



## DESTINATION MONT BLANC

L'ascension du mont Blanc, qui n'en a pas rêvé un jour? Nous avons conçu ce séjour pour rendre ce rêve accessible.

En six jours nous mettons toutes les chances de notre côté. Trois jours sont consacrés à l'acclimatation à l'altitude et à l'acquisition des techniques de randonnée glaciaire (marche avec crampons, utilisation du piolet, encordement...). Puis l'ascension du mont Blanc s'effectuera en trois jours, ce qui permettra une acclimatation progressive. Nous partons en direction des glaciers du Tour et du Trient. Ascension de la Tête Blanche (3429 m) : un sommet facile qui permet de bien assimiler les techniques de cramponnage. Vous aurez ainsi une préparation optimale et une bonne acclimatation. Retour à Chamonix pour une nuit de repos avant le grand départ...L'ascension du mont Blanc se fera en trois jours, ce qui permettra une montée progressive. Dôme du Goûter, arête des Bosses, et nos efforts sont récompensés...un sommet magique et une belle aventure partagée avec votre guide.

Depuis la saison d'été 2019, toutes les réservations dans les refuges de la voie normale du mont Blanc (Refuge de Tête Rousse et Refuge du Goûter) sont nominatives. Nous devons renseigner l'identité complète (nom, prénom, date de naissance et nationalité) de chacun des participants lors de la demande de réservation. Nous mettons en place des dates de stages très tôt afin que chaque participant puisse se positionner sur une date de départ. Nous inscrivons les participants sous réserve de disponibilités dans les refuges de Tête Rousse et du Goûter.

### ITINÉRAIRE

#### *Jour 01 Accueil et départ pour une première journée d'école de glace et de neige en rive droite du glacier du Tour.*

Accueil à Chamonix, à proximité du téléphérique de l'Aiguille du Midi. Vous retrouvez votre guide au magasin de location de matériel : mise au point du matériel individuel (retrait des équipements pour ceux qui en ont demandé), puis briefing. Préparation de votre sac à dos pour les 3 premiers jours. Départ vers le village du Tour à 20km en minibus. Puis vous prenez les remontées mécaniques du col de Balme, avant de rejoindre le refuge Albert 1er situé à 2702 mètres d'altitude en rive droite du glacier du Tour. École de neige et de glace l'après-midi à proximité du refuge.

*Dénivellation + : Environ 500 m*

*Altitude Max : 2702 m*

*Hébergement : Dîner et nuit au refuge Albert 1er.*

*Heures de marche : 4h à 5 h*

#### *Jour 02 L'ascension de Tête Blanche à 3429 mètres d'altitude.*

Au départ du refuge Albert 1er nous chaussons les crampons pour l'ascension de Tête Blanche, sommet culminant à 3429 mètres d'altitude, puis nous traversons le col Supérieur du Tour pour rejoindre la cabane de Trient (3170m).

*Dénivellation + : Environ 850 m*

*Dénivellation - : environ 850 m*

*Altitude Max : 3429 m*

*Hébergement : Dîner et nuit à la cabane de Trient  
Heures de marche : 7h à 8h*

### **Jour 03 L'ascension du col Supérieur du Tour, descente au village du Tour puis retour à Chamonix**

Ascension du col Supérieur du Tour à partir du refuge de Trient, puis retour au refuge Albert 1er pour une petite pause. Du village du Tour, court transfert à Chamonix où vous passerez la nuit en hôte. Le guide vous réunira pour vous informer de la suite du programme en fonction des prévisions météo et des conditions de la montagne. Il formera également les cordées pour l'ascension du mont Blanc.

*Dénivellation + : Environ 400 m*

*Dénivellation - : Environ 1000 m*

*Altitude Max : 3235 m*

*Hébergement : Nuit en hôtel 3\* à Chamonix*

*Heures de marche : 6h à 7h*

### **Jour 04 Du Train du Mont Blanc jusqu'au Nid d'Aigle, montée au refuge de Tête Rousse (3167m).**

Première étape facile pour notre ascension du mont Blanc. Départ en fin de matinée pour aller jusqu'au village des Houches. Les guides renforts rejoignent le groupe et les cordées sont établies pour la montée. Nous rejoignons Bellevue en téléphérique et ensuite le Nid d'Aigle par le tramway du Mont Blanc. Une première partie facile sous l'arête des Rognes et un passage rapide en face nord, puis nous débouchons sur un plateau neigeux au bout duquel se trouve le refuge de Tête Rousse. L'après-midi est consacré au repos et à l'acclimatation en profitant de la vue magnifique sur la face nord de Bionnassay.

