



TOUR DU MONT-BLANC COMPLET (France - Italie - Suisse)

**Randonnée itinérante en boucle au départ de Chamonix en refuge
10 jours, 9 nuits, 10 jours de randonnée**



C'est "la" grande classique, la plus célèbre des randonnées. Il faut dire que le Tour du Mont-Blanc se déroule dans un cadre grandiose, à deux pas des glaciers, dans trois pays aux paysages et cultures différents. Cette randonnée mythique était autrefois réservée à des marcheurs entraînés. Depuis de nombreuses années, nous la proposons sans portage. Notre particularité est de rendre cet itinéraire accessible à tout bon randonneur.

Cette grande "ronde autour du Mont Blanc" débute en France par le Val Montjoie, puis la vallée des Glaciers où le pastoralisme est encore très vivace. Le col de la Seigne marque l'entrée en Italie, face à l'impressionnant versant Brenva du Mont Blanc, tombant à pic sur le Val Veni. Nous arrivons ainsi à Courmayeur à mi-chemin du parcours. Après avoir remonté le Val Ferret italien, notre itinéraire nous conduit ensuite dans la quiétude du Val Ferret suisse pour se terminer par le balcon des Aiguilles Rouges et la Vallée de Chamonix, face au Mont Blanc. Les bagages sont acheminés d'étape en étape par un véhicule d'assistance, ce qui permet de goûter pleinement aux plaisirs de la découverte et de parcourir les variantes les plus intéressantes. Si vous choisissez la formule chambres, vous pouvez être hébergés en mini-dortoirs de 2 à 4 personnes dans les refuges.

PROGRAMME

Jour 01 : Chamonix - Bionnassay

Rendez-vous à Chamonix à 09h15 précises.

Soyez habillés en tenue de randonnée, avec votre sac à dos prêt, de l'eau dans votre gourde et vos chaussures de randonnée aux pieds. Nous remettons les bagages au taxi. Pour le premier pique-nique en commun et en plus de nos préparations, il est apprécié que chacun des participants apporte une des spécialités de sa région d'origine, afin de commencer la randonnée par des échanges culturels fructueux. Nous partons pour le **Petit Balcon Sud**, face au Mont Blanc et ses célèbres aiguilles et gagnons **Les Houches** pour prendre le téléphérique de Bellevue. On quitte ainsi l'agitation de la vallée de Chamonix pour la quiétude de celle de **Bionnassay**, au pied de l'Aiguille du Goûter et de la voie normale d'accès au Mont-Blanc. Nuit à **Bionnassay**, au bout de la vallée des Contamines.

Dénivelée : + 500 m, - 1030 m

Longueur : 14 km

Horaire : 5 h 30 mn

Jour 02 : Bionnassay – Nant Borrant

L'itinéraire nous conduit entre forêts et clairières pour une traversée à flanc au-dessus des gorges de la Gruvaz. On passe alors de la vallée en V creusée par le ruisseau, à la vallée glaciaire en U des **Alpages de Miage** (1559 m). C'est un véritable petit paradis au pied des Dômes de Miage. Un sursaut d'énergie est nécessaire pour atteindre le paisible **Plateau du Truc** (1740 m) avant de redescendre sur **Les Contamines-Montjoie**. Vous remontez ensuite le Val Montjoie par **Notre Dame de la Gorge**, splendide église baroque du XVIIème siècle. Par l'antique passage, appelé à tort **Voie Romaine**, vous passez au-dessus du torrent du Bon Nant qui gronde en contrebas pour parvenir au « **Pont Romain** », puis au Chalet du Nant Borrant (**Hébergement uniquement possible en dortoirs de 8 personnes**). C'est par l'antique voie romaine que nous gagnons le Chalet du Nant Borrant.. Vous êtes dans la Réserve Naturelle des Contamines Montjoie. Les véhicules ne peuvent y entrer qu'avant 7 heures ou après 19 heures. Vous ne récupérez vos bagages que vers 19 h 30 mn.

Dénivelée : + 970 m, - 830 m

Longueur : 18 km

Horaire : 6 h 15 mn

Jour 03 : Nant Borrant – Ville des Glaciers

Une étape alpine avec l'ascension de deux cols est au programme de cette journée. Nous commençons par découvrir la quiétude des Pâturages de Balme, avant d'atteindre le **Col du Bonhomme** (2329 m), porte du Beaufortain. Le plus dur est fait, car c'est par une traversée légèrement ascendante que nous atteignons le **Col de la Croix du Bonhomme** (2479 m). L'itinéraire plonge ensuite sur les alpages de la vallée des Glaciers pour atteindre le village des **Chapieux**, terme de votre étape. Vous pouvez être hébergés à **Ville des Glaciers** en franchissant le **Col des Fours** (2665 m), point culminant de votre randonnée (+ 200 m, + 1 h). Cela raccourcira votre étape du lendemain.

Dénivelée : + 1020 m, - 930 m

Longueur : 12 km

Horaire : 5 h 30 mn

Jour 04 : Ville des Glaciers – Val Veny

Le **Col de la Seigne** (2516 m) marque l'entrée du Val d'Aoste et de l'Italie. Le Mont-Blanc nous y apparaît sous son versant le plus sauvage. Nous descendons le Val Veni jusqu'à l'énorme moraine du glacier de Miage qui barre toute la vallée. Un petit crochet nous conduit au **Lac de Miage**, coince entre la moraine et le glacier. En suivant le fond du vallon, nous découvrons les prestigieuses voies mythiques du Mont-Blanc que sont les arêtes du Brouillard, de l'Innominate et de Peuterey. Nuit au Refuge Monte Bianco face à l'arête de Peuterey, notre coup de coeur !

