

# Tour du Mont Blanc

« Le T.M.B » intégral et authentique

Un authentique et très bel itinéraire pour découvrir toutes les facettes du massif du Mont Blanc. Jours après jours vous admirerez sommets et glaciers en parcourant successivement le val Montjoie, la vallée des Glaciers, le val Veny, les vals Ferret Italien et Suisse, la vallée de Trient et enfin la vallée de Chamonix.

Un tour dans un esprit "nature", avec le strict minimum de transferts motorisés et des nuits en refuges de haute montagne. Pour randonneurs amateurs d'authenticité et de superbes levers de soleils en altitude.

## *Itinéraire*

### **Jour 1**

Transfert au village des Houches – Maison Neuve (1221m), montée au col de Voza (1803m) duquel vous pourrez admirer la chaîne du mont Blanc et surtout l'aiguille de Bionnassay. Une descente sur le Crozet (1400m) vers le pied du glacier de Bionnassay mène au pied du col du Tricot (2120m) que l'on gravit. Descente aux Chalets de Miage (1550m), petit alpage situé au pied des dômes de Miage ou nous passerons la nuit - 5h.

### **Jour 2**

Descente à travers forêts et champs jusqu'au village des Contamines puis Notre dame de la Gorge (1167m). Montée par la voie romaine et le plan des Dames au col du Bonhomme (2329m), puis traversée vers le col de la Croix du Bonhomme (2439m) par un beau sentier en balcon avec vue sur le Beaufortin. Nuit au refuge de la Croix du Bonhomme situé juste en dessous du col - 5h.

### **Jour 3**

Montée au col des Fours (2665m) d'où la vue sur l'Aiguille des Glaciers et le col de la Seigne vous ravira. Suit une descente raide sur la ville des Glaciers (1789m) et une longue et régulière montée au col de la Seigne (2510m). Descente côté Italien en direction du Val Veny et le refuge Elisabetta (2000m) où nous passerons la nuit – 5h.

#### **Jour 4**

Début de l'itinéraire en descente en direction du lac Combal (1970m). Une courte montée mène au sentier en balcon de Chécrouit (2300m) qui offre une vue extraordinaire sur le versant sud du Mont Blanc et ses immenses glaciers et piliers de granite. Une petite descente mène au col Chécrouit (1956m) où se trouve le refuge Maison Vieille - 5 heures de marche.

#### **Jour 5**

Descente sur Courmayeur (1200m). Après une petite visite de la ville, le «Chamonix italien», un très beau sentier monte dans les mélèzes et mène au refuge Bertone (2200m). Promontoire idéal face au Mont Blanc, le refuge est situé dans un charmant petit alpage centenaire avec ses maisons en pierres typiquement valdotaines. Un Panorama exceptionnel. 4h.

#### **Jour 6**

Départ matinal du refuge (d'où vous pourrez contempler un lever de soleil magnifique sur le Mont Blanc) par une petite montée en direction du Mont de la Saxe. Une large puis plus étroite crête face à la chaîne du Mont Blanc mène au col Sapin (2436m). Descente par les alpages du val d'Armina (2100m) puis remontée au pas d'Entre deux sauts (2524m). Une magnifique descente par le sauvage vallon de Malatra mène au refuge Bonatti (2000m), en face des fameuses Grandes Jorasses. 4h.

#### **Jour 7**

Du refuge Bonatti, nous rejoignons par un beau sentier balcon, l'Arnuva (1769m) ou nous retrouvons la civilisation pour passer en Suisse par le petit ou Grand col Ferret ((2537m). Une jolie descente à travers de grands alpages mène dans le val Ferret Suisse ou nous passerons la nuit dans le petit village de la Fouly (1400m) - 5h.

#### **Jour 8**

Une courte étape avec très peu de dénivelé relie la Fouly à Champex et son lac, traversant des paysages champêtres typiquement suisses.

Nuit au relais d'Arpette (1627m) situé au dessus de Champex et au début du val d'Arpette - 3h.

