheminée" qui facilitent le passage. Enfin nous redescendrons vers le refuge de Puez.



Dîner et nuit au refuge Puez.

Bilan journée : 12 km, + 960 m - 783 m, IBP 115, 6 h 00 de marche environ

J4, lundi 05 juillet 2027 : Refuge Puez – Refuge Boé

Petit déjeuner au refuge puis départ.

Aujourd'hui nous quitterons le parc naturel Puez-Geisler et nous dirigerons vers le massif du Sella et profiterons de panoramas majestueux. Après une ascension spectaculaire sécurisée par des câbles, nous franchirons à 2950 m d'altitude le point culminant du Traumpfad. Nous atteindrons notre refuge au pied du Piz Boé.



Dîner et nuit au refuge Boé.

Bilan journée : 13,4 km, + 1305 m – 917 m, IBP 144, 7 h 50 de marche environ

J5, mardi 06 juillet 2027 : Refuge Boé - Refuge Castiglioni

Si les conditions sont favorables et sur décision des organisateurs, possibilité pour ceux qui le souhaitent de monter au Piz Boé (3152m) pour profiter du lever du jour (départ 4h30 à la lueur des lampes frontales, 270m

de d+ sur 900m soit 30% de pente moyenne, IPB : 78). Redescente au refuge pour le petit déjeuner.

Petit déjeuner au refuge puis départ.

Nous poursuivrons notre traversée du massif du Sella avant de « plonger » vers le Passo Pordoï, puis remonterons par des sentiers agréables le long d'une crête herbeuse face au versant nord de la Marmolada, "la reine des Dolomites". Nous poursuivrons le long de la Veil Del Pan (voie du pain utilisée comme voie alternative pour l'échange de marchandises entre le Trentin et la Vénétie) descendant vers le Lago di Fedaia, notre objectif du jour.







Dîner et nuit au refuge Castiglioni.

Bilan journée (hors Piz Boé) : 12 km, + 365 m, - 1153 m, IBP 88, 7 h 30 de marche environ,

J6, mercredi 07 juillet 2027 : Refuge Castiglioni - Alleghe

Petit déjeuner au refuge puis départ.

La descente vers Alleghe ne présente pas de difficulté. La descente jusqu'à Malga Ciapela emprunte les pistes de ski, enherbées l'été. Pour rejoindre Sottoguda, deux possibilités. Idéalement nous passerons par les gorges de Serrai qui étaient fermées suite à la tempête Vaia, qui a emporté, à l'automne 2019, la route qui les traversait. Des travaux ont été réalisés et la traversée est de nouveau possible depuis 2026 sous conditions. Si le passage par les gorges est fermé lors de notre passage nous rejoindrons Sottoguda par un sentier de mémoire de la grande guerre jalonné de sculptures animalières. Nous poursuivrons ensuite notre descente vers Alleghe et son Lac.






Dîner et nuit à l'hôtel.

Bilan journée : 18,8 km, +40m, -1118 m, IBP 64, 6 h 00 de marche environ par les gorges
ou 20,4 km, + 85 m - 1145 m, IBP 72, 6 h 00 de marche environ par le chemin de mémoire

J7, jeudi 08 juillet 2027 : Alleghe – Refuge Tissi

Petit déjeuner à l'hôtel, courses pour pique-nique puis départ.

Après une étape à 980m d'altitude, il nous faudra remonter sans céder à la facilité des remontées mécaniques. Nous atteindrons progressivement Piani di Pezzé, le Col d'Alleghe et le col de Coldaï en surplomb du lac éponyme. Ce n'est qu'en poursuivant au-delà du Lac que nous retrouverons des sentiers moins fréquentés. Nous poursuivrons notre progression au pied de la Tour de Coldaï et de la Civette et atteindrons au prix d'un dernier effort le refuge de Tissi. Après le dîner, si le temps le permet, la montée au Col Rean, tout proche, nous offrira l'une des vues les plus vastes et les plus spectaculaires de notre séjour au coucher du soleil.



Dîner et nuit au refuge Tissi.

Bilan journée : 12,3 km, + 1604 m - 393 m, IBP 122, 6 h 30 de marche environ.

J8, vendredi 09 juillet 2027 : Refuge Tissi - Refuge Carestiato

Petit déjeuner au refuge puis départ.

Notre étape sera marquée par la fin du contournement de la Civette. Nous passerons alors au pied de la Torre Venezia, une tour magnifique et un spot pour les grimpeurs. L'étape se poursuit entre éboulis et forêt de Mélèzes.