Dénivelée : + 1080 m, - 990 m

Longueur : 18 km

Horaire : 6 h

Jour 05 : Val Veny – Courmayeur - Val Ferret

Nous descendons sur **Courmayeur** pour une courte visite. Par beau temps, la chaude montée parmi les mélèzes clairsemés voit sa récompense au **Pré de la Saxe** (2000 m), splendide belvédère sur la Dent du Géant et les Grandes Jorasses. La sieste y est de mise.

Nous descendons ensuite sur le Val Ferret italien et gagnons **Lavachey** ou **Arnuva** pour la nuit. Selon les conditions météo et le choix de l'accompagnateur, de nombreuses variantes sont possibles.

Dénivelée : + 880 m, - 880 m

Longueur : 17 km

Horaire : 5 h 45 mn

Jour 06 : Val ferret – La Fouly

Nous débutons la journée par la paisible remontée du **Val Ferret italien** et la découverte du **Glacier du Pré de Bar**, authentique glacier de démonstration. Il est alors temps d'attaquer la montée pour atteindre le **Grand Col Ferret** (2537 m), porte du **Val Ferret suisse** et point culminant de la randonnée. Près du **Creux de la Chaudière**, nous faisons face au Mont Dolent, très symbolique, puisque c'est à son sommet que se rejoignent les trois frontières, italienne, suisse et française. Nuit à **la Fouly** (1600 m).

Dénivelée : + 990 m, - 1040 m

Longueur : 18 km

Horaire : 6 h 15 mn

Jour 07 : La Fouly - Champex

Cette étape plus débonnaire nous permet de goûter à la douceur du Valais suisse. Nous descendons le Val Ferret, encore très agricole, à la recherche de ses superbes greniers en bois. La seule difficulté de la journée réside dans la montée à **Champex** (1473 m) et son lac, lieu idéal pour une sieste. Il ne nous reste plus ensuite qu'à atteindre l'entrée du **Val d'Arpette** pour y passer la nuit.

Dénivelée : + 630 m, - 600 m

Longueur : 17 km

Horaire : 4 h 45 mn

Jour 08 : Champex – Col de la Forclaz

Après une légère descente en forêt, nous attaquons la montée qui nous mène aux **Alpages de Bovine** (1987 m). C'est un balcon suspendu au-dessus de la vallée du Rhône, un bain de grands espaces et d'horizons, d'où l'on découvre Martigny, le Valais et les Dents Blanches. La montée s'achève au **Collet Portalo** (2049 m), avant de descendre dans les mélèzes pour faire étape au **Col de la Forclaz** (1526 m).

Dénivelée : + 760 m, - 860 m

Longueur : 13 km

Horaire : 4 h 45 mn

Jour 09 : Col de la Forclaz – Le Tour

Après avoir longé le **Bisse de Trient** (canal d'amenée d'eau, creusé dans le roc), nous gravissons le sentier menant aux **Bergeries des Grands** (2113 m), au-dessus du Glacier du Trient. Un itinéraire en balcon nous conduit au **Col de Balme** (2191 m) où nous retrouvons la France et la vallée de Chamonix. Le Mont-Blanc nous y apparaît sous le versant chamoniard découvert neuf jours plus tôt. La descente nous ménage de très belles vues sur le Glacier du Tour et l'Aiguille Verte. Nuit au village du **Tour**, au pied du glacier.

Dénivelée : + 900 m, - 1050 m

Longueur : 17 km

Horaire : 6 h 15 mn

Jour 10 : Le Tour - Chamonix

Cette dernière étape empreinte le **Balcon des Aiguilles Rouges**. Nous rejoignons le col des Montets puis notre itinéraire grimpe ensuite jusqu'à l'un des **Lacs des Chéséry**s (2133 m), pour une dernière sieste à l'écart des foules du Lac Blanc. Nous finissons la randonnée, toujours en balcon, dans un décor grandiose, face à l'Aiguille Verte et aux Drus. L'arrivée en gare SNCF de Chamonix est prévue vers **17 heures**.

Dénivelée : + 830 m, - 1160 m

Longueur : 15 km

Horaire : 6 h 15 mn

Les horaires ont été calculés pour un rythme de 300 mètres de dénivelée à l'heure en montée, 500 mètres à l'heure en descente et 4 km à l'heure sur le plat, afin de pouvoir comparer les différentes randonnées avec la même base. Ils ne concernent que la marche effective, tous les temps de repas, de pause ou de contemplation sont à ajouter.

Nous pouvons être parfois amenés à modifier quelque peu l'itinéraire indiqué : soit au niveau de l'organisation (problème de surcharge des hébergements, modification de l'état du terrain, etc...), soit directement du fait de l'accompagnateur (météo, niveau du groupe, etc...). Faites-nous confiance, ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et un meilleur confort !

Tour du Mont Blanc : Êtes-vous vraiment prêts ?

Depuis quelques saisons, nous constatons un **nombre record d'abandons**. Le Tour du Mont Blanc est une aventure magnifique, mais ce n'est **pas une simple promenade de santé**. Avant de prendre le départ, gardez en tête :

- **Un profil physique exigeant** : Près de 170 km et 10 000 m de dénivelé positif. L'endurance est primordiale.
- **Un terrain technique** : Pas de difficulté d'escalade pure, mais des échelles, de la caillasse, de la neige tardive, des descentes raides et des sentiers exposés qui usent les articulations.
- **Une météo changeante** : En haute montagne, les conditions peuvent basculer très vite (orage, froid, vent).

 **Le conseil préventif** : Évaluez objectivement votre condition physique, ne surestimez pas vos forces et prévoyez un équipement adapté (chaussures de grande randonnée rodées, bâtons, vêtements chauds et imperméables).

