



FICHE TECHNIQUE ALPINISME

ALPMTB

LE MONT BLANC

Le Mont Blanc, c'est le rêve de tout alpiniste

Le Mont Blanc reste un jalon dans une carrière d'alpiniste. Alpes Aventure vous fait réaliser un rêve dans l'esprit de la montagne, dans une démarche raisonnée, respectueuse du temps, de la montagne et de votre plaisir. Pour que votre Mont Blanc soit unique et bien vécu.

Le programme Alpes Aventure ne tente pas de vous faire faire des exploits avant l'ascension du Mont Blanc : Il s'agit de coucher en altitude pour vous acclimater, sans pour autant passer des nuits trop haut pour ne pas fatiguer l'organisme. Des ascensions faciles, tant en neige que en rocher, lors de la préparation, vous permettront d'être à l'aise techniquement pendant votre ascension du Mont Blanc.

Alpes Aventure a voulu privilégier la voie « royale » pour accéder au Mont Blanc. L'ascension par les trois Mont (Mont Blanc du Tacul, Mont Maudit puis Mont Blanc) est plus difficile physiquement, techniquement. Elle est plus exposée aux risques de chutes de séracs, et certains passages peuvent être en glace, nécessitant d'évoluer en cordée de deux (un guide avec une seule personne sur sa corde).

Ce séjour mets toutes les chances de votre côté. Vous arrivez la veille du premier jour d'activité, pour passer une bonne nuit avant de débiter, et être en possession de votre matériel. C'est un véritable tout compris, vous n'avez pas de soucis de logement lors de vos passages dans la vallée, aux caisses de remontées mécaniques ou dans les refuges.

ALPES AVENTURE 2 rue du génépi 05120 L'ARGENTIERE LA BESSEE
06 81 21 81 97 info@alpes-aventure.com alpes-aventure.com

Association immatriculation ATOUT France affiliée APRIAM 073.1000023 ALPESPACE-LE NEPTUNE 50 voie Albert Einstein 73280
FRANCIN

Garantie financière : Groupama Assurance - Crédit - contrat n° 4000713451
Assureur RCP : MMA IARD 10 bd Marie et Alexandre Oyon (72) LE MANS

Lieu : Vallée de Chamonix. Haute Savoie. France.

Dates :

- Du lundi 18 juin au dimanche 24 juin 2018.
- Du lundi 25 juin au dimanche 1^o juillet 2018.
- Du lundi 30 juillet au dimanche 5 août 2018.
- Du lundi 27 août au dimanche 2 septembre 2018.

Durée : 7 jours. 6 jours de montagne.

Niveau Technique 2 : Il est préférable d'avoir déjà pratiqué la haute montagne avec les crampons pour participer à ce séjour et tenter l'ascension du Mont Blanc, et d'avoir une expérience de la randonnée pour savoir ce que représente la marche en montagne.

Pour gravir le Mont Blanc, nous proposons dans ce séjour une école de glace, une école de neige si les conditions s'y prêtent, car il faut un bon niveau de cramponnage pour gravir la dernière arête du Mont Blanc. Un moment du séjour sera également consacré à l'apprentissage de l'escalade rocheuse; le Mont Blanc n'est pas qu'une ascension glaciaire, il faut être préparé physiquement et mentalement à pratiquer de l'escalade (facile) en rocher. Il est très important de ne pas négliger cet aspect.

Niveau physique 3 : Les journées sont assez longues et vous demanderont d'avoir une très bonne forme physique pour être en forme chaque jour et ne pas voir son niveau baisser au cours de la semaine à cause de la fatigue. Il est indispensable de pratiquer un sport régulièrement, comme la course à pied, le vélo.

Pour réussir ascension du Mont Blanc, vous ne devez pas compter sur le début du séjour pour vous préparer physiquement. La première partie du séjour est construite autour de l'acclimatation à l'altitude. Vous devez arriver préparé physiquement, en ayant pratiqué la marche, le vélo, la course à pied, régulièrement, pendant les 8 à 10 semaines qui précèdent l'ascension. C'est à dire 2 à 3 séances de sport par semaine, avec par exemple pour la course à pied des séances de une heure de course. Si vous marchez le week-end, faites au minimum 1000 mètres de dénivelée, à un rythme de 500 mètres / heure à la montée et 900 mètres / heure à la descente avec un petit sac (4 à 6 kilos). Si vous habitez en plaine, essayez de trouver des secteurs avec du relief, même modéré, et enchaînez des parcours avec de nombreuses montées et descentes.

En conclusion, l'ascension du Mont Blanc par la « voie royale », ou voie normale, s'apparente à de l'alpinisme et non à de la randonnée glaciaire.

