

CHAMONIX – ZERMATT version intégrale

**France - Suisse
12 jours / 11 nuits**



Cette randonnée entre France et Suisse est une déclinaison “facile” de la grande classique glaciaire, qui relie deux capitales mondiales de l’alpinisme par des sentiers accessibles à travers les hauts cols. Une succession de vallées suisses au cachet authentique

LES POINTS FORTS

La version intégrale de cette traversée emblématique, une exclusivité !
Un itinéraire alpin avec le charme des vallées et des villages suisses.
Le transfert des bagages à certaines étapes pour plus de confort

D+ 1100 m / D- 985

5 h 30 de marche.

Hébergement : refuge. Repas inclus : matin, midi, soir.

Jour 06 : CABANE DE LOUVIE - COL DE LOUVIE - COL DE PRAFLEURI - REFUGE DE PRAFLEURI

Aujourd'hui, nous profitons d'une journée exceptionnelle au milieu d'un paysage minéral. A proximité des glaciers de Rosablanche (3336 m), nous traversons successivement le col de Louvie (2921 m) et le col de Prafleuri (2987 m). La célèbre route entre les deux principales villes alpines, Chamonix et Zermatt, répond à toutes nos attentes. Nous terminons la journée par une descente à la cabane de Prafleuri (2624 m).

D+ 950 m / D- 550 m

6 h de marche.

Hébergement : refuge. Repas inclus : matin, midi, soir.

Jour 07 : REFUGE DE PRAFLEURI - COL DE RIEDMATTEN – AROLLA

Nous entamons notre ascension matinale en direction du col des Roux (2804 m). Notre itinéraire nous guide le long d'un sentier en balcon qui surplombe le lac des Dix, avant d'atteindre le point de départ de notre deuxième montée du jour, le col de Riedmatten (2919 m). En descendant de ce col, nous rejoignons Arolla, à 2 067 mètres d'altitude, un village pittoresque aux chalets fleuris, niché aux confins du magnifique val d'Hérens.

D+ 750 m / D- 1350 m

6 h de marche.

Hébergement : auberge. Repas inclus : matin, midi, soir.

Jour 08 : AROLLA - MAYENS DE COTTER - COL TORRENT - GRIMENTZ – ZINAL

Des Mayens de Cotter (2160 m), splendide hameau que nous rejoignons en taxi, nous remontons les alpages fleuris jusqu'au col de Torrent (2918 m) puis passons près du lac des Autannes et descendons jusqu'à celui de Moiry (2250 m). En option, si le temps nous le permet, nous ferons un arrêt au village de Grimentz aux richesses architecturales. Transfert en navette locale au joli village de Zinal (1675 m).

D+ 1200 m / D- 700 m

6 h de marche.

Hébergement : auberge. Repas inclus : matin, midi, soir.

Jour 09 : ZINAL – COL DE LA FORCLETTA – GRÜBEN

Nous nous éloignons doucement du val d'Anniviers en direction des crêtes, pour gravir le col de la Forcletta (2894 m). Depuis ce point d'observation privilégié, nous surplombons les alpages de Turtmannental, la vallée de Gruben (1822 m), et pouvons admirer en contrebas les glaciers de Turtmann et de Brunegg et leurs sommets imposants comme le Bishorn et ses 4 151 mètres. Descente à Gruben pour la nuit.

D+ 1200 m / D- 1050 m

7 h de marche.

Hébergement : auberge. Repas inclus : matin, midi, soir.

Jour 10 : GRÜBEN - COL D'AUGSTBORD - JUNGU - ST. NIKLAUS

Départ en direction des chalets perchés de Grübou. Le col d'Augstbord (2894 m), facile et haut perché, est notre dernier passage en altitude pour la journée. Arrivée à Jungu, nous profitons de la descente en téléphérique jusqu'à St. Niklaus.

D+ 1350 m / D- 950 m

6 h de marche.

Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin, midi, soir.

Jour 11 : ST NIKLAUS - TÄSCH – SENTIER D'EUROPAWEG – ZERMATT

Une très belle journée dédiée au parcours connu sous le nom de "sentier de l'Europe", ou Europaweg. Début de journée avec un court transfert en train pour rejoindre Täsch. Puis nous prenons de l'altitude pour rejoindre Täschalp et le sentier en balcon sous quelques-uns des légendaires sommets de 4000 mètres de la région. Des panoramas magnifiques, avec toujours comme compagnon constant le Cervin ! Le sentier se poursuit par une série de courtes montées et descentes le long du flanc de la montagne jusqu'à atteindre la gare de Sunegga d'où un agréable trajet en funiculaire nous ramène à Zermatt.

