




## Tour du Mt Blanc en Liberté ( avec trf bagages ) <sup>(AM395)</sup>

### *Alpes du Nord - France*

**6 jours** (dont 6 jours : Randonnée )

*Prix à partir de 815.00 EUR p.p.*

Niveau	
Type	Individuel
Age minimum	15 ans
Portage	Affaires pour la journée
Hébergement	Gîte Refuge
Groupe	de 2 à 15 personnes
Repas	Demi-pension
Encadrement	En liberté



### *Les points forts de ce voyage*

- La grande classique de la randonnée alpine.
- Le passage par trois pays : France, Italie, Suisse.
- Un programme adapté à vos envies, avec ou sans portage des affaires.
- Deux extensions au choix pour prolonger votre voyage autour du Mont-Blanc.
- Un itinéraire harmonieux, conçu avec l'expérience du massif et un efficace réseau de partenaires.



#### TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)  
 25, Bohey - L-9647 DONCOLS  
 Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

## Votre voyage

**Cette boucle profite d'itinéraires nombreux et de différents niveaux par des vallées et des cols faciles. Majestueux, le Mont Blanc nous sert de guide et de repère sur les sentiers français, italiens ou suisses. Formule avec transport des bagages.**

Cette boucle profite d'itinéraires nombreux et de différents niveaux par des vallées et des cols faciles. Majestueux, le Mont-Blanc nous sert de guide et de repère sur les sentiers français, italiens ou suisses. Deux formules au choix pour découvrir les gîtes et les refuges, retirés sur les versants alpins ou les hôtels, au centre des villages.

### J 1/ Saint-Gervais-les-Bains-Le Fayet - Bellevue - col du Tricot - Les Contamines-Montjoie

Rendez-vous à 9 h 00 devant la gare SNCF du Fayet (Saint-Gervais-les-Bains). Montée grâce au célèbre tramway du Mont-Blanc jusqu'à Bellevue (1780 m). Vous êtes au pied de l'itinéraire de la voie normale du sommet du Mont-Blanc, et au point de départ de votre séjour ! Vous démarrez par une belle randonnée en traversée qui vous mène sous le glacier de Bionnassay. Puis, montée dans les alpages jusqu'au col du Tricot (2120 m). Le temps d'une pause pour profiter du panorama sur la vallée des Contamines-Montjoie, vous descendez par un sentier plus raide sur les bucoliques chalets de Miage (1559 m). Enfin, vous contournez le mont Truc (1811 m) pour rejoindre le village des Contamines-Montjoie où vous passerez la nuit.

• Temps de marche : 5h.

• M : 650 m. D : 1300 m.

• Hébergement : hôtel.

• Repas : soir.

**NB :** il est possible de raccourcir cette étape en supprimant la montée au col du Tricot. Itinéraire de substitution décrit dans le carnet de route.

### J 2/ Les Contamines-Montjoie - Notre-Dame-de-la-Gorge - col de la Croix-du-Bonhomme - Les Chapieux ou Ville des Glaciers

Court transfert matinal à Notre-Dame-de-la-Gorge (1210 m). Visite de la célèbre église baroque qui marque le départ du chemin romain, sentier ancestral qu'empruntaient les colporteurs en tout genre pour relier les vallées alpines. La montée progressive au col du Bonhomme (2329 m) annonce un superbe passage au sud du massif. Vous êtes à cheval entre le massif du Mont-Blanc et celui du Beaufortain. L'ascension se prolonge jusqu'au col de la Croix-du-Bonhomme (2433 m). Magnifique panorama sur le mont Pourri (3779 m). Descente dans les alpages pour une nuit au hameau typique des Chapieux (1549 m). Nuit en gîte aux Chapieux ou en refuge à Ville des Glaciers.

• Temps de marche : 6 h 30.

• M : 1300 m. D : 950 m.

• Hébergement : auberge ou refuge.

