

Ascension du Mont-Blanc

4810m

Retrouvez tous mes
stages Mont-Blanc
sur :

<https://www.montagnevasion.com/mont-blanc.html>

Et n'oubliez pas, le
Mont-Blanc c'est
presque 5000m.

DE JUIN A OCTOBRE

REALISER VOTRE RÊVE,
ET METTEZ TOUTES LES CHANCES DE
VOTRE COTES, AVEC UN GUIDE DE HAUTE
MONTAGNE UIAGM



GUIDES DE
MONTAGNE

MontagneEvasion

ASCENSION DU MONT BLANC

EN 3 JOURS

NOTA BENE : Pour suivre les liens HyperText, « ctrl + clic »

LE PROGRAMME (Deux tentatives pour l'ascension du Mont Blanc) :

J1 : Préparation et acclimatation. Aiguille du Midi – 3842m

Accueil à 8h00 à Chamonix et présentation des prochaines journées pour réaliser l'ascension du Mont Blanc.

Vérification du matériel nécessaire, et si besoin location.

Départ depuis le téléphérique de l'Aiguille du Midi, pour réaliser une course au dessus du col du Midi à 3550m. Ecole de neige et mise en jambe dans [un terrain montagnard](#).

Si possible nous ferons aussi un peu d'escalade facile en rocher.

Courses pouvant être envisagées : Arête à Laurence, Pointe Lachenal, Arête des Cosmiques...

En fin d'après-midi, retour sur Chamonix et nuit dans la vallée.

En cas de mauvais temps cette journée pourra être effectuée sur la Mer de Glace ou du côté Italien du Mont Blanc

Entre 6/7h d'activité - Dénivelé : + 500m/+700m

J2 - Ascension du Mont Blanc par la voie normale du Gouter – 3800m

Départ le matin par le train du Mont-Blanc. La marche commence à l'altitude de 2375m, pour une longue journée d'ascension jusqu'au refuge du Gouter à 3850m.

D'abord le chemin s'élève en direction du refuge des Rognes, en terrain facile, puis il se redresse franchement jusqu'à franchir le couloir du Gouter que nous franchirons le plus tôt possible dans la journée. Encore 600m de dénivelé en terrain escarpé pour atteindre le but de la journée, le refuge du Gouter. Nuit courte au refuge.

5h / 6h d'activité - Dénivelé : + 1600m

J3 : Ascension du Mont Blanc

Après la nuit passée à 3850m, nous démarrerons vers les 2h30 du matin en direction de l'épaule du Dôme du Goûter (4260m), ou une descente nous amène au col du Dôme. Par une courte pente bien raide, nous rejoignons alors l'abri Vallot (4362m) (2h30 de marche). De là, il faut encore 1h30 à 2h en suivant la fameuse arête des Bosses pour atteindre le "toit des Alpes"

Retour par le même itinéraire jusqu'au refuge du Goûter (2h00) , un court repos et redescendre vers le refuge de Tête Rousse (3167m), le Nid d'Aigle (2372m) puis la vallée de Chamonix. Suivant les ouvertures des remontées, nous prenons le tramway du Mont Blanc ou le téléphérique des Houches

9/11h d'activité - Dénivelé : +1100m -2600m

LES NIVEAUX TECHNIQUE ET PHYSIQUE POUR LE MONT-BLANC.

Niveau technique ***

Maîtrise des bases de l'alpinisme, (cramponnage, marche encordés, évolution sur un glacier). Pente en neige à 35°- 40° en neige. Difficulté en rocher II ème degré.

Avant l'ascension du Mont-Blanc c'est vraiment intéressant et préférable pour vous de réaliser une grande course en montagne vers 4000m, genre Dôme des Ecrins, Mont Rose, Grand Paradis ou autre.

Nous vous rappellerons les techniques d'alpinisme durant le premier jour du stage. Le guide jugera votre niveau pour la suite du stage.

Niveau physique ****

Etre un sportif régulier en s'entraînant de façon régulière en sports d'endurance (vélo, randonnée, course à pied, ski de fond, natation) plusieurs fois par semaine à au moins 6 mois, voire un an avant le départ.

[Détail de tous les niveaux ICI](#)

Groupe

2 à 6 personnes.

Encadrement

Guide de haute montagne UIAGM.

Un guide pour le 1^{er} jour.

Puis un guide de haute montagne pour deux participants pour l'ascension du Mont Blanc (de J2 à J3)

Portage

Vous aurez à porter vos affaires personnelles, votre matériel personnel d'alpinisme, environ de 7 à 9 kg (éviter le surplus),

Dans votre sac : pique-nique, encas et barres énergétiques pour plusieurs jours.

