



FICHE TECHNIQUE

6 JOURS / 6 NUITS en itinérance

Niveau

Tour du Mont-Blanc TMB Partie Sud



De Courmayeur à Chamonix dans le sens horaire, nous vous proposons de réaliser la moitié sud du fameux Tour du Mont-Blanc sur 6 jours, de façon à avoir des étapes confortables en terme de distance et de dénivelé.

Nous irons choisi de vous faire connaître nos endroits préférés. Cette partie est selon certaines personnes la plus belle du TMB, mais les avis sont partagés...

Ce séjour ne propose pas le transport des bagages.

Vous serez guidé par un accompagnateurs en montagne (AEM), titulaire d'un Brevet d'Etat.

Niveau physique :

Niveau 4 : Pour randonneur aillant déjà un bon niveau (4 à 9 heures de marche effective quotidienne).

La randonnée s'effectue sur sentiers entre 1 000 m et 2 500 m d'altitude. Le transport des bagages n'est pas assuré. Il vous faudra prévoir certaines affaires de rechange. Tout est détaillé à la fin de cette fiche.

Cette semaine présente des journée avec des dénivelés pouvant aller jusqu'à 1 200 mètres mais la plupart des dénivelés sur la journée se situent entre 500 et 1000 mètres. C'est aussi la raison pour laquelle nous proposons le tour du Mont-Blanc en deux parties : nord et sud. Cela permet de proposer des journées de randonnée plus accessibles. Cette semaine de randonnée conviendra aux personnes aillant déjà une bonne pratique de la discipline, et puis nous savons prendre notre temps.

Niveau technique :

Nous progressons ici en montagne (passage d'un col à 2 500 mètres). Nous allons donc passer de vallée en vallée. Les terrains seront donc très inégaux. Des fois nous aurons des parcours très minéraux (passage de pierriers), parfois des passages en zones humides. De bonnes chaussures imperméables sont nécessaires, ainsi que des batons de randonnée (très fortement conseillés en tout cas). En règle général un équipement de montagne est nécessaire. Le détail vous sera donné à la fin de cette fiche.

Repas - Logement - Restauration :

Les repas du soir seront pris dans les gîtes et les refuges. Il y aura un hôtel au milieu du séjour. Les pique-niques seront à prendre chaque matin. Ils auront été préparés par les hébergeurs. Il faudra prévoir un drap-sac et une serviette de toilette. Le détail des affaires à prendre sera détaillé à la fin de cette fiche.



Le refuge de la Croix du Bonhomme

Il y aura des nuits en dortoir.

Les petits-déjeuners seront pris dans les hébergements. En général il s'agit de petits-déjeuners conventionnels avec une boisson chaude, pain, beurre, et confiture. Si vous présentez des allergies, des intolérances ou si vous avez des exigences sur les repas, merci de nous en informer afin de trouver une solution

JOUR 1 : ARRIVEE A CHAMONIX

Arrivée à Chamonix et nuit à Chamonix. Nuit en gîte d'étape.

JOUR 2 : COURMAYEUR - MAISON VIEILLE

Cette journée est une mise en jambe. Nous prenons le bus depuis Chamonix pour rejoindre Courmayeur, lieu de départ de la randonnée de la journée. Il s'agit essentiellement d'une montée au refuge pour la nuit.



La montée depuis Courmayeur nous offre de somptueux paysages.



Arrivée au refuge !

Distance : 5 km - D+ : 716 m - D- : 24 m



Vue depuis le refuge de maison vieille

JOUR 3 : MAISON VIEILLE - ELISABETTA

Etape assez facile qui nous gratifie de paysages splendides sur les Alpes italiennes. Vues sur de nombreux glaciers dont le glacier de Miage, et des sommets comme le Mont-Blanc de Courmayeur et le petit Mont-Blanc.

