Atalante
L'ESPRIT TREK

ALPES

Traversée Chamonix Zermatt par les sentiers

- Un vrai trek en milieu alpin au cœur d'une nature préservée.
- Une découverte de villages montagnards typiques et de la vie en Suisse.
- Le spectacle grandiose du Cervin à l'arrivée à Zermatt.
- Nos petits groupes limités à 8 participants !

À PARTIR DE	**1 350 €**
DURÉE	7 jours
TYPE	Voyage en petit groupe
NIVEAU	
THÉMATIQUE	Trek

La traversée Chamonix-Zermatt par les sentiers… un trek mythique !

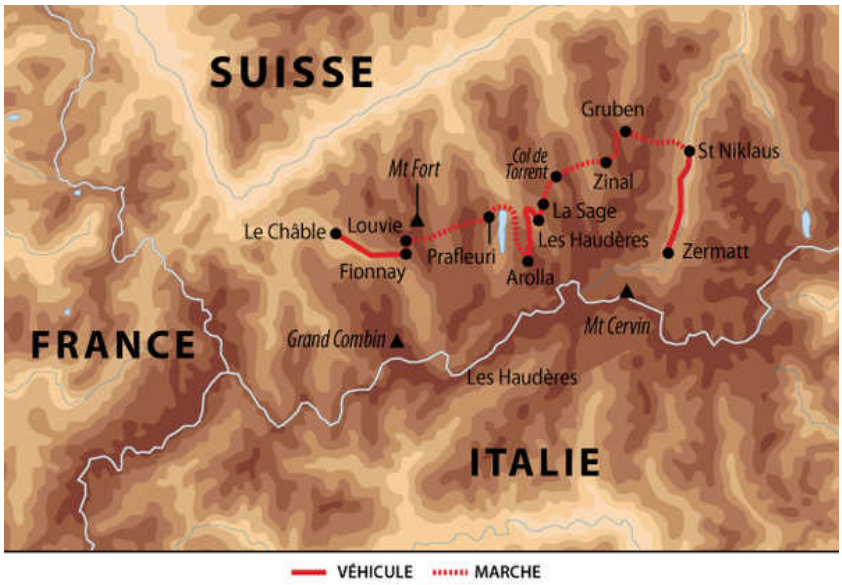
Nous vous proposons de rallier par les sentiers ces deux grandes capitales des Alpes que sont Chamonix et Zermatt. Ce trek mythique vous fait passer par les plus belles randonnées qui vous mènent du Mont-Blanc, dans la vallée de Chamonix, au pied du Cervin, dans la vallée de Zermatt.

Ce séjour vous permet de découvrir toute la diversité des paysages alpins, ainsi qu'une faune et flore riches et variées, sans oublier l'accueil chaleureux des villages typiques où vous faites étape.

Ce massif des Alpes regroupe à lui seul une soixantaine de sommets qui culminent à plus de 4000 mètres. Le spectacle qui s'offre à vos yeux est tout simplement majestueux…

Au cours de votre trek, vous pourrez profiter aussi de la vue imprenable en haut des barrages de la Dixence et de Moiry, pour finir en apothéose à Zermatt, au pied du Cervin. Ce sommet à 4 478 mètres vous dévoile sa géométrie remarquable : une pyramide presque parfaite constituée de quatre faces et de quatre arêtes.

Un itinéraire exclusif au pied des hauts sommets du Mont Blanc de Cheillon, le Pigne d'Arrola, le Weisshorn, recouverts de leurs glaciers aux allures himalayennes.