Dîner et nuit au refuge Carestiato.

Bilan journée : 14 km, + 705 m - 1053 m, IBP 98, 6 h 30 de marche environ.

J9, samedi 10 juillet 2027 : Refuge Carestiato – Refuge Sommariva

Petit déjeuner au refuge puis départ.

Nous quitterons définitivement le contournement de la Civette et descendrons vers le Passo Duran (1605m) qui marque la limite entre le mont Moiazza au nord-ouest et le val Pramper des Dolomites au sud-est. Nous pourrons observer le flanc ouest de San Sebastiano Nord (2488m). Nous suivrons quelques centaines de mètres une route avant de retrouver un chemin forestier qui monte jusqu'au Forcella Dagarei (1620m). Puis le chemin émerge des conifères dans un immense bassin d'altitude et un monde d'éboulis blancs et de pins nains. Nous poursuivrons notre ascension vers le Malga Moschesin (1800m) puis le col Forcella de Moschesin (1975m). Nous longerons des casernes abandonnées. Nous suivrons alors un sentier qui monte une petite gorge, le long d'une crête, puis descend le long d'un sentier herbeux ondulant jusqu'au Rifugio Sommariva al Pramperet.





Dîner et nuit au refuge Sommariva.

Bilan journée : 13,7 km, + 670 m - 644 m, IBP 85, 4 h 30 de marche environ.

J10, dimanche 11 juillet 2027 : Refuge Pramperet – Refuge Bianchet

Petit déjeuner au refuge puis départ.

Depuis le Rifugio Sommariva al Pramperet, nous reviendrons sur nos pas de la veille jusqu'à un carrefour Puis monterons doucement un chemin caillouteux à travers des pins nains. La pente se fera ensuite plus raide pour atteindre le Portela Del Piazedel (2097m). Nous continuerons l'ascension à travers une vaste étendue calcaire puis de nouveau un passage de plus en plus raide avant le dernier tronçon herbeux jusqu'au Forcella de Zità Sud (2402m). Nous entamerons alors la descente sur le seul chemin menant au **Refuge Pian de Fontana** (1632m). C'est ici que se séparent ceux qui poursuivent le Traumpfad via la via ferrata del Marmol et ceux qui rejoignent Belluno par la variante. C'est ce deuxième itinéraire que nous suivrons pour rejoindre le refuge Bianchet.





Dîner et nuit au refuge Bianchet.

Bilan journée : 11,6 km, + 844 m - 1460 m, IBP 119, 6 h 00 de marche environ.

J11, lundi 12 juillet 2027 Refuge Bianchet - Venise

Petit déjeuner au refuge puis départ.

Pour rejoindre les transports en commun nous poursuivons la variante sans via ferrata et descendons vers La Pissa pour prendre un bus vers Belluno. Pour rejoindre Venise, nous prendrons le train jusqu'à Mestres, puis un dernier bus pour rejoindre la zone de l'aéroport San Marco.

Dîner à proximité de l'aéroport et nuit à l'hôtel

Bilan journée : 7,2 km, + 29 m - 1243 m, IBP 47, 3 h 30 de marche environ.

J12, mardi 13 juillet 2027 : Venise

Fin du séjour.

Le retour des participants vers Pessac ne fait pas partie du séjour.

Synthèse : 11 jours de marche (+2 de transport), 138 km, +9045m, -9130m, entre 450m et 2900m d'altitude, IBP 36 à 144 (moyenne 100).



HEBERGEMENT :
Hébergement en auberge de jeunesse, refuge et hôtel, en dortoirs ou chambres collectives. Les participants devront utiliser leur propre drap de sac. Dans ce type d'hébergement, les sanitaires sont partagés et le linge de toilette n'est pas fourni.
Les étapes sont en formule demi-pension et le pique-nique pour le lendemain est fourni excepté J7. Le déjeuner et le diner du J0 sont à organiser par les participants.

MODALITES DU SEJOUR

- **Conditions :**

- Être adhérent à l'ASCPA randonnée pédestre,
- Être licencié (licence avec responsabilité civile et accident 2026-2027),
- Être apte médicalement à la randonnée pédestre en moyenne montagne,
- Être capable de randonner en montagne 11 jours consécutifs, (IBP max = 144).
- Être équipé pour la randonnée en zone montagneuse tout temps,
- Partager et participer à la vie du groupe toute la durée du séjour,
- Être autonome pour se rendre au point de départ et revenir à Pessac.