ALPES AVENTURE 2 rue du génépi 05120 L'ARGENTIERE LA BESSEE
06 81 21 81 97 info@alpes-aventure.com alpes-aventure.com

Association immatriculation ATOUT France affiliée APRIAM 073.1000023 ALPESPACE-LE NEPTUNE 50 voie Albert Einstein 73280
FRANCIN

Garantie financière : Groupama Assurance - Crédit - contrat n° 4000713451
Assureur RCP : MMA IARD 10 bd Marie et Alexandre Oyon (72) LE MANS

Programme :

Ce programme est indicatif et non contractuel. Il sera adapté aux conditions du moment et au niveau du groupe. Votre guide pourra changer d'objectif en privilégiant votre sécurité, aucun remboursement ne sera effectué, et les dates d'ascension ne pourront être différées.

Nous avons opté pour un programme long pour une bonne acclimatation, et une ascension du Mont Blanc en trois jours, pour des raisons de confort, de sécurité, et vous offrant ainsi une journée « joker » au cas où les conditions seraient défavorables lors de la première tentative.

Ce programme est soumis à l'ouverture des remontées mécaniques; toute fermeture inopinée ou non programmée à la rédaction de cette fiche technique en septembre 2017 ne saurait engager la responsabilité de Alpes Aventure et de ses guides de haute montagne.

Les temps de marche sont calculés pour des personnes aptes à gravir le sommet du Mont Blanc.

-Jour 1. Rendez vous. Voir détails au chapitre « rendez vous » dans l'onglet « ORGANISATION ». Remise de votre matériel de sécurité, briefing. Récupération de votre matériel de haute montagne si vous avez choisi une option « matériel ». Nuit en hotel au village du Tour en haut de la vallée de Chamonix. C'est déjà votre première journée en « altitude » loin de la plaine, dans ce village calme tout en haut de la vallée de Chamonix, à 1450 m. d'altitude.

-Jour 2. Montée au refuge Albert 1° en utilisant au départ les remontées mécaniques du Tour vers le Col de Balme. En montant, pique nique au glacier du Tour et « école de Glace ». Il s'agit de perfectionner sa technique de cramponnage et d'évolution sur le glacier, tout en faisant connaissance avec cet univers merveilleux. Vous aurez l'occasion de marcher sur la glace en découvrant la vie du glacier, les crevasses, et tous les petits tuyaux techniques et pratiques pour évoluer en sécurité.
Nuit au refuge Albert 1°
D+=800 à 1000 m.
D-=300 à 500 m.
Montée : 4 à 5 heures.

-Jour 3. Tête Blanche (3429 m) depuis le refuge Albert 1°. Ce petit sommet central offre l'un des plus beaux panoramas qui soient. Du sommet vous pourrez contempler toutes nos évolutions sur ces quelques jours passés dans les bassins glaciaires du nord du massif du Mont Blanc.
La journée se poursuit en direction du refuge de Trient en Suisse, avec itinéraire variable selon les conditions, descente directe sur le glacier de Trient par le Col Blanc, franchissement du Col du Tour ou du Col supérieur du Tour.
Nuit au refuge de Trient (3170 m.).
D+=800 à 1000 m.
D-=300 à 500 m.
Montée : 4 à 5 heures. Journée de 6 à 7 heures de marche.

ALPES AVENTURE 2 rue du génépi 05120 L'ARGENTIERE LA BESSEE
06 81 21 81 97 info@alpes-aventure.com alpes-aventure.com

Association immatriculation ATOUT France affiliée APRIAM 073.1000023 ALPESPACE-LE NEPTUNE 50 voie Albert Einstein 73280
FRANCIN

Garantie financière : Groupama Assurance - Crédit - contrat n° 4000713451
Assureur RCP : MMA IARD 10 bd Marie et Alexandre Oyon (72) LE MANS

-Jour 4. L'Aiguille du Tour (3542 m.). Après une marche paisible sur le Glacier de Trient, avec le jour qui se lève puis le soleil qui émerge des grands sommets de Suisse, l'aiguille du Tour est une belle petite ascension en rochers faciles. Le retour en France se fait par le col supérieur du Tour, ou, si les conditions le permettent, par le Col du Midi des Grands.

Lors de la descente, vous repassez par le refuge Albert 1° où une pause est possible, puis, par le sentier tranquille vous retrouvez les remontées mécaniques du Col de Balme, puis l'Hôtel au village du Tour pour une après midi de repos méritée. Votre guide reste à l'hôtel avec vous pour partager la soirée.

Nuit à l'hôtel en vallée, au village du Tour.

D+=500 à 600 m.

D-=1200 à 1300 m.

Montée : 2 à 3 heures. Journée de 6 à 7 heures de marche.