**ATTENTION :** pour les départs du mois de septembre, le tramway du Mont Blanc sera fermé pour travaux. Vous aurez donc un dénivelé et un temps de parcours plus importants (environ 1h30 à 2h) à la montée comme à la descente.

*Dénivellation + : Environ 1300 m*

*Altitude Max : 3167 m*

*Hébergement : Dîner et nuit au refuge de Tête Rousse.*

*Heures de marche : 4h à 5h*

### **Jour 05 Ascension du Mont Blanc et nuit au Goûter**

Cette montée se fait par le versant rocheux de l'aiguille du Goûter. Un large couloir dans le bas du versant est exposé aux chutes de pierres et il est très important de bien suivre les consignes du guide. Le reste de la montée s'effectue par un éperon peu marqué avec des passages équipés de câbles ou de cordes : ils nécessitent l'usage des mains et s'apparentent presque à de l'escalade par moment.

Avec la nuit la notion de temps disparaît et nous atteignons bientôt le Dôme du Goûter à 4304 m. Nous sommes au refuge-bivouac Vallot, qui n'est pas gardé et sert théoriquement d'abri aux alpinistes en difficulté. C'est souvent là que le soleil nous rejoint et avec lui une vigueur toute neuve. Le sommet se rapproche, l'arête des Bosses commence, et pendant quelques heures nous serons entre ciel et terre sur une arête magnifique et parfois aérienne. Le guide vous demandera alors de veiller à ce que la corde soit bien tendue. Enfin, après une ultime bosse, l'arête s'évase et le sommet apparaît, vaste et accueillant. Bienvenue à 4810 m !

*Dénivellation + : Environ 1700 m*

*Dénivellation - : environ 1000 m*

*Altitude Max : 4810 m*

*Hébergement : Dîner et nuit au refuge du Goûter*

*Heures de marche : 12h à 15h*

## Jour 06 Refuge du Goûter- Nid Aigle -Chamonix

Il s'agit d'une journée de descente pour regagner la vallée, mais c'est aussi une journée de réserve pour tenter l'ascension du mont Blanc si les conditions ne l'ont pas permis la veille.

La descente s'effectue par le même itinéraire vers le Nid d'Aigle où nous montons dans le Tramway du mont Blanc. Retour aux Houches en téléphérique. Vous mangerez soit à l'arrivée du téléphérique à Bellevue, soit sur Chamonix après avoir rendu votre matériel.

Dénivellation - : environ 1500 m

Altitude Max : 3167 m

Heures de marche : 4h à 5h

### Important :

Attention ! Les statistiques de réussite sur le mont Blanc avec un guide sont d'environ 50%. La plupart des échecs sont dus à la météo. Il faut savoir qu'au-dessus de 4000 m il arrive souvent que le vent ou le mauvais temps rendent l'ascension impossible ou trop dangereuse.

Nous essayons d'anticiper au mieux ces paramètres et de prendre les meilleures décisions afin de vous aider à atteindre le sommet. Mais dans tous les cas notre priorité ira toujours à la sécurité.

Si le temps ne permet pas de faire l'ascension le jour 6, il sera possible de la prévoir le jour 5 en accord avec le groupe et le guide référent, en fonction du niveau de chaque cordée.

Le guide de haute montagne qui vous accompagne connaît parfaitement le mont Blanc et sera le mieux à même d'évaluer la faisabilité de l'ascension. En dernier recours il prendra la décision de continuer ou non l'ascension.