- **Matériel nécessaire :**

- Des chaussures de randonnée adaptées à la montagne (tige haute, rigides à semelle plutôt dure, étanches, etc.).
- Des bâtons (facultatifs mais recommandés),
- Le sac à dos contenant :
    - Vos licence, carte d'identité valide ou passeport, carte vitale + Carte européenne d'assurance maladie, pass' sanitaire (si exigé),
    - Votre fiche de renseignements d'urgence actualisée,
    - Une couverture de survie,
    - Une trousse individuelle de secours, adaptée à vos besoins et contenant, outre vos éventuels médicaments, le nécessaire permettant de faire face aux petits tracas (ampoules, coupures, piqûres, etc…),
    - Un sac de couchage ou drap de sac,
    - Votre nécessaire de toilette, serviette, lampe frontale,
    - Des chaussures légères pour les refuges,
    - Des vêtements de randonnée adaptés à tous les temps (vent, froid, orage, pluie, chaleur, etc.),
    - 1,5L d'eau minimum,
    - Le nécessaire pour le pique-nique,
    - Des aliments énergétiques,

NB : Pour ce séjour l'ASCPA Rando mettra à disposition de chacun des équipements de protection individuelle pour une utilisation éventuelle sous directives de l'animateur montagne.

COUT DU SEJOUR
Le coût du séjour est fixé à **1200 €** par personne prix ferme et définitif non révisable,
Ce prix comprend :

- L'hébergement du J0 puis l'hébergement en pension complète, du petit déjeuner du 1er jour de randonnée au dîner du 11ème jour, excepté le pique-nique du J7,
- L'accompagnement des randonnées par un animateur de l'association,
- La taxe de séjour,
- Les douches chaudes quand elles sont proposées par les refuges,
- La traversée du Seraï de Sottoguda,
- La contribution immatriculation tourisme.

Ne sont pas compris :

- Le dîner du J0, les pique-niques des J0 et J7 et le petit déjeuner du J12.
- La souscription aux assurances facultatives : « annulation et interruption de voyage », « bagages », « assistance voyageur ». (Voir notice d'assurance sur le site internet du club),
- Les transports vers le point de départ du séjour et retour vers Pessac,
- Les aliments énergétiques (barres de céréales, fruits secs, pâtes de fruits, chocolat) que vous mettrez dans votre sac,
- Les boissons consommées à l'hébergement et non comprises dans les repas,
- Les dépenses personnelles,

D'une manière générale, tout ce qui n'est pas indiqué comme « compris ».

INSCRIPTIONS :

- **Réunion de présentation du séjour :**
  Afin de répondre aux éventuelles questions, de s'assurer que chaque candidat a bien pris la mesure du niveau exigé, et de présenter la chronologie d'inscription, une réunion de présentation du séjour sera organisée le mardi **17 novembre 2026** à partir de 19h à la salle du Poujeau à Pessac. (4 mail Pierre Mendès-France).
- **Préinscriptions :**
  Les préinscriptions seront ouvertes à l'issue de la réunion de présentation du séjour. Elles se matérialiseront par le paiement des frais administratifs de 100 € par CB et le remplissage d'un formulaire via la plateforme de paiement en ligne de l'association.
  Date limite de préinscription : 30/11/2026.
  Si nécessaire, une liste d'attente sera établie.

  Suivant le nombre de préinscrits, la décision de réaliser ou non ce séjour, sera prise le **01/12/2026.**
  Si les conditions ne permettent pas de réaliser le séjour, le montant des frais administratifs sera intégralement restitué.

  S'il est décidé de réaliser ce séjour, l'association adressera aux préinscrits un bulletin d'inscription.
  S'ils décident de ne pas confirmer leur inscription, les frais administratifs seront conservés par l'association.
  En revanche s'ils décident de confirmer leur inscription, le montant versé au titre des frais administratifs sera déduit de l'acompte à verser.

- **Inscriptions :**
  Votre inscription sera définitive lorsque vous aurez renvoyé votre bulletin d'inscription signé en 2 exemplaires, accompagné du paiement d'un acompte et des éventuelles primes d'assurance facultatives.

  Le bulletin d'inscription signé peut être envoyé par mail à famille.sonier@orange.fr.

  Inscriptions avant le 01/02/2027.

