










# MONT ROSE EN TROIS JOURS

*Le massif du Mont Rose est le deuxième massif le plus haut des Alpes.*

Un véritable bouquet de sommets de plus de 4000 mètres compose ces montagnes situées à cheval entre l'Italie et la Suisse. La Pointe Dufour, à 4634 m, en est le point culminant. Ici l'amateur de cimes aériennes et de vues plongeantes ne pourra que se sentir comblé.

 Région	Alpes Suisses
 Activité	Alpinisme Alpinisme pour initiés ou confirmés Les plus beaux sommets des Alpes
 Durée	3 jours
 Groupe	4 à 4 personnes
 Code	AMR3
 Prix	A partir de 825 €
 Niveau	4/5
 Confort	3/5
 Langue(s)	anglais / français



### 📍 Jour 1 Gressoney-La-Trinité, Pointe Giordani



Rendez-vous en tout début de matinée à Staffal, situé à 4km de Gressoney-la-Trinité en Italie, à 1850m d'altitude. Vérification du matériel (vous devez arriver tout équipés) et distribution des picnics puis nous prenons le téléphérique de la Punta Indren. De là nous remontons le glacier du même nom, d'abord vers l'ouest puis vers le nord, en longeant sa rive est pour atteindre la Pointe Giordani à 4046m par son arête suivant les conditions. La pyramide Vincent nous surplombe encore de 170m. Nous rejoindrons ensuite le refuge Mantova.

Dénivelé+ : environ 780 | Dénivelé- : environ 550 | Altitude Max : 4046m | Hébergement : Refuge Mantova

### 📍 Jour 2 Ascension de la Pointe Gnifetti à 4554m



Du refuge Mantova nous commençons la journée en remontant le glacier Garstelet vers le nord-est, en direction de la Pyramide Vincent, puis vers le petit glacier du Lys le long de la base ouest de la Pyramide Vincent. Après l'îlot rocheux de Balmerhorn nous atteignons le col du Lys à 4248m. Nous continuons le long des séracs de la base orientée vers le nord de la ParrotSpitze. Après le Col Sesia, nous montons vers le nord en traversant le haut du Grenzglacier. Peu de temps avant d'atteindre le Col Gnifetti 4454m, nous tournons sur la droite et nous montons le dernier tronçon raide pour arriver à la pointe Gnifetti ou Signalkruppe à 4554m. L'effort était intense mais la récompense qu'offre la vue magnifique sur les sommets alentours

vaut bien le déplacement.

Dénivelé+ : environ 1000 | Altitude Max : 4554m | Hébergement : Refuge Margherita ou Refuge Mantova

### 📍 Jour 3 Ascension de la Zumsteinspitze (4563m)



Ascension facile du dernier sommet de notre raid : la Zumsteinspitze à 4563m. En face de nous se dresse la Pointe Dufour (4634m), le plus haut sommet de ce massif et deuxième plus haut sommet des Alpes. Retour vers la cabane de Mantova avant de retrouver les remontées mécaniques de la Punta Indren.

Dénivelé+ : Environ 200 | Dénivelé- : environ 1300 | Altitude Max : 4563m

## MODIFICATION DU PROGRAMME

Important : Ce programme peut être modifié sur décision du guide si les conditions en montagne, la météo ou la condition physique des participants le nécessitent .

Pour des raisons de sécurité et pour garantir un niveau homogène correspondant à celui annoncé, l'encadrement et l'organisation se réservent le droit d'interrompre votre participation si votre niveau technique et/ou votre forme physique ne correspondent pas à ceux requis.

En aucun cas cette interruption ne pourra donner lieu à un remboursement ou à un versement d'indemnité.