• Repas : matin et soir.

### J 3/ Les Chapieux ou Ville des Glaciers - col de la Seigne - val Veny - Courmayeur - refuge Elena

Départ de la randonnée à Ville des Glaciers (1800 m) où un arrêt à la ferme s'impose pour découvrir la fabrication du fameux fromage du Beaufort. Puis montée dans les beaux alpages du col de la Seigne (2516 m) jusqu'à la frontière italienne. De ce point de vue, les versants du massif deviennent plus qu'imposants, la vue est splendide ! Les sommets de légende comme le Mont-Blanc de Courmayeur, la Noire de Peutrey, les Grandes-Jorasses semblent à deux pas ! Descente dans le val Veny au pied du glacier du Miage et de son lac bucolique où vit une flore alpine unique. Court transfert à Courmayeur (1226 m), capitale des Alpes italiennes, visite rapide de la ville avant de rejoindre le fond du val Ferret et le refuge Elena (2052 m).

**NB :** si vous avez choisi la version "confort" : dîner libre et nuit à Courmayeur en auberge ou hôtel. Transfert dans le val Ferret le lendemain matin.

• Temps de marche : 6 h 00 ( 5 h dans la version "confort")

• M : 1050 m, D : 900 m. ( M : 800 m, D : 900 m, dans la version "confort")

• Hébergement : refuge, (hotel dans la version "confort").

• Repas : matin et soir. (matin uniquement dans la version "confort").

### J 4/ Refuge Elena - grand col Ferret - Ferret ou La Fouly - Champex

#### TREK AVENTURE



Agence trekking (Licence 191913)

25, Bohey - L-9647 DONCOLS

Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Cette journée plus courte en milieu de circuit est l'occasion de récupérer et de flâner. Après une nuit inoubliable au pied du glacier suspendu de Pré-de-Bar et du mont Dolent (3823 m), vous cheminez en direction du grand col Ferret (2537 m), col frontière entre l'Italie et la Suisse. Un dernier coup d'œil sur le val Ferret italien et vous plongez dans les doux alpages suisses pour atteindre le hameau de Ferret (1740 m). Transfert en bus pour le village de Champex et son charmant petit lac.

**NB** : il est possible de rallonger cette étape en ajoutant une traversée en balcon vers le village de La Fouly. Itinéraire décrit dans le carnet de route.

• Temps de marche : 4 h. (4 h 30 dans la version "confort").

• M : 500 m. D : 900 m. (M : 700 m, D : 900 m, dans la version "confort").

• Hébergement : auberge.

• Repas : matin et soir.

### J 5/ Champex - Les Bovines (en option : fenêtre d'Arpette) - Trient

Depuis Champex, vous partez à la découverte des alpages suisses célèbres pour leurs vaches qui produisent certains des fromages les plus reconnus des Alpes ! Des Bovines, la vue sur la vallée du Rhône et le Valais est incomparable. En option, une seconde randonnée vous est proposée, mais attention, cette étape est longue et plus engagée. La fenêtre d'Arpette (2665 m) est une splendide brèche d'altitude, sauvage, au pied du glacier des Grands. La journée s'achève au village de Trient (1280 m).

• Temps de marche : 5 h 30 à 8h.

• M : 700 à 1200 m. D : 800 à 1400 m.

• Hébergement : auberge.

• Repas : matin et soir.

### J 6/ Trient - col de La Balme - le Tour - Montroc

De Trient, vous montez rejoindre la frontière française au col de Balme (2191 m). Autre panorama sur le sommet et la vallée de Chamonix, l'un des plus beaux sur le sommet du Mont-Blanc, la mer de Glace et le glacier d'Argentière ! Descente (remontée mécanique optionnelle) dans les pistes d'alpages jusqu'au Tour (1453 m). Transfert en bus local ou train (depuis Montroc) jusqu'à Chamonix-Mont-Blanc. Rendez-vous au tabac la Brume Alpine pour récupérer vos bagages.