D+ 1050 m. / D- 200 m

6 h de marche.

Hébergement : refuge. Repas inclus : matin, midi, soir.

Jour 12 : ZERMATT ET VILLAGE DE ZMUTT

Dernière petite randonnée sur un beau sentier en balcon pour découvrir le hameau de Zmutt et ses chalets de carte postale, au pied du Cervin. Fin de séjour à Zermatt en milieu de journée.

D+ 450 m / D- 450 m

3 h 30 de marche.

Repas inclus : matin, midi. Repas libre : soir.

Séparation à Zermatt en fin d'après-midi.

Les temps de marche (ou autre activité) sont donnés à titre indicatif et peuvent varier en fonction de plusieurs éléments (ex : conditions météorologiques, état du terrain...). Les temps de transferts peuvent également varier suivant la condition des routes et de la circulation. Si nécessaire (ex : conditions climatiques, aléas aériens, décision des autorités locales), nous pouvons aussi être amenés à adapter le programme pour le bon déroulement de votre voyage et dans l'intérêt des participants.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Rendez-vous devant la gare ferroviaire de Chamonix à 9h30.

Accès train : Ligne de train jusqu'à Saint-Gervais-Le Fayet. Horaires à vérifier sur l'application ou le site internet www.sncf-connect.com.

Correspondances régulières pour Chamonix au départ de la gare de Saint-Gervais-les-Bains/Le Fayet.

Accès voiture : Autoroute blanche E 25-A 40 Lyon-Chamonix, sortie Chamonix

Plus d'information sur le site [viamichelin](http://viamichelin.com).

NB :

- à Chamonix, possibilité de stationner votre véhicule au parking du Prarion (grand parking gratuit avec possibilité de stationner 15 jours).

N'hésitez pas à aller voir les différents stationnements proposés sur le site de Chamonix - parkings à Chamonix. Possibilité également de se garer facilement aux Praz-de-Chamonix ou aux Houches (parking gratuit et longue durée).

- Pour le retour, le guide pourra réserver une navette privée Zermatt-Chamonix à un tarif préférentiel.

Un mode de transport aux multiples avantages :

- Ecologique : réduction de l'empreinte carbone
- Convivial : un moyen de se rencontrer avant le début du voyage
- Solidaire : mobilité durable
- Economique : le partage des frais de route

DISPERSION

A Zermatt

NIVEAU

Marcheurs experts.

Randonneurs niveau 4 sur une échelle de 5.

Marche de 6 heures par jour sur sentier et hors sentier et/ou 700 à 1 000 mètres de dénivelée positive environ et/ou 15 à 18 kilomètres. Possibilité de passages en altitude.

Sommets : sommets prestigieux de 3 000 à 6 000 mètres : un volcan ou un pic glaciaire, des ascensions plus ou moins difficiles au cœur des plus belles montagnes du globe

En début de saison (jusqu'à fin juin ou tout début juillet selon les années), certains cols restent enneigés, rendant l'itinéraire plus difficile physiquement et/ou techniquement et nécessitant parfois des modifications d'itinéraire pour assurer la sécurité. Nous conseillons aux personnes qui estiment leur niveau "un peu juste" de reporter leur départ à une date plus tardive dans la saison pour profiter sereinement du parcours

Nos dénivelées sont calculées par des différences d'altitudes données sur les cartes et non par des GPS qui, pour des raisons techniques (imprécision de l'altitude GPS et dispersion statistique), donnent très souvent des dénivelées sur-estimées, parfois jusqu'à 20 %

Préparation physique niveau 4 : Pour profiter pleinement de votre voyage, n'oubliez pas d'entretenir votre forme au moins une fois par semaine en marchant (15 à 18 km) si possible sur un parcours avec dénivelée (350 m/h), ou en pratiquant une activité sportive développant l'endurance.

HEBERGEMENT

Deux nuits en hôtels très confortables en chambre double avec salle de bain privative (à St Niklaus et Zermatt).

Neuf nuits en auberges et refuges en chambres partagées ou dortoirs, ce sont des hébergements confortables, avec le plus souvent des douches collectives.