## DATES & PRIX

### Départs internationaux :

Pas de départ pour l'instant

### Départs pour les groupes parlant français :

Du	Au	Prix par personne	Garanti	Inscription
06/06/2024	08/06/2024	825 €	Oui	
11/06/2024	13/06/2024	825 €	Non	
16/06/2024	18/06/2024	825 €	Non	
23/06/2024	25/06/2024	825 €	Non	
27/06/2024	29/06/2024	825 €	Oui	
28/06/2024	30/06/2024	825 €	Non	
04/07/2024	06/07/2024	825 €	Non	
05/07/2024	07/07/2024	825 €	Non	
12/07/2024	14/07/2024	825 €	Oui	
19/07/2024	21/07/2024	825 €	Oui	
26/07/2024	28/07/2024	825 €	Oui	
02/08/2024	04/08/2024	825 €	Oui	
09/08/2024	11/08/2024	825 €	Non	
16/08/2024	18/08/2024	825 €	Non	
23/08/2024	25/08/2024	825 €	Non	
30/08/2024	01/09/2024	825 €	Non	
06/09/2024	08/09/2024	825 €	Non	

Code voyage: AMR3

### Le prix comprend

L'acompte de 30% est à verser au moment de l'inscription, le solde du séjour devra être réglé à 30 jours du départ.

- L'hébergement en demi-pension dans les refuges.
- Les pique-niques.
- Les remontées mécaniques nécessaires au déroulement normal du programme.
- L'encadrement par un guide de haute montagne.
- Le matériel collectif nécessaire à la sécurité.

### Le prix ne comprend pas

- Le matériel technique individuel : chaussures d'alpinisme, crampons, piolet, baudrier, etc...
- Les boissons dans les refuges et dépenses personnelles.
- Assurance/ assistance : fais de recherche, secours, rapatriement en hélicoptère obligatoires en Suisse et Italie dans votre

contrat.

- Les déplacements jusque et depuis le lieu de rendez-vous/dispersion
- Tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique 'le prix comprend'.

## **Vols internationaux**

---

Nous pouvons vous réserver un vol si nécessaire

## **Conditions de paiement et d'annulation**

---

### **Inscription**

L'inscription à l'une de nos activités ou voyage implique l'acceptation des conditions générales de vente. Chaque client doit remplir un bulletin d'inscription. L'inscription n'est acceptée qu'avec le versement d'un acompte représentant 30% du montant total du voyage et dans la mesure des places disponibles. Si l'inscription se fait à moins de 30 jours du départ, le prix total du voyage devra être réglé dès l'inscription. Vous pouvez effectuer votre paiement par virement bancaire (SWIFT/IBAN) ou par carte bleue directement sur le site (à paraître prochainement). Une confirmation d'inscription vous sera envoyée par mail dans les plus brefs délais.

### **Facturation**

Une fois votre réservation enregistrée, nous vous envoyons par mail votre facture. Le solde doit nous parvenir au moins 30 jours avant votre date d'arrivée. Si le solde du voyage ne nous est pas parvenu dans ces délais, Altaï Alpes se réserve le droit d'annuler la réservation sans indemnité.

### **Annulation**

Conditions et frais d'annulation :

Si, pour quelque raison que ce soit, vous devez annuler votre voyage, les sommes que vous avez versées vous seront remboursées sous réserve des retenues suivantes :

Si le désistement a lieu :

- Plus de 30 jours avant le départ, une somme forfaitaire de 50€ par personne sera retenue
- De 30 à 21 jours avant le départ, le montant de l'acompte versé sera retenu (soit 30% du montant total du dossier)
- De 20 à 14 jours avant le départ, 50% du montant total du dossier sera retenu
- De 13 à 7 jours avant le départ, 75% du montant total du dossier sera retenu
- Moins de 7 jours avant le départ, 100% du montant total du dossier sera retenu

Cas particuliers :

Quelle que soit la date d'annulation ou de modification de contrat, les frais suivants s'ajoutent au barème ci-dessus :

- Frais fixes aériens (si votre billet d'avion doit être émis longtemps à l'avance, souvent pour vous éviter des suppléments importants), 100% des frais non remboursables en cas d'annulation ou de modification de votre plan de vol vous seront facturés. Dans ce cas le barème ci-dessus ne s'applique que sur le prix du voyage sans le vol.
- Frais fixes terrestres : les frais engagés tôt pour des réservations fermes vous seront facturés en cas d'annulation.
- Frais d'assurance : que vous ayez souscrit à une assurance multirisque ou une assurance annulation, le montant de l'assurance est dû et ne peut faire l'objet d'aucun remboursement. Ces conditions spécifiques vous seront signifiées sur votre confirmation d'inscription.