-Jour 5. Réveil tranquille, petit déjeuner au calme à l'hôtel. Vous retrouvez votre second guide Alpes Aventure, qui accompagnera l'une des cordées sur le toit de l'Europe. Déplacement vers Saint Gervais dans la matinée. Train du Mont Blanc jusqu'au Nid d'Aigle à 2372 m. Ici commence votre ascension du Mont Blanc. Un bon sentier mène à proximité de la maison forestière des Rognes, puis il devient plus escarpé à l'approche des glaciers. La journée se termine à 3167 m. au refuge de Tête Rousse, au pied de l'Aiguille du Gouter, que nous atteignons en fin d'après midi.

Nuit au refuge de Tête Rousse.

D+=800 m.

D-=0 m.

Montée : 2 à 3 heures. Journée de 2 à 3 heures de marche.

-Jour 6. Le jour J. Votre Mont Blanc ! Départ en fin de nuit vers la montée à l'Aiguille du Gouter. Le jour se lève quand nous abordons les difficultés de cette ascension. La montée se fait paisiblement, jusqu'au refuge du gouter, où nous ferons tous une pause au chaud, avec un petit déjeuner et des boissons chaudes. Votre ascension est coupée grâce à ce moment de récupération avant de continuer tranquillement, de jour, vers la cime.

Passage à proximité du Dôme du Gouter, puis vos pas vous mènent au refuge Vallot, 4362 m, qui est un simple abri de secours, non gardé.

Ici commence l'une des plus belles arêtes des Alpes, l'arête des Bosses. Il reste normalement deux heures d'ascension jusqu'au sommet.

Bien calés dans les pas de votre guide, avec un rythme adapté, vous monterez vers ce point ultime où toutes les lignes du massif convergent vers le ciel, le Mont Blanc, 4810 m (selon les mesures...). Les chiffres n'ont plus vraiment d'importance, ce qui compte c'est le bonheur de partager ce moment unique au dessus des Alpes.

La descente se fait dans l'après midi, sur ce Dôme du Gouter éclairé par la lumière chaude de la fin de journée.

Nuit au refuge du Gouter pour profiter d'un des plus beaux couchers de soleil.

D+=1700 m.

D-=1000 m.

Montée : 6 à 7 heures. Journée de 10 à 12 heures de marche.

ALPES AVENTURE 2 rue du génépi 05120 L'ARGENTIERE LA BESSEE
06 81 21 81 97 info@alpes-aventure.com alpes-aventure.com

Association immatriculation ATOUT France affiliée APRIAM 073.1000023 ALPESPACE-LE NEPTUNE 50 voie Albert Einstein 73280
FRANCIN

Garantie financière : Groupama Assurance - Crédit - contrat n° 4000713451
Assureur RCP : MMA IARD 10 bd Marie et Alexandre Oyon (72) LE MANS

-Jour 7. Journée de descente. Cette journée « tampon » permet de tenter le Mont Blanc depuis le refuge du Gouter en cas de mauvaises conditions la veille. Départ du refuge un peu après le lever du soleil, pour descendre au frais dans l'arête du Gouter, et retour au refuge de Tête Rousse. Vous pourrez profiter d'une pause, avant de continuer vers le Nid d'Aigle où nous retrouvons le train du Mont Blanc pour regagner la vallée.

D+=0 m.

D-=1500 m.

Journée de 4 à 5 heures de marche.

Fin du séjour après la journée d'alpinisme. Voir détails au chapitre « fin du séjour ».

Changement de programme : Le programme est donné à titre indicatif et peut être modifié par votre guide à tout instant pour toute raison qu'il juge utile. Tous les participants seront informés des modifications, qui pourraient entraîner des variations d'itinéraires, d'hébergement et de rendez vous.

Un changement de programme peut être jugé nécessaire avant le début du séjour. Vous serez informés en temps utile par un avenant, mentionnant les modifications d'itinéraires, de rendez vous et de coûts éventuels.

Encadrement : Vous serez encadrés par un Guide de Haute Montagne de l'équipe Alpes Aventure, diplômé du Brevet d'Etat éducateur Sportif d'Alpinisme. 1 ou 2 participants maximum sur la corde du guide pour le Mont Blanc.

ATTENTION : n'oubliez pas que votre guide reste le seul juge du programme, qu'il peut modifier à tout instant pour toute raison qu'il juge utile.

En cas de dédoublement du séjour, à partir du 5° participant inscrit, un second guide haute montagne encadrera une partie du groupe.

Nombre de participants : 2 à 4 participants par guide. 1 ou 2 participants par guide (selon la taille du groupe initial en début de séjour), pour les trois derniers jours. Séjour accessible à partir de 18 ans. Séjour exceptionnellement dédoublé à partir de 5 participants et jusqu'à 6 participants maximum.

