

# INITIATION ALPINISME AVEC PHILIPPE ET ANTOINE

Découverte de la haute montagne au pays du Mont Blanc



Vous aimez la randonnée et vous aimeriez aller un peu plus haut, un peu plus loin, au cœur des glaciers et des sommets ?  
Nous vous proposons un court séjour, 2 jours pour découvrir le milieu de la haute montagne et vous initier aux techniques de l'alpinisme. Le tout au cœur du massif du Mont-Blanc, avec une nuit en refuge de haute montagne, loin de la vallée.

🕒 2 jours

👤 Accompagné / guidé

🚫 Sans transport de bagages

🏠 Hébergement : Classique (dortoir)

🔪 Niveau : \*\*\*\*

💰 A partir de : 490€

## Vous allez aimer

- Un court séjour, 2 jours, le temps d'un week end, pour s'immerger en haute montagne
- Un cadre exceptionnel et un point de vue unique sur les plus grandes faces nord des alpes

# Le parcours

## Jour 1

### **GLACIER DU TOUR**

**Montée en altitude et premiers pas sur les glaciers.**

**Rendez-vous à 10h au petit village du Tour.** Vérification du matériel et présentation du séjour. Du petit domaine de ski, on rejoint l'impressionnante moraine glaciaire. A 2702m d'altitude découverte du confortable refuge Albert 1er (rénové en 2014) et prise de contact avec le glacier. Pique-nique sur le glacier.

Nuit au refuge Albert 1er (2702 m)

7h00 de marche / Dénivelé : +1450m

## Jour 2

### **DECOUVERTE DE L'ALPINISME ET TOUR DE LA TÊTE BLANCHE**

**Randonnée glaciaire depuis le refuge.**

Départ matinal à la frontale en direction du col supérieur du tour (3289 m) ou nous passons la frontière Suisse. Traversée sur le glacier de Trient sous la Tête Blanche dont nous faisons le tour et retour en France par le Col blanc (3405 m) puis redescente au Refuge Albert 1<sup>er</sup> en fin de matinée.

L'objectif de la journée, découvrir les techniques essentiels de l'alpinisme sur glacier.

7h de marche / Dénivelé : -2200m / +1000m

**Le guide peut être amené à le modifier afin de s'adapter aux conditions de la montagne et à la météo, ainsi qu'au niveau des participants.**

# Le voyage

## NIVEAU \*\*\*\*

### Niveau physique :

La pratique hebdomadaire d'un sport d'endurance est une bonne chose. Marche à pied avec du dénivelé ou mieux, ski de fond ou de randonnée, course à pied, natation. Si ce n'est pas le cas, reprendre le sport 2 mois avant le départ (marche rapide puis footing 3 fois par semaine) est indispensable et vous permettra de profiter au mieux du séjour.

### Niveau technique :

Apprentissage des techniques de base de l'alpinisme, en neige et glace et rocher. Les sorties proposées sont des courses faciles.

En préalable à tous nos séjours de découverte, comme les randonnées glaciaires, ou aux séjours d'apprentissage de l'alpinisme, il faut avant tout être un bon randonneur, y compris hors sentier, et être rompu à marcher 6 à 8 heures dans la journée. Un fond sportif est recommandable et le goût de l'effort est indispensable pour profiter au mieux des journées. Il est nécessaire de se présenter reposé et en forme à tout circuit de haute montagne.

## ENCADREMENT

Un accompagnateur en montagne et un guide de haute montagne (diplômés d'Etat). Groupe de 4 personnes maximum. Le guide peut à tout moment modifier l'itinéraire ou interrompre le séjour d'un participant n'ayant pas le niveau requis pour sa propre sécurité et celle des autres participants. Dans ce cas, le participant concerné ne pourra prétendre à aucun remboursement.

En cas de très mauvais temps, et toujours afin d'assurer la sécurité des participants, le stage pourra être annulé. Dans ce cas, nous étudierons les demandes de remboursement en fonction du nombre de jours passés sur le stage.

## HEBERGEMENT

Nuit en refuge en dortoir.

## LES REPAS

Le petit déjeuner et dîner sont servis dans les hébergements.