Itinéraire

JOUR 1

CHÂBLE - FIONNAY - CABANE DE LOUVIE

MARCHE : 3H-4H | DÉNIVELÉ POSITIF : 716 M | HÉBERGEMENT : CABANE DE LOUVIE | PETIT-DÉJEUNER : LIBRE | DÉJEUNER : LIBRE

Rendez vous à la gare SNCF du Châble à 13h30 (déjeuner non inclus). Transfert en direction de Fionnay, hameau entouré de sommets prestigieux tel que le Grand Combin (4314m). Journée de mise en jambe dans la vallée du Val de Bagnes jusqu'à notre lieu d'hébergement, un refuge perché au-dessus d'un petit lac, à 2207 mètres d'altitude, au coeur d'une réserve naturelle bercée de légendes, peuplée de bouquetins, marmottes et chamois.
Ce jour-là, nous portons nos affaires pour les 2 prochaines nuits en refuge.

JOUR 2

CABANE DE LOUVIE - CABANE DE PRAFLEURI

MARCHE : 6H-7H | DÉNIVELÉ POSITIF : 758 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 305 M | HÉBERGEMENT : CABANE DE PRAFLEURI

Nous abordons la dimension alpine dans toute sa majesté à l'approche du col de Louvie (2921m) situé au pied du Mont Fort, point culminant de Verbier-Nendaz. Nous longeons ensuite le glacier du " Grand désert ", dans un décor très minéral. Montée au col de Prafleuri (2965 m) et descente à la Cabane de Prafleuri (2660 m) pour passer la nuit. Cette cabane servait à l'origine pour la construction du barrage de la Grande Dixence : nous pouvons encore observer les traces de la vaste carrière d'où provenaient les matériaux. (Pas de transfert de bagage)

JOUR 3

CABANE DE PRAFLEURI - LES HAUDERES

MARCHE : 7H-8H | DÉNIVELÉ POSITIF : 679 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 1338 M | HÉBERGEMENT : GITE

Départ pour une randonnée le long du lac et le barrage de la Grande Dixence, barrage-poids le plus haut du monde, un mur de 285 m de haut et 700 m de long, pesant 15 millions de tonnes et retenant 400 millions de m3 d'eau. Nous montons ensuite au col de Riedmatten (2919m). De là, nous surplombons le Glacier de Cheilon avant de descendre sur le village d'Arolla (2000 m). Transfert en direction des Haudères en bus postal. Nuit au pied des Dents de Veisivi, au coeur des Alpes valaisannes.
Nous retrouvons nos bagages au Gîte.

JOUR 4

LES HAUDERES - LA SAGE - COL DE TORRENT - ZINAL

MARCHE : 9H-10H | DÉNIVELÉ POSITIF : 1834 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 1073 M | HÉBERGEMENT : AUBERGE

Des Mélèzes, nous repartons en direction de la Sage en bus. Depuis le hameau de la Sage (1667 m), nous foulons un sentier zigzagant à travers les alpages jusqu'au Col de Torrent (2916 m), belvédère exceptionnel sur les sommets du val d´Evolène. Versant Evolène, de gauche à droite, nous pouvons contempler la Dent d'Hérens, la Tête Blanche, les Dents de Perroc, le groupe du Mont Blanc de Cheillon et les Aiguilles Rouges qui cachent en partie le Grand Combin. Versant Moiry, la vue est imprenable sur le Bieshorn et l'énorme Weisshorn. Descente somptueuse entre le lac des Autannes (2686 m) et le lac de Mory (2250 m), d´un vert émeraude fascinant. Nous franchissons ensuite le col de Sorebois (2835 m) avant de nous rendre au téléphérique panoramique jusqu'à Zinal (1675 m). Nuit en auberge, dans un quartier calme au coeur du village valaisan de Zinal.

JOUR 5

ZINAL - COL DE FORCLETTA - GRUBEN

MARCHE : 6H-7H | DÉNIVELÉ POSITIF : 1199 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 1755 M | HÉBERGEMENT : HOTEL-REFUGE

Aujourd'hui nous quittons la Suisse romande, pour la Suisse alémanique, partie germanophone de la Suisse. Entre forêts et alpages nous évoluons sur un long balcon en direction du col de Forcletta (2874 m), où une splendide vue s'étend de la dent Blanche au Mont-Blanc. Nous empruntons un sentier panoramique qui nous permet de redescendre progressivement à Gruben (1818 m), un tout petit village d'alpage. Nuit en hôtel-refuge.

