

SUR LA VIA FRANCIGENA

DANS LA VALLEE D'AOSTE

UNE RANDONNEE D'UNE SEMAINE SUR UN ITINÉRAIRE HISTORIQUE

Cette randonnée est l'occasion de marcher dans les pas des pèlerins d'antan. Durant sept jours, vous marcherez en direction de Rome en descendant la vallée d'Aoste, où nous nous sommes arrêtés en 2020. En suivant sentiers muletiers, petites routes et antiques voies de pierre, nous passerons d'un village à l'autre à côté de champs, vignes, routes et forêts. Nous terminerons notre voyage où les montagnes se sont fondues en plaines, à Santhia, au nord de la plaine du Pô.
Plus qu'une randonnée accompagnée, c'est un voyage culturel, un itinéraire sacré.

15 au 23 OCTOBRE 2022

SUR LA VIA FRANCIGENA dans la vallée d'Aoste

INFORMATIONS PRATIQUES

- Marche :** de niveau moyen, 17 kilomètres, soit 6 h 00 de marche par jour en moyenne, sentiers muletiers, routes et chemins carrossables en terre, gravier ou asphalte
- Votre guide :** Bastian Keckeis est accompagnateur en montagne avec Brevet fédéral. Il a parcouru plusieurs fois la Via Francigena.
- Vous :** bonne marcheuse ou bon marcheur curieux, vous êtes sensible à la spiritualité et aimez découvrir de nouveaux horizons.
- Hébergement :** en hôtels, auberges, et refuges pour pèlerins, en chambre double et dortoir
- Prix :** 1350.- CHF
Ce prix comprend la conduite par un accompagnateur en montagne breveté, les nuitées, la nourriture, le portage des bagages par une voiture.
Votre trajet jusqu'à Aosta ainsi que celui du retour depuis Santhia, les boissons, ainsi que vos dépenses personnelles ne sont pas compris.
- Inscription :** Dès maintenant et jusqu'au 12 septembre 2022, avec le formulaire en ligne sur le lien <http://www.latracebleue.ch/information/inscription.php> , ou par poste avec le formulaire ci-joint
Le versement d'un acompte de 350.- CHF confirme l'inscription.
Rabais de 10% pour « early birds » inscrits avant le 11 avril
minimum 5 / maximum 9 participants



Rendez-vous :	samedi 15 octobre 2022, 11h00, Aosta, Hotel Cecchin
Fin :	dimanche 23 octobre, Santhia

Accès conseillé : Aller en train jusqu'à Martigny, puis bus jusqu'à Aosta.
Retour en train depuis Santhia via Novarra - Brig
En voiture également possible,
mais lieu d'arrivée différent du lieu de départ !

Equipement : Voir page suivante

Conditions : Le programme peut être modifié en fonction des conditions météorologiques.
Chaque participant doit posséder une assurance accident personnelle.
Conditions générales complètes sur le site internet sur le lien suivant :
<http://www.latracebleue.ch/resources/CONDITIONS-GENERALES-2020.pdf>

SUR LA VIA FRANCIGENA dans la vallée d'Aoste

PROGRAMME

Samedi 15 octobre rendez-vous à Aosta

10h20 Arrivée du bus depuis Martigny (suggestion)

11h00 Rendez-vous devant l'Hotel Cecchin sur le Ponte Romano

Accueil. Dépose des bagages à l'hôtel. Dîner en ville. Visite guidée ou après-midi libre.

19h00 Souper à l'hôtel

Dimanche 16 octobre Aosta - Nus

Nous quittons le chef-lieu valdotin en montant sur le versant situé en rive gauche de la Doire Baltée, la rivière qui creuse la vallée. Le chemin suit parfois un « ru », un bisse valdotin, et passe au pied d'un château.

15 km / env +400 m / -400 m / 5 h 00

Nuit en hôtel

Lundi 17 octobre Nus - Saint-Vincent

Nous suivrons le chemin sur l'adret, accompagnés des parfums de thym et autres herbes aromatiques, jusqu'au village de Saint-Vincent où se trouvent des bains thermaux ainsi qu'une église romane.

20 km / env +400 m / -400 m / 6 h 00

Nuit en hôtel

Mardi 18 octobre Saint-Vincent - Arnad

Toujours en rive gauche de la Doire Baltée, notre itinéraire vire plein sud, au travers de vignes et villages jusqu'à la localité d'Arnad où est produit un fameux lard aromatisé aux herbes locales.

18 km / env +550 m / -550 m / 6 h 00

Nuit en hôtel

Mercredi 19 octobre Arnad - Settimo Vittone

L'itinéraire franchit la rivière jusqu'à l'imposant fort de Bard et traverse les villages historiques de Donnas et Pont-St-Martin où se trouve notamment un pont romain âgé de plus de 2000 ans.

