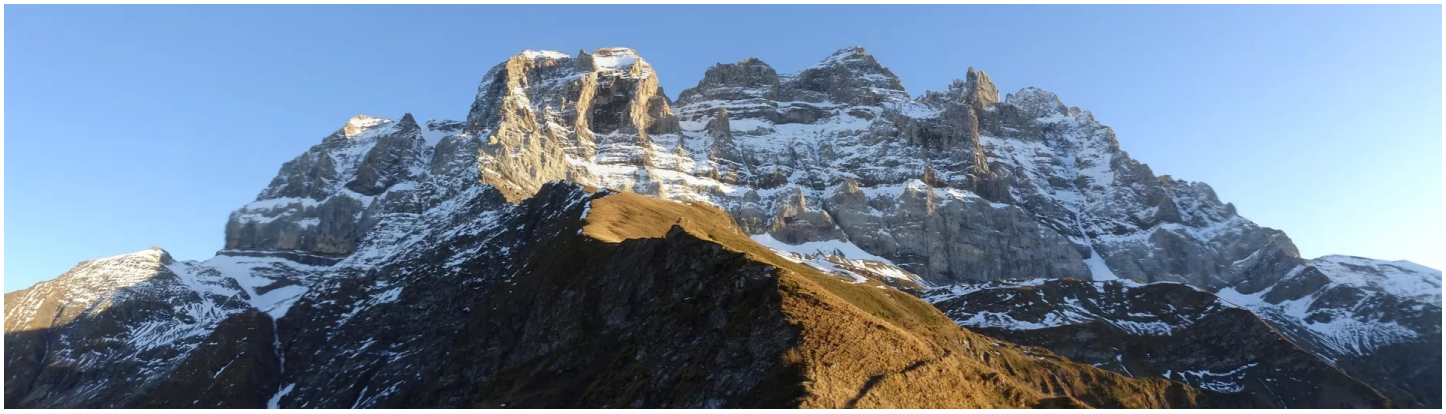
TOUR DES DENTS DU MIDI en Liberté

Un itinéraire sauvage au-dessus des Portes du soleil



A quelques pas de la frontière franco-suisse, au cœur du Chablais valaisan, se dresse l'un des plus beaux massifs montagneux de tout l'arc alpin. Reconnaissables entre mille, glorifiées par des générations de poètes, de Ramuz à Hugo, les Dents du midi forment le point d'orgue du panorama de toutes les régions desquelles elles sont observées. Depuis les coteaux viticoles du Léman, on admire la dominance massive de leurs sept pics sur la vallée du Rhône, formant comme un phare ancien attirant les dernières lueurs du soir.

Cet écrin de nature sauvage reste pourtant bien peu connu dans les Alpes, alors même que l'itinéraire qui en fait le tour fut pionnier dans l'histoire du trek en montagne. Au départ du petit village de Mex, dominant Saint Maurice et la vallée du Rhône, l'itinéraire évolue de jour en jour alors qu'il serpente autour du massif. Bucolique et verdoyant les premiers jours, il s'élève progressivement à travers les étages alpins, voit la forêt disparaître face à la prairie, puis la prairie face à la roche nue. Dans un décor alors minéral et décharné, les plus courageux s'aventureront au sommet de la plus haute dent, la Haute Cime et ses 3257 mètres, au cours d'une ascension inoubliable !

5 jours

Liberté / sans guide

Sans transport de bagages

Hébergement : Classique (dortoir)

Niveau : ***

A partir de : 395€

Vous allez aimer

- Un itinéraire varié, des forêts du Val d'Illiez aux pentes lunaires de la Haute Cime.
- De 3 à 5 jours en montagne sans jamais redescendre dans la vallée, immersion garantie !
- Un tour peu fréquenté dans un environnement sauvage et authentique.
- La possibilité pour les bons marcheurs de gravir un magnifique sommet à 3257 mètres.
- Idéal pour un premier trek en montagne en liberté !

Le parcours

Jour 1

Départ du village de Mex

MEX – AUBERGE DE CHINDONNE – DENT DE VALERETTE
Le trek commence doucement du petit village de Mex par un joli chemin entre forêts et alpages. Montée progressive jusqu'à la superbe auberge de Chindonne. Variante plus sportive possible par le col et la Dent de Valerette.
3h30 de marche / Dénivelé : +750 m - 300 m / 9km
4h45 de marche / Dénivelé : +1150 m - 650 m (Variante Dent de Valerette / 11km

Jour 2

CHINDONNE – SIGNAL DE SOI – CABANE D'ANTHEME
Superbe cheminement en balcon par les nombreuses combes de la face nord des Dents du midi. Après la dent de Valère, traversée de l'alpage de Chalin dans lequel il n'est pas rare d'apercevoir cerfs et chamois. Nuit à 2058 mètres au-dessus de Champéry dans la petite cabane perchée d'Anthème.
4h00 de marche / Dénivelé : +700 m - 300 m / 12km