Si vous êtes dans l'obligation d'annuler votre voyage avant son commencement (date de départ), vous devez en informer dès que possible Montagne Expédition et l'assureur par tout moyen écrit permettant d'obtenir un accusé de réception.

C'est la date de réception de l'écrit qui sera retenue comme date d'annulation pour facturer les frais d'annulation.

Si Montagne Expédition se trouve dans l'obligation d'annuler un départ en groupe, en raison du nombre insuffisant de participants, la décision sera prise et les clients informés au plus tard 21 jours avant le départ. Montagne Expédition peut également annuler un départ suite à des événements exceptionnels, relevant notamment des cas de force majeure (éruption volcanique, événements sociaux, grèves, intempéries) pouvant porter atteinte à la sécurité des participant

### **Modification du contrat**

En cas de modification d'un voyage par le client entraînant des frais pour Montagne Expédition ces frais seront à la charge du client. Dans tous les cas, toute modification fera l'objet d'un écrit. Montagne Expédition pourrait modifier des éléments au contrat de voyage si des événements extérieurs à notre volonté s'imposaient, nos clients en seraient informés par écrit dans les plus brefs délais.

### ***Prix et révision des prix***

Pour les voyages en groupe, les prix figurant sur le site internet ont été calculés et sont valables pour le nombre indiqué de participants pour chaque voyage. Les tarifs sont confirmés lors de l'inscription. Si le nombre de participants est inférieur, un supplément petit groupe peut être appliqué. Pour tous les séjours ou programmes, nous mentionnons le prix par personne, valable à partir d'un certain nombre de participants, et nous détaillons les prestations incluses et non incluses de ce prix. Toute modification des taux de change, des prix des différents éléments composant un voyage et en particulier le prix des carburants peut entraîner un réajustement du prix.

### ***Cession du contrat***

En cas de cession du contrat par le client à un cessionnaire, les conditions de modification et d'annulation s'appliquent.

### ***Assurance***

---

Nous vous invitons à souscrire une assurance avant votre départ garantissant les activités pratiquées avec Montagne Expédition. Le détail des assurances proposées est disponible sur cette page: <https://montagne-expedition.com/fr/assurance>

le cas où vous ne souscrivez pas à l'une de nos assurances, nous vous demandons de bien vouloir nous communiquer par mail les informations de votre contrat d'assurance (nom de la compagnie, nom du contrat, n° de police d'assurance, n° de téléphone) et d'emporter ces informations avec vous lors de votre séjour.

### Encadrement

Notre séjour est encadré par un guide de haute montagne certifié : il pourra modifier le programme à tout moment si les conditions en montagne, la météo ou la condition physique des participants le nécessite et dans un souci de sécurité. (Un guide pour 4 personnes maximum.)

### Alimentation

Repas

- Pique-niques le midi,
- Le soir les repas sont pris dans les refuges.
- Les vivres de course ne sont pas compris dans le séjour : pensez à prévoir des barres énergétiques, fruits secs, barres chocolatées à votre convenance avant le départ.

Merci de nous indiquer à l'inscription vos éventuels régimes ou allergies alimentaires.

Boissons

- LES BOISSONS NE SONT PAS COMPRISES DANS LE SÉJOUR.

L'eau est payante dans les refuges : comptez 5 à 8 Euros par bouteille suivant les refuges, pensez à prévoir de la monnaie pour l'eau et les autres boissons que vous consommerez : thé, café, bière, coca, etc...

