Atalante
L'ESPRIT TREK

ALPES

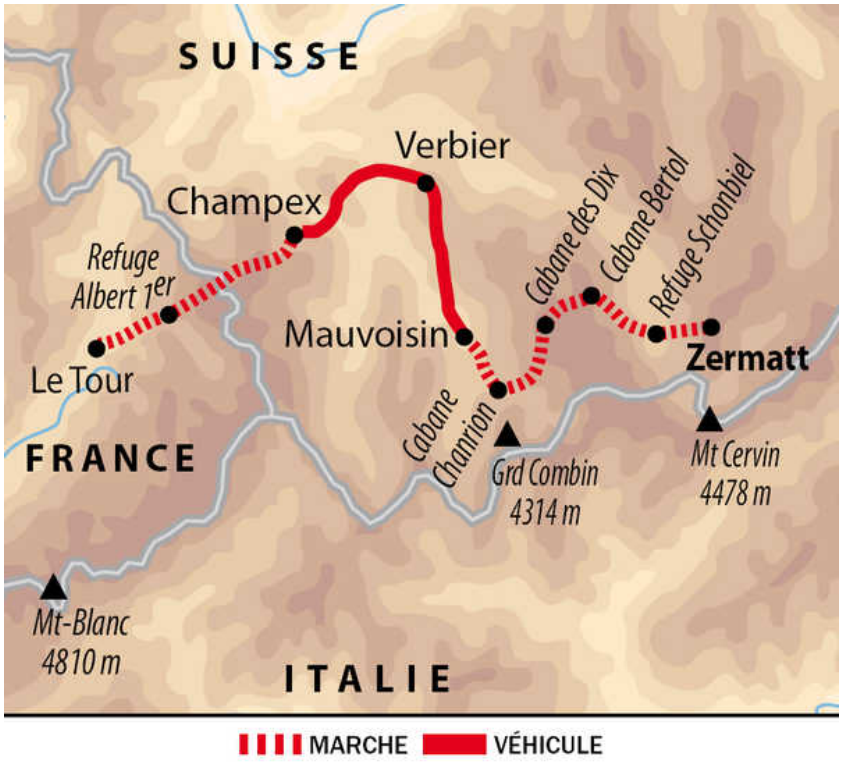
Chamonix – Zermatt par les glaciers

- Le raid est accessible aux bons marcheurs, même sans connaissances techniques.
- Un itinéraire mythique entre le mont Blanc et le Cervin.
- Des refuges suisses traditionnels et confortables.
- Un raid incontournable au cœur des 4000 du Valais.

À PARTIR DE	**1 645 €**
DURÉE	7 jours
TYPE	Voyage en petit groupe
NIVEAU	
THÉMATIQUE	Trek

Entre les deux capitales de l'alpinisme Chamonix et Zermatt, cette traversée est une référence en matière de raid alpin. Du mont Blanc au Cervin, ce sont les plus beaux 4000 que l'on côtoie tout au long de ces six étapes inoubliables. L'ambiance est "haute montagne", les paysages sont superbes et les refuges sont des cabanes suisses authentiques et confortables. Tentez l'aventure !
C'est l'un des plus beau raid alpin des Alpes pour ceux qui aiment parcourir les espaces préservés.La "Haute Route" : un raid mythique, incontournable, dans un panorama complètement sauvage. Pas de difficultés techniques, il faut être avant tout bons marcheurs pour découvrir jour après jour les merveilles de la haute montagne. Ce raid s'adresse donc à tous les randonneurs!

Départ pour un somptueux parcours d'altitude enchaînant glaciers et cols, et franchissant plusieurs fois la barre des 3000 m en approchant les plus beaux sommets des Alpes: Le Grand Combin, La Dent Blanche, le Pigne d'Arolla. Nous débuterons ce parcours dans le massif du mont Blanc avec les glaciers du Tour et du Trient. Après un court transfert nous continuons en Suisse avec une succession de refuges chaleureux. Cabane de Chanrion, cabane des Vignettes, cabane de Bertol : notre itinéraire se poursuit, rythmé par des étapes somptueuses sur d'immenses glaciers valaisans.