Jour 3

ANTHEME – PAS D'ENCEL – CABANE DE SUSANFE CAS
Direction le spectaculaire Pas d'Encel, une gorge étroite et impressionnante que l'on remonte grâce à un magnifique chemin parfois acrobatique mais bien sécurisé par des chaînes. Le sentier prend de l'altitude pour entrer dans le paradisiaque Vallon de Susanfe, coupé du reste du monde, au milieu duquel trône la « cabane du bonheur », un magnifique refuge du Club alpin Suisse.
4h00 de marche / Dénivelé : +700 m - 650 m / 9km

Jour 4

COL DE SUSANFE – HAUTE CIME – REFUGE DE SALANFE
La journée la plus haute du tour ! Montée progressive jusqu'au col de Susanfe où le paysage devient lunaire alors que la prairie disparaît. Si les conditions le permettent, les plus courageux laissent leur gros sac au col pour gravir plus léger la majestueuse Haute Cime et ses 3257 mètres. Depuis le sommet, vue dominante sur tous les massifs alentours et panorama inégalable du Léman au Mont blanc. Redescente au superbe lac de barrage de Salanfe et son refuge confortable.
3h00 de marche / Dénivelé : +400 m - 600 m / 8km
7h00 de marche / Dénivelé : +1150 m - 1330 m (avec ascension de la Haute Cime / 12km

Jour 5

SALANFE – COL DU JORAT – MEX
Courte montée depuis le refuge jusqu'au col du Jorat et superbe vue sur la vallée du Rhône, avant d'entamer la longue descente vers la vallée pour un retour à la civilisation après ces quelques jours coupés du monde !
4h00 de marche / Dénivelé : +300 m – 1100 m / 9km

Fin de séjour en milieu de journée à Mex.

Pour la version en 4 jours, les jours 2 et 3 se font en une seule étape.
Itinéraire déclinable en version 2 ou 3 jours sur demande

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 ***

Dénivelé : de +400 m à +1250 m en moyenne par jour.
Temps de marche : 4 à 7 heures par jour.
Type de randonnée : Sentiers de montagne bien aménagés. Quelques passages câblés parfois aériens mais bien sécurisés (Pas d'Encel)

Il est nécessaire d'être en bonne condition physique générale. Pratiquez régulièrement un sport d'endurance tel que la marche, la course à pied, le vélo, de 3 à 4 heures par semaine. Votre préparation physique facilitera votre séjour et vous permettra de l'apprécier d'autant plus.
Découvrez le descriptif des niveaux en cliquant ici : niveaux des randonnées

ROAD-BOOK

Avant le départ, nous vous remettons un dossier de voyage contenant :
- 1 carte topographique 1/50'000e.
- 1 road-book comprenant tous les renseignements nécessaires pour la randonnée et des extraits de cartes tracées.
- 1 porte carte.
- La liste des hébergements.

BALISAGE DE LA RANDONNÉE

Le sentier est bien balisé sur toute sa longueur grâce à des panneaux indiquant les directions et leur temps de marche.
L'ascension de la Haute Cime (optionnelle) n'est pas balisée et demande une bonne capacité d'orientation.
Il est préférable de maîtriser la lecture de carte IGN au 1/25'000.

TRANSPORT DE BAGAGES

Le tour des Dents du midi est un itinéraire particulièrement sauvage ne redescendant presque jamais dans la vallée et sur lequel les refuges sont relativement isolés. La majorité d'entre eux ne sont pas accessibles en véhicule 4x4, c'est donc pour des raisons économiques ainsi qu'environnementales que nous avons choisi de ne pas proposer de services de transport de bagages sur ce séjour.

HÉBERGEMENT

4 nuits en dortoir, en refuge ou en gîte de montagne (option confort possible en chambre de 2 personnes les nuits 1 et 4, voir section tarifs)
Pour des raisons d'isolement, les douches ne sont pas disponibles dans tous les hebergements (nuits 1 et 4 seulement)

LES REPAS

Les petits déjeuners et dîners sont prévus dans chaque hébergement.
Les pique-niques sont non compris et peuvent être commandés la veille dans chaque hébergement (prix moyen des pique-niques : **15 CHF**)

Merci de nous préciser vos allergies et régimes alimentaires **au moment de la réservation.**
Nous faisons de notre mieux pour prendre en compte les régimes particuliers (sans gluten, végétarien, etc.). Nous vous encourageons cependant à prévoir quelques produits complémentaires pour vos propres pique-niques.