Les douches éventuellement payantes dans les refuges ne sont pas incluses au circuit (comptez entre 3 et 5 CHF par jeton de douche).

La taille des dortoirs est variable selon les auberges et refuges et selon la répartition gérée par chaque gardien, souvent le matin même de votre arrivée :

- J 1 : chambres partagées de 2 à 6 lits.
- J 2 : dortoirs de 8 à 18 lits.
- J 3 : dortoirs de 4 à 6 lits.
- J 4 : dortoirs de 8 à 16 lits.
- J 5 : dortoirs de 6 à 15 lits.
- J 6 : dortoirs de 4 à 12 lits.
- J 7 : dortoirs de 4 à 6 lits.
- J 8 : dortoirs de 12 à 15 lits.
- J 9 : dortoirs de 8 à 12 lits.
- J 10 : chambre twin/double.
- J 11 : chambre twin/double.

La qualité d'hébergement des auberges et gîtes suisses s'apparente à celle de type "refuge de montagne, au confort parfois sommaire, mais à l'accueil chaleureux".

NB :

Au refuge de Prafleuri, il n'y a pas d'eau potable, vous devrez acheter de l'eau en bouteille.

Certains refuges acceptent les euros, cependant il est vivement conseillé de disposer de francs suisses.

Sous réserve de disponibilité au moment de la réservation, vous pouvez opter pour une chambre twin/double, plus confortable que les dortoirs prévus pour ce circuit (voir la rubrique "Services Plus").

J1 : pas de surclassement possible.

J2 : surclassement possible en chambre double/twin (ou triple).

J3 : surclassement possible en chambre double/twin (ou triple).

J4 : pas de surclassement possible.

J5 : pas de surclassement possible.

J6 : pas de surclassement possible.

J7 : surclassement possible en chambre double/twin (ou triple).

J8 : surclassement possible en chambre double/twin (ou triple).

J9 : surclassement possible en chambre double/twin.

J10 : pas de surclassement possible, vous êtes déjà en chambre double/twin (ou triple)

J11 : pas de surclassement possible.

Attention ! pas de possibilité de chambre individuelle pour ce circuit.

NB : Si vous arrivez la veille ou souhaitez prolonger votre séjour, nous pouvons vous réserver une chambre dans l'un de nos hôtels partenaires

Les repas

- Les repas du matin et les repas du soir sont servis chauds dans les hébergements.
- Les pique-niques de midi sont copieux ou pris dans les hébergements.
- Des vivres de course (barres de céréales...) sont remis à chaque participant au début du circuit.

Le pique-nique tient une place importante dans une journée de randonnée. Sain et équilibré, il permet de reprendre des forces avant de poursuivre l'étape du jour. La dégustation de produits locaux est une ouverture sur les traditions et la culture régionale, et puis c'est avant tout un moment d'échange convivial.

Pendant nos séjours de randonnée, nos guides sont attentifs à ce que ces repas partagés soient des moments privilégiés, et cherchent à diversifier autant que possible les menus tout en tenant compte des contraintes liées au transport et à la conservation des aliments dans les conditions spécifiques du voyage.

Si vous avez des contraintes alimentaires strictes, nous vous invitons à nous les communiquer avant le départ, dans votre espace personnel.

Rappelez-le à votre guide lors du premier briefing : chargé des pique-niques, il sera votre relais auprès des hébergeurs.

Nous nous engageons à : proposer une part de produits régionaux, choisis, lorsque cela est possible, chez des producteurs locaux pour soutenir les circuits courts.

Privilégier des produits de qualité et intégrer une part de nourriture biologique.

Diminuer les emballages, plastique en particulier, et recycler ceux qui restent.

TRANSFERTS INTERNES

Pour votre confort et la qualité du séjour, nous avons choisi d'écourter certaines étapes moins intéressantes, pour profiter ainsi des sites les plus remarquables. A cette fin :

J 1 : télécabine Les Praz-de-Chamonix - La Flégère.

J 4 : navette privative de Champex à Commeire, départ de la randonnée.

J 8 : navette privative Arolla - Les Mayens de Cotter ; navette locale Grimentz - Zinal.

J 10 : téléphérique Jungu - St. Niklaus.

J 11 : navette locale St. Niklaus - Grächen ; funiculaire Sunegga - Zermatt.

