

RAQUETTES AU GRAND SAINT BERNARD

Découverte, avec des raquettes à neige, de ce coin isolé à la frontière entre Valais Suisse et Val d'Aoste Italien.

La tradition d'assistance et d'hospitalité des chanoines du Grand Saint Bernard remonte à l'an 1050 lorsque Saint Bernard de Menthon, alors archidiacre d'Aoste, fonde l'hospice pour venir en aide aux voyageurs qui traversaient le col. Depuis ce lieu hors du temps nous allons naviguer sur des versants sauvages avec des points de vues exceptionnels sur le Valais, le Val d'Aoste et le massif du Mont Blanc.

ITINÉRAIRE

Jour 1 MONTEE A L'HOSPICE DU GRAND ST BERNARD 2469M

Accueil et vérification des sacs par le guide. En véhicule personnel, le groupe rejoint Bourg St Bernard, en Suisse (80km). Par une route enneigée facile nous montons en raquettes au col du Grand St Bernard.

Dénivellation + : Environ 550 m

Hébergement : Hospice du Grand Saint Bernard

Heures de marche : 3h à 4h

Jour 2 FENETRE DE FERRET 2698M , LACS DE FENETRE 2456M

Randonnée avec de belles vues sur le Val Ferret suisse.

Dénivellation + : Environ 700 m

Dénivellation - : Environ 700 m

Hébergement : Hospice du Grand Saint Bernard

Heures de marche : 7h

Jour 3 ASCENSION DES MONTS TELLERS 2951M

Départ matinal pour une grande journée.

Descente d'une partie de la route suivie le premier jour, puis remontée de la combe de Drône jusqu'au lac du Grand Lé. De là, sur une pente légèrement plus raide, montée aux Monts Telliers.

Petite variante à la descente pour rejoindre les voitures sur le parking de Bourg St Bernard.

Dénivellation + : Environ 950 m

Dénivellation - : Environ 1450 m

Heures de marche : 8h à 9h

Important :

Ce programme peut être modifié sur décision du guide si les conditions de la montagne, la météo ou la condition physique des participants le nécessitent et dans un souci de sécurité.

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

Code voyage : RRGSB

Le prix comprend

- L'organisation technique du stage et l'accueil des stagiaires par le guide
- L'encadrement un guide de haute montagne
- L'hébergement en demi-pension
- Les pique-niques
- le prêt d'un DVA, pelle et sonde

Le prix ne comprend pas

- Le matériel technique individuel (chaussures, raquettes, bâtons)
- Les boissons et toutes dépenses d'ordre personnel
- Les déplacements dans la vallée en véhicule personnel
- L'assurance/assistance : annulation, frais de recherche et secours par hélicoptère, hospitalisation et rapatriement obligatoires

À payer sur place

- Les boissons et toutes dépenses d'ordre personnel

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 de sécurité : DVA, pelle, sonde, merci de prévenir l'agence si vous avez votre matériel.
- Le matériel collectif : cordes, mousquetons

Matériel en location

Nous vous renseignons sur la location du matériel technique à Chamonix :

- Option location matériel pour 10 jours :

Chaussures : 95 euros

Crampons : 87 euros

Piolet : 64 euros

Baudrier : 64 euros

Casque : 64 euros

Bâtons télescopiques : 74 euros

Raquettes : 76 euros

Pack basic (chaussures/crampons/piolet) : 230 euros

Pack Mt Blanc complet (chaussures/crampons/piolet/casque/ baudrier) : 270 euros

Pantalons Gore-Tex : 106 euros

Veste Gore-Tex : 120 euros

Doudoune : 92 euros

Sac à dos : 74 euros

Lampe Frontale : 50 euros

Moufles : 74 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

- Raquettes
- Bâtons
- Chaussures de haute montagne adaptées aux raquettes, cramponnables et chaudes
- Baudrier
- Piolet
- Crampons (préalablement réglés à vos chaussures et avec le système antibott)
- DVA
- Pelle
- Sonde
- Couverture de survie
- 1 lampe frontale avec piles et ampoule de rechange
- Couteau de poche
- Thermos de 1.5L

Équipement personnel

TÊTE :

- Bonnet windstopper
- Chapeau ou casquette
- Foulard et/ou tour du cou « Buff »
- Crème solaire (indice très haute protection) et stick labial
- Lunettes de glacier catégorie 4 + masque de ski

HAUT DU CORPS :

- 2 sous-vêtements techniques respirant à manches longues type « Carline » (pas de coton qui sèche trop lentement)
- 1 sous-pull technique et respirant
- 1 veste polaire épaisse
- 1 veste ou gilet en duvet
- 1 veste coupe-vent et imperméable type Goretex
- 1 paire de moufles (polaire ou laine) windstopper
- 1 paire de gants (polaire ou laine) windstopper