Itinéraire

JOUR 1

Du village du Tour (1453m) en télécabine jusqu'au col de Balme.

MARCHE : 4H-5H | DÉNIVELÉ POSITIF : 1200 M | ALTITUDE MAX : 2702 M | HÉBERGEMENT : REFUGE

Rendez vous en tout début de journée au magasin Concept Pro Shop à Chamonix. Présentation de la randonnée et mise au point du matériel individuel suivie de la vérification des sacs. Départ du village du Tour (1453) en télécabine et télésiège jusqu'au col de Balme. Montée au refuge Albert 1er (2702 m).

JOUR 2

Le col supérieur du Tour, le glacier du Trient et le village de Champex.

MARCHE : 6H-7H | DÉNIVELÉ POSITIF : 750 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 1000 M | ALTITUDE MAX : 3289 M | HÉBERGEMENT : GÎTE

Départ vers 7h du refuge avec comme objectif : le village de Champex. Mais pour y parvenir, nous franchissons la frontière suisse avec le col supérieur du Tour, puis nous évoluons sur le glacier du Trient afin de rejoindre le col d'Orny. Un sentier nous conduit jusqu'au télésiège de la Breya, à l'extrémité des Aiguilles d'Arpette, qui nous permet de descendre sur Champex. Dîner et nuit en gîte à Champex.

JOUR 3

Champex -Cabane de Chanrion à 2462mm

MARCHE : 7H-8H | DÉNIVELÉ POSITIF : 500 M | ALTITUDE MAX : 2462 M | HÉBERGEMENT : REFUGE

Transfert en véhicule 4x4 de Champex au barrage de Mauvoisin. Montée à la cabane Chanrion (2462m). Une belle étape variée où nous aperçevons de très beaux sommets : le Grand Combin et le Mont Gelé.

JOUR 4

Le Glacier d'Otemma et la montée à la Cabane des Vignettes 3158m

MARCHE : 6H-7H | DÉNIVELÉ POSITIF : 850 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 150 M | HÉBERGEMENT : REFUGE

Le glacier d'Otemma est plus grand que notre célèbre Mer de Glace: sa surface fait 22km2 et il mesure 10km de long. La progression sur le glacier nous permet de découvrir au passage le Pigne d'Arolla, très apprécié par les alpinistes. Montée à la cabane des Vignettes accrochée à 3158m, au sommet d'une falaise.

JOUR 5

La cabane Bertol 3311m et le point de vue sur le Cervin.

MARCHE : 6H-7H | DÉNIVELÉ POSITIF : 1150 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 1000 M | ALTITUDE MAX : 3392 M | HÉBERGEMENT : REFUGE

Col de l'Evêque (3392 m), col Collon (3087 m), puis le glacier d'Arolla. Nous quittons les vallées glaciaires pour emprunter un chemin qui nous conduira en 2 h à la cabane Bertol (3311 m). Une fois là-haut, un point de vue original s'ouvrira à nous sur le Cervin. La situation de la cabane (3311m) accrochée sur son éperon rocheux est spectaculaire. Refuge sympathique et accueillant.

JOUR 6

Montée à Tête Blanche et descente du stockjigletscher vers Schönbiel.

MARCHE : 7H-8H | DÉNIVELÉ POSITIF : 650 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 1100 M | ALTITUDE MAX : 3724 M | HÉBERGEMENT : REFUGE

Montée à Tête Blanche (3724 m), superbe vue sur la Dent d'Herens, la Dent Blanche, le Cervin et la vallée de Zermatt. Descente du glacier Stockji pour rejoindre la cabane Schönbiel (2694 m). Une étape superbe.

