

Entre le Val d'Ayas (Champoluc) et le Val du Lys (Gressoney) se trouve un petit massif peu connu, avec de très intéressants sommets pour les randonneurs, de belles arêtes et une vue à 360° sur les 4000 de la vallée d'Aoste : Grand Paradis, Mont-Blanc, Cervin, Mont-Rose.

Au cœur de ce massif se dresse le confortable et convivial refuge Arp qui propose des chambres doubles avec douche et toilettes dans la chambre.

Rendez-vous Au parking des randonneurs juste après le village-station de Estoul à 10 heures :
<https://goo.gl/maps/hor4eqAnjhzN7fTY9>

PROGRAMME AU JOUR LE JOUR

Jour 1 : Estoul 1871 m - Col/Punta Valnera 2681/2764 m - Rifugio Arp 2446 m

Vérification du matériel. Après une heure de montée en forêt puis une autre heure sur sentier sur une moraine, arrivée au lac d'Estoul (2451 m). Montée au Colle Valnera (2681 m). Depuis là haut il est possible de gravir un premier sommet, la punta Valnera (2764 m). Retour au col et descente au refuge Arp. 2 nuits au refuge Arp, 2466 m
+800/900 m -250/350 m. 5 heures

Jour 2 : Laghi di Palasina 2500 - Corno Bussola 3023 - Colle di Palasina 2668 - Rifugio Arp

Depuis le refuge, d'abord presque à plat dans les alpages jusqu'aux lacs Palasina (2500 m). Puis le sentier se redresse pour atteindre le Passo Bussola (2807 m). A partir de ce col l'ambiance devient plus alpine vers le sommet du Corno Bussola (3023 m) et en traversée jusqu'au col Palasina (2668 m). Nous marchons le plus souvent sur une arête, localement aérienne, avec quelques sections équipée de câbles, et toujours avec une vue panoramique sur le Mont-Blanc, le Cervin et les proches sommets du Mont-Rose. Du col Palasina, descente aux lacs Palasina et retour au refuge Arp.

+/- 750 m. 6 heures

Jour 3 : Laghi di Valfredda - Corno Vitello 3057 m - Rifugio Arp - Estoul

Aujourd'hui vous pourrez gravir le point culminant du secteur, le Corno Vitello (3057 m). Nous passons près du lac Valfredda pour atteindre l'arête. De là, à 2778 m, nous retrouvons la vue panoramique sur les 4000 enneigés. Après avoir remonté cette large arête de plus en plus rocheuse, pour gravir les 150 derniers sous le sommet le terrain est plus raide, à travers des blocs de rocher. Retour au bas de l'arête (2278 m) par le même itinéraire. De là, par une belle arête, par endroits équipée de câbles, nous rejoignons le col Palasina (2668 m). Retour au refuge par le même sentier que la veille. Descente à Estoul. Fin du séjour à Estoul enfin d'après midi.

+800 - 1400 m, 7 heures

Le programme reste indicatif, le guide pourra être amené à le modifier en fonction de la forme effective des participants, des conditions de la montagne et des conditions météorologiques du moment. Lorsque la météo s'avère moins bonne que prévue, le séjour ne sera pas interrompu mais le programme sera adapté par le guide. Seul le guide encadrant le séjour est à même de décider de la réalisation et de la poursuite ou non du programme ou de l'ascension.

NIVEAU REQUIS Une bonne condition physique est requise, ainsi qu'une expérience de la marche sur sentier de montagne et de la marche plusieurs jours de suite. Certains courts passages sont équipés de câbles. Certains passages sont un peu exposés au vide, mais restent dans domaine de la randonnée. Les personnes avec une grande appréhension du vide pourront avoir besoin du guide pour les rassurer, les aider et éventuellement les assurer dans quelques passages.

HÉBERGEMENT En chambre double avec douche et toilettes dans la chambre au refuge Arp
www.rifugioarp.it

TRANSPORT DE BAGAGES

Le transport des bagages au refuge Arp est possible sur demande quelques jours avant le départ du séjour.

ENCADREMENT par un accompagnateur en montagne | Maximum 8 personnes par guide

DATES : de juillet à mi septembre

Tarifs par personne 2025

Avec un guide en privé

Le guide juste pour vous, vous choisissez vos dates

- 465 € par personne si vous êtes 8
- 500 € par personne si vous êtes 7
- 550 € par personne si vous êtes 6
- 620 € par personne si vous êtes 5
- 725 € par personne si vous êtes 4
- 894 € par personne si vous êtes 3
- 1.240 € par personne si vous êtes 2
- 2.280 € seul avec le guide



INSCRIPTION en ligne www.alta-via.fr/form/0228 ou par mail.