Voir liste de matériel

Prix par personne

Stage 3 jours	1 pers.	2 pers.	3 pers.	4 pers.
Estimation frais	700€	600€	550€	450€
Engagement guide	1550€	830€	880€	720€

Le prix engagement comprend :

- L'organisation
- L'encadrement par un guide de haute montagne UIAGM pendant 3 jours

Le prix estimation des frais comprend :

- La 1/2 pension en refuge 2 nuits pour vous et vos guides
- L'eau pendant les repas en refuge
- Tous les remontées mécaniques prévues dans le programme du stage.
- Le prêt du matériel collectif de sécurité (corde, radio, pharmacie...)

Le prix ne comprend pas

- Le transport A&R jusqu'à l'un des points de rendez-vous
- La location éventuelle de matériel personnel (chaussures/crampons)
- le prêt éventuel de matériel manquant (casque, baudrier, piolet, sac a dos...) une participation de 20€ d'entretien sera demandée pour ce matériel
- Vos assurances personnelles
- Vos nuitées de la veille de la course, du J1 et du retour de course le J3.
- Les éventuels frais engendrés par un changement de programme contraint par la météo, le non fonctionnement des remontées mécaniques ou autre
- Les piques niques du midi.
- Les boissons hors repas en refuge, les extras dans les hébergements, les frais à caractère personnel, tout ce qui n'est pas prévu sous la rubrique « le prix comprend »

Règlement

Acompte 30% à l'inscription, le solde au J1 en chèque ou cash.

Engagement seul : Comme son nom l'indique, vous ne payez au début du stage que l'encadrement par les guides, l'organisation et le matériel commun.

Dans ce cas vous devrez régler au fur et à mesure par cb ou cash tous les frais, qui sont : les remontées mécaniques, les ½ pensions et boissons en refuge, y compris celles des guides, la location de matériel manquant.

Cela demande de bien vous organiser pour la répartition de chaque frais entre vous (un seul paiement par groupe en refuge) Et d'être sûr d'avoir toujours un moyen de paiement (chèques, espèces)

Assurance

Il est vivement recommandé d'être bien assuré en cas d'annulation. Etre assuré pour les frais de recherche et rapatriement est obligatoire.

[La carte club du vieux campeur](#) par exemple vous couvre pendant une année depuis la prise de l'assurance

Déplacements pendant le stage

Avec vos véhicules jusqu'au point de RDV du 1^{er} jour.

Dans mon véhicule pour l'Italie (si 4 pers. max.)

Avec vos véhicules au point de RDV du J2.

Hébergements et repas

Hébergement & repas pendant le stage Mont-Blanc

- En vallée : selon votre choix pour la veille et la nuit de J1

Possible en chambre de quatre au gîte « [la Tapia](#) »

- Refuge en demi-pension en dortoir 2 nuits, draps de lit et linge de toilette non fournis, couvertures fournies, drap de sac obligatoire, sanitaires communs.

Pour vos achats personnels : la CB n'est pas toujours acceptée, prenez du liquide.

- Petits déjeuners et dîners sont pris au refuge

- Prévoir les pique-niques des midis,

- Encas: Les détails ont leur importance, surtout pendant l'effort. Prenez des barres énergétiques sympas à manger, surtout pour le J3

Hébergements suggérés en vallée pour ce séjour .

En gîte : Gîte **LA TAPIA** ,

[Adresse](#) : 152 Route de la Frasse, 74400 Chamonix-Mont-Blanc

[Téléphone](#) : [06 87 40 11 56](tel:0687401156)

Autres hébergements : [Office du tourisme](#)

Téléphone et wifi

Mon téléphone : +33 6 88 18 92 37

Email : info@montagnevasion.com

Transmettez ces contacts à vos proches avant de partir

Pas de wifi dans les refuges/CB ne marche pas toujours dans les refuges, prévoyez de l'argent liquide.

La couverture tel mobile et 4G est très aléatoire en montagne.

Matériel - équipement

Matériel technique

- Sac à dos 35/40 litres avec porte-piolet et ceinture ventrale
- Crampons
- Baudrier
- Piolet
- Casque
- Bâtons de marche pliables fortement
- [Chaussures de montagne](#) cramponnables : ce sont des chaussures avec des semelles rigides Vibram qui ne plient pas
- [Crampons avec antibot](#) adaptés à vos chaussures
- Piolet métallique léger (éviter en bois !) et assez long pour être utilisé en support de marche.

Vêtements

La liste de matériel qui suit regroupe une série de conseils en équipement et est obligatoire à emporter, mais ne vous oblige pas à avoir le matériel dernier cri. Un bon équipement contribue à la réussite d'un séjour !

Pour la tête

- Bonnet +Buff (cou) + Casquette
- Lunettes de glacier
- Masque de ski pour l'ascension du Mont Blanc

Pour le corps :

- Sous-vêtements techniques manches longues et manches courtes
(en matière synthétique ou laine mérinos, ne portez pas de coton en montagne !)
- Sur un glacier couvrez vous toujours les bras par sécurité en cas de chute.