Pour le midi, pique-niques et vivres de courses prévus par votre guide de haute montagne et commandés au refuge.

## CARTOGRAPHIE

Carte IGN Chamonix 36300T

# Infos pratiques

## ACCES AU POINT DE DEPART

**RDV à 10h au village du Tour (74400).**

### EN VOITURE

Parking à proximité.

### EN TRAIN

Train de nuit direct Paris/St Gervais ou TGV dans la journée. Correspondance pour Chamonix ; veuillez consulter la SNCF sur le site [www.voyages-sncf.com](http://www.voyages-sncf.com)

## FIN DU SEJOUR

**Fin du séjour dans l'après midi au village du Tour.**

## HEBERGEMENT AVANT ET APRES LE SEJOUR

Office du Tourisme de Chamonix : +33 4 50 53 00 24 [www.chamonix.com](http://www.chamonix.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 influencer 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

Groupes de 2 à 4 personnes :

- **Départ à 2 participants : 750€ /personne**
- **Départ à 3 participants : 585€ /personne**
- **Départ à 4 participants : 490€ /personne**

Du 30/05/25 au 31/05/25 **Départ ouvert 750 €**

## LE PRIX

Comprend :

- Les frais d'organisation ;
- La demi-pension et la nuitée au refuge ;
- Le pique-nique du jour 2 ;
- L'encadrement par un accompagnateur en montagne et un guide de haute montagne ;
- La location du matériel technique (piolet, crampons, baudrier) ;

Ne comprend pas :

- Les dépenses à caractère personnel (boissons, etc.), les visites ;
- Le pique-nique du jour 1 ;
- Le voyage aller-retour de votre domicile au point de rendez-vous et dispersion ;
- Les taxes d'aéroport et autres exclusions clairement et dûment décrites sur la fiche technique correspondante.

# Equipement et bagages

## EQUIPEMENT CONSEILLE

### Vêtements

- Tee-shirts respirant
- Polaire ou veste type softshell
- Veste type Goretex
- 1 veste chaude type doudoune ou équivalent
- 1 surpantalon de montagne type Gore-tex simple et léger est recommandé
- 1 paire de guêtres
- 1 paire de gants de haute montagne + 1 paire de gants légers, polaire ou laine.
- Chapeau ou casquette + bandeau + bonnet
- Chaussettes de randonnée (double couche, à bouclettes...)
- 1 pantalon de montagne (solide et confortable)
- Chaussures de haute montagne, cramponnables et chaudes

### Matériel divers

- Sac à dos confortable de 30 à 40 litres
- Nécessaire de toilette léger
- Lunettes de glacier (avec coques latérales) IP 3 voire 4
- 1 masque de ski (en cas de mauvais temps ou de vent fort)
- Gourde (capacité en fonction de votre consommation). Attention aux poches à eau, l'eau peut geler !
- 1 thermos, recommandé (capacité en fonction de votre consommation)
- 1 couteau multi-usages (facultatif)
- Petite pharmacie personnelle (vitamine C, aspirine, pansements etc.) + crème solaire à fort indice
- Frontale + piles ou accus et ampoules de rechange
- Un drap-sac (les refuges fournissent des couvertures ou couettes)
- Carte d'identité ou passeport valide
- 1 ou 2 bâtons télescopiques

### Matériel technique fourni :

- 1 piolet (adapté à sa taille)
- 1 paire de crampons pré-réglés + obligatoirement système "antibott" (pour empêcher la neige de coller)
- 1 baudrier
- 1 mousqueton de sécurité
- 1 casque léger d'alpinisme

## LOCATION DU MATERIEL

Location possible des chaussures et du sac à dos, compter +/- 15€ jour en fonction des modèles. Prix donnés à titre indicatif. A réserver et à régler directement sur place avant le départ. Toutes les précisions pour la location de matériel vous seront données après l'inscription dans votre convocation.

## TRANSPORT DE BAGAGES

Portage des affaires personnelles (éviter le surplus) et vivres de courses pour plusieurs jours. Si vous prolongez vos vacances, nous pouvons prendre en charge votre bagage supplémentaire au départ de la randonnée, étiqueté à votre nom, qui vous sera remis en fin de séjour.

## Détails