Il est préférable de faire d'autres randonnées itinérantes avant de se lancer sur un TMB, la Montagne nécessite de la patience !

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Le Jour 01 à 9h15 précises devant local de notre partenaire qui assure le transport des bagages, situé à 400 m de la **gare SNCF de Chamonix-Mont-Blanc**. Adresse précise dans votre convocation.

Si vous arrivez en retard : Le jour même, en cas de retard de dernière minute, laissez un message au taxi Besson (04 50 93 62 07).

Accès train : Gare de Chamonix, arrivée la veille.

Paris Gare de Lyon : 18h18	21h05 : Bellegarde : 21h15	23h50 : Chamonix
Lyon Part Dieu : 18h34	20h04 : Bellegarde : 21h15	23h50 : Chamonix
Marseille : 16h02	17h55 : Lyon Part Dieu : 18h34	20h04 : Bellegarde
	Bellegarde : 21h15	23h50 : Chamonix

Horaires indicatifs à vérifier auprès de la SNCF au 36 35 ou www.sncf-connect.com.

Accès bus : Gare de Chamonix

Nous vous conseillons de comparer le coût et les horaires de différents modes d'accès au point de départ du circuit grâce au site www.comparabus.com. Ce site, pour un même trajet, vous proposera d'autres possibilités telles que avion, train, bus, ou covoiturage.

Accès voiture : Gare de Chamonix.

Itinéraire : www.viamichelin.fr

Covoiturage :

Nous pouvons difficilement jouer le rôle d'intermédiaire : d'une part, il nous est difficile d'organiser le covoiturage et d'autre part, la loi nous interdit la divulgation de coordonnées personnelles. Cependant, soucieux de faciliter vos déplacements mais aussi de nous inscrire dans une démarche responsable et respectueuse de l'environnement, nous vous invitons, conducteur ou passager, à consulter les sites suivants qui organisent le covoiturage :

www.blablacar.fr

Parking :

Tous les parkings à Chamonix : www.chamonix.net/francais/transport/parking

Trois parkings proposent un forfait : St Michel, Entrève et Mont-Blanc (environ 77 € pour 10 jours). Pas de réservation possible.

Accès avion : Aéroport de Genève Cointrin

Aéroport Genève Cointrin : www.gva.ch/fr

Attention : si vous venez avec un vol long-courrier, prévoyez au moins 36h00 de marge. En cas d'annulation de votre vol vous risquez de rater le départ, et rejoindre le groupe au 1^{er} hébergement est compliqué et onéreux.

Astuce : Pas moins de 15 sociétés de navettes de transport entre l'aéroport de Genève et Chamonix sont en concurrence. Elles proposent des transferts à bas coût, plus pratiques et moins chers que le train. Elles desservent tous les sites de la vallée de Chamonix.

www.chamonix.net/francais/transport/transfert ou <https://www.comparabus.com/fr/bus-Chamonix-Aeroport-de-geneve-gva-1007-2739>

DISPERSION

Le Jour 10 vers 17h00 à Chamonix.

Retour train : Gare de Chamonix le lendemain

Horaires auprès de la SNCF au 36 35 ou www.sncf-connect.com

Retour bus : Gare de Chamonix

Nous vous conseillons de comparer le coût et les horaires de différents modes d'accès au point de départ du circuit grâce au site www.comparabus.com. Ce site, pour un même trajet, vous proposera d'autres possibilités telles que avion, train, bus, ou covoiturage.

Retour avion : Aéroport de Genève Cointrin

Aéroport Genève : www.gva.ch/fr

Hébergement avant ou après la randonnée :

Si vous arrivez la veille ou repartez le lendemain, les gîtes d'étape de la Vallée de Chamonix ci-dessous sont des partenaires :

Le Chamoniard Volant	Chamonix	Tél : 04 50 53 14 09
Les Randonneurs	Argentière	Tél : 04 50 54 02 80
La Crèmerie du Glacier, gîte 3 Epis	Les Bossons	Tél : 04 50 55 90 10
Hôtel** L'Aveyron	Les Praz de Chamonix	Tél : 04 50 53 18 29
Hôtel*** Pointe Isabelle	Chamonix	Tél : 04 50 53 12 87

Si vous préférez être hébergés dans un autre type d'hébergement, vous pouvez contacter l'Office du Tourisme de Chamonix au 04 50 53 58 90.

FORMALITES

Durant la randonnée, vous devez être en possession des documents suivants :

- Carte d'identité en cours de validité ou Passeport.

- Dépliant de votre assurance voyage reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit cette assurance) ou de votre assurance personnelle (numéro de contrat + numéro de téléphone).

Attention ! A la différence de la France, les secours coûtent très chers en Suisse. Vérifiez que vous possédez une **garantie frais de recherche et secours** avec un plafond suffisamment élevé. En particulier, les assurances des cartes bancaires couvrent l'assistance-rapatriement, mais les assurances des cartes bancaires de base (et de certaines cartes bancaires haut de gamme) ne possèdent pas de garantie frais de recherche et secours.

- Carte vitale.

- Avant votre départ, pensez à vous procurer la "**Carte européenne d'assurance maladie**".

Cette carte atteste de vos droits à l'assurance maladie et vous permettra, lors d'un séjour temporaire en Europe, de bénéficier de la prise en charge des soins médicalement nécessaires, quel que soit le motif de votre déplacement (week-end, vacances, études, stages, détachement professionnel) et sous réserve de respecter les formalités en vigueur dans le pays de séjour.

La carte européenne d'assurance maladie est une carte individuelle et nominative. Chaque personne de la famille doit avoir sa propre carte, y compris les enfants de moins de 16 ans.