- 1 paire de sous-gants

BAS DU CORPS :

- 1 collant technique respirant type « Carline »
- 1 pantalon de montagne confortable
- 1 pantalon coupe-vent et imperméable type Goretex
- 2 paires de chaussettes : 1 fine et 1 épaisse
- 1 paire de guêtres

AUTRES :

- 1 drap type « sac à viande » pour les refuges
- 1 petite trousse de toilette avec 1 serviette de toilette
- Biafine
- Papier hygiénique + briquet
- 1 sac plastique de 100L pour protéger les affaires à l'intérieur du sac et un sursac pour protéger le sac à dos en cas de pluie ou neige
- 1 pochette étanche dans laquelle vous mettrez vos papiers d'identité, votre téléphone, votre argent et votre contrat d'assurance/assistance avec tous les numéros de téléphone d'urgence.

Bagages

Un sac à dos d'une contenance de 50 litres avec ceinture abdominale et bretelles confortables.

Pharmacie

Votre guide disposera d'une pharmacie de première urgence pour le groupe.

Prévoyez avec votre médecin votre pharmacie personnelle :

- Médicaments habituels
 - Un antalgique (éviter l'aspirine).
 - Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).
 - Un antibiotique à large spectre.
 - Un antispasmodique, un antidiarrhéique, un antiseptique intestinal, un antivomitif.
 - 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.
 - En complément : collyre, somnifère léger et/ou boules Quies, veinotonique (contre les jambes lourdes)
- Liste non-exhaustive.

INFORMATIONS PRATIQUES

Passeport

Non

Carte d'identité

A la suite de la prolongation depuis le 1er janvier 2014 de la validité de la CNI française, sans changement de date faciale sur le document, les litiges et difficultés pour les voyageurs français se multiplient.

1 - Comme indiqué dans les Procès-Verbaux des Comités Exécutifs des 5 février et 3 avril 2014, le SETO s'est saisi de la question. Les interventions du SETO auprès des autorités françaises sont en cours pour lister les difficultés, trouver des solutions et des moyens adaptés.

2 - Des accords ont été établis entre la France et certains pays pour que la CNI prolongée soit acceptée. Une liste des pays acceptant cette prolongation de la CNI est consultable sur le site du ministère français de l'Intérieur. Des documents explicatifs traduits dans les langues du pays y sont téléchargeables pour les voyageurs. Toutefois ces documents et explications ne sont pas encore totalement acceptés et reconnus dans tous les pays

listés.

Dans l'attente, le SETO recommande donc à ses membres de bien veiller à ce que les clients français directs et indirects soient pleinement informés de la situation, à savoir qu'une CNI peut être refusée si la validité faciale est périmée. En cas de doute, il est donc préférable de bien recommander le recours à un passeport valide à la place de la CNI.

Visa

Non

Coordonnées Ambassade et Consulat

Ambassade de Suisse
142, rue de Grenelle
F-75007 Paris

Tél. : +33 1 49 55 67 00

Fax : +33 1 49 55 67 67

Infos Vaccins

Non

Votre rendez-vous

Rendez-vous

En début de matinée à Chamonix.

Accès

Par le train : gare SNCF de Saint Gervais les Bains le Fayet puis TER Touristique Mont Blanc Express jusqu'à Chamonix (Aiguille du Midi). Horaires et tarifs sur: www.voyages-sncf.com

Par la route, A40 Autoroute Blanche jusqu'à Chamonix.

Dispersion

Fin d'après-midi à Bourg Saint Bernard.

Se loger avant ou après le circuit

Hôtel Les Campanules
450 Route de Coupeau
74310 Les Houches
Tel : 04 50 54 40 71

Gîte Tupilak
1474 Montée de Coupeau
74310 Les Houches
Tel : 04 50 54 56 66

Hôtel des Campanules :
450, route de Coupeau

74310 Les Houches / France
Tél. +33 (0)4 50 54 40 71
hotel-campanules@wanadoo.fr

Pour aller plus loin

Bibliographie

- "150 randonnées à raquettes en Haute Savoie - Mont Blanc" : Jean Marc Lamory, Ed. Didier Richard, collection Nouvelles Traces

Carte IGN 1/25 000e: 3630 OT Chamonix Mont Blanc

- Carte MICHELIN - 1/200 000 - n°74 et n°219

Cartes nationales SUISSE - 1/50000e (cartes d'excellente qualité) :

- Feuille 282 S MARTIGNY???

- Feuille 283 S AROLLA

- Feuille 284 S MISCHABEL

Office de tourisme

Office de tourisme de Chamonix

85 place du triangle de l'amitié

74400 Chamonix

Tel : 04 50 53 00 24

E-mail : info@chamonix.com

Internet : Chamonix.com