Rendez-vous : A l'Hôtel « Olympique » au village du Tour, au fond de la vallée de Chamonix après le village d'Argentière, à proximité du départ de la télécabine de Charamillon. Rendez vous à 18 heures.

Si vous avez choisi une option location de matériel, le rendez vous sera fixé à 17 heures au magasin de location à Chamonix (accès fournis avec le memento voyage après votre inscription). Vous retrouverez votre guide de haute montagne au magasin.

Accès au lieu de rendez vous : Pour l'hôtel Olympique.

Rejoindre l'autoroute A40 dite « Autoroute Blanche », direction Chamonix. A Chamonix suivre direction « Argentière, Martigny ». Une fois le village d'Argentière dépassé, et environ 500 metres après la sortie du village, tourner à droite (ne pas aller au col des Montets ni en direction de la Suisse) vers Montroc – Le Tour. L'Hôtel est au terminus de la route à coté du départ de la télécabine de Charamillon.

ALPES AVENTURE 2 rue du génépi 05120 L'ARGENTIERE LA BESSEE
06 81 21 81 97 info@alpes-aventure.com alpes-aventure.com

Association immatriculation ATOUT France affiliée APRIAM 073.1000023 ALPESPACE-LE NEPTUNE 50 voie Albert Einstein 73280
FRANCIN

Garantie financière : Groupama Assurance - Crédit - contrat n° 4000713451
Assureur RCP : MMA IARD 10 bd Marie et Alexandre Oyon (72) LE MANS

Vous pouvez, depuis la Cote d'Azur, rejoindre Turin puis le Tunnel du Mont Blanc (attention, il peut être très encombré) A la sortie du Tunnel prendre direction Martigny, Suisse, Argentière et retrouver les indications ci dessus.

Accès possible également en train, il y a une gare à Chamonix qui se trouve à 500 mètres du magasin de location de matériel.

Pour se rendre directement à l'hôtel, il y a une gare à Montroc qui est à un kilomètre de l'hôtel, avec possibilité de prendre un des bus réguliers (fréquence : toutes les 30 minutes), ou de convenir avec votre guide d'un rendez vous pour qu'il vienne vous chercher vers 18 heures.

En cas de rendez vous au magasin de location, celui-ci se trouve à Chamonix à proximité de la gare. Les détails d'accès seront fournis avec votre memento voyage.

Fin du séjour : A Chamonix, le dernier jour.

Si vous descendez du refuge du Gouter après le Mont Blanc gravit la veille, la fin du séjour se fait en début d'après midi.

Si vous descendez du Mont Blanc gravit le matin, la fin du séjour se fait en fin d'après midi. le dernier train arrive vers 18 heures à Saint Gervais.

Votre Guide de Haute Montagne peut vous déposer à la gare SNCF de Chamonix, à la gare routière ou à un arrêt de bus.

Votre guide repassera quoiqu'il arrive au magasin de location à Chamonix si vous avez loué du matériel. Si vous avez un véhicule personnel et que vous l'avez laissé au parking du Train à Saint Gervais, votre séjour peut se terminer en ce lieu avec votre accord.

Portage de vos affaires : Vous porterez vos affaires pour les nuits en refuge selon programme lors des montées en refuge. Vous portez seulement le pique nique pour une journée, nous avons des piques quotidiens récupérés au refuge. Vous pourrez laisser des bagages dans le véhicule de votre guide.

Hébergement : Hôtel confortable et refuge de haute montagne. Première nuit le Jour 1 au soir (du Jour 1 soir au Jour 2 matin) et dernière nuit le Jour 6 au soir (du Jour 6 soir au Jour 7 matin). Deux nuits en hôtel, quatre nuits en refuges.

Restauration : Demi pension à l'hôtel (deux nuits, repas du soir et petits déjeuners) et en refuge (quatre nuits, repas du soir et petits déjeuners). Début de la demi pension le Jour 1 au soir (inclus), fin le Jour 7 au matin (inclus).

Boissons : Les refuges de haute montagne du Massif du Mont Blanc ne disposent pas, en général, d'accès à l'eau potable (eau de fonte des glaciers ou absence de source). Il vous faudra prévoir l'achat de bouteilles d'eau au refuge qui sont parfois assez onéreuses (10 € au refuge de Trient pour la bouteille de 1,5 L).

ALPES AVENTURE 2 rue du génépi 05120 L'ARGENTIERE LA BESSEE
06 81 21 81 97 info@alpes-aventure.com alpes-aventure.com

Association immatriculation ATOUT France affiliée APRIAM 073.1000023 ALPESPACE-LE NEPTUNE 50 voie Albert Einstein 73280
FRANCIN

Garantie financière : Groupama Assurance - Crédit - contrat n° 4000713451
Assureur RCP : MMA IARD 10 bd Marie et Alexandre Oyon (72) LE MANS

Pendant la journée : Pique-niques prévus pour la journée (six pique-niques). Vous pouvez prévoir quelques vivres de course en complément (barres à grignoter). Il est également possible de prendre un petit repas au refuge en rentrant, prestation non incluse dans le prix du séjour.