JOUR 7

Descente sur Zermatt (1616 m). Dispersion vers midi.

MARCHE : 3H-4H | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 1100 M

Magnifique descente sur Zermatt (1616m)en longeant la face nord du Cervin, l'une des plus difficiles parois des Alpes. Arrivée à Zermatt vers midi, visite du village. Pour ceux qui souhaitent revenir sur Chamonix, le retour se fait en minibus (taxi), arrivée à Chamonix en fin d'après-midi (taxi à payer sur place).

À NOTER

- Cet itinéraire est fourni à titre indicatif : suivant les conditions météorologiques et opérationnelles, votre guide accompagnateur peut en effet modifier cet itinéraire, pour votre sécurité et celle du groupe.
- Nous sommes en altitude pendant une semaine mais nous demeurons toujours accessibles en cas de besoin. Nous pouvons également redescendre rapidement si nécessaire. En cas de mauvais temps, un certain isolement peut se faire sentir.
- Pour des raisons de sécurité et pour garantir un niveau homogène correspondant à celui annoncé, l'encadrement et l'organisation se réservent le droit d'interrompre votre participation si votre niveau technique et/ou votre forme physique ne correspondent pas à ceux requis. En aucun cas cette interruption ne pourra donner lieu à un remboursement ou versement d'indemnités.
- “Atalante est membre du groupe altaï, réseau d’agences locales nature et aventure implanté dans 30 pays. Afin de vous offrir un plus grand nombre de départs garantis, ce voyage est proposé par 2 autres entreprises du groupe altaï : Huwans le spécialiste du voyage d'aventure” et notre agence locale Montagne Expedition, le spécialiste du ski et de l'alpinisme.
- Information COVID départs 2022 : ce séjour est réservé aux personnes vaccinées.

Dates & prix

LES PROCHAINS DÉPARTS

(informations au 20/05/2024)

Nombre de participants : de 4 à 6

DU	AU	PRIX TTC / PERS.	ETAT
DIM. 16/06/2024	SAM. 22/06/2024	**1 645 €**	Départ initié
DIM. 30/06/2024	SAM. 06/07/2024	**1 645 €**	Confirmé dès 4 inscrits
DIM. 14/07/2024	SAM. 20/07/2024	**1 645 €**	**Confirmé**
DIM. 28/07/2024	SAM. 03/08/2024	**1 645 €**	**Confirmé**
DIM. 11/08/2024	SAM. 17/08/2024	**1 645 €**	Départ initié
DIM. 25/08/2024	SAM. 31/08/2024	**1 645 €**	Départ initié

Le nombre de participants peut être inférieur au nombre minimum indiqué ci-dessus.

LE PRIX COMPREND

- L'hébergement en demi-pension du jour 1 soir au jour 6 matin.
- Les pique-niques du jour 2 au jour 5
- Les remontées mécaniques nécessaires au déroulement normal du programme (télésiège de la Breya).
- L'encadrement par un guide de haute montagne.
- Le matériel collectif nécessaire à la sécurité.
- L'organisation technique du séjour.
- Le transfert Champex-Mauvoisin

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- Le pique-nique du jour 1 et le repas du midi à Zermatt le jour 6
- Les frais d'acheminement A/R jusqu'au lieu de RDV.
- Le matériel technique individuel.
- Les boissons dans les refuges et dépenses personnelles.
- Les vivres de courses individuels.
- L'eau dans les refuges (compter 6 à 10 €/bouteille).
- Le retour Zermatt-Chamonix en minibus : 500FS environ à diviser par le nombre de participants au retour.
- Tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique "le prix comprend".

À payer sur place :

- Les boissons dans les refuges et dépenses personnelles.
- L'eau dans les refuges (compter 6 à 10 €/bouteille).
- Le retour Zermatt-Chamonix en minibus : 500FS environ à diviser par le nombre de participants au retour.
- Les pourboires aux équipes locales (à votre discrétion)

ASSURANCES AU CHOIX

- **Assurance multirisque :** 4,1 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque avec extension épidémie :** 5,1 % du voyage par personne
- **Assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) :** 5 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque premium avec extension épidémie (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) :** 6,1 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.

