Tour du Mont-Blanc – 6 Jours

Randonnée itinérante
6 jours / 5 nuits / 6 jours de randonnée

En **seulement 6 jours**, une petite semaine, vous réaliserez le **Tour Intégral** du Toit de l'Europe (avec quelques transferts). Vous marcherez en moyenne altitude (moins de 2700 m), dans un **décor de haute montagne** constitué de **sommets de plus de 4000 mètres** recouverts de vastes glaciers et neiges éternelles. Ce trek transfrontalier **traverse 7 grandes vallées** de Savoie (France), Valais (Suisse) et Val d'Aoste (Italie). A la richesse des paysages, de la faune et de la flore s'ajoute donc la diversité culturelle, pour un **dépaysement total** garanti !

Déroulement du séjour et itinéraire

Jour 1 : Le Tour (1450 m) - Col de Balme (2191 m) - Trient (Suisse / 1280 m)
Montée au Col de Balme, à la frontière avec la Suisse. Panorama fabuleux, en enfilade, sur toute la vallée de Chamonix et le Mont-Blanc. Descente en Valais, par de paisibles alpages jusqu'au petit village pittoresque de Trient. Nuit en auberge.
Temps de marche : 4h00 / M : 750 m - D : 920 m / Env. 8,5 km

Jour 2 : Portalo (2049 m) ou fenêtre d'Arpette (2665 m) - Champex (Suisse / 1627 m)
Vous avez le choix entre une journée paisible, à travers les alpages et le mélézin, avec panorama sur les sommets du Valais et la vallée du Rhône. Ou bien une variante « Alpine » (sentier parfois caillouteux et raide) par la fenêtre (Col Etroit) d'Arpette, au plus près des glaciers du Trient. Nuit en auberge.
Par les alpages
Temps de marche : 5h00 / M : 1100 m - D : 750 m / Env. 14 km
Variante alpine
Temps de marche : 7h00 / M : 1385 m - D : 1050 m / Env. 11 km

Jour 3 : Val Ferret - La Fouly (Suisse / 1595 m)
Après avoir longé le beau lac de Champex, étape tranquille, en vallée, permettant de découvrir de petit villages authentiques et des chalets traditionnels magnifiques. La Fouly est située aux confins du Val Ferret, dominé par les Glaciers du Massif du Dolent (3823 m / sommet sur la frontière entre France, Italie et Suisse). Nuit en Auberge.
Temps de marche : 5h00 / M : 700 m - D : 750 m / Env. 16,5 km

Jour 4 : Grand Col Ferret (2537 m) - Refuge Monte Bianco (Italie / 1700 m)
Montée régulière à travers forêts et alpages. En cours de route, vous pourrez vous restaurer à l'Alpage de la Peule (Refuge, production de fromage). Au Grand Col du Ferret, table d'orientation et panorama à couper le souffle sur les Alpes Suisses et Italiennes, proches (Glacier de Triolet …) ou plus lointaines (Cervin, Mont-Rose …). Ascension optionnelle de la **Tête de Ferret (2713 m**). Descente au pied du Glacier de Pré de Bar. Transfert (45 min) en bus (ligne régulière avec correspondance à Courmayeur) vers le Val Veny, à Plan Ponquet (1505 m). Courte montée à pied (45 min) au refuge Monte Bianco d'où l'on jouit d'une vue fabuleuse sur le massif du Mont-Blanc. Nuit au refuge.
Temps de marche : 5h45 / M : 1170 m - D : 800 m / Env. 16 km
(Tête en Option : + 1h00 / M et D : 200 m)

Jour 5 : Col de la Seigne (2516 m) - Refuge des Mottets (France / 1870 m)
Encore une superbe étape panoramique dans le Val Veny, avec vues extraordinaires sur les sommets du Mont-Blanc et leurs glaciers suspendus. 2 itinéraires au départ = fond de vallée ou alpages. Nuit au nouveau refuge des Mottets.
Par le fond de vallée
Temps de marche : 5h00 / M : 970 m - D : 800 m / Env. 15,5 km
Par les alpages
Temps de marche : 6h30 / M : 1400 m - D : 1230 m / Env. 18 km

Jour 6 : Cols Croix du Bonhomme (2479 m) ou des Fours (2665 m) - Les Contamines (1200 m)
En fonction des conditions, 2 itinéraires (Cols) au choix : Croix du Bonhomme ou des Fours (Plus Alpin). Du Col des Fours, belvédère (2756 m) en Option (+30 min et 100 m de M et D). Traversée de la Réserve Naturelle des Contamines. En fin de Rando, transfert (45 min) en taxi au Tour de Chamonix (Point de départ).
Par la Croix Bonhomme
Temps de marche : 7h00 / M : 1000 m - D : 1650 m / Env. 14,5 km avec la navette (19 km si pas de navette).
Par les Fours
Temps de marche : 6h15 / M : 950 m - D : 1600 m / Env. 16,5 km

Les temps de marche sont donnés à titre indicatif et n'incluent pas les pauses.
M : Montée (dénivelé positif total) - D : Descente (dénivelé négatif total).