Transport: Le transport pour accéder de votre domicile au lieu de rendez vous ainsi que le retour ne sont pas pris en charge.

Le transport de l'Hôtel Olympique jusqu'aux départs de la montée au refuge de Tête Rousse (Saint Gervais), est assuré par L'Equipe Alpes Aventure, ainsi que le retour. Si vous devez récupérer à Chamonix du matériel que vous avez loué par notre intermédiaire, L'Equipe Alpes Aventure assurera également le transport.

En cas de modification du programme, le véhicule d'un membre de l'Équipe Alpes Aventure pourra être utilisé, sans supplément de prix ni de frais de péages. Tout les transports mentionnés dans ce paragraphe sont gratuits et non facturés.

Les membres de l'Equipe Alpes Aventure sont assurés pour le transport de personnes à titre gratuit dans le cadre de leur activité professionnelle. Les bagages transportés ne sont pas couverts contre le vol.

Covoiturage : Si vous le désirez, vos coordonnées peuvent être communiquées aux autres participants si vous voulez envisager une solution de covoiturage pour vous rendre sur place.

Formalités : Formalités : Nous sommes dans l'espace européen de Schengen, en France, en Suisse et en Italie. Cela ne vous dispense pas d'avoir en votre possession à tout moment du séjour une carte nationale d'identité ou en passeport en cours de validité.

Soyez vigilants : Vos documents d'identité doivent être impérativement à jour pendant toute la durée du séjour. La carte d'identité française n'est pas prorogée de 5 ans à sa date d'expiration en pays étranger.

ALPES AVENTURE 2 rue du génépi 05120 L'ARGENTIERE LA BESSEE
06 81 21 81 97 info@alpes-aventure.com alpes-aventure.com

Association immatriculation ATOUT France affiliée APRIAM 073.1000023 ALPESPACE-LE NEPTUNE 50 voie Albert Einstein 73280
FRANCIN

Garantie financière : Groupama Assurance - Crédit - contrat n° 4000713451
Assureur RCP : MMA IARD 10 bd Marie et Alexandre Oyon (72) LE MANS

Equipement personnel :

- ☑ Une paire de lunettes de soleil, un masque de ski.
- ☑ Un bonnet ou cagoule, un « buff » (tour de cou) conseillé.
- ☑ Une veste en fourrure polaire ou un pull-over chaud. Une petite polaire légère.
- ☑ Un coupe-vent technique de haute montagne, une doudoune synthétique / duvet en complément.
- ☑ Gants. Une paire de gants fins et une paire de gants chauds sont une bonne base que nous conseillons. Pour le Mont Blanc il sera indispensable de posséder en complément une paire de gants très chaud, ou de mouffles épaisses, peu ajustées pour ne pas entraver votre circulation sanguine.
- ☑ Un pantalon de montagne solide, et un collant chaud ou un surpantalon « gore-tex ».
- ☑ Chaussettes adaptées à la marche, confortables et montantes, et chaudes.
- ☑ Guêtres. Pour le Mont Blanc des « stop-tout » seront insuffisants.
- ☑ Un sac à dos de 30 à 40 litres, sans poches latérales. Il doit permettre porter le piolet. Privilégiez un sac de petites contenance, car le poids est votre ennemi et vous aurez toujours tendance à trop remplir un sac de grand volume.
- ☑ Une paire crampons d'alpinisme compatibles et réglés à vos chaussures (prêt en option).
- ☑ Un casque de montagne (prêt en option).
- ☑ Chaussures de haute montagne à semelles rigides, cramponnables (location en option). Prenez des chaussures d'altitude, chaudes et n'entravant pas votre circulation sanguine. Attention aux chaussures modernes ultra légères peu adaptées à la neige froide de la très haute montagne.
- ☑ Piolet (prêt en option).
- ☑ Harnais de montagne avec longe et mousqueton à vis (prêt en option).
- ☑ Bâtons de marche avec rondelles, même petites.
- ☑ Une gourde ou bouteille « thermos » d'1 litre environ, un couteau de poche. Au Mont Blanc l'eau gèle souvent dans les gourdes ! Les « thermos » actuels sont en inox et ne cassent plus. (prêt en option).
- ☑ Un appareil photo compact pour vos souvenirs est une bonne idée.
- ☑ Petite pharmacie adaptée à vos besoins personnels et contenant notamment de l'Elastoplaste et des pansements hydrocolloïdes pour d'éventuelles ampoules.
- ☑ Petit nécessaire de toilette léger (il faudra le porter).
- ☑ Crème solaire et stick à lèvres.
- ☑ Lampe frontale avec piles neuves.
- ☑ Drap-sac « sac à viande » pour les refuges obligatoire.