Le transfert retour dans la vallée de Chamonix (J12)

Nous avons fait le choix, de ne pas inclure le transfert retour de Zermatt à Chamonix ; en effet un certain nombre de personnes souhaitent découvrir et profiter de Zermatt à la fin du circuit, ou bien rentrer directement chez eux en train.

Nous pouvons cependant réserver une navette pour le groupe au départ de Zermatt (non compris dans le prix) : Le guide fait une réservation pour la navette en début de séjour pour le retour prévu le samedi. Compter 500 CHF à payer directement sur place auprès de notre transporteur. Le montant de la course est à répartir entre les participants.

Sinon, train pour Visp, puis Martigny et enfin vallée de Chamonix. Compter environ 4 h de trajet et 100 € par personne.

Nous attirons votre attention sur le fait que le port de la ceinture de sécurité est obligatoire à l'avant comme à l'arrière dans tous les véhicules que vous emprunterez au cours du voyage, lorsqu'ils en sont équipés, et ce quelle que soit la réglementation en vigueur dans le pays visité.

En vous inscrivant sur un voyage, vous vous engagez à respecter cette obligation. Notre responsabilité ne saurait être retenue en cas de dommage(s) corporel(s) et/ou matériel(s) s'il s'avérait que cette disposition n'était pas respectée de votre fait

PORTAGE DES BAGAGES

Vous ne portez que vos affaires de la journée (sac léger), sauf pour la nuit du J 4 à la cabane Brunet, du J 5 à la cabane de Louvie, du J 6 au refuge Prafleuri et du J 11 au refuge Europahütte (refuges inaccessibles par la route), où vous devrez ajouter dans votre sac à dos un drap-sac et une trousse de toilette pour passer la nuit.

Vos bagages sont transportés chaque soir à l'hébergement par véhicule au cours des autres étapes.

GROUPE

6 à 12 personnes

ENCADREMENT

Un accompagnateur en montagne, diplômé d'Etat.

En début de saison (jusqu'à fin juin ou tout début juillet selon les années), certains cols restent enneigés, rendant l'itinéraire plus difficile physiquement et/ou techniquement et nécessitant parfois des modifications d'itinéraire pour assurer la sécurité. Nous conseillons aux personnes qui estiment leur niveau "un peu juste" de reporter leur départ à une date plus tardive dans la saison pour profiter sereinement du parcours.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vous trouverez cet équipement dans les magasins de notre partenaire :

www.auvieuxcampeur.fr

Votre pharmacie individuelle

Pensez à vous munir d'une pharmacie individuelle contenant notamment vos médicaments personnels et la liste suivante que nous vous recommandons (à valider avec votre médecin). En sus, pour les séjours encadrés, votre guide disposera d'une trousse de secours.

- Des antalgiques.
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).
- Un anti-diarrhéique
- Un désinfectant, des pansements (tailles variées) et des « double peau »
- Une couverture de survie

Votre équipement

Votre équipement (circuit sans portage)

- 1 sac à dos de 30 l environ pour porter vos affaires de la journée
- 1 sac de voyage souple 15 kg au maximum pour vos affaires de rechange
- Une paire de chaussures de randonnée imperméables à tige montante
- Un chapeau ou casquette et un bonnet
- Des lunettes de soleil (indice 3)
- Des tee-shirts respirants
- Une veste légère de type polaire
- Une veste chaude
- Une veste étanche et respirante de type Goretex
- Une paire de gants
- Un short
- Un pantalon de montagne
- Un pantalon étanche de type Goretex
- Des bâtons de marche télescopiques (fortement conseillés)
- Protections solaires (crème et stick)
- Une gourde (ou poche à eau) de 2 l au minimum
- Votre pharmacie individuelle, du papier toilette
- Un couteau de poche, une cuillère
- Un drap-sac pour la nuit (uniquement nécessaire dans les refuges et certains gîtes)
- Une lampe frontale
- Une trousse de toilette et une serviette
- Des vêtements de rechange
- Des chaussures de rechange
- Compléments conseillés : une cape de pluie, des bouchons d'oreille

Attention, le poids est l'ennemi du randonneur. Pour votre confort, votre sac quotidien ne devrait pas dépasser 6 à 8



DATES ET PRIX

Dates	Prix par personne
Du 13/07/2026 au 24/07/2026	2 595 €
Du 10/08/2026 au 21/08/2026	2 595 €

OPTIONS :

Ascension du Breithorn (4164 m) : Ceux qui le souhaitent pourront ajouter une journée à leur séjour pour effectuer l'ascension d'un des "4000" faciles des Alpes, le Breithorn (4164 m) : 5 personnes au maximum par guide. Le matériel d'alpinisme est inclus dans le prix. Votre guide italien vous rejoindra au sommet du téléphérique du Klein Matterhorn (le J 13). Le coût du téléphérique du Klein Matterhorn pour Zermatt n'est pas compris (environ 80 CHF pour un aller ; 125 CHF pour un aller- retour).