JOUR 6

GRUBEN - COL D'AUGSTBORDPASS - ZERMATT

MARCHE : 7H-8H | DÉNIVELÉ POSITIF : 1075 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 1750 M | HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÎNER : LIBRE

Le col d'Augstbordpass (2893 m), sera notre dernier grand col d'altitude au coeur des Alpes. Après la traversée d'une forêt de mélèses, nous montons jusqu'au col de Augstbordpass (2893 m) en traversant les alpages de la Turmanntal. Vue panoramique sur l'Oberland et le Valais. Nous descendons dans la vallée de Mattertal jusqu'à St Niklaus (1138 m), un lieu de villégiature niché entre les montagnes et les glaciers les plus somptueux d'Europe. Transfert pour Zermatt . Dîner libre et nuit à Zermatt.

JOUR 7

ZERMATT

MARCHE : 3H-4H | DÉNIVELÉ POSITIF : 500 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 500 M | DÎNER : LIBRE

Montée en boucle sur les hauteurs de Zermatt grâce à un superbe sentier en balcon face au Cervin, offrant une vue imprenable sur les nombreux 4000. Nous apprécions les différents paysages : le Cervin, le Mont-Rose, les fabuleux glaciers de Zermatt sont au rendez-vous! Descente progressive sur le village de Zermatt. Dispersion aux alentours de 14h à Zermatt.

À NOTER

- Ce voyage a été construit en collaboration avec Huwans et notre partenaire local Montagne Expedition, afin de vous proposer un plus grand nombre de départs garantis, tout en alliant nos savoir-faire et nos expériences du voyage. Par conséquent, vous pourriez retrouver des voyageurs de ces agences dans votre groupe.
- "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 une autre entreprise du groupe altaï : Huwans le spécialiste du voyage d'aventure"
- 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.
- 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 8

DU	AU	PRIX TTC / PERS.	ETAT
DIM. 30/06/2024	SAM. 06/07/2024	**1 350 €**	Départ initié
DIM. 14/07/2024	SAM. 20/07/2024	**1 350 €**	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 27/07/2024	VEN. 02/08/2024	**1 350 €**	Confirmé dès 4 inscrits
DIM. 11/08/2024	SAM. 17/08/2024	**1 350 €**	Confirmé dès 4 inscrits

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

LE PRIX COMPREND

- guide accompagnateur local francophone jusqu'à 8 participants.
- transferts prévus au programme (remontées mécaniques, bus local, taxi...).
- transfert des bagages par un véhicule logistique (sauf pour les nuits J1 et J2 en refuge d'altitude)
- 6 nuits en refuge, gîte et hôtel (chambres collectives à partager)
- Pension complète du dîner du jour 1 au déjeuner du jour 7 sauf le dîner du jour 6 à Zermatt.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- Les frais d'acheminement A/R jusqu'au lieu de rdv et dispersion
- Les vivres de course (barres céréales, fruits secs ...)

À payer sur place :

- Boissons et extras personnels.
- Le petit déjeuner et le déjeuner du jour 1, le dîner du jour 6 à Zermatt et le dîner du jour 7.
- Les entrées payantes dans les parcs, sites et musées non prévues au programme.
- Le transfert retour en navette privée entre Zermatt et la vallée de Chamonix.
- Les transferts non prévus au programme
- Les jetons de douche dans les hébergements.
- Les pourboires (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.