- ☑ Papiers d'identité en cours de validité.

Option Location : Vous pouvez louer votre matériel de haute montagne, chaussures de haute montagne. Le matériel de haute montagne sera retiré avec vous auprès d'un magasin à Chamonix en présence de votre guide de haute montagne. Vous réserverez votre matériel à l'inscription, et nous prendrons contact avec vous pour préciser vos tailles.

ALPES AVENTURE 2 rue du génépi 05120 L'ARGENTIERE LA BESSEE
06 81 21 81 97 info@alpes-aventure.com alpes-aventure.com

Association immatriculation ATOUT France affiliée APRIAM 073.1000023 ALPESPACE-LE NEPTUNE 50 voie Albert Einstein 73280
FRANCIN

Garantie financière : Groupama Assurance - Crédit - contrat n° 4000713451
Assureur RCP : MMA IARD 10 bd Marie et Alexandre Oyon (72) LE MANS

Prêt d'équipement : Le matériel suivant vous est gracieusement fourni si vous ne le possédez pas:

-Harnais de montagne avec longe et mousqueton à vis, mousqueton d'encadrement unidirectionnel et cordelette.

-Piolet.

-Crampons d'alpinisme.

-Casque d'alpinisme.

-Thermos inox 0,75 L.

Matériel collectif de sécurité, corde, dégaines, broches à glace prévu par Alpes Aventure.

Quelle corde pour la haute montagne facile avec glacier et passages rocheux faciles ?

Alpes Aventure conseille les cordes Béal Opéra 8,5 mm, Joker 9,1mm, le harnais Béal Mirage et le casque Atlantis.

Votre sac à dos

Alpes Aventure vous conseille de prendre un vrai sac d'alpinisme de petite contenance (30 à 40 litres), sans poches latérales, et de réfléchir à y faire rentrer toutes vos affaires, quitte à devoir faire des choix, plutôt que le contraire ("choisir un volume de sac en fonction du volume d'affaire que je désire emmener"). Dans un petit sac vous trouverez rapidement vos affaires, sans avoir besoin de compartiments ou de poches latérales qui vous déséquilibrent ou s'accrochent dans les passages techniques. Ne prévoyez pas de mettre une gourde ou une bouteille thermos dans les poches « filets » que pourrait avoir votre sac à dos; elles n'y tiennent que très mal et on tendance à tomber et glisser sur la neige dès que l'on se penche en avant.

Votre sac à dos doit obligatoirement posséder un porte piolet fiable.

Pensez aussi que vous pouvez avoir un tee-shirt type mérinos pour la course qui ne capte que très peu les odeurs et sèche très vite, et un seul tee-shirt de rechange en coton pour le soir que vous garderez aisément propre quatre soirs d'affilée. Ne multipliez pas les paires de chaussettes de rechange (une pour la journée, une pour le refuge).

Les draps sacs en soie légers pour le refuge sont très confortables et permettent se dispenser de pyjama. Ils sont obligatoires en refuge.

Vous devez à tout prix combattre le poids.

Cartographie, bibliographie :

Carte 1 :25000 IGN 3630 OT et 3531 ET.

ALPES AVENTURE 2 rue du génépi 05120 L'ARGENTIERE LA BESSEE
06 81 21 81 97 info@alpes-aventure.com alpes-aventure.com

Association immatriculation ATOUT France affiliée APRIAM 073.1000023 ALPESPACE-LE NEPTUNE 50 voie Albert Einstein 73280
FRANCIN

Garantie financière : Groupama Assurance - Crédit - contrat n° 4000713451
Assureur RCP : MMA IARD 10 bd Marie et Alexandre Oyon (72) LE MANS

Tarif : 1890 €

Tous les tarifs s'entendent par personne.

♥ **Tarif 1790 € : Quatre personnes inscrites ensemble (mentionnez sur le bulletin d'inscription le nom des autres membres de votre groupe, de votre famille) et bénéficiez tous du tarif exceptionnel de 1790 € par personne.**

Le tarif des options est à rajouter au prix du séjour. A mentionner sur le bulletin d'inscription.

- Option Matériel : Chaussures d'alpinisme supplément 65 €.
- Option Chambre simple : 25 €.
- Option Chambre double 1 grand lit : sans supplément.
- Option Chambre double 2 lits séparés : sans supplément.

Le prix comprend :

- L'encadrement par un guide de haute montagne.
- L'hébergement avec nuit, demi pension et pique nique selon programme (pour mémoire, 4 nuits en refuge, 2 nuits en hotels, 6 pique-niques, 1 petit déjeuner supplémentaire au refuge du Gouter).
- Frais de remontées mécaniques selon programme.
- Location de matériel si vous choisissez l'option.