Qu'est-ce-que la Randonnée « Liberté » ?

Ce séjour s'effectue sans accompagnateur. Nous effectuons les réservations des hébergements et les transferts de personnes et de bagages prévus au programme. Vous devez savoir lire une carte topographique et être capables de vous orienter avec une boussole. Nous vous fournissons un « Carnet de Route » contenant toutes les indications nécessaires au bon déroulement de votre randonnée. Vous devez également gérer votre temps et le rythme de parcours pour ne pas arriver en retard et ne pas vous épuiser outre mesure.

Documents fournis

• Un « topo-guide » ou « road-book » : description écrite et détaillée de l'itinéraire, jour par jour.
• Des cartes (échelle 1/25.000e) avec le tracé de l'itinéraire.
• Des bons d'échange (vouchers) que vous remettrez à chacun des hébergements.
• Des étiquettes à accrocher à vos bagages (si transfert de ces derniers).

Cartographie

3 Carte au 1/25.000e :

- 2 Cartes IGN Top 25: Chamonix n°3630OT / St-Gervais n°3531ET
- 1 Carte italienne au 1/25.000e

Nombre minimum de participant(s) : 2

Niveau



Etapes 5h30 de marche en moyenne et d'environ 900 m de dénivelé positif chaque jour. Avec 2 étapes de plus de 1100 m de montée. Vous devez donc être en bonne forme physique et randonner assez régulièrement. Itinéraire balisé, sur sentiers.

Hébergement et nourriture

En **auberges** (3 premières nuits) **et refuges gardés** (2 dernières nuits), en **½ pension**.
Version « Dortoir » : Dortoirs collectifs de capacité **4 à 15 personnes**, en moyenne, avec sanitaires sur le palier (Prévoir serviette de bain). Draps (du dessus) et serviettes de bain non fournis. Couettes ou couvertures, drap-housse et taie d'oreiller fournis. Prévoir « sac à viande ».
Version « Chambre » : possibilité de **chambres privatives** (individuelles, doubles ou triples) en auberges et **dortoirs privatifs** (de 1, 2 ou 3 places) en refuges, **selon les disponibilités** et en payant un supplément. En version « chambre », les salles de bains sont quand même parfois partagées ; prévoir une serviette de bain. Les draps et couvertures sont fournis.
Le repas du soir et le petit déjeuner sont servis dans l'hébergement. La cuisine est traditionnelle et copieuse, adaptée aux randonneurs, surtout en Italie !
Les pique-niques de midi sont en option. Mais vous pourrez aussi les commander auprès de vos hébergements (la veille pour le lendemain / de 10 à 15 eur selon les hébergements).
Ravitaillement possible à Trient, Champex, la Fouly, Courmayeur
En Suisse vous pourrez payer en Euros, au taux (peu favorable) de change **1 Eur = 1 Franc Suisse**.

Portage

Si vous avez choisi l'**option « Transfert des Bagages »,** vous porterez dans votre sac à dos uniquement vos affaires et votre pique-nique de la journée. Le reste de vos bagages sera acheminé par taxi entre les hébergements.

Point de départ et de retour

Village du Tour (Commune d'Argentière – 74) à 1 km de la Gare SNCF de Montroc.
Retour au même endroit le dernier jour.

Accès au point de départ

En train

(Si vous dormez la veille au Tour, votre hébergeur viendra vous chercher à la gare)

ALLER

Train depuis la gare de Paris-Gare-de-Lyon • Départ à 8h18 (ou 12h47) • Arrivée à Montroc à 14h50 (ou 20h50)

RETOUR

Train depuis Montroc • Départ à 8h21 • Arrivée à Paris-Gare-de-Lyon à 15h42

Horaires non contractuels, donnés à titre indicatif. Renseignements SNCF :
https://www.sncf-connect.com/

En voiture

Autoroute A40 jusqu'à St-Gervais, puis N205 jusqu'à Chamonix et enfin D1506 jusqu'à Montroc et le Tour.
Visualisez votre itinéraire sur www.viamichelin.fr ou www.mappy.com