- Veste/pull polaire
- Veste duvet synthétique ou plume (pour le mont blanc)
- Veste avec membrane imperméable et respirant type Gore Tex ou soft shell,
- Gants légers (cuir, polaire ou soft shell pour la préparation) /
- Gants chauds ou Moufles chaudes pour les plus frileux (peuvent être bien utile)
- Pantalon d'alpinisme , résistant ou le top, pantalon avec membrane imperméable
- Collant, sous-vêtement pour le bas pour l'ascension du Mont Blanc

Conseil : *la laine mérinos a l'avantage d'être très respirant et antibactérienne, ainsi elle conserve moins les odeurs que les matières synthétiques.*

Pensez-y si vous devez vous rééquiper.

Pour les pieds :

- Chaussettes de randonnée
- Guêtres : en plus de vous protéger de la neige, ces guêtres protégeront votre pantalon des possibles accrocs lors de la marche avec les crampons.

Pour le confort : chaussures légères pour les marches d'approche (nous pouvons laisser du matériel au refuge pendant notre séjour).

Divers

- Drap sac (en coton ou en soie pour plus de confort, les couvertures sont fournies, pas besoin de sac de couchage).
- Gourde : un volume total de liquide de 1,5 litres est conseillé. Des petites bouteilles se glissent facilement sous les vêtements pour éviter de geler
- Thermos pour le Mont Blanc (un liquide chaud à boire est très réconfortant).
- Le Camel bag est **déconseillé** car l'eau gèle dans le tuyau.

L'eau est à acheter aux refuges de Tête Rousse et du Goûter.

- lampe frontale avec piles de rechange ou câble pour la recharger
- crème solaire indice 50 - protection pour les lèvres - couteau de poche

Des petits sacs divers de rangement sont d'une bonne utilité pour ranger vos affaires de rechanges au sec.

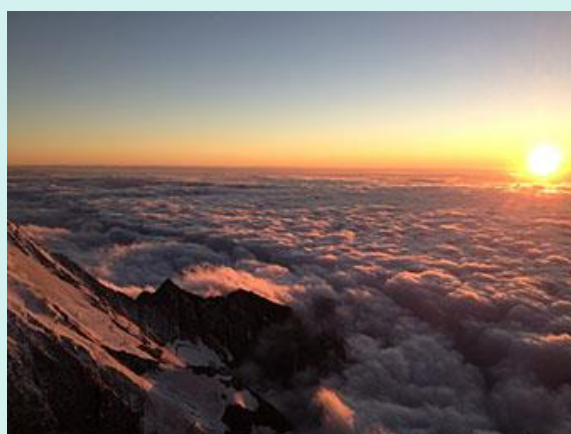
Trousse de toilette & Pharmacie

- Trousse de toilette avec nécessaire personnel. N'amenez que le strict nécessaire en montagne.
- Un site de [_pour constituer votre trousse de premiers secours : ifremmont](#)

Dernières recommandations avant le départ

- Laissez nos coordonnées à vos proches
- Prenez vos papiers d'identité (passeport et visa à jour pour les voyages le nécessitant)

- Prenez votre n° de contrat et les coordonnées de votre assureur
- Prenez votre carte Vitale et il est conseillé aussi d'avoir la carte européenne d'assurance maladie - gratuit et sur demande: www.ameli.fr
- Vérifiez que vous avez l'équipement demandé
- Prenez des piles / chargeurs pour votre appareil photo/caméra/DVA
- Prenez de l'argent en cash, et votre carte de crédit (non acceptée en refuge !)
- Amenez une spécialité de votre région, c'est toujours sympa pour l'apéro ou les soirées ensemble
- Partez cool, détendu, ça va bien se passer!
- Et n'hésitez pas à demander conseils à votre guide ! **Serge au 0688189237**



AVANT TOUTES RESERVATIONS, M'APPELER : 06 88 18 92 37

Ou contact par email : info@montagnevasion.com

Puis un versement de 30% /pers. (mon RIB en pièce jointe) sera demandé avec l'envoi de la fiche d'inscription

ATTENTION : le prix pour 3 personnes est plus cher que pour 2 ou 4 (Car le deuxième guide est à partager à 3 au lieu de 4...)

Voir les conditions d'annulation [ici](#)

Voir ci-après la fiche d'inscription à renvoyer (photo ou scan)



Serge BAZIN

Guide de haute montagne

BULLETIN DE RESERVATION

Voyage : Ascension du mont blanc 2022

Dates du séjour :

Nom :

Prénom :

Adresse :

Ville :

Tél. :

Email :

Signature :

Nationalité :

date et lieu de naissance :

Profession :

Assurance rapatriement, nom et numéro de police :

(CAF, SAF, EUROPE ASSISTANCE, etc....)

N° de téléphone de l'assurance à joindre :

Téléphone d'une personne à joindre pendant le voyage en cas de nécessité :

Conditions relatives à la haute montagne :

Les conditions en cours de stage pouvant rapidement changer, le guide de haute montagne est seul juge pour apporter des modifications d'itinéraires ou autres et ce pour la sécurité des participants ou du groupe.