En cas d'impossibilité de tenter l'ascension du mont Blanc, nous organisons un programme alternatif en fonction des conditions (sommets du Mont Rose, Le Bishorn, Le Grand Paradis...). Sauf cas particulier, le principe du stage est de partager et de mutualiser un engagement pour toute la durée du séjour, ce qui exclut toute possibilité de report ou d'annulation en cours de stage.

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 versement d'indemnités.

## DATES & PRIX

Du	Au	Prix TTC par pers.	Départ assuré
01/06/2020	06/06/2020	1895 €	OUI
08/06/2020	13/06/2020	1895 €	OUI
15/06/2020	20/06/2020	1995 €	OUI
22/06/2020	27/06/2020	1995 €	OUI
29/06/2020	04/07/2020	1995 €	OUI
06/07/2020	11/07/2020	1995 €	Complet
13/07/2020	18/07/2020	1995 €	OUI
20/07/2020	25/07/2020	1995 €	
27/07/2020	01/08/2020	1995 €	Complet
03/08/2020	08/08/2020	1995 €	OUI
10/08/2020	15/08/2020	1995 €	OUI

Du	Au	Prix TTC par pers.	Départ assuré
17/08/2020	22/08/2020	1995 €	OUI
24/08/2020	29/08/2020	1995 €	
31/08/2020	05/09/2020	1995 €	
07/09/2020	12/09/2020	1945 €	
14/09/2020	19/09/2020	1895 €	OUI

**Code voyage : ADMB**

## 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'organisation technique du circuit.
- L'encadrement par des guides de haute montagne.
- L'hébergement en hôtel 3\* le jour 3 - Hôtel Le Prieuré à Chamonix
- L'hébergement en 1/2 pension en refuges.
- Les pique-niques pendant les six jours du stage.
- Les remontées mécaniques (téléphérique les Houches-Bellevue, télécabine & télésiège le Tour-Balme, le tramway du Mont Blanc) nécessaires au déroulement normal du programme sauf les 2 premiers départs de juin où les remontées mécaniques ne sont pas encore ouvertes.
- Le matériel collectif de sécurité (cordes,...)
- Le transport en minibus dans la vallée

## Le prix ne comprend pas

- Le matériel technique individuel : crampons, piolet, baudrier, casque, chaussures d'alpinisme, sac à dos, bâtons, etc... (possibilité de location).
- L'assurance et l'assistance : annulation s'il vous arrive quelque chose avant le départ, frais de recherche et secours par hélicoptère en haute montagne (France, Suisse et Italie), hospitalisation et rapatriement.
- Les boissons (la bouteille d'eau coûte entre 5€ et 10€ en refuge) et dépenses personnelles
- Le repas du soir du jour 3
- Les frais d'inscription
- Les vivres de course
- Tout ce qui n'est pas mentionné dans la rubrique "le prix comprend";

## À payer sur place

- Les boissons et dépenses personnelles en refuges et à Chamonix.
- Location éventuelle de matériel (chaussures, baudrier, casque, crampons, piolet, bâtons télescopiques, sac à dos, lampe frontale...).

## Assurance

Nous pouvons vous proposer nos 3 formules possibles:

- Assurance Annulation à 3% du prix de votre séjour : pour tout accident ou maladie, licenciement, mutation ou évènement survenant avant votre départ et vous empêchant de pouvoir effectuer le séjour.
- Assurance Multirisques à 4% du prix de votre séjour : elle reprend la partie "annulation" ci-dessus et vous couvre aussi durant tout votre séjour en frais de recherche et secours ainsi qu'en hospitalisation, rapatriement, remboursement de frais médicaux, etc...
- Assurance rapatriement à 2% du prix du séjour : prise en charge des frais de recherche et de secours en montagne, assistance en cas de maladie, blessure au cours du voyage.

Si vous ne souhaitez pas souscrire à notre assurance vous devez impérativement nous renvoyer la décharge d'assurance envoyée avec votre confirmation d'inscription.

Si vous choisissez d'autres contrats d'assurance et d'assistance, nous vous invitons à vérifier notamment que la couverture recherche-secours est adaptée : zone de couverture, montant, risques couverts. Pour information, un montant minimal de 15 000 € est recommandé en couverture recherche-secours. Les cartes de crédit offrent peu ou pas ce type de garantie.