19 km / env + 600 m / -700 m / 6 h 30

Nuit en agriturismo

Jeudi 20 octobre Settimo Vittone - Ivrea

Lentement, nous atteignons la fin de la vallée d'Aoste en traversant des vignobles sur d'antiques chemins de pierre. Arrivée dans l'après-midi à Ivrea, porte de sortie de cette région.

13 km / env +400 m / -450 m / 4 h 30

Nuit en auberge de jeunesse

Vendredi 21 octobre Ivrea - Viverone

Nous laissons les flancs escarpés des Alpes pour longer, entre champs et vignes la plus grande moraine du massif alpin jusqu'au bord du petit lac de Viverone. Baignade possible.

20 km / +200 m / -200 m / 6 h 00

Nuit en auberge au bord du lac

Samedi 22 octobre Viverone - Santhia

Enfin, les dernières ondulations de terrain disparaissent pour dévoiler l'étonnante platitude de la plaine du Pô, gigantesque labyrinthe de champs, de rizières et de villes historiques.

17 km / +50 m / -150 m / 5 h 00

Nuit en refuge pour pèlerins

Dimanche 23 octobre retour depuis Santhia

Chacun est libre de rester à Santhia ou de rentrer quand il le désire.

11h38 Départ du train pour Novarra - Domodossola - Brig (suggestion)

Ce programme peut être modifié en fonction des hébergements, de l'état des chemins et de la météo.

La Trace Bleue, Bastian Keckeis, Champ-Clos 1, CH-1772 Grolley

+41 (0)79 635 91 43, info@latracebleue.ch, **www.latracebleue.ch**

PRECISIONS SUPPLEMENTAIRES

LA VIA FRANCIGENA

La Via Francigena est un itinéraire de pèlerinage qui, depuis le Moyen-âge, conduit les pèlerins venant d'Europe occidentale vers le tombeau de l'apôtre Pierre à Rome. Il devint très couru dès l'an 1041 lorsque le nouvel évêque de Canterbury, Sigéric, se rendit à Rome pour aller chercher sa crosse. Lors de son retour, il tint un carnet de route dans lequel il décrivit son voyage.

Donc, dès l'an mil, des foules de pèlerins se rendirent à Rome ou à Saint-Jacques-de-Compostelle pour adorer les reliques des saints apôtres, Pierre au sud et Jacques le Majeur à l'ouest. Certains passaient de Rome à Saint-Jacques-de-Compostelle, ou inversement, ou se rendaient encore en d'autres lieux sacrés : Rocamadour, Einsiedeln, Assisi et d'autres sites où se trouvaient d'autres reliques. Ceux qui le pouvaient se rendaient à Jérusalem, mais ce voyage-là était, et est encore, nettement plus long et périlleux.

En partant de Suisse, Rome est la destination la plus proche, à environ 1000 kilomètres ; alors que Saint-Jacques-de-Compostelle se trouve à environ 2000 kilomètres. N'oublions pas que jusqu'au vingtième siècle, les pèlerins qui arrivaient à leur destination n'avaient effectué que la moitié de leur chemin, car ils devaient encore rentrer à pied !

Aujourd'hui, alors que les chemins de Saint-Jacques-de-Compostelle sont très fréquentés, les routes menant à Rome se développent lentement. Dans la superbe ville de Viterbo, près de Rome, environ mille pèlerins ont été accueillis en 2008, et environ deux mille étaient attendus en 2009, soit environ 200 fois moins qu'à Saint-Jacques-de-Compostelle ! Beaucoup d'énergie est mise au développement des différents itinéraires, à l'ouverture de refuges pour pèlerins ou à l'accueil en général. La Via Francigena est donc « ouverte » mais encore peu fréquentée.

Le voyage entier de St-Maurice à Rome est organisé sur 8 semaines. Nous effectuerons cette semaine-ci la deuxième partie de cette voie, longerons la vallée d'Aoste et déboucherons sur la plaine du Pô.

ENCADREMENT

Il est assuré par un accompagnateur en montagne avec brevet fédéral qui a parcouru cet itinéraire comme pèlerin puis comme guide. Celui-ci joue un rôle important dans la réussite de votre randonnée. Il gère la logistique du séjour (hébergements, repas, conditions du terrain, etc.) et vous transmet ses connaissances sur la nature et la région traversée.

L'accompagnateur adopte le rythme de marche le plus adapté à tous les participants. Il propose aussi des animations et jeux qui enrichissent le voyage de découvertes et émotions supplémentaires.

L'HÉBERGEMENT

La plupart des hébergements fréquentés seront des auberges ou des hôtels, mais nous dormirons peut-être une fois ou l'autre dans un monastère ou un gîte pour pèlerins, des hébergements particuliers où le confort n'est pas important mais où le respect d'autrui, les échanges et l'expérience sont particulièrement enrichissants.