Le prix ne comprend pas :

- Les vivres de courses.
- Les boissons (eau, thé) et frais à caractère personnel.
- Les assurances.
- L'acheminement de votre domicile jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de fin du séjour.
- La location du matériel si vous ne choisissez pas l'option proposée par Alpes Aventure.
- De manière générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique « Le prix comprend ».

ALPES AVENTURE 2 rue du génépi 05120 L'ARGENTIERE LA BESSEE
06 81 21 81 97 info@alpes-aventure.com alpes-aventure.com

Association immatriculation ATOUT France affiliée APRIAM 073.1000023 ALPESPACE-LE NEPTUNE 50 voie Albert Einstein 73280
FRANCIN

Garantie financière : Groupama Assurance - Crédit - contrat n° 4000713451
Assureur RCP : MMA IARD 10 bd Marie et Alexandre Oyon (72) LE MANS

Assurances:

Vous devez obligatoirement être assuré en assistance / rapatriement pour participer à un séjour Alpes Aventure. L'assurance que nous proposons vous couvre également en frais de secours. Nous vous conseillons vivement d'avoir une assurance couvrant les frais de secours si vous ne souscrivez pas l'assurance assistance rapatriement proposée par Alpes Aventure. Si vous optez pour votre propre assurance, assurez vous qu'elle offre au minimum les mêmes garanties que celles proposées par Alpes Aventure, sans exclusions. En Suisse le secours est payant et peut rapidement atteindre 6000 € voire plus en cas d'utilisation de l'hélicoptère. En Italie, le secours est payant si il n'y a pas de soins médicaux nécessaires, et peut également atteindre 5000 à 6000 € voire plus. Nos séjours, en cas de modification de programme jugée nécessaire, par les conditions par exemple, peuvent être déplacés à l'étranger même si le programme initial est intégralement en France.

Nous restons à votre disposition pour toute information complémentaire.

Nous vous proposons lors de votre inscription trois options d'assurance.

-Assurance assistance – rapatriement, pour 1% du montant du séjour.

-Assurance annulation, vol et perte de bagages, Interruption de séjour pour 3,5% du montant du séjour.

-Assurance « multirisque » avec assistance – rapatriement, annulation, vol et perte de bagages, et interruption du séjour, pour 4% du montant du séjour.

Les assurances proposées par Alpes Aventure ne peuvent être souscrites que par des personnes dont la résidence principale se trouve dans l'un des pays suivant : France métropolitaine, Allemagne, Andorre, Autriche, Belgique, Danemark, Espagne, Finlande, Gibraltar, Grèce, Irlande, Italie et îles, Liechtenstein, Luxembourg, Principauté de Monaco, Norvège, Pays-Bas, Portugal, Royaume-Uni, Saint-Marin, Suède et Suisse.

Annulation : L'assurance annulation ne peut être souscrite que le jour de votre inscription, date à laquelle elle prendra effet. En aucun cas elle ne pourra être souscrite ultérieurement.

Assistance – rapatriement : Un participant ne voulant pas souscrire à l'assurance que nous proposons devra nous communiquer lors de son inscription une attestation d'assurance mentionnant le montant maximum de la couverture.

Aucune modification ne sera possible une fois l'assurance souscrite.

Nous vous invitons vivement à télécharger les dispositions générales d'assurance et d'assistance que nous proposons et consulter le tableau des montants de garanties sur notre site.

<http://alpes-aventure.com/wp-content/uploads/2015/12/Alpes-Aventure-Assistance-n°58-224-381.pdf>

<http://alpes-aventure.com/wp-content/uploads/2015/12/Alpes-Aventure-Annulation-Bagages-Interruption-Sejour-n°-58-224-382.pdf>

ALPES AVENTURE 2 rue du génépi 05120 L'ARGENTIERE LA BESSEE
06 81 21 81 97 info@alpes-aventure.com alpes-aventure.com

Association immatriculation ATOUT France affiliée APRIAM 073.1000023 ALPESPACE-LE NEPTUNE 50 voie Albert Einstein 73280
FRANCIN

Garantie financière : Groupama Assurance - Crédit - contrat n° 4000713451
Assureur RCP : MMA IARD 10 bd Marie et Alexandre Oyon (72) LE MANS

Cartes bancaires : Une inscription par carte bancaire (certaines cartes exigent que la totalité du séjour soit réglé avec la même carte) en ligne peut vous apporter des assurances selon votre contrat. Vérifiez attentivement que celui-ci vous apporte les garanties que vous attendez. Parfois les cartes bancaires couvrent les accidents mais pas la maladie, et elles ne couvrent pas toutes les frais de secours, qui peuvent être élevés dans certains pays. Certaines cartes ont des garanties limitées en terme d'annulation, attention si vous inscrivez plusieurs personnes avec la même carte. Prenez également garde aux exclusions (sports de glisse, alpinisme, escalade...). Comparez les garanties avec celles que nous proposons.

