



Ascension du Mont Viso - 2 jours

Alpinisme

Le **guide vous rejoint le soir au refuge** Quintino Sella. Le lendemain, vous réalisez l'ascension du Viso en aller-retour depuis le refuge. Ce **sommet pyramidal de presque 4000 mètres**, dépasse les pics alentours de plus de 600 mètres. Surnommé parfois le "**Cervin des Alpes du Sud**", il domine la vaste plaine du Pô. C'est l'un des plus beaux belvédères sur l'ensemble de l'Arc Alpin, de l'Autriche à la Méditerranée. Une grande **course de Légende de l'alpinisme** Italien pourtant méconnue en France.

Déroulement du séjour et itinéraire

Jour 1 : Rdv au Refuge Quintino Sella (2640 m)

Rendez-vous le soir au refuge Q. Sella où vous serez montés par vos propres moyens. Nous pouvons vous fournir un topo (texte + carte de l'itinéraire) sur demande. Nuit en refuge.

Jour 2 : Mont Viso (3841 m)

Départ tôt le matin, « à la lampe frontale ». Après le passage de la via-ferrata des Sagnettes, nous débouchons sur un vaste cirque glaciaire, au pied de la face Sud du Viso. L'ascension par la voie normale est sans grande difficulté technique, mais elle exige une bonne préparation physique. C'est une succession de cheminées et de névés. Du sommet la vue est extraordinaire, étant donné que l'on domine toutes les montagnes alentours de plus de 600 mètres. On peut apercevoir les sommets enneigés des Ecrins, de la Vanoise, du Mont-Blanc, du Grand Paradis et du Mont-Rose. Retour au refuge Q. Sella par la via ferrata des Sagnettes et séparation.

Temps de marche : 7h30 / M et D : 1200 m

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).

Ce programme peut être modifié par le guide en cas de force majeure.

Cartographie

Carte Italienne IGC au 1:25.000^e : MonViso-Sampeyre n°106

Niveau

Physique :

GRANDE FORME 1 2 3 4 5 **6**

Technique : Débutant si pas de neige / Faux débutant s'il y a de la neige (cramponnage)

L'altitude élevée réduit les capacités physiques. Vous devez pratiquer la randonnée ou un sport d'endurance assez régulièrement et avoir une **très bonne forme physique**.

Une première **expérience préalable de la haute-montagne**, notamment de la marche avec crampons (en juin et début juillet uniquement) et de la descente en rappel, est **préférable**. Vous êtes "**Faux Débutant**".

L'ascension du Viso est une course mixte de neige (seulement en début de saison) et rocher. Le niveau général est Facile (F) à Peu Difficile (PD) en fonction des conditions d'enneigement. Escalade facile, niveau 3 maximum (sur une échelle de 1 à 9). 2 ou 3 courtes descentes en rappel peu technique.

Hébergement et nourriture

Seule la pension complète du(es) guide(s) (1/2 pension du jour 1 et pique-nique du jour 2) est (sont) incluse(s) dans le prix du séjour. **Vos frais d'hébergement et de nourriture restent à votre charge**. Nous pouvons nous charger de réserver la 1/2 pension et les pique-niques pour vous auprès du refuge (en option).

Portage

Vos **bagages ne sont pas acheminés** au refuge. Vous porterez **dans un unique sac à dos vos affaires personnelles pour la durée du séjour**.

Encadrement

Un guide de haute montagne diplômé d'état pour **1 à 3 participants**.

A partir de 4 participants, un second guide rejoindra le groupe.

Rendez-vous et séparation

Le premier jour, **rendez-vous vers 18h00 au refuge Quintino Sella (Pour le dîner)**.

Le deuxième jour, **séparation vers 15h30**, au même endroit.

Accès au lieu de Rendez-vous

En voiture jusqu'à Castello

Grenoble / col du Lautaret / Briançon par la D 1091. Puis direction Embrun par la RN94. Juste après Mont-Dauphin, au rond-point, prendre à gauche la D902 pour passer par Guillestre et **remonter la vallée du Guil (Direction Parc du Queyras) ...**

ou bien Grenoble / La Mure / col Bayard / Gap par la RN 85. Puis la RN 94 en direction de Briançon. 3 km 500 après St Clément-sur-Durance, au rond-point, en bout de ligne droite, prendre à droite la D902 pour passer par Guillestre et **remonter la vallée du Guil (Direction Parc du Queyras) ...**

Puis au bout de 22 km (15 min) dans les gorges du Guil, à Ville-Vielle, au rond-point, prendre à droite pour monter en direction de Molines et St-Véran.

A Molines, prendre la direction du **Col Agnel et de l'Italie**.

