

# DÉCOUVERTE DU SKI DE RANDO À CHAMONIX

Découvrir le ski de randonnée autour du mont Blanc avec comme camp de base Chamonix : que peut-on rêver de mieux pour une semaine montagne 100% plaisir ?

Les sorties sont progressives et le niveau est accessible, nos guides vous enseignent les secrets de la poudreuse en sécurité tout en vous faisant découvrir leurs petites randos secrètes. Chaque jour un paysage différent : vallons, crêtes et pentes toujours abordables, afin que cette semaine s'inscrive sous le signe du plaisir et de la montagne préservée.

Le programme sera organisé en fonction des souhaits de chacun, du niveau du groupe, de la progression dans l'effort et des conditions météorologiques et nivologiques.

Le guide saura adapter les sorties et cherchera toujours à optimiser votre séjour.

## ITINÉRAIRE

### *Jour 1 Ski Brévent | Sécurité DVA | Aiguillette des Houches*

Accueil des participants et vérification du matériel. Départ pour une course de mise en jambe et pour une vérification ou découverte des techniques propres au ski de randonnée, ainsi que des exercices de recherche de DVA (Détecteur de Victimes d'Avalanches). Notre terrain de jeu est aujourd'hui le Brévent. Après quelques pistes d'entraînements, le temps de retrouver nos jambes, nous rejoignons l'aiguillette des Houches puis la combe de la Vogealle : belle combe descendant en direction de la Tête du Châtelet, puis de Pierre Blanche et du Betty. Une bien belle traversée dans un cadre magnifique! Carlaveyron paraît bien loin de l'agitation du Brévent.

Dénivellation + : 365 m

Dénivellation - : 1240 m

Altitude Max : 2371 m

Hébergement : gîte / hôtel

### *Jour 2 Aiguilles Rouges - Aiguilles Crochues (2837m).*

Nous partons découvrir un sommet et de belles pentes généralement poudreuses dans le massif des Aiguilles Rouges, face aux grands sommets et glaciers du mont Blanc. Nous prenons le téléphérique de la Flégère puis le télésiège de l'Index, pour commencer relativement haut l'ascension des Aiguilles Crochues (2837m).

Dénivellation + : 600 m

Dénivellation - : 1000 m

Altitude Max : 2837 m

Hébergement : gîte / hôtel

### *Jour 3 Le sommet des Grands Montets*

Aujourd'hui, nous allons évoluer sur le domaine des Grands Montets. Situé dans le massif du Mont Blanc, c'est l'endroit préféré des freeriders. Les combes sont immenses! Montée en ski de randonnée au sommet des Grands Montets par le Col des Rachasses. Le panorama impressionne aux pieds de ces grandes faces rocheuses. Entre le sommet des Grands Montets et le village d'Argentière, se sont plus de 2000 mètres de descente qui nous attendent en fin de journée.

Altitude Max : 3275 m  
Hébergement : gîte / hôtel

## Jour 4 Descente de la vallée blanche et nuit au refuge de Torino

Une jolie combinaison en enchaînant le début de la classique et très belle Vallée Blanche suivi d'une nuit en refuge. Nous débutons notre journée. Descente le long de l'arête de l'aiguille du Midi, départ de la Vallée Blanche classique jusqu'au niveau du glacier du Tacul. Ensuite, nous mettons les peaux pour joindre le refuge de Torino ou nous allons passer la nuit.

Dénivellation + : environ 600 m  
Altitude Max : 3842 m  
Hébergement : en refuge

## Jour 5 Vallée noire et retour sur Chamonix

C'est le versant nord, la rive droite de la Vallée Blanche. Moins fréquenté que l'itinéraire classique depuis l'aiguille du Midi, mais plus technique et plus sauvage cet itinéraire est magnifique, il longe la rive droite du glacier du Géant avec ses impressionnantes crevasses et séracs, et rejoint ensuite la "salle à manger" et la mer de glace puis l'arrivée du train du Montenvers pour rejoindre finalement Chamonix en fin de journée.

Altitude Max : 2951 m

### 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

Du	Au	Prix TTC par pers.	Départ assuré
18/01/2021	22/01/2021	795 €	
01/02/2021	05/02/2021	795 €	
08/02/2021	12/02/2021	795 €	
15/02/2021	19/02/2021	795 €	
22/02/2021	26/02/2021	795 €	
01/03/2021	05/03/2021	795 €	
08/03/2021	12/03/2021	795 €	

**Code voyage : SRCHAM**

### 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 séjour et l'accueil des stagiaires par le guide
- L'encadrement par le guide de haute montagne
- L'hébergement en 1/2 pension en gîte dans la vallée de Chamonix - Les piques-niques le midi

- Matériel de sécurité : DVA (piles non fournies), pelle et sonde
- Matériel technique collectif
- Le transport en minibus dans la vallée

## Le prix ne comprend pas

- Les boissons et dépenses personnelles
- vivres de course (barres de céréales, fruits secs, barres chocolatées, etc...à votre convenance)
- Matériel de ski de randonnées + peaux de phoque + couteaux + bâtons
- Piles pour le DVA (4 piles LR03 AAA)
- Les remontées mécaniques nécessaires au programme
- Le transfert jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de dispersion
- Les frais d'inscription: 18€ par personne
- Assurance/assistance
- Tout ce qui n'est pas dans &quot;le prix comprend&quot;