+ OPTIONS

Option location matériel pour 7 jours (à réserver à l'inscription et payer sur place directement auprès du loueur) :

- Chaussures : 70 euros
- Crampons : 57 euros
- Piolet : 42 euros
- Baudrier : 42 euros
- Casque : 42 euros
- Bâtons télescopiques : 51 euros
- Pack basic (chaussures/crampons/piolet) : 162 euros
- Pack Mt Blanc complet (chaussures/crampons/piolet/casque/baudrier) : 185 euros
- Pantalon Gore Tex : 72 euros
- Veste Gore Tex : 90 euros
- Doudoune : 62 euros
- Sac à dos : 51 euros
- Lampe Frontale : 32 euros
- Moufles : 51 euros

Détail du voyage

NIVEAU

Pas de passage techniquement difficile mais des passages sur moraines ou en bordure de glacier qui peuvent nécessiter de l'attention. L'apprentissage de la marche avec des crampons est rapide. Nous apprenons comment nous encorder et les règles de sécurité pour évoluer sur glacier. Le guide contrôle la sécurité en permanence.
Les dénivelés sont raisonnables mais les étapes sont parfois longues (8 à 12h de marche selon les journées). Il faut enchaîner 7 jours d'activité en altitude ce qui nécessite un entraînement physique au préalable. Le portage des sacs ne doit pas être un handicap : il faut en avoir l'habitude et bien choisir ce que l'on emporte pour ne pas dépasser 10 à 12kg.

Avant votre départ, il est important d'avoir une condition physique en accord avec l'activité envisagée. La pratique régulière d'un sport d'endurance est obligatoire pour les activités en haute montagne.
Ce sport peut être le jogging, le vélo, la natation ou la marche sportive. Si vous n'êtes pas du tout entrainé il sera difficile d'envisager une activité en haute montagne sans prendre le risque d'être confronté à de trop grandes difficultés physiques.
Merci de prévenir rapidement l'agence des indications médicales vous concernant : allergies alimentaires, diabète, accidents cardiaques et vasculaires anciens ou récents, asthme, etc...

ENCADREMENT

Notre voyage est encadré par un guide de haute montagne qui vous apportera les éléments techniques nécessaires à la progression sur glacier : marche en crampons et encordement.

Installée dans les Alpes depuis de nombreuses années, notre agence locale vous garantit une expérience de voyage actif réussie, grâce à nos guides et à nos infrastructures logistiques. Pendant votre voyage, vous êtes accompagné par nos guides d'aventure, mobilisés à 100% pour vous faire découvrir des endroits insolites en pleine nature. Laissez-vous guider...

ALIMENTATION

- Pique-niques le midi,
- Le soir repas préparés par les gardiens des refuges.
- Pensez à prévoir des vivres de courses selon vos goûts avant le départ : barres de céréales, barres chocolatées, fruits secs…Si besoin vous pourrez vous réapprovisionner au village de Champex.

L'eau en bouteille est payante dans les refuges (pas d'eau courante en haute montagne).
Prévoyez des francs suisses avant votre départ : une bouteille d'eau coûte en moyenne 8FS à 10FS.
Les boissons ne sont pas comprises dans les refuges : pensez à prévoir de la monnaie pour les thés, cafés, jus de fruits, bières, cocas, etc…

HÉBERGEMENT

En gîte et refuges gardés. Les nuits se passent en dortoirs, les couvertures sont fournies, il faut prévoir le drap de couchage (pas besoin de sac de couchage, les couvertures sont fournies). Le matériel de toilette sera réduit au minimum.
Des chaussons sont à votre disposition, il est donc inutile de prévoir des chaussures pour les refuges.

