WE SKI DE RANDO FACE AU MONT BLANC

3 jours au cœur de la réserve des Contamines Montjoie

En bordure du massif du Mont-Blanc, loin de l'activité de Chamonix, se trouve la réserve naturelle des Contamines Montjoie. Plus haute réserve de France, elle présente un espace préservé, vaste et sauvage, surtout en hiver. Le nouveau refuge des Prés sera le camp de base pour ces 3 jours de randonnée et permet de profiter des premières traces ! Ce séjour ski sera aussi l'occasion d'affiner ses connaissances sur la sécurité, le matériel, et de repartir avec l'envie de continuer sur d'autres destinations !

3 jours | Accompagné / guidé | Sans transport de bagages

Hébergement : Refuge | Niveau : **** | A partir de : 535€

Vous allez aimer

- Les différentes possibilités de sortie depuis le camp de base
- Un encadrement professionnel par un Guide de Haute Montagne
- Un massif parfait pour le ski de randonnée avec de grands itinéraires
- Des nuits réparatrices en refuge confortable
- Les paysages et points de vue sur le massif du Mont-Blanc

Le parcours

Jour 1

Chaque jour, les sorties sont adaptées aux conditions météo, aux conditions du manteau neigeux et au niveau du groupe. Ceci afin de progresser en toute sécurité et d'aller chercher la bonne neige pour un maximum de plaisir.

RDV vendredi à 12h devant la gare SNCF de Saint-Gervais-Les-Bains ou directement au parking de Notre Dame de la Gorge aux Contamines-Montjoie à 12h30. Prévoir d'avoir déjeuné.

MONTÉE AU REFUGE
RDV à 12h30 en tenue avec le guide pour une présentation du programme, de l'itinéraire et un briefing sur le matériel. Montée au refuge par la voie romaine puis le hameau des Prés.
Temps de randonnée : 3h / Dénivelé : + 750 m

Jour 2

COLS DE LA FENÊTRE ET DE LA CICLE
Depuis le refuge, journée face au Mont Blanc. Départ pour le col de la Cicle en aller-retour, ou en boucle avec un petit crochet dans le Beaufortain par le col de la Fenêtre. Retour au refuge pour la nuit.
Temps de randonnée : 5 à 6h / Dénivelé : +/- 600 à 1100 m

Jour 3

LACS JOVETS OU COL DU BONHOMME
Départ en direction du fond de la réserve. Le groupe partira en direction des Lacs Jovets ou du col du Bonhomme. Entre les faces sud et nord le guide sera là pour choisir la meilleure option de ski. Descente dans l'après-midi jusqu'aux Contamines.
Temps de randonnée : 6 à 7h / Dénivelé : + 600 m à 1000 m / - 1300 m

Fin de séjour aux Contamines Montjoie dans l'après-midi.

Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction ; des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement.

Le voyage

NIVEAU ****

Denivelé : +800m à 1200m suivant les sorties.
Niveau 4 : Ce séjour s'adresse à des personnes ayant déjà pratiqué le ski de randonnée, de niveau 2 (peu ou pas de difficulté technique, pente à 35° maximum). Une bonne condition physique est requise participer à ce séjour.

ENCADREMENT

Groupe de 2 à 6 personnes encadré par un professionnel diplômé d'état (guide de haute montagne ou moniteur de ski).

HÉBERGEMENT

2 nuits en refuge de montagne.

LES REPAS

Les petits déjeuners et dîners sont servis au refuge. Pour le midi, les pique-niques des jours 2 et 3 sont inclus et commandés au refuge.

CARTOGRAPHIE

IGN Top 25 - 3531ET Saint-Gervais-les-Bains

Infos pratiques

ACCÈS AU POINT DE DÉPART

RDV à 12h devant la gare SNCF de Saint-Gervais-Les-Bains ou directement au parking de Notre Dame de la Gorge aux Contamines-Montjoie à 12h30.

EN TRAIN / BUS
Aller : départ de Paris-Gare de Lyon à 6h11, arrivée à St-Gervais à 11h16.
Les horaires donnés le sont à titre indicatif et doivent être vérifiés impérativement auprès de la SNCF
https://www.oui.sncf/

EN VOITURE
Autoroute A40 jusqu'à Saint-Gervais, puis suivre la direction de Saint Gervais/Les Contamines. Passer le village des Contamines puis les 2 télécabines. Parking randonneur bien indiqué juste avant le bout de la route.

EN COVOITURAGE
Quelques sites de mise en relation entre conducteurs et passagers:
https://www.laroueverte.com/ https://www.roulezmalin.com/ https://www.blablacar.fr/

Fin de la randonnée en cours d'après-midi au parking de la Gorge.

HÉBERGEMENT AVANT ET APRÈS LE SÉJOUR

A votre demande, nous pouvons réserver une chambre pour vous avant et/ou après votre randonnée.
Hôtel la Gélinotte : +33 (0)4 50 47 01 61 https://www.hotel-lagelinotte.net/
Hôtel le Christiania : +33 (0)4 50 47 02 72 https://www.lechristiania-hotel.com/

ASSURANCE

Conformément à la réglementation, nous sommes assurés en Responsabilité Civile Professionnelle. En aucun cas nous ne pouvons nous substituer à votre Responsabilité Civile Personnelle. Si vous avez choisi l'assurance assistance rapatriement EUROP ASSISTANCE que nous proposons, Altitude Mont Blanc sert seulement d'interface entre le client et l'assureur. Nous ne pouvons influer sur l'une ou l'autre des parties. Nous nous en tenons aux conditions strictes de vente. Vous êtes responsables du respect des procédures de déclaration de tout sinistre.