Détail du voyage

NIVEAU

Séjour réservé aux randonneurs/trekkeurs expérimentés et en très bonne forme physique en raison des temps de marche journaliers et dénivelés quotidiens importants. Temps de marche ou d'activité : 3 à 10 heures de marche quotidienne et 7 jours de randonnées consécutives. Dénivelé / Altitude / Terrain : Dénivelé positif moyen par jour de 1000m par jour et Maximum de 1249m
Le transfert des bagages est effectué par un véhicule logistique d'une étape à l'autre (sauf J1 et J2) : ce bagage (un seul par personne) devra être souple de type sac de voyage ou de sport et rester d'un poids raisonnable (9kg max). La journée, portage limité aux affaires personnelles sauf pour les deux premières nuits où vous devez porter vos changes pour 3 jours. Les bagages ne sont pas acheminés au refuge le J1 et J2.

ENCADREMENT

Notre randonnée est encadrée par un accompagnateur en montagne.
Il a été choisi pour son expérience de terrain, sa connaissance spécifique d'une aire géographique et de la culture s'y rattachant, ainsi que pour sa passion à faire découvrir sa région.

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

Repas :

- Les pique-niques du midi sont achetés dans les différents lieux de passages : refuges, fromageries,...
- Le soir, les repas sont servis dans les différents lieux d'hébergement.
- Pensez à prévoir des vivres de courses selon vos goûts avant le départ : barres de céréales, barres chocolatées, fruits secs... et n'hésitez pas à apporter des petites spécialités de vos régions pour les apéritifs !

Boissons:
Les boissons personnelles ne sont pas comprises dans le prix du séjour : pensez à prendre de la monnaie pour les cafés, jus de fruits, bières ou coca durant les haltes...bien souvent les refuges n'ont pas de machine à carte bleue !

HÉBERGEMENT

En refuge de montagne : les nuitées se passent généralement en dortoirs. Prévoir à cet effet les dispositifs de défense habituels contre les risques existants de ronflements. Les dortoirs sont équipés de couvertures. Bien penser à prendre un drap de couchage et une taie d'oreiller, pour rendre vos nuits plus douces. En auberges et gîtes les chambres seront partagées en dortoirs et les sanitaires collectifs.

HEURE ET LIEU DE RENDEZ-VOUS

Rendez-vous le J01 à la gare du Châble (Suisse) à 13h30.

ACCÈS AU LIEU DE RENDEZ-VOUS

Accès :
Si vous venez en train : Prendre un train jusqu'à Genève, puis ligne Genève > Martigny, puis Martigny > Le Châble. Tous les horaires de train doivent être vérifiés auprès de la SNCF ou CFF. Pour les trains
Suisse www.cff.ch France www.voyages-sncf.com

Si vous arrivez en voiture : Autoroutes jusqu'à Genève, ou Chamonix puis direction Martigny, le Châble.

Attention les autoroutes en Suisse nécessitent une vignette particulière.

DISPERSION

Dispersion le J07 à Zermatt vers 14h.

DÉPLACEMENT

La journée vous ne portez que votre sac à dos (40 L conseillé) contenant vos effets personnels utiles à la randonnée (pique-nique, vêtements chauds, vêtements de rechange en cas de pluie et affaires lors des nuits en refuge). Le transfert des bagages est effectué par un véhicule logistique d'une étape à l'autre : ce bagage (un seul par personne) devra être souple de type sac de voyage ou de sport et rester d'un poids raisonnable (9kg max). La journée, portage limité aux affaires personnelles sauf pour les 2 premières nuits où vous devez porter vos changes pour 3 jours. Les bagages ne sont pas acheminés au refuge le J1 et J2.

POURBOIRES

Il s'agit d'une pratique usuelle et non obligatoire. Selon votre satisfaction à la fin de votre voyage, il est d'usage de donner un pourboire à votre guide et à l'équipe locale. Il doit être adapté en fonction du niveau de vie du pays et de la durée de votre voyage. C'est votre geste d'appréciation par rapport à la prestation reçue.

Equipement

MATÉRIEL FOURNI SUR PLACE

Le matériel collectif (boussole, altimètres, cartes, pharmacie, corde ...) est prévu par l'encadrement.