DEVISES

Prévoir des francs suisses pour vos consommations et dépenses personnelles (les hébergements ne prennent pas tous la CB)

RANDONNÉE A LA CARTE

Nous pouvons confectionner un voyage suivant votre demande (nombre de jours, nombre de participants, niveau de l'itinéraire, choix de l'hébergement…)

CARTOGRAPHIE

Carte nationale de la Suisse 1:25 000 :

- 1304 - Val d'Illiez et ***- 1324 - Barberine***

Infos pratiques

ACCÈS AU POINT DE DÉPART

Départ à Mex, commune de St-Maurice, Valais.

EN TRAIN et BUS
ALLER : Départ en train de Genève Cornavin à 8h10, arrivée à 9h31 à St-Maurice.
Puis Bus postal, au départ de la Poste de Saint-Maurice à 11h45, arrivée à Mex à 12h10. (https://tpc.ch/wp-content/uploads/horaires-2023-car-postal-12.193.pdf).

RETOUR : Départ en bus de Mex à 17h35, arrivée à St-Maurice à 18h00.
Départ en train à 18h27 direction Genève Cornavin, arrivée 19h50.

Les horaires données ci-dessus sont seulement indicatives et doivent être impérativement vérifiées sur le site officiel des transports suisses (bus et train): www.sbb.ch/fr/home.html

EN VOITURE

Depuis Genève, suivre autoroute A1 (attention, vignette autoroute obligatoire) direction Lausanne, puis A9 direction Simplon - Grand Saint Bernard jusqu'à la sortie Saint-Maurice. Au rond-point, suivre Simplon-Gd st bernard et 1ère à droite sur Chemin de Capenu, suivre Mex (VS).
Grand parking gratuit à l'entrée du village au niveau de l'Eglise.

Fin de la randonnée l'après-midi à Mex

HÉBERGEMENT AVANT ET APRÈS LE SÉJOUR

Auberge de l'Armailli à Mex

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.

POUR NOUS CONTACTER

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

Dates & tarifs

DÉPARTS ET PRIX

Départs au choix de fin juin à mi septembre 2023

Sans transport de bagage
Version 5 jours : **465€** per personne, hébergement classique dortoir
Version 4 jours: **395€** par personne, hébergement classique dortoir

Option confort (2 nuits en chambre de 2) : **+55€** par personne
Option pension complète (pique-niques inclus) : **+80€** par personne

Ce séjour est aussi déclinable à loisir en version 2 ou 3 jours, il est donc parfait pour des montagnards avertis en quête d'un court trek le temps d'un week-end ou pour une première itinérance en liberté sur 4 ou 5 jours.
Nous pouvons confectionner un voyage suivant votre demande (nombre de jours, nombre de participants, niveau de l'itinéraire, choix de l'hébergement…)

Information et réservation sur simple appel téléphonique ou e-mail.

LE PRIX

Comprend :

- Les frais d'organisation et de réservation ;
- Le road book: descriptif et cartes IGN (1 dossier road book complet pour 1 à 4 personnes, dossier complémentaire à partir de 5 personnes. Dossier supplémentaire : supplément de 10 à 25€) ;
- 4 nuits en dortoir en gîte / refuge en demi-pension et les taxes de séjour ;

Ne comprend pas :

- Les pique-niques ;
- L'assurance assistance annulation (4.2% du montant du voyage) ;
- Les dépenses à caractère personnel (boissons, etc.) ;
- Le voyage aller-retour de votre domicile au point de rendez-vous et dispersion.

Le tarif s'entend du point de rendez-vous à la fin de la randonnée.

Equipement et bagages

ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

Vêtements

- Pantalons de randonnée
- Short (1 maillot de bain au cas où)
- Tee-shirts "respirants" ou en laine mérinos
- Caleçon long "respirant" ou en laine mérinos
- Polaire ou pull
- Coupe-vent ou veste Goretex
- Cape de pluie + guêtres ou pantalon type Goretex + une cape de sac
- Une paire de gants et un bonnet léger
- Chapeau ou casquette
- Chaussettes de randonnée (double couche, à bouclettes…1 paire par jour)
- Chaussures de randonnée déjà rodées et à semelles bien crantées
- 1 tenue de rechange pour le soir
- Chaussures de rechange pour le soir

Matériel divers

- Trousse de toilette
- Serviette de toilette (séchage rapide, vendue en boutique spécialisée)
- Lunettes de soleil et crème solaire
- Gourde ou thermos (1,5 litre minimum)
- Couteau et couverts
- Une boîte hermétique en plastique en guise d'assiette pour vos pique-niques
- Gobelet pour le café
- Petite pharmacie personnelle (antalgique, pansements type compeed...)
- Couverture de survie
- **Frontale ou lampe de poche** (essentielle pour le dernier jour)
- Un drap-sac et une taie d'oreiller (les gîtes fournissent des couvertures)
- Deux bâtons télescopiques (fortement recommandés)
- Carte d'identité ou passeport valide

SAC À DOS

Prévoir un sac à dos confortable de 50 à 60 litres pour vos effets personnels pour la semaine (indispensable: un vêtement chaud, une cape de pluie, 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.

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