- 1 personne **675 €** par personne
- 2 personnes **345 €** par personne
- 3 personnes **235 €** par personne
- 4 personnes **185 €** par personne
- 5 personnes **155 €** par personne

Vous pouvez également nous contacter pour réserver la nuit supplémentaire après votre voyage sur Zermatt pour profiter de l'ascension du lendemain.

Transfert de retour dans la vallée de Chamonix (J 12)

Nous avons fait le choix de ne pas inclure le transfert de retour depuis Zermatt jusqu'à Chamonix ; en effet, un certain nombre de personnes souhaitent découvrir et profiter de Zermatt à la fin du circuit, ou rentrer directement chez eux en train.

Nous pouvons cependant réserver une navette pour le groupe au départ de Zermatt (non compris dans le prix) : le guide réserve la navette au début du séjour pour le retour prévu le samedi (compter 500 CHF, à payer directement auprès de notre transporteur ; le montant de la course est à répartir entre les participants).

Sinon, train pour Visp, puis Martigny, et enfin vallée de Chamonix (compter environ 4 h de trajet et 100 € par personne).

LE PRIX COMPREND :

- L'hébergement tel que décrit.
- Les petits-déjeuners du J 2 au J 12.
- Les pique-niques de midi du J 1 au J 12.
- Les dîners du J 1 au J 11.
- Le transport des bagages sauf les J 4, J 5, J 6 et J 11 (pas d'accès par la route).
- Les transferts de personnes en bus, taxi ou remontées mécaniques tels que décrits.
- Les vivres de course remis dans un sac individuel.
- L'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé d'Etat.
- Les frais d'organisation du circuit

LE PRIX NE COMPREND PAS :

- L'assurance annulation/interruption de séjour/perte de bagages et l'assistance.
- L'acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation.
- Les éventuelles douches payantes dans les refuges.
- Tout ce qui n'est pas indiqué sous la rubrique "Le prix comprend".
- L'optionnelle ascension du Breithorn (4164 m) le J 6.

Vos dépenses sur place :

- Le transfert retour en navette privée entre Zermatt et la vallée de Chamonix.
- Les jetons de douche dans les hébergements.
- Les transferts non prévus au programme.
- Les boissons.
- Les pourboires.

POUR EN SAVOIR PLUS

Cartes

Carte suisse n° 5006 Matterhorn - Mischabel.

Carte suisse n° 5003 Mont-Blanc - Grand Combin.

Dénivelées

Nos dénivelées sont calculées par des différences d'altitudes données sur les cartes et non par des GPS qui, pour des raisons techniques (imprécision de l'altitude GPS et dispersion statistique), donnent très souvent des dénivelées surestimés, parfois jusqu'à 20 %

Les devises

France

La France fait partie de la zone euro.

Les guichets automatiques permettent de retirer de l'argent en toute facilité.

Prévoir des espèces pour vos dépenses personnelles dans les zones plus isolées (boissons en refuges de montagne, par exemple).

Suisse

La Suisse ne fait pas partie de la zone euro.

La devise est le franc suisse (CHF).

Taux de change (cours indicatif) : 1 € = 1,08 CHF - 1 CHF = 0,91 €.

Les distributeurs automatiques de billets permettent de retirer de l'argent en toute facilité.

Prévoir des espèces pour vos dépenses personnelles dans les zones plus isolées (boissons, par exemple).

FORMALITES

France

- Pour les ressortissants français, belges, luxembourgeois et suisses : carte nationale d'identité ou passeport valide, et couvrant la durée du séjour.
Pour les personnes majeures de nationalité française, les cartes nationales d'identité délivrées entre le 2 janvier 2004 et le 31 décembre 2013, même si elles présentent une date périmée ont, sans modification du document, une validité de 15 ans.
- Pour les ressortissants canadiens : passeport valide 3 mois après la sortie prévue de l'espace Schengen (visa inutile pour un séjour inférieur à 90 jours).
- Pour les autres nationalités, veuillez-vous renseigner auprès des autorités consulaires françaises dans votre pays.