Elle est valable un an et elle est gratuite.

La carte européenne d'assurance maladie n'est pas délivrée de façon automatique : pour l'obtenir, adressez-vous à votre caisse d'Assurance Maladie au moins trois semaines avant votre départ, compte tenu du délai de réalisation de la carte et de son acheminement par la poste.

Vous pourrez l'utiliser dans l'ensemble des Etats membres de l'Union européenne ainsi qu'en Islande, au Liechtenstein, en Norvège et en Suisse.

L'Italie fait partie de la zone Euro.

Les Euros sont acceptés à peu près partout en Suisse.

NIVEAU

Marcheurs sportifs.

Randonneur niveau 3 sur une échelle de 5 :

5 à 6 h de marche par jour

Itinéraire de montagne avec des dénivelées de 700 à 900 mètres en montée et/ou en descente.

Votre randonnée :

Dénivelée moyenne : 860 m

Maximum : 1080 m

Longueur moyenne : 16 km

Maximum : 19 km

Horaire moyen : 5 h 45 mn

Maximum : 6 h 15 mn

Il est quelquefois possible de raccourcir certaines étapes en utilisant les bus (Jours 5, 7 et 10 - à votre charge). Exceptionnellement il est possible de monter dans le véhicule qui transporte nos bagages (très peu de places disponibles - 40 € à 100 € environ le trajet, à votre charge). Le plus souvent pour se reposer une journée il faudra prendre un taxi (tarif de 40 à 380 € le trajet selon l'étape).

HEBERGEMENT

Refuges de montagne et gîtes d'étape.

Les lits sont équipés de couettes ou de couvertures. Prévoir un drap-sac et une taie d'oreiller.

Formule dortoirs : dortoirs de 4 à 16 personnes.

Jour 1 : dortoir de 7 ou 10 places

Jour 2 : dortoir de 6 à 9 places

Jour 3 : dortoir de 16 places

Jour 4 : dortoir de 16 places

Jour 5 : chambre de 2, 3 ou 4 personnes

Jour 6 : dortoir de 12 ou 14 places

Jour 7 : dortoir de 4 ou 6 places

Jour 8 : dortoir de 10 places

Jour 9 : dortoir de 5 places

Formule chambres : chambres de 2 à 4 personnes (8 nuits sur 9)

Jour 1 : chambre de 4 personnes

Jour 2 : dortoir de 6 à 9 places

Jour 3 : dortoir de 4 (2 lits superposés)

Jour 4 : chambre de 2 (lits superposés)

Jour 5 : chambre de 2, 3 ou 4 personnes

Jour 6 : chambre de 2 personnes

Jour 7 : chambre de 4 personnes

Jour 8 : chambres de 4 personnes

Jour 9 : chambres de 4 (exceptionnellement 5 personnes)

Si vous êtes 2, vous pouvez être amenés à partager la chambre avec 2 autres personnes, notamment les jours 3, 7, 8 et 9. Les douches sont généralement à l'étage.

En aucun cas il ne s'agit de prestations hôtelières, mais de mini-dortoirs dans les mêmes refuges que la formule dortoirs. Cette option n'est possible que 8 nuits sur 9.

Pas de possibilité de chambre individuelle.

Quelques soit la formule choisie le principe des refuges et gîtes est la mixité.

Les repas :

Les dîners sont l'occasion de goûter aux spécialités locales. Les pique-niques sont copieux et accompagnés de vivres de course (fruits secs, chocolat, biscuits). Si la température est basse, votre accompagnateur fera le maximum pour trouver un abri (chalet ou cabane) de manière à profiter du repas et de la pause de midi.

TRANSFERTS INTERNES

Le Jour 1, vous emprunterez le Téléphérique de Bellevue (compris dans votre séjour).

Tous les autres trajets sont effectués à pied.

Cet itinéraire comporte 3 cols à 2500 m. A cette altitude il peut neiger tous les mois de l'année. Parfois ces chutes de neige rendent le franchissement d'un col impossible. Dans ce cas votre accompagnateur organisera un transfert exceptionnel pour rejoindre l'hébergement suivant. **Les frais de ce transfert seront partagés entre les participants.**

PORTAGE DES BAGAGES

Bagages transportés par nos soins par véhicule

Vous ne portez qu'un sac comportant les affaires pour la journée et le repas de midi fourni, réparti entre tous.

Nous vous demandons d'avoir **un bagage par personne** pas trop volumineux (60 cm maximum), dont le **poids ne dépasse pas 10 kg**.

Les bagages doivent être souples (pas de valises). Ils ne doivent pas contenir d'objet de valeurs, fragile, ou interdit. Sont également proscrits les papiers d'identité, les médicaments, la nourriture et les boissons. Nous nous déchargeons absolument de toute responsabilité en cas de détérioration de tout objet fragile (ordinateur portable, par exemple).

Par respect pour les personnes qui transportent vos bagages, pensez que vous êtes en montagne, que les abords des hébergements peuvent être malaisés (escaliers, neige ou glace en hiver, etc...), que la place dans les véhicules est limitée et qu'il faut quelquefois parcourir quelques centaines de mètres entre le véhicule et l'hébergement.