6 h 00 de marche. M : 900 m. D : 800 m.

• Temps de marche : 6h00

• M : 900 m. D : 800 m.

• Repas : matin .

**NB** : les temps de marche sont donnés à titre indicatif.

M : dénivelée ascendante. D : dénivelée descendante.

### Accès

- Ferroviaire :

Ligne TGV jusqu'à Saint-Gervais-Le Fayet. Horaires à vérifier au numéro court de la SNCF 3635 (0,34 €/mn) ou sur [www.voyages-sncf.com](http://www.voyages-sncf.com)

- Routier :

Autoroute blanche E25-A40 Lyon-Chamonix, sortie Saint-Gervais-Le Fayet.

Stationnement gratuit sur le parking de la gare de Saint-Gervais-Le Fayet. Parkings gratuits à Chamonix : Le Corzolet, parking près de l'hôtel Mercure, Les Planards, voirie de l'allée Recteur-Payot, rue Helbronner. Plus d'information sur [www.viamichelin.fr](http://www.viamichelin.fr)

- Possibilité de stationnement des véhicules personnels au téléphérique des Houches (gare téléphérique de Bellevue). Durant l'été, le stationnement est toléré et gratuit. Attention ! il faudra prévoir de redescendre au Fayet, lieu de rendez-vous avec le transporteur qui se charge de l'acheminement des bagages.

### L'hébergement

L'hébergement se fait en refuge d'altitude (petits dortoirs) ou en auberge dans un confort simple et une ambiance montagnarde. Les douches sont de plus en plus présentes dans les hébergements isolés de montagne.

**NB** : vous arrivez la veille ou souhaitez prolonger votre séjour ; il est impératif de réserver à l'avance



### TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)

25, Bohey - L-9647 DONCOLS

Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

### **vosre hébergement.**

- Nous pouvons vous réserver une ou plusieurs nuits dans notre hôtel partenaire au centre de Chamonix, l'hôtel Vallée Blanche : base chambre double et petit-déjeuner en haute saison (juillet-août) : 65 € par personne ; en basse saison (juin-septembre) : 50 € par personne. Supplément chambre individuelle possible : 35 € (basse saison et haute saison).

- Pour vos nuits en gîte, dortoir collectif, merci de contacter directement :

La Tapia, 152, avenue de la Frasse, Chamonix : 04 50 53 18 19 (tarif indicatif : nuit + petit-déjeuner 23 € par personne).

Le Chamoniard volant, 45, route de la Frasse, Chamonix : 04 50 53 14 09 (tarif indicatif : demi-pension 35 € ou nuit + petit-déjeuner 22 € par personne).

- Chambre d'hôte, merci de contacter directement : Maison des Vignes, 251, avenue Cachat-le-Géant (possibilité de parking et proche de la gare du Montanvers). Contacter Emily au 06 08 58 95 28. Chambre simple avec petit-déjeuner + draps + serviettes, 38 € par nuit.

Chambre double avec petit-déjeuner + draps + serviettes : 50 € par nuit (2 personnes).

Location appartement 4 personnes avec draps + serviettes : 90 € par nuit.

### **Nuits supplémentaires à l'hôtel Les Deux Gares, au hameau Le Fayet de Saint-Gervais-les-Bains (en face de la gare ferroviaire).**

- Haute saison et saison (1er juillet - 15 septembre 2012), base chambre double avec petit déjeuner : 47 €/personne. Base chambre double en demi pension : 60 €/personne. Supplément chambre individuelle : 20 €.

- Basse saison (avant le 1er juillet 2012 et après le 15 septembre 2012), base chambre double avec petit déjeuner : 42 €/personne. Base chambre double en demi pension : 54 €/personne. Supplément chambre individuelle : 20 €.

A noter : cet hôtel dispose d'un espace thermal ainsi que d'un parking couvert (3€/jour) et parking extérieur (1€/jour), sous réserve de disponibilité.