Les passeports doivent être en parfait état (pas de taches, agrafes, trombones, marques, déchirures...).

Suisse

Pour un séjour sur le territoire suisse, la procédure est la suivante.

1/ Entrée en Suisse

- Pour les ressortissants français, belges, luxembourgeois et suisses : carte nationale d'identité ou passeport valide, et couvrant la durée du séjour. Pour les personnes majeures de nationalité française, les cartes nationales d'identité délivrées entre le 2 janvier 2004 et le 31 décembre 2013, même si elles présentent une date périmée ont, sans modification du document, une validité de 15 ans. Dans ce cas, nous vous recommandons de télécharger à l'adresse <http://media.interieur.gouv.fr/interieur/cni-15ans/document-a-telechargersuisse.pdf> la fiche d'information multilingue expliquant ces règles et de l'emporter avec vous.
Conseil : privilégiez l'utilisation d'un passeport valide à une carte d'identité portant une date de validité dépassée, même considérée comme valide.

- Pour les ressortissants canadiens, veuillez consulter le site du gouvernement canadien <http://voyage.gc.ca/voyager/avertissements>
- Pour les autres nationalités, veuillez-vous renseigner auprès des autorités consulaires suisses de votre pays. Les passeports doivent être en parfait état (pas de taches, agrafes, trombones, marques, déchirures...).

Les passeports doivent être en parfait état (pas de taches, agrafes, trombones, marques, déchirures...).

Santé

France

Vaccins obligatoires

Pas de vaccin obligatoire.

Vaccins conseillés

Nous vous recommandons fortement d'être à jour des vaccinations classiques : diphtérie-tétanos-poliomyélite +/-coqueluche, tuberculose, fièvre typhoïde, hépatites A et B.

Dentiste et médecin

Nous vous recommandons d'effectuer une visite de contrôle avant votre départ.

Pour plus d'info : www.diplomatie.gouv.fr/ ou www.pasteur.fr/

Suisse

Vaccins obligatoires

Pas de vaccin obligatoire.

Vaccins conseillés

Nous vous recommandons fortement d'être à jour des vaccinations classiques : diphtérie-tétanos-poliomyélite +/-coqueluche, tuberculose, fièvre typhoïde, hépatites A et B.

Dentiste et médecin

Nous vous recommandons d'effectuer une visite de contrôle avant votre départ.

Pour plus d'info : www.diplomatie.gouv.fr/ ou www.pasteur.fr/

Consulter notre fiche conseils de guides : la vaccination

Pour plus d'info : www.diplomatie.gouv.fr/ ou www.pasteur.fr/ ou les sites canadiens : www.phac-aspc.gc.ca/ ou voyage.gc.ca

Pays

Alpes françaises - France

Les Alpes, chaîne de montagnes majestueuses et imposantes, recèlent bien des trésors : sentiers dans des massifs secrets, grands tours à ne pas manquer, hautes routes en randonnée glaciaire ou à ski de randonnée, alpinisme pour atteindre les sommets.

Dans l'un des derniers bastions sauvages d'Europe, nos voyages alpins sont aussi une aventure humaine. Au-delà de la nature, de grands moments de convivialité et de plaisir, de partage des émotions avec ses compagnons de marche laissent des souvenirs impérissables. Approcher les voies de Whymper, suivre les sentiers de Terray, fouler les montagnes de Lafaille... Les plus grands noms de la montagne ont marqué nos itinéraires.

Implantés dans les Alpes, nous innovons pour vous permettre de passer de l'apprentissage à la réalisation de parcours prestigieux. Avec une passion intacte et une attention sans cesse renouvelée, nous vous emmenons toujours plus loin, jusqu'aux confins des Alpes orientales.

Partez à la découverte des plus beaux sites des Alpes, des plus classiques aux plus intimistes. Nul doute que vous trouviez avec nous de quoi vous éblouir !