## ÉQUIPEMENT

### Équipement fourni

- Le matériel collectif (cordes) est fourni.
- Des chaussons (cros) et des couvertures/couettes sont à disposition aux refuges

### Matériel en location

Nous pouvons vous renseigner sur le matériel suivant en location :

- Option location matériel pour 6 jours tarif 2020:

Chaussures : 60 euros

Crampons : 55 euros

Piolet : 40 euros

Baudrier : 40 euros

Casque : 40 euros

Bâtons télescopiques : 50 euros

Pack basic (chaussures/crampons/piolet) : 150 euros

Pack Mt Blanc complet (chaussures/crampons/piolet/casque/baudrier) : 170 euros.

Pantalons Gore-Tex : 70 euros

Veste Gore-Tex : 80 euros

Doudoune : 60 euros

Sac à dos : 50 euros

Lampe Frontale : 30 euros

Moufles : 50 euros

Si vous souscrivez en matériel dans votre dossier d'inscription, vous bénéficierez de 10% de réduction sur les tarifs annoncés (pensez bien à nous donner votre pointure si vous souhaitez des chaussures).

### Matériel technique

- Chaussures de haute montagne à semelles rigides et cramponnables obligatoires : les chaussures de type trek ne sont pas suffisantes.
- Un sac à dos d'alpinisme confortable de 40/50 litres : il doit comporter les attaches pour crampons, piolet et casque.
- Un piolet, des crampons, un baudrier équipé d'un mousqueton à vis (attention le mousqueton ne se loue pas, il faudra l'acheter si vous n'en n'avez pas), un casque
- Un ou deux bâtons de ski télescopiques (en fonction de vos habitudes) : nous les recommandons fortement, notamment pour les descentes
- Une gourde/thermos d'1.5 litre minimum.
- Une lampe frontale, avec piles et ampoules de rechange.
- Un couteau de poche.
- Un protège sac en cas de pluie (non obligatoire).
- 1 pochette étanche avec votre argent, papiers d'identité (+ si possible groupe sanguin / porteur de lentilles, etc...), contrat d'assurance/assistance et les numéros de téléphone d'urgence.
- Une paire de guêtres (pas de location).
- Un drap type sac à viande (obligatoire, et il y a des couvertures en refuge) : SAC DE COUCHAGE INUTILE.
- Un sac Zyploc avec les médicaments et affaires de toilette (strict minimum : dentifrice + produit à lentilles +

lotion hydroalcoolique pour nettoyer les mains) pas d'eau courante dans les refuges en général, prévoyez quelques lingettes sans alcool si vous le souhaitez (attention au poids).

- Un petit tube de crème solaire indice 50 (visage et lèvres) + après-solaire au gîte le J3

## Équipement personnel

- Bonnet.
- Chapeau (ou casquette) pour le soleil et/ou foulard.
- Lunettes de glacier (indice de catégorie 4) + masque de ski.
- Un passe-montagne (type cagoule qui couvre toute la tête (très appréciable si grand froid))
- 1 paire de moufles très chauds.
- 1 paire de gants en fourrure polaire ou laine.
- 1 paire de sous-gants.
- 2 ou 3 sous-vêtements techniques respirants à manches longues.
- Sous-pull technique respirant (carline, fourrure polaire légère...)
- Veste polaire épaisse.
- Veste ou gilet en duvet (non obligatoire mais appréciable si grand froid le jour du sommet).
- 1 veste coupe-vent, imperméable et respirante type Goretex.
- 1 pantalon de montagne confortable pour les sentiers d'approche.
- 1 pantalon coupe-vent type Goretex lorsque vous êtes sur glacier.
- 1 collant technique respirant.
- Chaussettes : 3 paires fines et 2 paires plus épaisse.
- 1 tenue de nuit pour le soir du J3 au chalet du Tour + affaires de toilette
- quelques chaufferettes main et/ou pied peuvent s'avérer utiles pour les plus frileux le jour du sommet

## Bagages

- En montagne vous transporterez toutes vos affaires, les pique-niques et votre matériel dans un sac à dos d'alpinisme de 40/50 litres.

