

TOUR DU MONT BLANC INTEGRALE EN 10 JOURS DU 25 JUIN AU 6 JUILLET

DIFFICULTÉ: 



Ce Tour du Mont-Blanc intégral est d'une difficulté soutenue de par sa durée et les efforts quotidiens à fournir, ce séjour est réservé aux personnes pratiquant une activité sportive régulière et ayant de l'expérience en randonnée pédestre.

Au départ des remontées mécaniques de Chamonix, vous suivrez les sentiers balisés de randonnée au travers de somptueux paysages, Beaufortain, Val d'Aoste et les biens connus Val Ferret Italien et Suisse. Vous ne manquerez pas de découvrir des panoramas grandioses, lacs d'altitude, alpages, cascade ... Ce séjour en boucle vous ramènera à pied à votre point de départ dans la Vallée de Chamonix.

Le transport des bagages est assuré sur l'ensemble de la randonnée. Vous ne portez que vos affaires de la journée et profitez pleinement de votre randonnée. Les transferts, les bagages, et les pique-niques sont assurés par un accompagnateur en montagne ou transporteur privé tout au long de votre randonnée, **Attention : Pas de bagage la nuit du Jour 4 et Jour 6 (pas d'accès minibus).**

Formule collective associant plusieurs personnes qui ne se connaissent pas forcément. Cette formule est idéale pour les personnes recherchant la convivialité d'un groupe.

DATES

10 Etapes du 26 juin au 5 juillet (trajet Beynes-Chamonix le 25 juin, retour Chamonix-Beynes le 6 juillet, hôtels et transport non inclus)

TARIF 2023 : 1460€ par personne - sur la base de 7 participants minimum

Ce prix comprend :

- l'organisation et l'encadrement par un accompagnateur en moyenne montagne
- les demi-pensions en refuge ou petit hôtel, en chambre quadruple & dortoir
- les pique-niques
- les remontées mécaniques
- les transferts pendant la randonnée
- le transport d'un bagage par personne durant le séjour (maximum 15kg) : sac souple, pas de valise rigide

Ce prix ne comprend pas :

- les souvenirs et les boissons (prévoir des euros),
- l'assurance rapatriement (obligatoire). L'assurance d'annulation est fortement recommandée
- le transport et les hôtels des jours d'arrivée et départ à Chamonix

ITINERAIRE

Jour 1 : Vallée de Chamonix

Notre séjour démarre au sommet de la télécabine de Plan-Pratz (2 000m). Nous nous dirigeons vers le Brévent d'où le Mont-Blanc s'offre aux regards dans toute sa majesté. Nous y accédons par le col du Brévent (2525m) avant d'entamer notre descente vers le refuge de Bellachat et le Parc animalier de Merlet. Un petit transfert nous ramène dans la vallée, nuit aux Houches.

Dénivelé positif : 525 m - négatif : 1025 m 9km

Jour 2 : Val Montjoie

Montée en téléphérique jusqu'à Bellevue (1 800m). La vue est panoramique sur le massif du Mont-Blanc, les Aiguilles Rouges, les Fiz et les Aravis. Après avoir franchi le célèbre pont suspendu du torrent de Bionnassay, notre descente nous conduit au village des Contamines dans le val Montjoie où nous passerons la nuit.

Dénivelé positif : 570 m - négatif : 1200 m 11km

Jour 3 : Beaufortain

Depuis le village des Contamines, nous empruntons la voie romaine en direction du Col du Bonhomme (2 329m). Nous quittons le Val Montjoie pour le Beaufortain et nous dirigeons vers l'extrémité Sud du Massif du Mont-Blanc. La descente à travers les alpages nous conduit dans la vallée isolée des Glaciers et le hameau des Chapieux. Nuit en auberge.

Dénivelé positif : 1270 m - négatif : 930 m 14km

Jour 4 : Val Veny

A la Ville des Glaciers une visite aux fromagers s'impose, ici le Beaufort est roi ! C'est par le col de la Seigne (2 516m) que nous rallions la frontière Italienne et le Val Veny, d'où nous aurons le choix entre les différentes variantes pour rejoindre le refuge situé au pied du Glacier de la Lée Blanche. **Pas d'accès aux bagages.**

Dénivelé positif : 720 m - négatif : 320 m 9km

Jour 5 : Val d'Aoste

Nous débutons cette journée par une descente au Lac Combal. La montée aux alpages d'Arp Vieille donne accès à un splendide sentier en balcon face aux Aiguilles les plus célèbres de l'histoire de l'alpinisme : Noire de Peuterey, Dent du Géant, Grandes Jorasses ... Descente vers Courmayeur, pittoresque village médiéval aux étroites ruelles, typique de l'architecture valdotaine. Nuit à Courmayeur.