Hébergements à proximité du point de départ

Nom	Situation	Contact	Prix indicatifs
Hôtel l'Olympique	Village du Tour (1 km de la Gare de Montroc)	04 50 54 01 04 https://www.hotel-olympique-chamonix.com/fr/	Nuit et Petit-Déjeuner 95 € (Chambre double)
Chalet Alpin du Tour	Village du Tour (1 km de la Gare de Montroc)	04 50 54 04 16 https://chaletdutour.ffcam.fr/FR_home.html	½ pension à partir de 45 € (Dortoir ou Chambre double)

Stationnement à proximité du lieu de Rdv

Vous pouvez vous garer sur le vaste **parking gratuit (non gardé) de la télécabine du Tour / Col de Balme (Charamillon)**, au village du Tour (juste à côté de l'Hôtel Olympique et à 150 m du Chalet Alpin).

Dates et prix

Départs possibles tous les jours sauf le mardi, du 25 juin au 15 septembre *(Selon enneigement****)*

Prix par personne (en dortoirs)		
Nombre de participants	**Sans transfert bagages**	**Avec transfert bagages**
4 participants et plus	575 €	730 €
3 participants	590 €	765 €
2 participants	650 €	840 €
Sup Chambre Double*	215 €	
Sup Chambre Individuelle**	365 €	
Sup pour 5 pique-niques***	85 €	

**Chambre de 2 en auberges et dortoir de 2 en refuges (salles de bain collectives dans certaines auberges et refuges)*

***Sous réserve de disponibilité (salles de bain collectives dans certaines auberges)*

****Sauf pique-nique du jour 1*

*****en début d'été (jusqu'à la mi-juillet), il peut subsister des névés importants au passage des cols les plus élevés.*

Le prix comprend :

• L'hébergement en auberges (3 premières nuits) et refuges gardés (2 dernières nuits).
• Les petit-déjeuners (sauf jour 1) et les dîners (sauf dernier jour) = ½ pension.
• Le **transfert en taxi du dernier jour**.
• Transferts des bagages (**en option**).
• La documentation (carnet de route) : topo-guide + cartes (1 documentation pour 4 participants).

Le prix ne comprend pas :

• L'acheminement de votre domicile au point de départ, ni le retour.
• Le transfert en fin d'étape du jour 4 (à régler sur place). Juillet-Aout en bus : (7 €/pers environ) ; Juin-Septembre : en bus (7 €/pers environ) si le bus fonctionne ou sinon en taxi (80 € environ pour le groupe) ; nous vous informerons du mode de transport au plus tard 1 semaine avant le départ.
• Les pique-niques (en option).
• Les boissons et dépenses personnelles.
• Les vivres de course (en-cas).
• L'assurance annulation/assistance/rapatriement/interruption.

Assurance Multirisque Complémentaire

Elle est facultative mais nous avons l'obligation légale de vous les proposer.
Le paiement du séjour par carte bancaire peut, dans certains cas, vous couvrir en partie.
Nous vous proposons une assurance offrant de nombreuses garanties :
• Annulation • Assistance/Rapatriement • Interruption • Dommage bagages
Son montant est de **4,85% du prix total du séjour**. Elle doit être souscrite et réglée en totalité dès l'inscription. Les détails du contrat et la procédure à suivre en cas de besoin, vous seront adressés avec votre confirmation d'inscription ou sur simple demande.

ATTENTION : **en Suisse et en Italie les secours en montagne sont payants**, contrairement à la France. Il est impératif de **vérifier si vous avez une assurance assistance-rapatriement qui couvre les secours en montagne à l'étranger** et notamment les frais d'hélicoptère (Plusieurs milliers d'euros). **Sinon nous vous conseillons** fortement de **souscrire à notre assurance multirisque** qui **prendra en charge le coût des secours en montagne à l'étranger**.

Modalités de paiement

Si vous vous inscrivez plus de 3 semaines avant le départ, nous vous demandons un acompte de 30% du prix du séjour.
Le solde restant devra ensuite être réglé au plus tard 3 semaines avant le départ.
Si vous vous inscrivez moins de 3 semaines avant le départ, vous réglez la totalité du prix du séjour.

Conditions de vente

Les conditions générales (voyages et séjours) et particulières légales de vente sont disponibles sur simple demande ou sur notre site Internet.