ASSURANCES FACULTATIVES :
Vous aurez la possibilité de souscrire, lors de l'inscription définitive, aux assurances individuelles facultatives au moyen du bulletin de souscription assurances mis à votre disposition au moment de l'envoi du bulletin d'inscription.

Les conditions générales de vente sont disponibles sur le site internet du club (https://ascparando.com/sorties-decouverte/)

PAIEMENTS :

Le paiement du séjour (au-delà des frais administratifs payés par CB lors de la préinscription) peut se faire :

- par chèques à l'ordre de l'ASCPA randonnée pédestre et envoyés à l'adresse indiquée sur le mail d'envoi du bulletin d'inscription :
  - un chèque d'acompte de 300 € à l'inscription (frais administratifs de 100 € déduits), avant le 01/02/2027,
  - un éventuel chèque pour les primes d'assurance facultatives à l'inscription (chèque spécifique),
  - un chèque de solde de 800 € encaissé à partir du 15/05/2027.

  Nota : Joindre lors de votre inscription tous les chèques (acompte et solde). Le solde ne sera pas encaissé avant le 15/05/2027**.**

- par carte bancaire via le site de paiement en ligne dont l'accès vous sera communiqué lors de l'envoi du bulletin d'inscription. Il vous sera alors demandé :
  - de payer un acompte de 300 € à l'inscription (frais administratif de 100 € déduits), avant le 01/02/2027,
  - de payer dans un second temps le solde de 800 € avant le 15/05/2027.

  Nota : en payant par carte bancaire :

  - Vous bénéficiez de l'assurance voyage liée à ce moyen de paiement. Notez cependant que les niveaux de couverture varient d'une carte bancaire à une autre. Une même carte (Visa ou Mastercard) peut proposer des prestations différentes (plafonds ou franchises, exclusions...) selon la banque qui l'émet. Assurez-vous donc de connaître parfaitement les garanties de la vôtre. Prêtez attention aux conditions spécifiques qui s'appliquent.
  - Vous avez toujours la possibilité de souscrire aux assurances facultatives du contrat fédéral/Groupama. Dans ce cas, le montant des primes d'assurances est à régler en même temps que l'acompte.

DISPOSITIONS CONCERNANT LES DEPLACEMENTS :

Les trajets pour rejoindre le point de rendez-vous du séjour et le retour, ne sont pas inclus dans le séjour. Pour réduire l'impact écologique des déplacements, les participants peuvent utiliser les moyens de transport en commun quand ils existent ou s'organiser entre eux pour covoiturer sous leurs responsabilités. Chaque équipage constitué gèrera la contribution de chacun au frais du déplacement.

FRAIS DE RESOLUTION OU D'ANNULATION DE L'INSCRIPTION :

Le voyageur peut annuler son voyage à tout moment aux conditions financières suivantes :

- Non confirmation de l'inscription, les frais administratifs versés lors de la préinscription sont conservés.
- Annulation entre le 01/02/2027 et le 15/05/2027, versement de 400 € + éventuelle prime d'assurance facultative souscrite conservés.
- Annulation après le 15/05/2027, versement de 1200 € conservé, + éventuelle prime d'assurance facultative souscrite soit la totalité du montant du séjour.

DIVERS :

Selon les conditions climatiques sur place, les activités prévues pourront être modifiées. Selon les conditions sanitaires, le séjour pourra être modifié ou annulé.

En cas d'annulation, le remboursement pourra se faire selon les prescriptions gouvernementales. Elles ne pourront en aucun cas donner lieu à une compensation financière.

CESSION DU SEJOUR :

Au moins 7 jours avant le départ, un voyageur peut céder son séjour à un autre membre de l'ASCPA Rando remplissant les mêmes conditions que lui. Il en informera alors immédiatement et formellement l'organisateur. Le participant remplaçant (cessionnaire) devra remplir aussitôt un bulletin d'inscription en double exemplaire et s'acquitter sans délai du montant du séjour et éventuellement des primes d'assurances facultatives. Les sommes versées par le cédant lui seront remboursées après déduction de la contribution EIT et UEIT, des primes d'assurances éventuellement souscrites, du surcoût des éventuelles options, et des éventuels frais administratifs associés au changement de participant.

RESPONSABLES DE LA SORTIE :

Thierry SONIER

Karin SONIER

CORRESPONDANT TOURISME :

Thierry SONIER

Conditions générales de vente et notice sur les assurances consultables sur le site Internet de l'ASCPA Rando.