LES REPAS

Les déjeuners et les dîners seront servis dans les hébergements.

Les pique-niques seront préparés par votre accompagnateur ou hébergeur et portés par vous. Ils seront accompagnés d'en-cas de type fruits secs, chocolat, biscuits, etc.

HYGIENE

Votre toilette corporelle pourra être effectuée chaque jour dans l'hébergement, sauf peut-être dans les gîtes pour pèlerins mal équipés.

Comme nous passerons nos journées en extérieur, la campagne se chargera de vous offrir de quoi vous soulager en chemin, pour autant que vous ne laissiez aucune trace.

PORTAGE DES BAGAGES

Une personne suivra le groupe avec une voiture d'accompagnement dans laquelle il sera possible de laisser une partie de vos affaires dans un petit sac de voyage ou une petite valise. Vous ne marcherez donc qu'avec votre équipement du jour.

SUR LA VIA FRANCIGENA dans la vallée d'Aoste

ITINERAIRE ET ETAPES



La Trace Bleue, Bastian Keckeis, Champ-Clos 1, CH-1772 Grolley

+41 (0)79 635 91 43, info@latriacebleue.ch, www.latriacebleue.ch

SUR LA VIA FRANCIGENA dans la vallée d'Aoste

LISTE DE MATERIEL

Le matériel emporté doit être adapté à la randonnée. Il est donc important de suivre cette liste et de vous procurer l'équipement adéquat.

Matériel de base IMPORTANT

Ce matériel est essentiel. Il sera contrôlé avant le départ de la randonnée.

Sac à dos de 25 à 35 litres pour la journée	0
Petit/e sac de voyage/valise à mettre dans la voiture	0
Souliers de marche montants et avec semelle profilée	0
Chapeau ou casquette	0
Lunettes de soleil	0
Crème solaire	0
Gourde ou thermos (minimum 1.5 l.)	0
Pique-nique pour le premier samedi	0
Passeport Covid	0
Masque sanitaire	0
Désinfectant pour les mains	0
Carte d'identité	0

Habillement

Prenez quelques habits chauds, il vaut mieux avoir une couche en réserve qu'avoir trop froid.

Veste imperméable ou coupe-vent	0
Pull chaud ou polaire	0
Pantalons de marche, éventuellement convertibles	0
Habits pour la nuit	0
Habits de rechange pour la durée du séjour	0
éventuel :	
Pantalons imperméables	0
Chaussures de repos légères	0

Autre matériel

Pèlerine, parapluie ou housse imperméable pour sac à dos	0
Petit nécessaire de toilette	0
Linge de toilette léger	0
Sac à viande/à rêves ou drap-sac	0
éventuel :	
Sac de couchage léger	0
1 crayon ou stylo	0
Carnet ou feuilles blanches	0
Couteau de poche	0
Bâtons de marche télescopiques	0
Appareil de photo	0

N'hésitez pas à me contacter pour toute information supplémentaire concernant le matériel.

SUR LA VIA FRANCIGENA dans la vallée d'Aoste

FORMULAIRE D'INSCRIPTION

J'inscris personne(s) à la randonnée

- La/les personne(s) inscrite(s) est/sont en bonne santé et peut/peuvent suivre cette randonnée.
- J'ai versé l'acompte par poste/internet et paierai le solde par e-banking au minimum une semaine avant le départ ou au départ de la randonnée.

Nom : Prénom :

Adresse :

.....

N° de téléphone :

Adresse de courrier électronique :

Remarques :

J'ai eu connaissance de cette randonnée par :

Par mon inscription, j'accepte les conditions générales (sur lien ci-dessous)

<http://www.latracebleue.ch/resources/CONDITIONS-GENERALES-2020.pdf>

Date :

Signature :

COORDONNEES BANCAIRES

Banque Raiffeisen Moléson
1628 Vuadens

En faveur de:
CH92 8080 8003 4599 0095 4
La Trace Bleue
Keckeis Bastian
Champ-Clos 1
1772 Grolley
ccp: 17-237-8

SUR LA VIA FRANCIGENA dans la vallée d'Aoste

FICHE D'URGENCE : à remplir avant le départ

et à placer dans la poche supérieure du sac à dos

Nom :

Prénom :

Adresse :

.....

Date de naissance :

Nom et prénom personne de contact :

N° de téléphone personne de contact :

Médecin de famille :

N° de téléphone médecin de famille :

Caisse maladie : et accident :

Membre REGA ? : (si oui, numéro de membre)

Groupe sanguin :

Maladie / allergie actuelle :

.....

Médicaments pris actuellement :

.....

Informations importantes en cas d'urgence :

.....