Dénivelé positif : 460 m - négatif : 990 m 15km

Jour 6 : Val Ferret italien

Départ du hameau de Villair Superior jusqu'au refuge Bertone, d'où nous basculons sur un impressionnant balcon offrant une vue exceptionnelle sur les plus belles aiguilles du Massif du Mont-Blanc. Nous dormirons au refuge Bonatti, au cœur du Val Ferret italien. **Pas d'accès aux bagages.**

Au minimum, Dénivelé positif : 800 m - négatif : 500 m 16km

Jour 7 : Val Ferret Suisse

Au départ d'Arnava le sentier nous emmène au Grand Col Ferret (2 490m), marquant la frontière entre l'Italie et la Suisse. Nous sommes accueillis par ses alpages reposants, surmontés des lointains sommets enneigés du Dolent ou de l'A Neuve et de leurs glaciers. Descente dans le Val Ferret suisse, jusqu'à La Fouly, où nous dormirons ce soir.

Dénivelé positif : 770 m - négatif : 850 m 13km

Jour 8 : Vallon de Trient

La journée commence avec un transfert vers le village de Champex-Lac. C'est en cheminant vers l'alpage de Bovine que nous pourrions contempler la vallée du Rhône avec ses vignobles, les hautes montagnes de l'Oberland Bernois, et les vertigineux sommets du massif des Combins. Descente jusqu'au Col de la Forclaz, passage clé entre la vallée du Rhône et celle de Trient. Nuit en auberge sur Trient.

Dénivelé positif : 770 m - négatif : 670 m 14km

Jour 9 : Trélechamps

Notre sentier nous mène jusqu'au Col des Posettes (1997m), célèbre frontière entre la Suisse et la France. Du col, la vue sur le Mont-Blanc et les aiguilles rouges est à couper le souffle. Ce décor fantastique nous accompagne jusqu'au hameau classé de Trélechamps où nous passerons la nuit.

Dénivelé positif : 910 m - négatif : 800 m 12km

Jour 10 : Vallée de Chamonix

De Trélechamps nous montons par le sentier du Grand Balcon Sud jusqu'aux Lacs des Chéserys dans lesquels se reflète le massif du Mont-Blanc, un lieu magique pour partager un dernier pique-nique ! Nous passons la Flégère et descendons jusqu'au village des Praz. Retour à Chamonix dans l'après-midi.

Dénivelé positif : 810 m - négatif : 1300 m 7km

INFOS PRATIQUES

- Jour 1 : 9km / Hôtel Les Campanules / Téléphérique matin : Chamonix – Planpraz / Transfert de personnes fin journée : Parc Merlet – Les Houches
- Jour 2 : 10.5km / Hôtel la Gelinotte / Téléphérique matin : les Houches - Bellevue
- Jour 3 : 14km / Auberge de la Nova
- Jour 4 : 9km / Refuge Elisabetta
- Jour 5 : 15km / Hôtel Edelweiss
- Jour 6 : 16km / Refuge Bonatti
- Jour 7 : 13km / Auberge Maya-Joie
- Jour 8 : 14km / Hôtel Col de la Forclaz / Transfert matin : La Fouly - Champex
- Jour 9 : 12km / Auberge de la Boerne
- Jour 10 : 7km

Cet itinéraire est donné à titre indicatif et pourra être adapté en fonction du niveau des participants voire de la météo.

Rendez-vous : Départ à 8h30 du bureau de la Compagnie des Guides, 190 place de l'Eglise, 744000 Chamonix Mont-Blanc.

Niveau : 4/5. Le Tour du Mont-Blanc Intégral est une randonnée de difficulté soutenue. C'est la durée de ce raid qui en augmente la difficulté. Un minimum de 700m de dénivellée positive et un maximum de 1300m de dénivellée positive soit 5h à 7h de marche en moyenne par jour. Randonnée sur des sentiers de montagne généralement bien entretenus mais pouvant parfois se dérouler sur des itinéraires hors sentiers. Il faut être entraîné physiquement et avoir une très bonne condition physique. Une expérience de la randonnée est recommandée.