Votre habillement

En montagne le temps change vite et en quelques heures la température peut chuter de plus de 10°C. Le soir, en altitude, la température est souvent inférieure à 10°C. Même si vous randonnez en été, équipez-vous « chaudement ». **Comment vous habiller « de la tête aux pieds »**

La Tête
• Chapeau ou casquette
• Lunettes de soleil protection 3 ou 4

Le Buste
La « règle des 3 couches » :
• Première couche : Tee-shirt ou chemise (manche courte ou manche longue) respirant favorisant l'évacuation de la transpiration. En matière synthétique (polyester) mais pas 100% coton.
• Seconde couche : Veste ou sweat polaire, pour garderla chaleur, tout en évacuant la transpiration.
• Troisième couche : Veste imperméable, type Gore-Tex, pour protéger du vent et de la pluie.

Les Jambes
• Pantalon de randonnée, solide, respirant et "déperlant", en matière synthétique (éviter le 100% coton) pour une protection contre les déchirures, le vent et la pluie.
• Short de randonnée : pour ceux qui ne craignent pas le froid, la pluie, les égratignures ou les piqûres d'insectes.
• Pantalon léger (type jogging) pour le soir

Les Mains
• 1 paire de gants légers

Les Pieds
• Chaussures montantes, pour un bon maintien de la cheville, avec une membrane type Goretex pour une bonne étanchéité et évacuation de la transpiration. Semelle avec de bon crampons (bonne accroche), pas trop usés, de type Vibram. Nous vous recommandons **d'utiliser vos chaussures chez vous avant de participer à une randonnée** d'une semaine afin que vos pieds s'y adaptent.
• Chaussettes de randonnée en matière synthétique (pas 100% coton) pour une bonne évacuation de la transpiration et limitation des frottements (prévention des ampoules).
• Des chaussures légères (sandales ou baskets) pour le soir.

Matériel divers

Les indispensables
• Gourde de 1 litre minimum.
• 1 ou 2 bâtons télescopiques
• Bâche de protection du sac à dos (étanche)

• Papier hygiénique pour la journée
• 1 lampe de poche ou frontale pour se déplacer la nuit dans les dortoirs
• 1 couteau de poche
• Gobelet ou timbale en plastique
• Petite pharmacie personnelle : élastoplast ou deuxième peau contre d'éventuelles ampoules ; anti-inflammatoire : Aspégic, Doliprane...; pastilles contre le mal de gorge : Strepsil.... ; boules Quiès contre les ronflements ... et tous vos médicaments personnels habituels.
• Crème solaire protectrice pour la peau et "stick" pour les lèvres.
• Couverture de survie légère en aluminium.
• Vos affaires et une **serviette de toilette** (pour la version dortoir et chambre).
• **Drap-sac** (**couvertures fournies**), **pour la version « dortoir » uniquement.**

Les facultatifs
• Appareil photo, jumelles, altimètre, …

Les sacs

Si vous avez choisi l'option « transfert des bagages »

Vous porterez uniquement vos affaires de la journée, ainsi que votre pique-nique, dans votre sac à dos. Le **reste de vos affaires sera acheminé par taxi**.

• Le sac à dos de randonnée
Pour vos affaires de la journée. De contenance 30 litres env.
Privilégiez un sac léger, avec armature dorsale rigide, bretelles et ceinture larges et confortables. Prévoir une bâche de pluie pour protéger le sac en cas de pluie.

• Le bagage transporté entre les hébergements
Un seul bagage par personne et **15 kg (strict) par bagage maximum**.
Il contient toutes les affaires non utilisées pendant la journée. Préférer un **sac de voyage ou sac à dos (Souples)** et éviter les valises (Rigides). N'oubliez pas d'y attacher l'étiquette que nous vous aurons fournie.

Si vous n'avez pas choisi l'option « transfert des bagages »

Vous utiliserez **votre unique sac à dos** pour transporter **vos affaires personnelles de la semaine** et le pique-nique de la journée.
Votre sac à dos doit avoir une contenance de 40 litres env.
Privilégiez un sac léger, avec armature dorsale rigide, bretelles et ceinture larges et confortables. Prévoir une bâche de pluie pour protéger le sac en cas de pluie.

Le poids total de votre sac une fois plein ne devra pas dépasser 15% de votre poids corporel.
Pour une personne de 60 kg, le poids maximum sera donc de 8-9 kg.

Informations légales

TrekAlpes EURL au capital de 7500 €

Inscription au RCS de Gap sous le SIREN n°530 670 546 le 7 mars 2011

Garantie financière 100.000 € par Groupama

Responsabilité civile professionnelle par MMA

Licence d'agence de voyages n°IM005110006 par Atout France – 75008 Paris

Pour nous contacter

www.trekalpes.com

Mél : contact@trekalpes.com

Tél : 04 92 50 82 93

Mise à jour 15-11-22