## À payer sur place

- Les boissons et dépenses d'ordre personnel
- Location du matériel personnel si nécessaire
- Les remontées mécaniques si nécessaire

## Assurance

Nous pouvons vous proposer nos 2 formules possibles:

- Assurance Multirisques à 4,1% du prix de votre séjour : pour tout accident ou maladie, licenciement, mutation ou événement survenant avant votre départ et vous empêchant de pouvoir effectuer le séjour, elle 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 2,5% 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 si besoin.
- Au refuge des chaussons sont à votre disposition.
- Couvertures et couettes sont fournies en refuge : pensez à prévoir le drap-sac pour des questions d'hygiène.
- Le matériel de sécurité individuel (DVA piles non fournies, pelle, sonde) : merci de signaler à l'agence si vous possédez le vôtre.

### Matériel en location

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

- Option location matériel pour 5 jours tarifs 2019/2020 :

Ski de rando + bâtons : 200 euros

Chaussures de rando : 75 euros

Pack ski + chaussures + bâtons : 275 euros

Pantalon Gore-Tex : 61 euros

Veste Gore-Tex : 70 euros

Doudoune : 52 euros

Sac à dos : 44 euros

Lampe Frontale : 25 euros

Moufles : 44 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

SKIS :

- 1 paire de skis de randonnées légers avec leurs fixations adaptées ainsi qu'un frein ou des lanières de sécurité, et fartés.

- 1 paire de chaussures de ski de randonnée à semelles VIBRAM

- 1 paire de peaux de phoques autocollantes adaptées aux skis

- Couteaux adaptés aux fixations

- Bâtons télescopiques ou non à rondelles larges

AUTRES :

- Matériels de sécurité : DVA, pelle, sonde

- Couverture de survie

- Couteau de poche

- Thermos et gourde

LE TOUT DOIT ETRE EN PARFAIT ETAT AU PREMIER JOUR DU STAGE

## Équipement personnel

TETE :

- 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

AUTRES:

- 1 drap type « sac à viande » pour les refuges/gîtes

- 1 petite trousse de toilette avec 1 serviette de toilette séchage rapide

- Biafine
- Papier hygiénique + briquet
- 1 ou 2 sacs plastiques de 100L et un sursac pour protéger les affaires et le sac à dos
- 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

- En montagne vous transporterez toutes vos affaires et votre matériel dans un sac à dos d'alpinisme de 40 litres, avec des lanières pour attacher les skis.
- Vos affaires personnelles devant rester au gîte pourront être transportées dans un 2e sac (type sac de voyage).

## Pharmacie

Votre guide disposera d'une pharmacie de première urgence.

Prévoyez avec votre médecin votre pharmacie personnelle:

- médicaments personnels
- anti-douleur (paracétamol de préférence)
- double-peau
- élastoplast
- pansements
- désinfectant local
- anti-inflammatoire
- antispasmodique
- anti-diarrhéique
- anti-vomitif
- antiseptique intestinal
- collyre
- somnifère léger
- boules Quies

Liste non-exhaustive

## INFORMATIONS PRATIQUES

### Passeport

non

### Carte d'identité

oui

### Visa

non

### 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 Horaires et tarifs sur: [www.voyages-sncf.com](http://www.voyages-sncf.com)

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

## Dispersion

En fin d'après-midi à Chamonix (74).

## Se loger avant ou après le circuit

Les coups de cœurs de l'équipe pour les hébergements avant-après le séjour :

- Le CAF du Tour à partir de la fin mars (<http://chaletdoutour.ffcam.fr/>), demi-pension à partir de 42€. Véronique prépare tout elle-même avec des produits bio. C'est notre coup de cœur pour les petits budgets (mais au bout de la vallée, à 20min de voiture de Chamonix).
- L'hôtel des Campanules ([www.hotel-campanules.com](http://www.hotel-campanules.com)), nuitée à partir de 49€. L'hôtel est facilement accessible en train grâce à la gare des Houches (puis 10min de montée à pied).

Hébergements proches du centre-ville de Chamonix :

- Gîte le Chamoniard Volant (<http://www.chamoniard.com/>), nuit à partir de 20€.
- L'hôtel du Prieuré\*\*\* ([www.prieurechamonix.com/fr/index.php](http://www.prieurechamonix.com/fr/index.php))
- L'hôtel Héliopic\*\*\*\* ( [www.heliopic-hotel-spa.com](http://www.heliopic-hotel-spa.com)) à 50m du lieu de rendez-vous.
- Le Gustavia\*\*\* (<http://www.hotelgustavia.eu/>): face à la gare SNCF de Chamonix.

## Pour aller plus loin

## Bibliographie

Carte IGN 1/25 000e: 36300T Chamonix Mont Blanc

## 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](mailto:info@chamonix.com)

Internet : [Chamonix.com](http://Chamonix.com)