Géographie

Principal système montagneux d'Europe, l'arc alpin s'étend sur 1 500 km, couvre 190 000 km² de la Méditerranée à l'Autriche – du col d'Altare (Italie) à Vienne –, et est partagé par l'Italie, la France, la Suisse (60 % du territoire), l'Autriche, le Liechtenstein, l'Allemagne et la Slovénie.

Larges d'au maximum 200 km, les Alpes culminent à 4 810 m au sommet du Mont-Blanc et comptent plus de 80 sommets dépassant l'altitude mythique de 4 000 mètres.

Les Alpes peuvent être subdivisées en trois parties, les Alpes occidentales, de la Méditerranée au massif du Mont-Blanc, les Alpes centrales, de la Vallée d'Aoste au col du Brenner, et les Alpes orientales, du Brenner à la Slovénie. L'authenticité des paysages, la faune et la flore alpines sont les points communs de ces régions d'altitude où perdurent encore des traditions ancestrales bien préservées.

Les Alpes françaises couvrent une superficie d'environ 35 000 km². Plusieurs sommets culminent à plus de 4 000 m d'altitude, dont le mont Blanc (4 810 m), la barre des Écrins (4 103 m). Loin de constituer une barrière, en dépit de leur masse et de leur altitude, les Alpes françaises constituent un massif montagneux ouvert sur le sillon rhodanien par des cluses et aéré par de profondes vallées glaciaires : sillon alpin dans les Alpes du Nord, vallée de la Durance dans les Alpes du Sud, Tarentaise, Maurienne, Romanche, facilitant les communications et des implantations urbaines très précoces.

Climat

Un climat de montagne caractérise ces régions élevées, qui se traduit par des températures fraîches et des précipitations relativement abondantes.

En haute montagne, le nombre de jours de gel peut dépasser 150 par an et le manteau neigeux peut persister durant six mois.

Le relief a une incidence majeure sur les changements de temps et joue sur l'organisation de la vie sociale, culturelle et économique de chaque région. Les montagnes, par leur altitude, ont le pouvoir de retenir les nuages, de forcer les précipitations dans certaines vallées et d'en préserver d'autres. Ainsi nous parcourons des vallées verdoyantes et arrosées, et d'autres plus sèches. Nous rencontrons des microclimats étonnants qui protègent des espèces de plantes et d'animaux remarquables. D'un versant à un autre, dans le même massif, les conditions météorologiques peuvent être radicalement différentes sous l'influence du relief, de la direction du vent et des températures. Ce qui peut sembler un inconvénient peut se transformer en atout pour le randonneur ou le skieur. Il suffit parfois de basculer dans la vallée voisine pour trouver des conditions agréables, totalement opposées.

Les Alpes françaises du Nord, où se situent les plus beaux glaciers, sont les plus arrosées : là coulent de splendides cours d'eau, torrents providentiels qui transportent l'eau des glaciers et charrient les roches. Les Alpes françaises du Sud, sous l'influence de la Méditerranée, offrent un climat plus doux, un univers plus minéral.

La météo

Dans les Alpes, le temps change vite, c'est un élément à prendre au sérieux dans l'organisation de votre voyage et dans le choix de vos randonnées.

Au cours d'une même journée, et selon l'altitude, vous pouvez bénéficier d'un splendide soleil et d'une température estivale, mais aussi subir une tempête de neige et des températures glaciales. Soyez prévoyant, un brusque changement de température au cours d'une randonnée est toujours possible. Lorsque vous partez en montagne, vous devez impérativement emporter dans votre sac à dos un minimum d'affaires pour vous protéger du froid ou du soleil. Votre guide sera de bon conseil, mais avant de partir, nous vous suggérons de bien lire les informations données dans les fiches techniques (rubrique "Équipement").

Le numéro court de Météo France est le 3250 (0,34 € la minute)

Economie

Caractérisés pendant des siècles par une économie agricole de subsistance, les massifs alpins sont entrés dans l'économie mondialisée du XX^e siècle selon des rythmes divers. En effet, les conditions climatiques et d'accès ne sont pas les mêmes pour toutes les régions.

Cultures maraîchères, vergers, vignes se sont développés dans les vallées et sur les côtes ; élevages bovin et ovin tiennent une place importante dans les hautes vallées avec une production de fromages d'appellation contrôlée ; les équipements hydroélectriques ont permis le développement de la chimie, des constructions mécaniques. Aujourd'hui, la recherche scientifique (nanotechnologies) est une très belle source de revenus pour la région, et ce que l'on nomme le sillon alpin, qui relie Genève, Annecy, Chambéry et Grenoble, est un espace

économique et démographique en plein essor ; les hautes vallées ont trouvé dans le tourisme hivernal et estival un remède au dépeuplement.