Encadrement : le groupe est constitué de 7 à 12 personnes maximum, par accompagnateur diplômé d'état, ceci afin de vous assurer un meilleur confort de dialogue et une réelle convivialité. Les normes d'encadrement sont spécifiques à la Compagnie des Guides de Chamonix et sont parmi les plus strictes du marché.

Hébergement :

- Pendant le séjour : 9 nuits en refuges ou petits hôtels (chambre quadruple & dortoir mixte).

Attention : Pas de bagage la nuit du Jour 4 et Jour 6 (pas d'accès minibus).

- Avant et après : bénéficiez de tarifs préférentiels auprès de nos partenaires hôteliers à Chamonix.

Formalités :

- Assurance assistance-rapatriement obligatoire. L'assurance annulation est fortement conseillée. Vous pouvez souscrire à ces deux assurances au moment de votre inscription.

- Pièce d'identité obligatoire.

Organisation : Une réunion d'information avec votre accompagnateur vous est proposée la veille du départ à 18h00 à l'accueil de notre Compagnie.

Le programme peut être modifié à tout moment par le professionnel encadrant en fonction des conditions météorologiques et/ou du niveau technique et physique des participants.

EQUIPEMENT

Nous vous recommandons d'apporter un soin particulier au choix de votre matériel car il contribue grandement à la réussite de votre séjour. Comme les conditions climatiques alpin peuvent être très variables avec de brusques changements, il peut faire très froid très vite en altitude, il est préférable d'empiler des couches fines plutôt que d'avoir un seul gros vêtement. Il n'est pas rare d'avoir de la neige en plein été, ne faites pas l'impasse sur les vêtements chauds, même si la météo vous semble favorable. A l'inverse le soleil peut être brûlant. Sans l'alourdir, il faut toujours avoir dans le sac à dos de quoi faire face à une météo capricieuse et rigoureuse.

Équipement

- Un sac à dos d'une contenance de minimum 30 litres (mieux vaut trop grand que trop petit). Prévoyez assez de place pour le pique-nique. Un conseil en cas de pluie : même si vous avez un sur-sac à dos, protégez toujours vos affaires dans un sac plastique (grand sac poubelle), à l'intérieur du sac à dos.
- Un sac de voyage compacte et solide, maximum 15 kg : sac souple, pas de valise rigide.
- Une paire de chaussures de randonnée montantes avec semelles Vibram. Pour les chaussures neuves, faites-les d'abord à votre pied en les portant avant. Si vous êtes sujet aux ampoules : talc appliqué sur les pieds secs et dans la chaussure le matin.

Vêtements

Pour plus de confort concernant les sous-vêtements (T-shirts, caleçons, chaussettes), évitez le coton qui est lourd, froid et sèche très lentement. Privilégiez les textiles techniques synthétiques, ou bien la laine qui fait son grand retour. Ils sont plus chauds et sèchent très vite.

Pour la journée :

- 1 T-shirt manches courtes
- 1 T-shirt manches longues (textile technique)
- 1 fourrure polaire
- 1 petite doudoune (ou 2ème polaire)
- 1 short
- 1 pantalon de randonnée
- 1 paire de chaussettes (textile technique)
- 1 veste Gore-tex
- 1 cape de pluie ou 1 sur-sac
- 1 sur-pantalon imperméable (le top c'est le Gore-tex light mais cher, sinon sur-pantalon type K.way)
- Casquette
- 1 bonnet
- 1 paire de gants

Pour l'ensemble de la randonnée :

- Affaires de rechange (textile technique)
- 1 caleçon jambes longues (textile technique)
- 1 paire de chaussures confortables
- Facultatif : Guêtres basses (début de saison)

Accessoires

Pour la journée :

- Lunettes de soleil
- Crème solaire, lipstick
- 1 gourde (capacité 1l mini, 1,5l c'est mieux !)
- 1 couteau
- 1 fourchette (type « spork »)
- 1 paire de bâtons télescopiques

Pour l'ensemble de la randonnée :

- 1 drap sac
- Lampe de poche ou frontale
- Pharmacie personnelle : élastoplast, pansements « seconde peau », compresses, médicaments pour maux courants : diarrhée, constipation, maux de gorge, maux de tête, douleurs, allergies, et votre traitement personnel. *Ne vous surchargez pas, l'accompagnateur a une pharmacie de premiers secours.*
- Nécessaire de toilette : serviette de toilette, bouchons d'oreilles
- Pièce d'identité
- Argent pour vos dépenses personnelles
- Un peu de savon pour la lessive