Distance : 11 km - D+ : 641m - D- : 533 m



Des vues splendides sur les montagnes et les glaciers

JOUR 4 : ELISABETTA - CROIX DU BONHOMME



Vers la croix du Bonhomme

Nous allons revenir en France par le col de la Seigne (2 516 m). Descente et passage par le refuge des Mottets, puis remontée vers le col des Fours avant d'arriver au refuge de la Croix du Bonhomme. Cette dernière partie est assez sauvage. Il sera possible d'acheter du Beaufort dans une ferme sur le chemin.

Distance : 17.3 km - D+ : 1 266 m - D- : 1 032 m

JOUR 5 : CROIX DU BONHOMME - CONTAMINES

Cette journée s'annonce comme une grosse redescente dans la vallée avec encore des vues à couper le souffle. Passage par un sentier balcon au dessus des Contamines.

Distance : 21.5 km - D+ : 761 m - D- : 1 991 m

JOUR 6 : CONTAMINES - LES HOUCHES

Journée de randonnée entre motagne et villages qui nous permettra de découvrir le petit patrimoine local.

Possibilité de visiter le musée montagnard (à voir en fonction de l'heure d'arrivée)

Distance : 18.7 km - D+ : 857 m - D- : 1 030 m



Le lac de Champex

JOUR 7 : LES HOUCHES - CHAMONIX

Dernière journée de randonnée encore sans difficulté. Arrivée à Chamonix en milieu d'après-midi.

Distance : 12 km - D+ : 271 m - D- : 1035 m



Grandiose !

Type de séjour	Séjour randonnées accompagnées en itinérance avec transferts de bagages
Niveau requis	<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Encadrement	Diplôme d'Etat Accompagnateur en Montagne
Prix	695 € (sur la base de 10 personnes)
Groupe	6 personnes minimum (un supplément pourra être demandé pour un nombre de personnes inférieur à 10) 12 personnes maximum
Hébergements	Hébergements en gites d'étape, hôtel et refuges. Chambres-dortoirs de 2 à 6 personnes
Repas	Séjour en pension complète. Repas du soir pris dans l'hébergement du soir. Idem le lendemain avec les petits-déjeuner. Pique-nique à prendre tous les matins.
Lieu de départ	Chamonix le J1. Le lieu exact sera communiqué à l'inscription.
Lieu d'arrivée	Chamonix le J7. Même endroit.

Les + du séjour

- Séjour entièrement accompagné par un professionnel.
- Randonnée mythique.
- Passage par 3 pays.
- Transfert des bagages.
- Passage de long de glaciers
- Randonnée dans le sens horaire afin de ne pas suivre le sens conventionnel.
- Format (partie nord seulement et 7 jours) plus accessible en terme de distances et de temps de marche.

LE PRIX COMPREND (de l'accueil à la dispersion) :

- La pension complète du pique-nique du Jour 1 au petit-déjeuner du Jour 7
- Le téléphérique le jour 1.
- Le retour en car depuis Courmayeur le jour 7.
- L'encadrement par un professionnel diplômé d'état Accompagnateur en Montagne durant 6 jours.
- Le transport des bagages tout au long du séjour sauf le jour 6 pour le refuge Bonatti.
- Les taxes de séjour.
- Les frais d'organisation et de réservation.

LE PRIX NE COMPREND PAS :

- Les frais d'adhésion.
- Les frais de dossier.
- Les consommations personnelles autres que celles proposées par nos hôtes.
- Les frais d'assurance éventuelle.
- La récupération en véhicule au cours des randonnées.
- La fourniture des draps.
- Le transport aller/retour sur le lieu du séjour.
- Les dépenses personnelles.