### Hébergement

Les nuits en refuges se passent en dortoirs, les couvertures sont fournies. Le matériel de toilette sera réduit au minimum. Des chaussons sont à votre disposition, il est donc inutile de prévoir des chaussures pour le refuge.

### Pourboires

Le pourboire n'est en rien une obligation et doit être laissé à l'appréciation de chacun. Son montant dépend de l'appréciation du service rendu et doit tenir compte de l'économie locale. Les pourboires trop importants, compte tenu du niveau de vie général du pays visité, déstabilisent les équilibres économiques locaux. Bien que très peu répandue en France, sa pratique l'est dans le monde entier. Pour ce voyage, nous vous conseillons un montant entre 10 et 20€ par personne.

### Equipement fourni sur place

- Le matériel collectif (cordes, broches à glace) est fourni.
- Dans les refuges des chaussons sont à votre disposition.

### Equipement indispensable

- Chaussures de haute montagne cramponnable (les chaussures de trek ne sont pas suffisantes).
- Un sac à dos confortable, sans armature, de type anatomique et d'une contenance 50 litres.
- Un piolet, des crampons avec antibott, un baudrier équipé de deux mousquetons à vis, un casque.
- Une paire de bâtons télescopiques.
- Une petite trousse de toilette réduite au strict minimum
- Une crème de protection solaire (visage et lèvres).
- Une lampe frontale (type LED), avec piles de rechange.
- Un couteau de poche.
- Papier hygiénique + briquet.
- Deux à trois sacs en plastique (100 litres) pour protéger le sac à dos en cas de pluie.

### Equipement utile

- Bonnet .
- Chapeau (ou casquette) pour le soleil et/ou foulard.
- Lunettes de glacier (catégorie 4)
- 1 paire de gants très chauds de montagne ou moufles.

- 1 paire de gants en fourrure polaire ou laine.
- 1 paire de sous gants (facultatif)
- Sous-vêtement technique respirant.
- Sous-pull technique respirant (carline, fourrure polaire légère...)
- Veste polaire.
- 1 veste coupe-vent et imperméable type Goretex.
- 1 collant technique respirant.
- 1 pantalon de montagne confortable.
- 1 pantalon coupe-vent et imperméable type Goretex
- 2 paires de chaussettes, une paire fine et une plus épaisse
- Une paire de guêtres.
- Un drap type sac à viande (il y a des couvertures en refuge).
- 1 pochette étanche avec votre argent, papiers d'identité, contrat d'assurance/assistance et les numéros de téléphone d'urgence.

*Cette liste est générique et elle est censée couvrir l'ensemble des conditions météo que vous pouvez rencontrer en haute montagne. Elle devra être adaptée aux conditions prévues le jour de votre séjour.*

*Mais gardez en tête que les températures baissent considérablement avec l'altitude et le refroidissement éolien. De ce fait, prévoyez toujours des affaires chaudes, même quand les températures sont hautes en vallée.*

## Bagages

Un sac à dos d'une contenance de 45/50 litres avec ceinture abdominale et bretelles confortables, et les attaches pour le matériel technique à l'extérieur

## Pharmacie

Il est préférable de faire valider le contenu de votre pharmacie individuelle par votre médecin traitant en fonction de votre profil médical et de la nature du séjour envisagé.

Pharmacie individuelle :

- Un antalgique (éviter l'aspirine).
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).
- Un antibiotique à large spectre.
- Un antispasmodique, un antidiarrhéique, un antiseptique intestinal, un antiémétique.
- Des pansements et double peau, des compresses, de la bande adhésive, du Steristrip, du tulle gras.
- Un antiseptique.
- De la crème solaire et de la Biafine.
- Des pastilles pour purifier l'eau (type Aquatabs). L'eau en bouteille coûte très cher en refuge (jusqu'à 8 Euros la bouteille !).
- En complément : collyre, pince à épiler, somnifère léger et/ou boules Quies, veinotonique (contre les jambes lourdes), médicaments personnels.

Prendre quelques comprimés de chaque, ne pas prendre les boîtes entières.

Le guide disposera également d'une pharmacie de première urgence.