## Pharmacie

Votre guide disposera d'une trousse de secours de première urgence.

Prévoyez avec votre médecin votre pharmacie personnelle :

- Médicaments personnels
- Anti-douleur (paracétamol de préférence)
- Pansements double-peau/Compeed
- Elastoplast
- Pansements
- Désinfectant local
- Anti-inflammatoire
- Antispasmodique
- Anti-diarrhéique
- Anti-vomitif
- Antiseptique intestinal
- Collyre
- Somnifère léger
- Boules Quiès
- Vitamine C

Pour chacun : ne prendre que quelques cachets en coupant les tablettes, ne pas prendre les boîtes qui pèsent lourd. Mettre le tout dans un sac zyploc (sac congélation), pas de trousse de toilette en tissu ou à coque.

Liste non-exhaustive.

## INFORMATIONS PRATIQUES

## Passeport

non

## Carte d'identité

oui

## Visa

non

## Infos Vaccins

non

## Votre rendez-vous

### Rendez-vous

Le lundi à 10h à Chamonix.

### Accès

Par le train :

- Terminus des trains classiques à la gare de Saint-Gervais-les-Bains le Fayet, puis changement pour le train touristique "Mont Blanc Express" Le Fayet-Vallorcine, arrêt à Chamonix "Aiguille du Midi".

Horaires et tarifs sur : [www.voyages-sncf.com](http://www.voyages-sncf.com), ou par téléphone au 3635.

Par la route, A40 Autoroute Blanche, Cluses, Sallanches, Les Houches et Chamonix: se garer au parking du Grépon à l'entrée de Chamonix (gratuit la 1ere heure) et tout au bout du parking prendre le passage souterrain à gauche vers Chamonix centre, le magasin du lieu de rendez-vous se trouve à la sortie juste à votre gauche.

### Dispersion

En fin d'après-midi le samedi aux Houches (pas d'horaires définis, cela dépend de la vitesse de votre cordée) : si vous prenez le train assurez-vous d'avoir un billet échangeable après le départ au cas ou vous ne seriez pas dans les temps pour l'avoir (n'oubliez pas de prévoir un temps de retour du matériel au magasin).

### Se loger avant ou après le circuit

Hôtel\*\* Les Campanules (5km de Chamonix)

450 Route de Coupeau

74310 Les Houches

Tel : 04 50 54 40 71

Gîte Tupilak (5km de Chamonix)

1474 Montée de Coupeau

74310 Les Houches

Tel : 04 50 54 56 66

Chalet FFCAM du Tour (20km de Chamonix, là où nous dormirons le mercredi soir) :

Le Rocher Nay

74400 Le Tour-Chamonix

Tel : 04 50 54 04 16

## Parking pendant le circuit

Pendant les 3 premiers jours de préparation technique : parking gratuit du village du Tour (25km de Chamonix).

Pendant les 3 jours d'ascension :

parking gratuit du télécabine de Bellevue aux Houches (9km de Chamonix).

Pour aller plus loin

## Bibliographie

Topos :

Pour en savoir plus sur les itinéraires du mont Blanc et du massif, les topos-guides de référence sont ceux de François Damilano édités par JMEditions.

- Mont Blanc 4810 m, 5 voies pour le sommet
- La vallée Blanche, plus beau hors-piste du monde
- Neige, glace et mixte, le topo du massif du Mont-Blanc, tome 1
- Neige, glace et mixte, le topo du massif du Mont-Blanc, tome 2
- Cascades autour du Mont-Blanc, tome 1
- Cascades autour du Mont-Blanc, tome 2

Tous ces ouvrages peuvent être commandés en ligne à la librairie Gaïa-store

[www.gaia-store.com](http://www.gaia-store.com)

Cartes IGN 1:25000

- 3531 ET St Gervais
- 3630 OT Chamonix

## Office de tourisme

Office de tourisme de Chamonix

85 place du triangle de l'amitié

74400 Chamonix

Tel : 04 50 53 00 24

Office de tourisme des Houches

Place de la Mairie

BP 9 74310 Les Houches

04 50 55 51 63

[www.leshouches.com](http://www.leshouches.com)