Votre inscription à plus de 35 jours du départ doit être accompagnée d'un acompte de 30 % du montant total de l'inscription. Le solde devra être réglé au plus tard 35 jours avant la date de départ, sans rappel de notre part. Pour une inscription à moins de 35 jours du départ, le montant total du séjour devra être versé à l'inscription. Pour une inscription à moins de 15 jours du départ, le règlement sera réalisé par carte bancaire ou virement instantané.

Le prix comprend

- Encadrement par un guide de haute-montagne
- 2 nuits au refuge Arp en chambre double
- Pension complète comprenant les petits-déjeuners, pique-niques de midi et repas du soir, depuis le repas du premier soir jusqu'au pique-nique du dernier jour
- Programme comme indiqué

Le prix ne comprend pas

- Transports aller-retour à Estoul
- Boissons
- Demandes particulières pour les petits-déjeuners et les repas du soir
- Pique-nique du premier jour
- Tout ce qui ne figure pas dans « Le prix comprend ».

Suppléments proposés par Alta-Via

- Transport des bagages au refuge Arp sur demande

Frais à régler sur place par vous-même

- Boissons
- Pique-nique du premier jour

ASSURANCES à prévoir [Info Assurances](#)

Il est **fortement conseillé de posséder une assurance couvrant les frais d'annulation**. Il est **obligatoire d'être couvert en assistance, rapatriement, recherche et secours** pour participer à nos séjours et voyages : il appartient au participant de vérifier, en préalable à son inscription, les risques pour lesquels il est déjà couvert.

ASSURANCES PROPOSÉES PAR ALTA-VIA

- **Assistance - rapatriement - recherche et secours en montagne** : **1,5%** du montant de l'inscription 
- **Assurance annulation** (pour causes graves seulement, ne couvre pas l'interruption de séjour) : **4,5%** du montant de l'inscription 

ANNULATION / RÉOLUTION DU CONTRAT Le voyageur peut résoudre le contrat à tout moment avant le début du séjour, moyennant le paiement de frais de résolution prévus : www.alta-via.fr/cdv

FORMALITÉS ADMINISTRATIVES ET SANITAIRES Carte nationale d'identité ou passeport valide pour la durée du séjour, carte européenne d'assurance maladie.

[Informations pour l'Italie](#)

Matériel utile et conseillé - Documents Grande randonnée - Trekking - refuges

Copyright © 2025 Alta-Via.fr - Tous droits réservés



Pique-nique du premier jour	
Carte d'identité + Carte Vitale & Carte européenne de maladie (si concerné)	
Assurance assistance : téléphone et n° de contrat (si assurance hors Alta-Via)	
Moyen de paiement (espèces car les refuges n'acceptent pas tous les cartes)	
Sac à dos environ 20-25 litres	
Sac de voyages qui sera transporter de refuge en refuge chaque jour le cas échéant (pas de valise dure)	
Lunettes de soleil	
Gants en polaire ou en cuir	
Bonnet + Bandeau + Casquette ou bob	
Pantalon de randonnée	
Sur pantalon étanche au vent et à la pluie	
Pull-over chaud ou veste en fibre polaire ou veste soft-shell	
Veste doudoune fine et légère	
Crème solaire + Crème de protection pour les lèvres	
Veste fonctionnelle étanche à la pluie et au vent avec capuche enveloppante	
Tee-shirt ou chemise à manches longues technique et respirant	
Chaussettes de trekking techniques	
Crème solaire + Crème de protection pour les lèvres	
Bandes adhésives et éventuellement crème AKILEÏNE® Nok (prévention des ampoules) + Médicaments personnels	
Papier toilette, mouchoirs en papier, lingettes	
Gourde ou poche à eau	
Pour les pauses hors pique-nique : barres de céréales, énergétiques ou chocolatées, fruits secs, selon les goûts)	
Sac plastique pour protéger les effets dans le sac en cas de pluie	
Sac plastique pour protéger les effets dans le sac en cas de pluie	

Pour le refuge, un kit de toilette le plus léger possible : petite brosse à dent, mini tube dentifrice, serviette compacte en microfibres	
Drap-sac de couchage (existe en soie 110g, polyester 260g, coton 400g ou en laine 400g) pour dormir dans les couvertures ou couettes fournies dans les refuges	
Protection d'oreiller (un simple carré de tissu ou linge léger suffit, ou un pull/veste/tee-shirt)	
Sous-vêtements de rechange (à limiter pour raison de poids du sac)	