HEURE ET LIEU DE RENDEZ-VOUS

Rendez-vous à 09h00 au magasin Concept Pro Shop à Chamonix.

ACCÈS AU LIEU DE RENDEZ-VOUS

Merci de nous préciser si vous viendrez en train ou en voiture. Si vous venez en train, merci de nous fournir vos horaires.

Rendez-vous à 09h00 à Chamonix, au magasin de location de matériel Concept ProShop : 610 Route Blanche, 74400 Chamonix-Mont-Blanc.

1) EN TRAIN :

- Terminus des trains classiques à la gare de Saint-Gervais-les-Bains le Fayet, puis changement pour le train touristique Le Fayet-Martigny, arrêt à Chamonix "Aiguille du Midi".
Horaires et tarifs sur : www.voyages-sncf.com, ou par téléphone au 3635.
Le magasin de matériel Concept ProShop se situe à 10 min à pied de la gare (610 Route Blanche, 74400 Chamonix-Mont-Blanc).

2) EN VOITURE :

Par la route, prendre l'A40 et suivre blanche, Cluses, Servoz, Les Houches et Chamonix.

Se garer au parking du Grépon (gratuit la 1ere heure) : tout au bout du parking prendre le passage souterrain et le magasin se trouve à la sortie juste à votre gauche.

DISPERSION

Vers 13h/14h à Zermatt (transfert retour possible jusqu'à Chamonix, compter 3h de route pour Chamonix).

SE LOGER AVANT OU APRÈS LE CIRCUIT

Hôtel Les Campanules

450 Route de Coupeau

74310 Les Houches

Tel : 04 50 54 40 71

Gîte Tupilak

1474 Montée de Coupeau

74310 Les Houches

Tel : 04 50 54 56 66

Chalet du Club Alpin du Tour

Chemin du Rocher Nay

74400 ARGENTIERE - LE TOUR

Gardienne : Véronique Barbier

Tel : 04 50 54 04 16

PARKING PENDANT LE CIRCUIT

Pour le RDV : parking du Grepon à l'entrée de Chamonix = la première heure est gratuite.

Pendant le circuit : parking gratuit au village du Tour (12km de Chamonix, point de départ de la rando).

DÉPLACEMENT

Vous portez tout votre matériel pour la semaine. Il est important de ne pas trop s'alourdir et donc de ne prévoir que l'essentiel (mais suffisant). Votre guide vous aidera à finaliser votre sac le premier jour.
Au final, il faudra que votre sac ne dépasse pas 10 à 12kg avec l'eau et les vivres pour la journée.

Equipement

MATÉRIEL FOURNI SUR PLACE

Le matériel collectif est fourni.

Au refuge, des chaussons sont à votre disposition.

LOCATION :

Si nécessaire, le matériel technique individuel suivant : chaussures de montagne, piolet, crampons, baudrier,casques, mousquetons, bâtons, lampe frontale, sac à dos.

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

La tête :

- bonnet chaud
- chapeau (ou casquette) pour le soleil et/ou foulard
- lunettes de glacier catégorie 4 + masque de ski

Les mains :

- 1 paire de gants en fourrure polaire ou laine
- 1 paire de gants "thermique" (moufles très chauds)
- surgants en nylon ou Goretex
- en option pour les plus frileux : une paire de sous-gants

Le corps :

- sous-vêtements "thermiques" ou équivalent
- Sous-pull thermique ou équivalent (carline, sweat-shirt, fourrure polaire légère…)
- Veste polaire
- 2 ème veste polaire ou anorak ou veste/gilet duvet
- 1 veste coupe-vent et imperméable type goretex.

Les jambes :

- 1 collant thermique
- 1 pantalon de montagne confortable
- 1 pantalon coupe-vent et imperméable type goretex

Les pieds :

- chaussettes chaudes une paire fine et une plus épaisse
- guêtres
- chaussures d'alpinisme (pas de trek) permettant d'accrocher des crampons (débords à l'avant et à l'arrière de la chaussure).