Descendre en Italie et passer à Chianale, puis Pontechianale pour enfin arriver à **Castello** (commune de Pontechianale).

Traverser le village Castello et poursuivre la descente sur 250 m. Juste après le pont, se garer sur la droite de la route.

Visualisez votre itinéraire sur www.viamichelin.fr ou www.mappy.com

A pied de Castello au refuge Q. Sella (*topo-guide disponible sur demande*)

Castello > Vallons de Vallanta puis de la Giargiatte > Col de San Chiaffredo puis de Gallarino.

Temps de marche : 5h00 / M : 1165 m - D : 125 m.

Hébergement

Nom	Situation	Contact	Prix indicatifs
Refuge Quintino Sella	Massif du Viso	+39 0175 949 43 http://www.rifugiosella.it/fr/	½ pension 55 € Pique-nique 11 €

Dates et prix

Dates au choix. Du 20 juin au 30 septembre (*selon conditions d'enneigement*)

Tarifs par personne :

(1 guide peut prendre 3 clients maximum)

1 participant	675 €
2 participants	385 €
3 participants	295 €
4 participants	385 €
5 participants	350 €
6 participants	305 €

Le prix comprend :

- La nuitée en refuge du(es) guide(s) le Jour 1.
- Le(s) dîner(s) du(es) guide(s) le jour 1, son(leurs) petit-déjeuner(s) et pique-nique(s) le jour 2.
- L'encadrement par un(des) guide(s) de haute montagne diplômé(s) d'Etat.
- Le matériel technique de groupe (cordes, mousquetons, broches ...)

Le prix ne comprend pas :

- Vos nuitée et dîner en ref. le jour 1, votre petit-déjeuner et votre pique-nique le jour 2 (en option).
- Le matériel technique personnel (possibilité de location à la réservation).
- L'acheminement de votre domicile au point de rendez-vous, ni le retour.
- Les vivres de course (en-cas) : fruits secs et barres énergétiques ; à prévoir selon vos goûts.
- Les boissons et dépenses personnelles.
- L'assurance annulation/assistance/rapatriement.

Assurance

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.

Renseignez-vous auprès de votre banquier.

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.

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 5°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 couvrant bien les yeux

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 garder la 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.
- Pantalon léger (type jogging) pour le soir

Les Mains

- 1 paire de gants légers

Les Pieds

- Des chaussures d'alpinisme rigides (en cuir épais ou coque plastique). Avec semelles ayant de bons crampons (pas trop usés) sur lesquelles on peut adapter des crampons.
 - Guêtres ou stop-tout, pour éviter que la neige ou les petits cailloux n'entrent dans les chaussures.
- Dans la mesure du possible, nous vous recommandons **d'utiliser vos chaussures chez vous avant de participer à une rando** 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).
 - Pas besoin de chaussures légères pour le soir car les refuges vous prêtent des sandales (sabots) en plastique.

Matériel technique

Le **matériel technique collectif** (cordes, mousquetons, broches ...) est **fourni par le guide**.

Vous devez **vous munir du matériel technique personnel** suivant (non fourni) :

- Casque d'alpinisme
- Baudrier d'alpinisme avec mousqueton à vis

Et **uniquement en début** (avant 15/7) et **fin de saison** (après 15/9) lorsqu'il y a de la neige :

- Piolet léger pour la marche (Longueur de 60 à 70cm)
- Crampons avec anti-bottes (plaque de plastique limitant l'accumulation de neige) ajustés à vos chaussures

Location du matériel technique personnel

Si vous désirez louer du matériel technique, merci d'en faire la demande lors de votre inscription.

Tarifs indicatifs location Été 2020	
Chaussure alpinisme	35 €
Baudrier	6 €
Piolet	6 €
Crampons	10 €
Casque	6 €

Matériel divers

Les indispensables

- Gourde de 1 litre minimum
- Bâche de protection du sac à dos (étanche)
- Papier hygiénique pour la journée
- 1 frontale pour se déplacer la nuit dans les dortoirs et marcher le matin
- couteau de poche
- 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
- Drap cousu ou "sac à viande" (couvertures fournies en refuges)
- Vos affaires de toilette et une petite serviette

Les facultatifs

- Appareil photo, jumelles, altimètre, ...

Le sac à dos de randonnée

De contenance 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.

Votre sac à dos contiendra le pique-nique du jour, les vivres de course et l'ensemble des affaires (habits de rechange, nécessaire de toilette...) dont vous aurez besoin pour toute la durée du séjour.

Le poids de votre sac, une fois plein, ne devra pas dépasser 15% de votre poids.

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

Dernière mise à jour 8-1-20