## Passeport

Merci de vérifier que votre passeport et autres documents de voyage sont valides.

## Visa

Pas de visa nécessaire

## Carte d'identité

Pour les citoyens européens, vous pouvez utiliser votre carte d'identité pour voyager en France, en Italie ou en Suisse.

## Vaccins obligatoires

Pas de vaccins obligatoire

## Santé / recommandations sanitaires

Avant votre départ, il est important d'avoir une bonne condition physique, correspondant aux attentes du programme et de l'activité. Une



activité physique quotidienne et une pratique régulière du sport avec endurance sont indispensables pour des activités de Haute Montagne. Merci d'informer l'agence à propos de toute information médicale et particularités concernant votre santé : allergies alimentaires, diabète, accidents cardio-vasculaires que vous auriez pu avoir, asthme, etc...

Il est important de consulter votre médecin bien avant votre départ. Nous vous recommandons de porter un kit de premiers secours ainsi que vos nécessités médicales personnelles. Merci de garder à l'esprit que nous sommes souvent dans des lieux éloignés, loin d'infrastructures médicales. Merci de lire attentivement la brochure ainsi que l'itinéraire du séjour choisi, afin de vous assurer que notre voyage vous convient.

Veillez noter que vous voyagerez en altitude. La plupart des individus peuvent voyager à 2500 m d'altitude avec des effets minimaux. Cependant, tout le monde réagit différemment à l'altitude et un mal d'altitude peut survenir. Pour plus de détail sur comment vous préparer à votre séjour, veuillez consulter votre médecin ou consulter la page "[Évaluez vos capacités](#)".

## **Climat**

---

Les aléas météo font partis du charme de tout stage d'alpinisme ou de sortie en ski au Mont Blanc. Sur ce massif, plus que sur tout autre des Alpes, le temps peut changer très brutalement, le vent peut souffler très fort et la neige peut tomber abondamment jusqu'en moyenne altitude, même en plein été. Nous sommes donc très vigilants à anticiper les évolutions météo et si besoin nous adaptons nos programmes en fonction des conditions à venir.

## **Electricité**

---

Il y aura de l'électricité dans la plupart des lieux où vous logerez. Si vous avez peur de manquer de batterie, nous recommandons d'amener une batterie externe. Les prises en France ont la particularité d'être à la fois mâle et femelle : elles ont 2 broches et un réceptacle. Si vous avez besoin d'un adaptateur, veuillez vous le procurer avant votre départ. En France, les prises sont de type E. La tension est de 230 V et la fréquence standard est de 50 Hz.

## **Heure locale**

---

Temps standard (CET: Central European Time) : UTC +1Heure d'été (CEST: Central European Summer Time) : UTC+2

## **Tourisme responsable**

---

Nous faisons de notre mieux pour offrir des séjours qui respectent les principes du tourisme durable et responsable. Notre but est de permettre à nos visiteurs de découvrir les différentes facettes d'un pays en vous amenant hors des sentiers battus et vous mettre en contact avec la nature et ses résidents, tout en s'assurant que votre visite n'a aucun effet négatif sur son environnement naturel. La plupart de nos hébergements sont gérés par des locaux. La majeure partie des revenus générés durant votre séjour restera donc dans la région. L'art de la cuisine et la joie de déguster de la nourriture font partie de notre vie quotidienne. Chaque région a ses spécialités, et vous ne manquerez pas de les apprécier ! L'eau est une denrée précieuse et rare. Notre équipe et ceux voyageant avec nous sont donc fortement conseillés de l'utiliser avec considération et d'éviter une utilisation excessive de l'eau lorsque c'est possible. Merci d'essayer de recycler vos déchets dès que possible, même si le recyclage n'est peut-être pas un concept pratiqué partout dans le monde. Soyez attentionnés et respectueux lorsque vous randonnez. Faites attention de porter des chaussures adaptées à votre activité et éviter d'arracher les fleurs, de bouger les cailloux ou bien d'allumer des feux.