#### **Jour 9**

Départ du relais d'Arpette pour rejoindre le col de la Forclaz, soit par la fameuse fenêtre d'Arpette : haut col situé à 2665m au dessus du glacier de Trient accessible par une montée escarpée dans les éboulis, soit par l'alpage bucolique de Bovine (2000m). Nuit au col de la Forclaz (1516m) - 4 ou 6h.

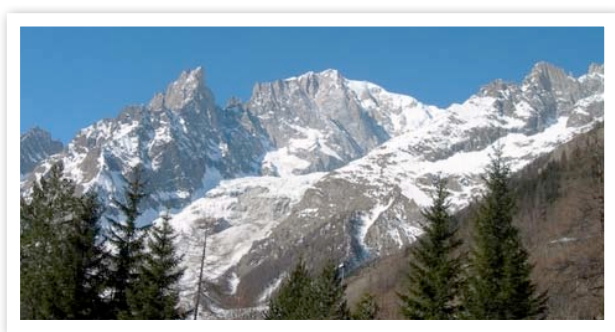
#### **Jour 10**

Du col de la Forclaz descente sur le village de Trient (1297m) puis remontée au col de Balme (2100m) par une forêt d'épicéa puis un alpage de rhododendrons.

Descente vers Tréléchamps (1417m) par l'Aiguillette des Posettes d'où la vue sur le glacier du Tour vous surprendra - 5h.

#### **Jour 11**

Montée au lac Blanc (2352m) par le sentier escarpé de l'Aiguillette d'Argentière puis par le sentier en balcons des lacs des Cheserys d'où se déploie toute la chaîne du Mont Blanc. Descente sur le hameau de la Joux (1205m) par le chalet des Cheserys et le Grand Balcon Sud - 4h.



### Béatrice Walter et Jean Michel Poupert

Nos raids sont préparés avec minutie par Béatrice et Jean Michel, nos accompagnateurs responsables des programmes de randonnée. Ils connaissent parfaitement tous les itinéraires que nous proposons pour les avoir parcourus régulièrement depuis plus de 15 ans et nous essayons de vous proposer les itinéraires les plus « authentiques » et intéressants possibles.

N'hésitez pas à les contacter par téléphone pour discuter de vive voix de vos projets et pour toutes informations ou conseils dont vous auriez besoin.

Béatrice : 06 83 44 38 92 - Jean Michel : 06 80 88 74 17 (plutôt en fin d'après-midi)

## Informations pratiques

### Dates

Départs les 13 juillet - 10 et 24 août

### Tarif

995 € par personne - Base groupe mini 5 participants. (Supplément départ 4 pers. 90 €)

### Le prix comprend

(Du rendez-vous à la séparation, dans le cadre du déroulement normal du programme)

- Encadrement par Accompagnateur en montagne et ses frais
- 10 nuits en refuges ou hôtels en demi-pension - nuits en dortoirs.
- Les vivres de courses et pique-niques du midi.
- les transferts mentionnés nécessaires au déroulement normal du programme.

### Le prix ne comprend pas

- Les nuits éventuelles la veille du départ et le soir du dernier jour
- Boissons et dépenses personnelles en refuge et hôtels
- Assurance rapatriement/secours (obligatoire) et annulation (conseillée), voir bulletin d'inscription.
- Les déplacements supplémentaires liés à une modification du programme par le guide pour toute raison qu'il jugera nécessaire (météo, conditions etc.)
- Plus généralement tout ce qui n'est pas indiqué dans «le prix comprend».

### Hébergement dans la vallée de Chamonix

nous pouvons nous occuper de réserver vos nuits à Chamonix pour la veille du raid et le dernier soir. Hébergement en Gîte ou hôtels toute catégorie, nous préciser nombre de nuits et catégorie à l'inscription. La nuit en demi-pension à partir de 36 €.

### Rendez vous

- soit à Chamonix sur le lieu de votre hébergement la veille du départ en fin d'après midi
- soit le matin du départ du raid. Vous voudrez bien nous appeler ou nous contacter par mail quelques jours avant pour fixer ce rendez-vous.