Avec un peu d'habitude, votre bagage ne devrait pas dépasser 8 – 9 kg, en effet :

- Les journées sont bien remplies, il est inutile d'amener une bibliothèque. Il est plutôt exceptionnel d'arriver à lire un livre complet durant la semaine.
- Les vêtements mouillés peuvent quasiment sécher tous les soirs à l'hébergement. Il est inutile de prévoir un change complet pour chaque jour.
- Prévoyez une paire de chaussures très légères pour le soir.
- Votre trousse de pharmacie doit être réduite au maximum. Dans votre sac à dos, vos médicaments personnels, quelques pansements, élastoplaste, etc... Votre accompagnateur est équipé d'une trousse de pharmacie complète avec ce qui est véritablement utile. Dans votre bagage, quelques médicaments de base (voir liste équipement).
- Pour la trousse de toilette, privilégiez l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyages. Proscrire les pèse personnes !!!!
- Si vous partez pour plusieurs semaines, pensez à mettre dans un deuxième sac les affaires dont vous n'aurez pas besoin durant votre randonnée.

Une fois de retour, faites trois tas : ce que vous avez vraiment utilisé, ce que vous avez peu utilisé et ce que vous n'avez pas utilisé. Pour la prochaine randonnée, proscrire le troisième tas et posez-vous la question de la véritable utilité du deuxième.

Nul doute que ces bonnes habitudes vous seront utiles pour vos prochaines randonnées.

Ces quelques conseils ont été élaborés - en collaboration avec leur accompagnateur - par un groupe de randonneurs qui a été en butte aux remarques acerbes des hébergeurs et des transporteurs en raison de la taille et du poids excessifs de leurs bagages.

GROUPE

de 6 à 14 personnes

ENCADREMENT

Accompagnateur en montagne diplômé d'Etat, **connaissant parfaitement le massif**.

Professionnel de la montagne, il s'engage à :

- Gérer au mieux le déroulement de votre randonnée en toute sécurité : choix de l'itinéraire, rythme de progression, logistique, santé, adaptation aux aléas météorologiques et à la nivologie.
- Assurer la dynamique et la cohésion du groupe.
- Vous faciliter l'approche du milieu montagnard et vous faire partager avec passion ses connaissances pour la nature.
- Etre disponible et à votre écoute.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vous trouverez cet équipement dans les magasins de notre partenaire :

www.auvieuxcampeur.fr



Vêtements :

Les principes :

Pour le haut du corps, le **principe des 3 couches** permet de gérer quasiment toutes les situations :

- un sous-pull à manches longues en matière respirante (fibre creuse).
- une veste en fourrure polaire chaude.
- une veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex.

En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie, neige ou vent, il suffit de rajouter la veste imperméable. Par grands froids ou lors des pauses, la veste polaire est un complément indispensable.

Prévoir des **vêtements qui sèchent rapidement** et donc proscrire le coton. Préférez la laine, la soie et les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible.

Pensez à vous **couvrir avant d'avoir froid**, mais surtout à **vous découvrir avant d'avoir trop chaud**. La sueur est l'ennemi du randonneur, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. Ainsi, il est très rare d'effectuer une ascension vêtu d'une veste polaire.

La liste idéale : (à adapter suivant la randonnée et la saison)

- 1 chapeau de soleil ou casquette.
- 1 foulard ou tour de cou
- T-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 à 3 jours de marche).
- 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise.
- 1 veste en fourrure polaire.
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex avec capuche.
- 1 cape de pluie ou un sursac si vous possédez la veste ci-dessus.
- 1 pantalon de trekking ample.
- 1 short ou bermuda.
- Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche) Privilégier la laine ou les chaussettes spécifiques randonnée. Attention au coton pour les ampoules.
- 1 paire de chaussures de randonnée montante tenant bien la cheville et imperméables à semelle type Vibram. Pensez à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps.
- Des sous-vêtements.
- 1 maillot de bain (facultatif).
- 1 pantalon confortable pour le soir.
- 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir.
- En début et en fin de saison (juin et septembre), il est utile d'avoir en plus guêtres, gants et bonnet.

Equipement :

- 1 sac à dos de 35/40 litres à armature souple, muni d'une ceinture ventrale.
- Un grand sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos.
- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité avec protection latérale.
- une gourde (1,5 litre minimum).
- 1 couteau de poche type Opinel.
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent, carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance.
- Nécessaire de toilette (privilégiez l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyages).
- 1 serviette de toilette qui sèche rapidement.
- Boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).
- Papier toilette.
- Crème solaire + écran labial.
- Boîte plastique hermétique (contenance 0,5 l minimum) + gobelet + couverts.
- 1 frontale ou lampe de poche.

- 1 couverture de survie.
- Une paire de bâtons est conseillée.
- Un drap-sac. **Les duvets sont inutiles.**
- Appareil-photo, jumelles (facultatif).

Pour le soir à l'hébergement :

- Votre gel hydro-alcoolique de poche et lingettes désinfectantes.
- Un drap-sac. **Les duvets sont inutiles.**
- 1 maillot de bain (facultatif).
- 1 pantalon confortable.
- 1 paire de chaussures de détente légères.
- Nécessaire de toilette (privilégiez l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyages).
- 1 serviette de toilette qui sèche rapidement.
- Boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).
- 1 frontale ou lampe de poche.

Pharmacie personnelle

- Vos médicaments habituels.
- Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence.
- Pastilles contre le mal de gorge.
- Bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large.
- Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes.
- Double peau (type Compeed ou SOS ampoules).
- 1 pince à épiler.

DATES ET PRIX

Dates : Du Mercredi au Vendredi	Prix par personne
du 16 juin au 25 juin 2027	1575 €
du 23 juin au 02 juillet 2027	1575 €
du 30 juin au 09 juillet 2027	1575 €
du 07 au 16 juillet 2027	1575 €
du 14 au 23 juillet 2027	1575 €
du 21 au 30 juillet 2027	1575 €
du 28 juillet au 06 août 2027	1575 €
du 04 au 13 août 2027	1575 €
du 11 au 20 août 2027	1575 €
du 18 au 27 août 2027	1525 €
du 25 août au 03 septembre 2027	1525 €
du 01 au 10 septembre 2027	1575 €
du 08 au 17 septembre 2027	1575 €

Formule chambres (8 nuits sur 9) : mini-dortoirs de 2 à 4 personnes : **+ 120 € par personne** – uniquement 4 places disponibles sur chaque départ

En aucun cas, il ne s'agit de prestations hôtelières, mais de mini-dortoirs dans les refuges.