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

En randonnée le principe des 3 couches reste l'équipement conseillé pour votre confort et votre sécurité :

- un tee-shirt à manches courtes en matière respirante (fibre creuse) ou un tee-shirt à manches longues en matière respirante
- une veste en fourrure polaire
- une veste coupe-vent imperméable et respirante (type gore-tex)

En fonction de la météo et de l'effort, vous pourrez toujours choisir le concept le plus efficace. 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 en altitude, la veste polaire est un complément indispensable sous la veste coupe-vent.

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. La sueur est l'ennemi du randonneur, car elle humidifie les vêtements et vous refroidi lors des pauses.

L'équipement vestimentaire conseillé pour randonner :

- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, à semelle type Vibram (penser à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps. Chaussures basses déconseillées à partir des séjours de niveau 3 chaussures)
- 1 chapeau de soleil ou casquette.
- 1 bonnet ou tour de cou multifonction type BUFF© et 1 paire de gants léger pour se protéger du froid en altitude
- 2 tee-shirts manches courtes adaptés à l'effort (en matière respirante)
- 1 sous-pull à manches longues également adapté à l'effort
- 1 veste en fourrure polaire.
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante avec capuche si possible (type gore-tex ou équivalent)
- 1 cape de pluie ou une housse de protection du sac à dos pour le mauvais temps (souvent intégrée dans les sac)
- 1 pantalon de trekking ample
- 1 short ou bermuda adapté à la marche
- 1 paire de chaussettes de randonnée, hautes adaptées à la marche

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

- Une petite lampe de poche(avec piles de rechange)
- Bâtons de marche télescopiques (conseillés)
- Une gourde ou camel-back de 1.5l
- Un couteau de poche
- Un tupperware individuel en plastique, pour les salades de midi + couverts et gobelet.
- Crème de protection solaire (peau et lèvres),
- Papier-toilette + briquet (pour le brûler).
- Facultatif : appareil photo, jumelles …

Attention : la montagne est capricieuse et soudaine. Nous avons essayé de penser à toutes les différentes situations climatiques que celle ci peut nous offrir. Cette liste d'équipement, vous permettra de vous adapter, agréablement aux débordements d'humeur de dame montagne !

BAGAGES

Vous prévoirez 2 sacs :

- Un sac de voyage pour vos affaires de rechange, transporté par le véhicule d'assistance (10 kg maximum, 60 par 40 cm),attention un seul sac par personne.

Sac de voyage souple (valises rigides exclues) pour contenir les affaires de rechange à confier aux transporteurs.

Attention ! 1 seul sac ne dépassant pas 10 kg, tout surplus sera refusé ou facturé. Les bagages sont acheminés en voiture d'étape en étape sauf J1 et J2. Vos affaires de rechange et votre sac de couchage doivent être regroupés dans 1 seul sac. Les bagages sont acheminés le matin du jour 7 et gardés sur le lieu de dispersion.

- Un sac à dos 40L avec large sangle ventrale et sangle de poitrine. Pensez à un sac poubelle pour isoler le linge de rechange de l'humidité.

Conseil du guide:

Dans votre sac à dos vous y glisserez :

- Vêtements chauds (polaire, pantalon, bonnets et gants)
- Vêtements de pluie
- Gourde
- Appareil photos
- Crème solaire
- Et votre pique nique de la journée.

PHARMACIE

Votre accompagnateur disposera d'une pharmacie de première urgence. Toutefois, il est recommandé d'emporter vos médicaments personnels et :

- Anti-douleur (paracétamol de préférence)
- Double-peau
- Elastoplast
- Pansements
- Désinfectant local
- Anti-inflammatoire
- Antispasmodique
- Anti-diarrhéique
- Anti-vomitif
- Antiseptique intestinal
- Collyre
- Somnifère léger
- Boules Quies
- Antibiotique à spectre large
- Vitamines C

Liste non exhaustive.

Formalités & santé

PASSEPORT

Non

VISA

Non

CARTE D'IDENTITÉ

Oui

VACCINS

Non

RECOMMANDATIONS SANITAIRES

.