### Encadrement - Groupes

Un accompagnateur en moyenne montagne, diplômé d'Etat pour un groupe de maximum 8 participants. Ceci afin de vous offrir la meilleure prestation possible, avec la convivialité et la sécurité que permettent de petits groupes.

### Niveau Technique

Le T.M.B. est à la portée de toute personne habituée à la marche "tout terrain" et au port du sac à dos. Pour bien apprécier cette randonnée, il est conseillé d'être **bien préparé physiquement**, car ce tour reste un itinéraire "sportif": 5 à 6h de marche quotidienne pour 800 à 1000m de dénivellation, avec le portage d'un sac de 7/8 kg environs.

## Hébergement et repas

En refuges confortables et petits hôtels en dortoirs (chambres possibles dans certains refuges avec supplément) avec petit déjeuner et dîner. Pique-nique le midi.

## Formalités

Carte d'identité

## Assurance

Une assurance rapatriement - recherche et secours en montagne et pays étranger est obligatoire. Si vous en avez déjà une, bien vérifier les conditions et montants couverts. Notre agence peut vous en proposer une ainsi qu'une assurance annulation (cf. bulletin d'inscription).

## Equipement

- Sac à dos de 45 litres environ
- Chaussures de marche avec semelles Vibram tenant bien la cheville.
- Une cape de pluie - Un coupe-vent
- Une fourrure polaire chaude - Un pull fin ou polaire légère
- Deux tee-shirts (on peut les laver) - Deux paires de chaussettes
- Un bonnet - Un foulard (soleil)
- Un pantalon léger (éviter le jean !! trop lourd, surtout mouillé)
- Un collant chaud - Un short
- Une paire de gants légers (polaire)
- Un sac à viande pour la nuit en refuge
- Une gourde (1 litre minimum)
- Une lampe de poche pour deux
- Lunettes de soleil - crème solaire
- Trousse de toilette «mini» (petite serviette, petit savon, brosse à dents, petit tube de dentifrice).
- Argent de poche pour le café au refuge ou la bière
- Un grand sac poubelle pour protéger vos vêtements de la pluie.
- Une paire de chaussures légères (type tongues) pour le refuge.
- Un ou deux bâtons télescopiques pour la marche.

## Pharmacie Personnelle

bande type Elastoplaste® et pansement type compeed® pour les ampoules, compresses antiseptique et pansements pour les petites blessures, aspirine ou paracétamol, antiseptique intestinal et vos médicaments personnels si besoin.

*Le sac, compte tenu du fait que le transport de nourriture se réduit à un pique-nique de midi et vos affaires personnelles, ne devrait pas excéder 7/8 kg !! Soit seulement environ 3 kg de plus que le sac journée porté par ceux qui font des «TMB» avec transfert de leurs effets personnels en minibus. Une brosse à dent parcourt 900 km en véhicule tout-terrain (=400 kg de CO<sub>2</sub>) pour nous rejoindre tous les soirs sur un tour du Mont Blanc. Nos affaires ont donc toute leur place dans notre sac qui reste assez léger grâce à un accueil dans des refuges confortables.*

*Ce que nous aimons : vous offrir de vrais raids, préservés de nos habitudes citadines et respectueux de notre environnement tout en restant accessibles au plus grand nombre, ce qui vous procurera une grande satisfaction et restera un magnifique souvenir.*

## Chamonix Aventure - Montagnes & Voyages

Les Biolles 74660 Vallorcine - tel : 0977761362 - email : contact@chamonix-aventure.com

Agrément ministériel tourisme APRIAM AG.073.980001 - 210 rue François de Guise 73000 Chambéry

Garant : COVEA CAUTION SA contrat n° 18386 pour un montant de 85000 € - RCP : MMA IARD

Cabinet Bellet contrat n° 103.056.234 - code APE 633Z - Siret: 51011777300018 - TVA : FR45510117773