Avant de prendre toute décision, contactez EUROP ASSISTANCE.

NOUS CONTACTER

Si vous êtes en retard, contactez l'agence **+33 (0)4 50 79 09 16** ou **+33 (0)6 42 49 76 07**

Dates & tarifs

Séjour de 3 jours de ski / 2 nuits en refuge.

Tarif pour votre groupe constitué :

2 personnes : 1010€/personne.
3 personnes : 785€/personne.
4 personnes : 660€/personne.
5 personnes : 585€/personne.
6 personnes : 535€/personne.

LE PRIX

Comprend :

- L'encadrement par un guide de haute montagne ;
- Le matériel de sécurité (DVA, pelle et sonde) ;
- Les nuits en refuge en pension complète et les encas durant la journée ;
- Les éventuels transferts durant le séjour ;
- Les taxes de séjour ;
- Les frais d'inscription et de réservation.

Ne comprend pas :

- L'assurance assistance annulation (4.2% du montant du voyage) ;
- Les dépenses à caractère personnel (boissons, etc…), les visites ;
- Le pique-nique du premier jour ;
- **La location du matériel (skis, peaux, chaussures, bâtons, couteaux) ;**
- Les remontées mécaniques éventuelles (en cas de changement de programme dû à la méteo) ;
- Le voyage aller-retour de votre domicile au point de rendez-vous et dispersion.

Le tarif s'entend tout compris du point de rendez-vous au point de dispersion.

Equipement et bagages

ÉQUIPEMENT

Le matériel de sécurité pour la pratique du ski de randonnée est fourni par le guide (arva, pelle et sonde). Vous pouvez néanmoins apporter le vôtre si vous en disposez. Le matériel de ski est à louer avant le séjour si vous n'en disposez pas.

Vêtements

- Pantalons de type ski ou ski de randonnée
- Coupe-vent ou veste Goretex
- Tee-shirts "respirant" ou en laine mérinos
- Caleçon long "respirant" ou en laine mérinos
- Polaires ou pull
- Doudoune
- Deux paires de gants de ski et un bonnet
- Lunettes de soleil + masque de ski
- Chaussettes de randonnée (double couche, à bouclettes…1 paire par jour)

Matériel divers

- **Chaussures de ski de randonnée**
- **Ski de randonnée + peaux de phoques + bâtons + couteaux**
- **Materiel de sécurité (DVA + piles neuves, pelle, sonde)**
- **crampons (réglés sur les chaussures de ski)**
- Sac à dos 35 litres minimum
- Trousse de toilette
- Serviette de toilette
- Crème solaire
- Gourde ou thermos (1,5 litre minimum)
- Couteau et couverts pour le pique-nique
- Une boîte hermétique en plastique en guise d’assiette pour le pique-nique
- Petite pharmacie personnelle (antalgique, pansements type compeed...)
- Couverture de survie
- Carte d’identité ou passeport

SAC À DOS

Prévoir un sac à dos confortable de 40 à 50 litres pour le matériel de sécurité (arva, pelle, sonde), vos effets de la journée (un vêtement chaud, une gourde, boite et couverts pour le pique-nique, protection solaire et papiers d'identité) et un peu de place pour transporter un pique-nique et des encas.

Partir en autonomie, 2 ou 3 jours et plus

Dans la rubrique le poids c'est "l'ennemi", voici des conseils pour gagner quelques centaines de grammes. Exemple pour la trousse de toilette : un simple sachet plastique à Zip ou une petite boite pastique pour éviter les écrasements intempestifs.

- Savon format "hôtel" suffît généralement pour une semaine
- Un tube de dentifrice entamé aux 3/4 fera l'affaire
- Mousse à raser : une petite bombe échantillon
- Une petite serviette en microfibre
- Un petit flacon pour le shampoing
- Une brosse à dents de voyage

Pharmacie : en plus de vos médicaments personnels, munissez-vous de :

- Elastoplast ou bande auto-agrippante
- "seconde peau" contre les ampoules, type Compeed
- Une petite paire de ciseaux, fil, aiguille
- Pour le soleil, crème et stick labial, un petit tube

Il vous reste à appliquer cette recette sur l’ensemble de votre sac !

Détails

MODALITÉS D'INSCRIPTION ET DE PAIEMENT

- Par courrier : formulaire à remplir ci-dessous.

- Par internet : http://www.altitude-montblanc.com/

- Par téléphone : +33 (0)4 50 79 09 16

Merci de préciser si vous souhaitez prendre une assurance annulation (4.2% du prix du voyage).

Nous vous faisons ensuite parvenir, par e-mail, une facture proforma (par couple) avec une demande d'arrhes de 30%, associée aux coordonnées de votre compte chez Altitude Mont-Blanc (rubrique "mon compte"). Vous pouvez faire votre règlement par CB, virement bancaire, chèque ou chèques vacances. Vous recevez ensuite une confirmation d'inscription. Le solde du séjour est à régler 1 mois avant le départ, sans rappel de notre part.

Les conditions de vente, annulation, etc. sont disponibles sur notre site.

Nous restons à votre écoute pour toute information.

Formulaire d'inscription par courrier postal

NOM:

PRENOM:

Date de naissance:

Adresse:

Téléphone:

Téléphone mobile:

Email:

SEJOUR DEMANDE:

Nombre de jours:

Assurance:

Prix du séjour: x 30% = d'arrhes

Fait à: LE

Signature:

à renvoyer avec vos arrhes à:
Altitude Mont-Blanc, 62 Passage du Nant Devant, 74110 Montriond, FRANCE