(*) Prix valable jusqu'au 31 décembre 2020

ACCES

SI VOUS VENEZ EN TRAIN

Possibilité d'aller vous chercher à la gare de Chamonix.
Pour les horaires : www.oui.sncf

SI VOUS VENEZ EN VOITURE

Autouroute A40 jusqu'à Chamonix.
Vous pouvez soit laisser votre voiture dans un parking payant (voir le site www.chamonix.net), ou bien laisser votre voiture dans un parking gratuit comme celui de la Flégère. Pour toute information à ce sujet : www.chamonix.com

Pour partir en randonnée, vêtements

- ✓ Pantalon de randonnée (1 de rechange).
- ✓ 1 short.
- ✓ 1 T-shirt technique respirant en synthétique ou mérinos (+1 de rechange).
- ✓ 1 T-shirt à manches longue (technique en synthétique ou mérinos) pour vous protéger du soleil (+1 de rechange).
- ✓ Pull en polaire.
- ✓ Veste de randonnée.
- ✓ Cape de pluie (si vous avez l'habitude d'en avoir).
- ✓ Guêtres.
- ✓ Pantalon de pluie.
- ✓ Une paire de gants et un bonnet (+1 de rechange)
- ✓ Bonne paire de chaussures de marche, montantes, étanches, et surtout bien crantées.
- ✓ Cape de pluie (si vous avez l'habitude d'en prendre)
- ✓ Veste imperméable et respirante type Gore-tex.
- ✓ Lunettes de soleil.
- ✓ Au moins 2 paires de chaussettes.
- ✓ Sous-vêtements de rechange.
- ✓ Votre appareil photo (sinon le téléphone).
- ✓ Un sac à dos confortable (minimum 30 litres) avec sur-sac en cas de pluie. N'oubliez de réserver un peu de place pour le pique-nique.

Equipements autres

- ✓ Bâtons de marche (fortement recommandés).
- ✓ Drap-sac.
- ✓ Chaussons, espadrilles, pour le soir.
- ✓ Tenue de rechange pour le soir.
- ✓ Serviette et nécessaire de toilette.
- ✓ Petite trousse de secours et couverture de survie.
- ✓ Lampe frontale.
- ✓ Boules Quiess.
- ✓ Téléphone portable, chargeur, et petite batterie pour recharger le portable. Il n'est pas possible certaines fois de recharger le portable tous les soirs.
- ✓ Couteau et couverts.
- ✓ Poche à eau ou gourde (minimum 1,5 litres)
- ✓ Tasse pour les boissons chaudes (ou non).
- ✓ crème solaire, stick à lèvres.
- ✓ **N'oubliez pas votre carte d'identité ou votre passeport en cours de validité !**
- ✓ pour vos affaires personnelles transportées de gîte en gîte par la logistique, prévoir obligatoirement un seul sac souple de 10 kg maximum.
- ✓ **et pour le tout le plein de bonne humeur !**

Formalités administratives et sanitaires

Aucune formalité spécifique n'est demandée pour ce séjour. Nous vous prions de bien vouloir vous reporter à nos conditions de ventes pour toutes informations complémentaires concernant ce point.

Autres informations

Les animaux ne sont pas acceptés.

Assurance

Il est indispensable de posséder une garantie multirisque bien adaptée. De ce fait, et conformément à la loi qui régit notre profession, il vous sera systématiquement proposé de souscrire une assurance multirisque, à savoir annulation de voyage, bagages et effets personnels, frais d'interruption du séjour et assistance, qui ne peuvent être dissociés. La souscription à l'assurance se fait au moment de l'inscription. Elle est facturée à 4% du prix TTC du séjour. En cas de souscription chacun est responsable du respect des procédures de déclaration de tout sinistre. Vous êtes donc tenu de lire attentivement les conditions qui régissent le contrat d'assurance et de le conserver durant tout le séjour.

Mentions légales

Association APPAAT Millevaches, siège social : Chez M GRASSER Stéphane, lieu-dit Les Salles 23340 GENTIOUX-PIGEROLLES - SIREN 804 388 965 ; code APE : 9499Z ; RCP 128 994 705 : SARL SAGA-BP 27-69921 OULLINS ; Immatriculation au registre des opérateurs de voyages : IM023140001 ; Garantie financière 4000713224/0 : Groupama Assurance-Crédit, 5 rue du centre – 93199 Noisy-Le-Grand Cedex.