La Convention alpine, qui réunit huit États (Allemagne, Autriche, France, Italie, Liechtenstein, Monaco, Suisse et Slovénie) est un traité qui a pour but la sauvegarde de l'écosystème naturel ainsi que la promotion du développement durable des Alpes.

Société

Plus de 12,5 millions d'habitants résident dans l'arc alpin, qui n'en est pas pour autant un territoire unifié. En effet, au-delà du point de vue géographique, chaque massif constitue une entité, un ensemble territorial "autonome" où prévaut le sentiment d'appartenance à une communauté.

1,2 millions d'habitants peuplent les Alpes françaises, dont 500 000 résident dans l'agglomération grenobloise.

La faune et la flore

Les variations climatiques liées à l'altitude entraînent un étagement de la végétation. Ainsi, les feuillus laissent progressivement la place aux conifères qui s'effacent à leur tour au profit de la pelouse alpine au-dessus de 2 000 m. De grandes différences apparaissent cependant entre les versants en fonction de leur exposition. Les adrets exposés au sud constituent un cadre privilégié pour l'implantation des villages et des cultures alors que les ubacs, tournés vers le nord, restent souvent boisés.

Nous aimons tous avoir la surprise d'un bouquetin au détour d'un chemin, évitons de les faire fuir. La marmotte est proche, mais ce n'est pas une raison pour la nourrir. Ne vous approchez pas trop des animaux, même pour une meilleure photo. Et plutôt que de cueillir l'edelweiss caché ou le parterre de gentianes printanières, mieux vaut les laisser sur pied et les prendre en photo. Le manque de nourriture et le froid rendent les animaux sauvages très vulnérables. Quelques faits marquants :

- un cerf de 90 kg dérangé fuit pendant 10 minutes, reste en état d'excitation pendant une heure et utilise 21 % d'énergie de plus que s'il n'avait pas été perturbé. Une fuite à la montée dans une couche de neige de 50 cm nécessite environ 50 fois plus d'énergie qu'en terrain plat ;
- un tétras-lyre dépense tant d'énergie à fuir qu'il meurt au bout du troisième dérangement ;
- un chamois qui tente de fuir en neige profonde dépense 50 fois plus d'énergie que s'il reste calme. Si l'animal prend la fuite à quatre reprises, il est en danger de mort.

Nos séjours vous emmènent souvent à la découverte de parcs nationaux et réserves : ce sont des espaces protégés et réglementés. A chacun d'y être attentif !

Sites Internet

<http://www.anena.org>, Association nationale pour l'étude de la neige et des avalanches.

http://www.routard.com/guide/code_dest/alpes.htm.

<http://fr.wikipedia.org/wiki/Alpes>.

<http://www.france-pittoresque.com/>.

Bibliographie

Guides

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

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

Les Sports de neige, Jean-Paul Zuanon, Les guides du CAF, Seuil.

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

La neige. Connaître et observer la neige pour mieux prévoir les avalanches , Robert Bolognesi, Nathan.

Tout savoir (ou presque) sur la neige et les avalanches , édité par l'Anena.

DVA mode d'emploi, édité par l'Anena.

Dans le secret des avalanches, guide pratique pour l'estimation du risque , François Sivardière, Glénat.

S'orienter facilement et efficacement, Jean-Marc Lamory, Glénat.

Découvrir la neige au travers d'un DVD, Neige et Avalanches, édité par le CRDP-Grenoble.

CARTOGRAPHIE

Carte suisse n° 5006 Matterhorn-Mischabel.

Carte suisse n° 5003 Mont Blanc-Grand Combin.

ADRESSES UTILES

Itinéraire : www.viamichelin.fr

SNCF : Tel : 0 892 35 35 35 ou <http://www.voyages-sncf.com>

Co-voiturage : www.covoiturage.fr www.123envoiure.com www.allostop.net

www.chamonix.com - www.zermatt.ch

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 entrainera 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

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 entrainera 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).**
- **Assurance Frais de Recherche et Secours + Assistance Rapatriement + extension Epidémies (2 % du montant du séjour).**
- **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).**

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 évènements 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 évènements 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