Pas de possibilité de chambre individuelle.

Famille, club, associations, écoles, comités d'entreprise ... à partir de 7 personnes vous constituez un groupe et vous bénéficiez de réductions sur ce séjour : - 5% pour les petits groupes (8 à 10 personnes) et - 8% pour les grands groupes (à partir de 11 personnes).

*Et vous pouvez choisir d'autres dates (**réservation en septembre de l'année précédente**).*

LE PRIX COMPREND

- Les frais d'organisation et d'encadrement.
- La nourriture et l'hébergement en pension complète.
- La montée par le téléphérique de Bellevue.
- Le transport des bagages à chaque étape.

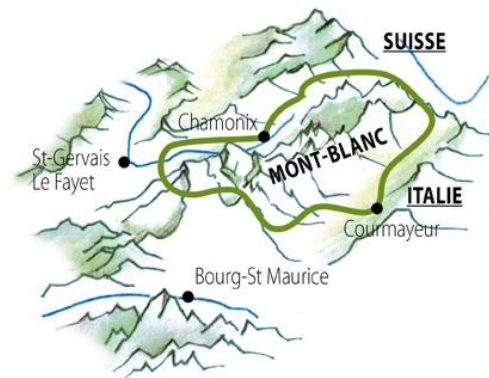
LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le vin pendant les repas.
- Les boissons et dépenses personnelles.
- L'équipement individuel.
- L'option formule chambre
- Les bus et remontées mécaniques utilisés pour raccourcir les étapes.
- Les éventuels jetons de douche.
- Les assurances annulation - assistance – rapatriement - interruption de séjour.
- Tout ce qui n'est pas dans "Le prix comprend".

POUR EN SAVOIR PLUS

NOS POINTS FORTS

- Nous proposons le Tour du Mont-Blanc sans portage depuis 1994.
- Un itinéraire incontournable dans toute vie de randonneur.
- La découverte de trois pays alpins aux cultures différentes.
- La vue sur les glaciers du Massif du Mont-Blanc chaque jour.
- Le passage des cols de la Croix du Bonhomme, de la Seigne et du Grand Col Ferret à 2500 mètres d'altitude.
- La possibilité de dormir en chambre (mini-dortoirs de 2 à 4 personnes).
- L'accès en train facile avec l'accueil et la dispersion en gare de Chamonix.
- Pour les personnes en voiture, la possibilité de regagner son véhicule le dernier jour de randonnée (pas de nuit supplémentaire sur place).



L'ESPRIT DU SÉJOUR

Randonner, c'est se mettre à l'écoute de son corps et de tout ce qui l'entoure mais c'est aussi s'arrêter pour s'émerveiller, s'ouvrir à la nature.

Randonner, c'est aller à la rencontre de l'autre au détour d'un sentier ou d'un village, rencontre apportant la dimension humaine à la découverte d'un pays.

Pour comprendre et mieux découvrir le massif du Mont-Blanc, il faut en connaître les nombreuses particularités. C'est cet aspect culturel de la randonnée que votre accompagnateur saura partager avec vous.

Pendant plusieurs jours, vous allez évoluer au sein d'un groupe de personnes réunies autour d'une passion commune pour la nature et de l'envie de découvrir un massif. Votre randonnée est l'occasion de partager des moments forts, en faisant preuve de convivialité, d'ouverture d'esprit et d'entraide à l'égard de vos compagnons de voyage.

BIBLIOGRAPHIE

La Vie de la montagne, Bernard Fischesser, éditions de la Martinière.

Les Alpes, collectif, sous la direction d'Armand Fayard, Delachaux et Niestlé.

Les Traces d'animaux : 100 vertébrés dans votre poche, Jacques Morel, coll. Guide naturaliste, Delachaux et Niestlé.

Tour du Mont Blanc : Topo guide FFRP.

La Ronde autour du Mont Blanc : Samivel / Norande. Editions Glénat.

GRANDS REPORTAGES n° 104, "Mont-Blanc : massif majeur".

ALPES MAGAZINE n° 2, "Val d'Aoste, les cousins d'Italie".

ALPES MAGAZINE n° 4, "Regards sur Chamonix".

ALPES MAGAZINE n° 14, "Baroque : la foi en fête", p 30.

ALPES MAGAZINE n° 18, "Une vague dans la vallée".

ALPES MAGAZINE n° 25, "Aoste, mille ans de foire ", p 32.

ALPES MAGAZINE n° 29, "Les bisses : des canaux dans la montagne", p 64

ALPES MAGAZINE n° 34, "Trois balcons sur le Mont-Blanc", p 34.

ALPES MAGAZINE n° 35, "Saint Gervais, le Mont-Blanc pour point d'orgue", p 86.

ALPES MAGAZINE n° 43, "Sauvage Mont-Blanc", p 38.

ALPES MAGAZINE n° 52, "Les Réserves naturelles de Haute-Savoie", p 24.

ALPES MAGAZINE n° 53, "Glacier d'Argentière, David contre Goliath ", p 75.

ALPES MAGAZINE n° 68, "Fonte des glaciers : coup de chaud sur les Alpes ", p 42.

ALPES MAGAZINE n° 69, "Chamonix, comme une carte postale ", p 72.