La carte européenne d'assurance maladie : Elle permet la prise en charge de ses dépenses de santé (prestations en nature) lors d'un séjour dans un autre pays de l'Espace économique européen (EEE) ou en Suisse.

<http://vosdroits.service-public.fr/particuliers/F213.xhtml#N10129>

Responsabilité civile : Il est obligatoire d'être assuré en responsabilité civile pour l'activité pratiquée pour participer à un séjour Alpes Aventure. Vous pouvez contacter la FFCAM, par exemple.

<http://www.ffcam.fr/assurance.html#.VDpA1Od86ic>

Inscription et paiement :

Pour vous inscrire complétez le bulletin d'inscription en ligne.

Votre inscription est définitive à réception de l'acompte ou du solde à moins de 30 jours du départ du séjour.

Sélectionnez votre mode de paiement sur le bulletin d'inscription en ligne, chèque bancaire, carte bancaire ou chèques vacances.

Si vous sélectionnez carte bancaire, nous vous envoyons un lien de paiement sécurisé PayPlug à réception de votre bulletin d'inscription.

Nous ne rendons pas la monnaie sur les chèques vacances. Complétez alors votre règlement avec un chèque bancaire.

Conditions générales de vente :

Il est possible de télécharger les conditions générales de vente et les conditions particulières de vente appliquées à Alpes Aventure sur le site alpes-aventure.com.

Transport / Visites / Excursions / Hébergement / Nourriture : inclus / non inclus selon programme et fiche technique fourni par l'organisateur. Révision du prix : Conformément à l'article L 211-12 du code du Tourisme les prix prévus au contrat sont révisables jusqu'à 30 jours du départ, pour tenir compte des coûts des transports, des redevances et taxes, des taux de change (selon brochure ou programme de l'organisateur) et d'un nombre de participants inférieur au nombre minimal mentionné sur la fiche technique du séjour. Encadrement selon programme et fiche technique fournie par l'organisateur.

Formalités de police et sanitaire, transport : Détails selon programme et fiche technique fournis par l'organisateur.

ALPES AVENTURE 2 rue du génépi 05120 L'ARGENTIERE LA BESSEE
06 81 21 81 97 info@alpes-aventure.com alpes-aventure.com

Association immatriculation ATOUT France affiliée APRIAM 073.1000023 ALPESPACE-LE NEPTUNE 50 voie Albert Einstein 73280
FRANCIN

Garantie financière : Groupama Assurance - Crédit - contrat n° 4000713451
Assureur RCP : MMA IARD 10 bd Marie et Alexandre Oyon (72) LE MANS

Barème de retenue en cas d'annulation de votre part :

A plus de 60 jours du départ, 5% du montant du séjour avec un minimum forfaitaire de 50 € par personne plus les frais non remboursables engagés au titre du transport aérien, bateau ou terrestres.

Pour le barème suivant, les frais d'annulation sont calculés hors prestations non remboursables, si il y en a.

De 60 à 31 jours : 15 % du montant total du voyage

De 30 à 21 jours : 35 % du montant total du voyage

De 20 à 16 jours : 50 % du montant total du voyage

De 15 à 7 jours : 75% du montant total du voyage

Moins de 7 jours : 100 % du montant total du voyage

Le montant de l'assurance n'est pas remboursable. Toute interruption volontaire du voyage de votre part n'ouvre droit à aucun remboursement, de même qu'une exclusion décidée par l'encadrement du séjour, pour niveau insuffisant ou non respect des consignes de sécurité.

En cas d'impossibilité d'effectuer le séjour, vous pouvez nous proposer une autre personne à la condition qu'elle remplisse les mêmes conditions et que nous n'ayons pas déjà engagé de réservation en votre nom propre, qui de ce fait resterait du. Vous êtes tenus de nous en informer au plus tard 7 jours avant le départ par lettre recommandée ou email avec accusé réception.

ALPES AVENTURE 2 rue du génépi 05120 L'ARGENTIERE LA BESSEE
06 81 21 81 97 info@alpes-aventure.com alpes-aventure.com

Association immatriculation ATOUT France affiliée APRIAM 073.1000023 ALPESPACE-LE NEPTUNE 50 voie Albert Einstein 73280
FRANCIN

Garantie financière : Groupama Assurance - Crédit - contrat n° 4000713451
Assureur RCP : MMA IARD 10 bd Marie et Alexandre Oyon (72) LE MANS