SEJOUR VAL CENIS DU 02 AU 09 JUILLET 2022

Nous nous retrouvons donc le samedi 02 juillet pour débuter notre séjour d'une semaine sur le site de Val Cenis regroupant les villages de Termignon, Lanslebourg et Lanslevillard dans le fond de la Maurienne. Site rendu célèbre par son chien Flambeau.
Le soir petit pot d'accueil de la directrice qui nous fait un point sur le fonctionnement de l'hôtel et de Gaël responsable de l'animation. Après cette présentation petit briefing de ma part sur le déroulement de la semaine.

Dimanche 03 juillet :

Nous commençons la journée par une visite du village de Lanslevillard en empruntant le « *chemin du petit bonheur* » qui nous conduit à de nombreuses petites chapelles (St Jean Baptiste, St Sébastien, St Étienne, St Roch). Nous sommes bien évidemment sur une station de ski et nous passons devant des cabines en attente de maintenance sur un parking. Trop tentant de monter dedans, mais pour Jojo et Noël les portes se referment et ils ne peuvent plus sortir. Nous arrivons par la force des bras à les ouvrir au grand soulagement de tous, car un dimanche pas de personnel pour nous aider. Une petite aide pour Annie après la chapelle pour descendre le chemin légèrement pentu.

Après le repas, nous effectuons un tour plus important et montons en altitude par le « *chemin du petit bonheur* » en direction de la chapelle de St Agathe. Nous en profitons pour faire de l'escalade sur un rocher afin de dominer la vallée de l'Arc. Ensuite nous partons sur un superbe petit sentier traversé par des ruisseaux, mais une chaleur étouffante, donne l'idée à Dominique de contrôler avec son oxymètre de pouls la situation de l'oxygène dans le sang de certains membres de la troupe. Nous redescendons par la chapelle St Genix, la piste de ski et le pont romain, avant de retourner à l'hôtel.

Non le soir ce n 'est pas une soirée dansante mais une soirée « *quiz musical* » qui nous incite à danser.

Lundi 04 juillet :

Randonnée à la journée, avec nos guides locaux (Élodie et Pierre) en partant du col du mont Cenis, par où Hannibal est passé avec ses éléphants (histoire à vérifier). Formation de deux groupes pour attaquer les pentes du fort de la « *Turra* » en empruntant le « *chemin de la mémoire* » balisé par une étoile bleue.

Passages délicats avec une sécurisation par câble mais tout le monde passe, sous le regard d'une marmotte qui nous observe. Visite du fort et de ses tunnels, et vue magnifique sur le lac d'un côté et la vallée de l'autre. Quelques jolies fleurs agrémentent notre passage. Les deux groupes se rejoignent et le groupe 1 part en direction du « *pas de la Beccia* ». Nous passons devant un ancien poste militaire enfermant de la neige, malgré la chaleur. Descente difficile sur le lac avec de grosses rafales de vent avant d'arriver à la route. Pour le groupe 2 retour par le chemin stratégique qui menait au fort.

Pour clôturer la journée, soirée « *the voice* »

Mardi 05 juillet :

Matinée à Bessans en partant du pas de tir des biathlètes pour monter dans « *la vallée de l'Avérole* ».Un tas de sciure protège la neige pour la conserver. Nous nous retrouvons les deux groupes au petit hameau de « la Goulaz » avec son architecture typique (toit en pierre de lauze).

Après le repas, nous partons voir les lacs «*lac du lait, lac blanc, lac de Bellecombe* »en empruntant avec les voitures une route sinueuse partant de 1300m pour finir à 2300m d'altitude (panorama impressionnant et joli). Nous randonnons en altitude, domaine des marmottes, et nous nous retrouvons les deux groupes pour nous désaltérer au refuge de Bellecombe, avant de regagner l'hôtel.

En soirée pétanque pas beaucoup d'équipes mais pas de victoire pour la RSBT .

Mercredi 06 juillet :

Deux sorties à la journée sur le même secteur, « *la pointe de Met à 3041m* et p*ointe nord de Bézin 3026*m» pour le groupe 1 et la « *pointe des Fours à 3072m* » pour le groupe 2. Paysage sauvage avec de beaux lacs mais peu d'eau, surtout fréquenté par des bouquetins et des chamois . Déplacement dans des pierriers, moraines laissées par les anciens glaciers, où quelques fleurs ont le mérite de pousser. Petites glissades sur les névés en redescendant, sur les fesses pour Anne Marie et sur son ciré pour Lizzie.

Le soir « *quiz cinema* »

Jeudi 07 juillet :

Matin quartier libre pour tous

Après le repas petits conseils de Pierre pour se rendre en covoiturage aux lacs Perrin (2318m). Elodie étant absente nous avons pour le groupe 1 , un nouveau guide Phillipe. Nous empruntons une petite route très étroite pour nous rendre au refuge du petit Mont Cenis en longeant le lac.

Petit point historique sur le chemin de fer Fell, avant d'attaquer la montée vers les deux lacs dans un paysage totalement différent de celui de la veille.

Zone de combat entre la France et l'Italie avec de nombreux forts de part et d'autre.

Au retour arrêt bien mérité au refuge pour se désaltérer.

Nous finissons cette journée « *par une soirée dansante de Gala* » certains se sont bien éclatés *!!!!!!*

Vendredi 08 juillet :

Pour clôturer le séjour, randonnée pour les deux groupes avec Christian et Gilles sur le secteur de « *Bonneval sur Arc* » en allant sur le hameau de « *l'Eco*t ».

Au retour recherche sur la piste bleue de ski pour tenter de retrouver le ski de Guy perdu cet hiver lors d'une chute, hélas Jojo n'a trouvé que deux piquets.

Ensuite visite de « *Bonneval sur Arc* » avec une pause bien méritée autour d'un verre et d'une bonne part de tarte aux myrtilles pour certains.

Le soir lors de mon dernier briefing quelle surprise pour moi de recevoir de votre part tant de cadeaux, je vous en remercie encore.

Après le dernier repas, dur de se séparer, aussi quelques petites « blagounettes » finissent la journée.

Merci de votre participation à ce séjour dans la gaîté et la bonne humeur, bravo à vous tous, en espérant que cette semaine vous laissera un bon souvenir.

Je remercie Sylvaine pour m'avoir secondé surtout pour les photos et le montage de celles-ci.

Merci à Christian pour sa présence sur le groupe 2 tout au long de la semaine.

Gilles

Groupe1 : 65,50km pour un total de 3500m de dénivelé