ALPES MAGAZINE n°93, "St Gervais, l'autre pays du Mont-Blanc", p 58.

ALPES MAGAZINE n° 98, "St Gervais, l'autre versant du Mont-Blanc ", p 62.

ALPES MAGAZINE n° 105, "Val d'Aoste, la belle province francophone ", p 22.

ALPES MAGAZINE n° 107, "Confidences d'une tourbière (Les Contamines) ", p 62.

ALPES MAGAZINE n° 109, " Les trois pays du Mont-Blanc ", p 46.

ALPES MAGAZINE n°118, "Chamonix, l'été en pente douce", p 38.

ALPES MAGAZINE n°124, "Aiguille du Midi, la cathédrale des cimes ", p 22.

ALPES MAGAZINE n°129, "Les glaciers alpins, le grand spectacle" , p 44.

ALPES MAGAZINE n°130, "Mont-Blanc, le bal des prétendants", p 46.

ALPES MAGAZINE n°136, "Les refuges, phares des cimes", p 44.

ALPES MAGAZINE n°141, "Val Ferret, le petit Canada", p 70.

ALPES MAGAZINE n°144, "Chamonix-Courmayeur, les cousins germains", p 50.

ALPES MAGAZINE n°145, "Vallée du Trient, le versant ensoleillé du Mont-Blanc", p 20.

ALPES MAGAZINE n°153, "PGHM, les anges gardiens du Mont-Blanc", p 74.

ALPES MAGAZINE n°155, "ENSA, Guides, A l'école de l'excellence", p 34.

ALPES MAGAZINE n°155, "Il était une fois la Mer de Glace", p 74.

ALPES MAGAZINE n°160, "Dans le cœur des Chamoniards", p 36.

ALPES MAGAZINE n°163, « Pays du Mont-Blanc, dans l'intimité d'un géant », p 34.

ALPES MAGAZINE n°174 « Vallée de Chamonix, le rêve continue », p 18.

ALPES MAGAZINE n°179 « Tunnel du Mont-Blanc, 11,611 km de lien(s) », p 64.

ALPES MAGAZINE Numéro Spécial « La folle histoire de Chamonix-Mont-Blanc »,.

CARTOGRAPHIE

1 / 50 000 Didier Richard " Massifs du Mont Blanc et du Beaufortain "

1 / 25 000 IGN 3531 ET St Gervais - Mont Blanc.

1 / 25 000 IGN 3630 OT Chamonix - Mont Blanc.

INSCRIPTION, ANNULATION & ASSURANCES

INSCRIPTION

En ligne sur notre site internet www.espace-evasion.com , ou en renvoyant la fiche d'inscription signée et un acompte de 30%, vous recevrez alors une confirmation d'inscription.

Inscription à plus de 22 jours du départ : aucun frais de dossier

Inscription entre 21 jours et 8 jours du départ : frais de dossier : 10 € (20 € pour les voyages et les séjours en liberté)

Inscription à moins de 8 jours du départ : frais de dossier : 20 € (30 € pour les voyages et les séjours en liberté) (le paiement doit être obligatoirement effectué par carte de crédit)

ANNULATION

ANNULATION De notre part :

ESPACE EVASION se réserve le droit d'annuler un séjour en cas d'insuffisance de participants (6 minimum, sauf cas particuliers précisés) ou par suite de conditions particulières qui risqueraient de compromettre le bon déroulement du séjour.

En cas d'insuffisance de participants, ceux-ci seront prévenus dans un délai minimum de 14 jours. Il vous sera proposé plusieurs solutions de remplacement. Si aucune solution ne vous convient, vous serez remboursé intégralement.

ANNULATION De votre part :

En cas de désistement de votre part (sauf si vous trouvez un remplaçant), les frais d'annulation à votre charge sont les suivants (la date prise en compte est celle à laquelle ESPACE EVASION a pris connaissance du désistement) :

Dans le cas général.

- Jusqu'à 31 jours du départ : 10 % du montant du séjour, avec un minimum de 30 €.
- Entre 30 et 21 jours : 35 % du montant du séjour.
- Entre 20 et 14 jours : 50 % du montant du séjour.
- Entre 13 et 2 jours : 75 % du montant du séjour.
- A moins de 2 jours du départ : 100 % du montant du séjour.

Dans le cas particulier de séjour incluant l'émission d'un billet d'avion non remboursable ou l'affrètement d'un bateau.

De 90 à 45 jours avant le départ : 1 000 €

De 44 à 31 jours avant le départ : 60 % du montant du séjour

A 30 jours et moins du départ : 100 % du montant du séjour

Pour les groupes constitués auxquels il est proposé un tarif par personne, le désistement d'une partie seulement des participants entraînera une modification du tarif pour les autres participants, ou sera soumise à des frais d'annulation de 100% quelque-soit la date de l'annulation.

Pour la prise en charge de ces frais, nous vous conseillons vivement de souscrire une assurance annulation. L'assurance n'entre en vigueur que si votre voyage est soldé.

Tout participant abrégant un séjour, ne respectant pas les lieux, dates ou heures de rendez-vous, ne pourra prétendre à aucun remboursement, de même qu'une exclusion décidée par votre accompagnateur, pour niveau insuffisant ou non-respect des consignes de sécurité.

ASSURANCES ANNULATION, FRAIS DE RECHERCHE ET SECOURS, ASSISTANCE - RAPATRIEMENT- INTERRUPTION

Nous vous proposons trois formules d'assurances au choix :

- Assurance Annulation + Assurance Bagages + extension Epidémies (3,4 % du montant du séjour avec un minimum de 4 €/personne).
- Assurance Frais de Recherche et Secours + Assistance Rapatriement + extension Epidémies (2 % du montant du séjour avec un minimum de 4 €/personne).
- Assurance Multirisques Annulation + Assurance Bagages + Retard de transport, Frais de Recherche et Secours, Assistance Rapatriement, Interruption de Séjour + extension Epidémies (4.8 % du montant du séjour avec un minimum de 11 €/personne).