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

Un sac à dos contenance 40 à 50 litres.

- les vêtements nécessaires
- 1 lampe frontale + pile de rechange
- 1 gourde légère de préférence isotherme et d'une contenance minimale d'1,5 litre
- crème solaire-écran total pour le visage et les lèvres + 1 crème après-solaire
- des sachets plastiques pour protéger vos affaires,
- papier toilette et briquet
- mini trousse de toilette
- 1 drap-sac : les couvertures ou couettes sont fournies, le drap-sac est obligatoire pour des question d'hygiène

- Un sac à dos confortable, sans armature contenance 50 litres.
- Un piolet, des crampons, un baudrier équipé de deux mousquetons à vis, casque(possibilité de location de ce matériel)
- Un ou deux bâtons de rando télescopiques
- Une paire de guêtres
- Un casque
- Un drap type sac à viande (il y a des couvertures en refuge)
- Une petite trousse de toilette
- Une crème de protection solaire (visage et lèvres)+ 1 crème après-solaire
- Une lampe frontale, avec piles de rechange
- Une gourde de 1,5 litre minimum, légère et isotherme
- Un couteau de poche, multi-usages de préférence, ou type Opinel
- Papier hygiénique + briquet
- Deux à trois sacs en plastique (100 litres) pour protéger les affaires dans le sac à dos en cas de pluie
- Une petite pharmacie personnelle (une pharmacie collective est prévue pour le groupe) : aspirine, vitamine C, élastoplast, pansements adhésifs, double peau, boules quies, plus vos médicaments personnels...

BAGAGES

- Un sac à dos confortable, de type anatomique et d'une contenance 45/55 litres. Vous aurez à porter toutes vos affaires tout au long du séjour, des vivres de course, plus un pique-nique. Votre sac doit donc être particulièrement confortable.

Attention, certains pays interdisent l'importation et l'utilisation des cigarettes électroniques, nous vous recommandons donc vivement de vous renseigner auprès des autorités compétentes (MAE, ambassade, consulat) avant votre départ.

PHARMACIE

Votre guide disposera d'une pharmacie de première urgence. Toutefois, il est recommandé d'emporter vos médicaments personnels et aspirine, double-peau, élastoplast, pansements, désinfectant local, compeed, etc....

Il est préférable de faire valider le contenu de votre pharmacie individuelle par votre médecin traitant en fonction de votre profil médical et de la nature du séjour envisagé.

Pharmacie individuelle :

- Un antalgique (éviter l'aspirine).
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).
- Un antibiotique à large spectre.
- Un antispasmodique, un antidiarrhéique, un antiseptique intestinal, un antivomitif.
- Des pansements et double peau, des compresses, de la bande adhésive, du Steristrip, du tulle gras.
- Un antiseptique.
- De la crème solaire et de la Biafine.
- En complément : collyre, pince à épiler, somnifère léger et/ou boules Quies, veinotonique (contre les jambes lourdes), médicaments personnels.

Avant votre départ, il est important d'avoir une condition physique en accord avec l'activité envisagée. La pratique régulière d'un sport d'endurance est obligatoire pour les activités en haute montagne. Ce sport peut être le jogging, le vélo, la natation ou la marche sportive. Si vous n'êtes pas du tout entrainé il ne sera pas possible d'envisager une activité en haute montagne sans prendre le risque d'être confronté à de trop grandes difficultés physiques.

Merci de prévenir rapidement l'agence des indications médicales vous concernant : allergies alimentaires, diabète, accidents cardiaques et vasculaires anciens ou récents, asthme, etc...

Formalités & santé

PASSEPORT

Non

VISA

Non

CARTE D'IDENTITÉ

Oui

VACCINS

Non

RECOMMANDATIONS SANITAIRES

.