Les garanties détaillées et les exclusions sont portées sur le fascicule : Annulation – Assistance Frais médicaux et Interruption de séjour et d'activités ASSURINCO MUTUAIDE Vagabondages contrat n° 4637 joint à votre confirmation d'inscription. Il est disponible sur www.espace-evasion.fr/telechargements ou sur simple demande. Attention, ce contrat s'adresse uniquement aux personnes dont le domicile principal est situé en France ou en Europe.

L'assurance Annulation

L'assurance entre en vigueur dès la souscription et si votre voyage est soldé. Les événements garantis sont :

- L'annulation pour motif médical : maladie grave, accident corporel grave ou décès de vous-même, un membre de votre famille...
- L'annulation pour causes dénommées :
 - * Dommages graves ou vols dans locaux privés ou professionnel, convocation en tant que témoin ou juré d'assise, ..., une franchise de 30 € par personne est déduite par l'assureur.
 - * La mutation professionnelle, la suppression et la modification des dates de congés payés du fait de l'employeur, vol des papiers d'identité, ... (franchise de 100 € par personne).
- L'annulation toutes causes justifiées (franchise de 10 % du montant des frais d'annulation avec un minimum de 50 € par personne et 150 € par dossier).
- Assurance Bagages : plafond de 1500 €

Extension Epidémies :

- Annulation pour maladie en cas d'épidémie/pandémie, refus d'embarquement suite à prise de température, en cas d'absence de vaccination devenue obligatoire (franchise de 10 % du montant des frais d'annulation avec un minimum de 50 € par personne).

Les frais d'annulation restant à votre charge vous seront remboursés par l'assureur, déduction faite de franchise éventuelle, des frais de dossier, de visa, des taxes portuaires et aéroportuaires et du montant des assurances. Ils sont calculés en fonction de la date de constatation médicale ou de l'événement qui entraîne l'annulation.

Cas Particuliers concernant les voyages à l'étranger

Dans le cas d'un billet d'avion émis à l'avance, que ce soit à votre demande ou en raison de la politique de certaines compagnies aériennes pour certains types de tarif, il sera facturé des frais d'annulation égaux à 100 % du prix du billet, quelle que soit la date de l'annulation.

L'Assurance Frais de Recherche et Secours, Assistance Rapatriement

La garantie de l'assuré prend effet dès le départ du séjour et cesse lors du retour du voyage. Les événements garantis par notre contrat souscrit pour vous auprès de Mutuaide Assistance sont :

- les frais de recherche et secours jusqu'à un plafond de 10 000 €,
- le rapatriement avec assistance en cas d'atteinte corporelle grave,
- les frais médicaux hors du pays de résidence,
- la prolongation de séjour (10 nuits maximum)
- l'avance de fonds à l'étranger,
- la prise en charge d'honoraires d'avocats à l'étranger jusqu'à un plafond de 5 000 €,
- la responsabilité civile vie privée à l'étranger
- ...

Extension Epidémies :

Frais hôteliers suite à mise en quarantaine (80 €/nuit – maxi 14 nuits)

Soutien psychologique suite à mise en quarantaine

Frais médicaux sur place

Retour impossible suite à vol annulé par autorités ou compagnie aérienne (1000 €)

Frais hôteliers suite retour impossible (80 €/nuit – maxi 14 nuits)

L'Assurance Multirisques

Cette assurance reprend les garanties des assurances annulation et assistance rapatriement, elle est complétée par deux garanties :

Interruption de séjour : uniquement disponible dans la formule multirisques à 4.8 %.

La garantie de l'assuré prend effet dès le départ du séjour et cesse lors du retour du voyage.

Les événements garantis sont :

- l'interruption de séjour jusqu'à un plafond de 30 000 € par événement, ou d'activité 100 € par jour (maximum 3 Jours)

Retard de transport : uniquement disponible dans la formule multirisques à 4.8 %.

Si vous avez subi un retard de transport plus de 4 heures (avion, train, bateau), une indemnité avec plafond de 50 € par personne pour un retard de 4 à 8 h, de 100 € par personne pour un retard supérieur à 8 heures

Les indemnités sont cumulables si le retard est subi par le trajet aller, le trajet retour ou un trajet pendant le voyage.

Nous déclinons toute responsabilité en cas de difficulté avec votre assistant si ces prestations ne couvrent pas les conditions ou les activités du voyage. Si des frais supplémentaires sont exposés de ce fait pour votre retour, nous nous réservons le droit de vous les facturer.

Pour les séjours à l'étranger, les participants possédant une assistance rapatriement personnelle devront remplir un formulaire et nous fournir une attestation de leur assurance. Il est notamment important de vérifier que votre destination ne fait pas partie des pays exclus.

Vérifiez notamment que vous possédez une garantie « frais de recherche et secours » avec un plafond suffisamment élevé. En particulier, les assurances des cartes bancaires couvrent l'assistance-rapatriement, mais les assurances des cartes bancaires de base (et certaines cartes bancaires haut de gamme) ne possèdent pas de garantie «frais de recherche et secours».

ESPACE EVASION

Agence de Voyages – IM.074.10.0036

Garantie financière : Groupama – 5, rue du Centre - 93199 NOISY LE GRAND Cedex

Assurance responsabilité civile professionnelle : n°AU460941 - GENERALI –

BP 7 – 38530 CHAPAREILLAN