En cas d'indisponibilité à l'hôtel des Deux Gares, votre réservation sera automatiquement confirmée à l'hôtel La Chaumière ou Le Terminus. Ces 2 établissements sont situés, comme l'hôtel des Deux Gares, près de la gare ferroviaire du Fayet. Ils offrent des prestations équivalentes. Les coordonnées définitives de votre hôtel vous seront indiquées sur votre convocation. Le tarif restera inchangé..

## **LES DÉPLACEMENTS**

Pour votre confort et la qualité du séjour, nous avons choisi d'écourter certaines étapes moins intéressantes et de favoriser l'accès aux sites les plus remarquables. L'ensemble de ces transferts ou remontées mécaniques sont à votre charge (certains transferts pourront être réalisés par les propriétaires des hébergements).

J 1 : train à crémaillère Le Fayet-Saint-Gervais-les-Bains - Bellevue

J 2 : navette Contamines-Montjoie - Notre-Dame-de-la-Gorge.

J 3 : navette Les Chapieux - Ville des Glaciers ; navette Visaille - Courmayeur ; navette Courmayeur - Arnava (J 4 au matin dans la version &ldquo;confort&rdquo;).

J 4 : bus postal suisse Ferret - Champex via Orsières.

J 6 : remontée mécanique optionnelle col de Balme - Le Tour (750 m de dénivelée descendante).

NB : en début et/ou fin de saison, certaines navettes publiques nécessaires à la réalisation du circuit ne fonctionnent pas. Nous pourrions trouver des solutions alternatives ; nous consulter.

## **LE TRANSPORT DES BAGAGES**

Avec transport des bagages : vous portez uniquement vos affaires de la journée. Vos bagages sont transportés par véhicule, vous les retrouvez le soir à chaque hébergement. **Un seul sac souple, de 15 kg maximum, par personne.**

### **Les repas**

Nous avons le souci à la fois de vous assurer des repas équilibrés et adaptés à l'effort et de réduire au minimum



### **TREK AVENTURE**

Agence trekking (Licence 191913)

25, Bohey - L-9647 DONCOLS

Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

le poids des sacs.

- Les repas du soir, chauds et copieux, et les petits-déjeuners sont préparés par nos hôtes.



- Les pique-niques sont à réserver directement auprès des hébergements la veille pour le lendemain (compter 8 € par personne à payer sur place pour un repas complet : sandwich, salade, fromage, fruits en fonction des hébergements).

Sinon, il est possible de trouver des épiceries, divers commerces ou encore des refuges ou de gîtes, le long de l'itinéraire où vous pourrez vous ravitailler.

### **L'orientation**

Vous êtes maître de votre itinéraire et vous devez savoir utiliser une carte, la boussole. Le topo fournit au départ vous donne quelques précisions. A chaque étape, vous pourrez glaner des renseignements sur l'état des sentiers ou demander directement au responsable de l'hébergement.

## Dates et prix

 Promotion  Départs complet  Départ assuré

Destination	Thème	Départ	Retour	Durée	Tarif
Alpes du Nord	Tour du Mt Blanc en Liberté ( avec trf bagages )	10/06/2026	22/09/2026	6 jours	815.00 EUR

## Info pays



### Alpes du Nord

Les versants de l'Espace Mont Blanc sont Français, Suisse, Italien. Des Refuges et des hôtels confortables vous donneront tout loisir de contempler les panoramas des Alpes, le soir après une bonne douche. Les glaciers, l'alpage, les grands cols, Imaginez...

### Formalités administratives

#### France

La France étant membre de l'Union Européenne, il suffit d'une carte nationale d'identité ou d'un passeport en cours de validité pour les ressortissants d'un pays de UEM.

### Conseil(s) santé

#### France

Les conditions sanitaires sont équivalentes à celles de l'Europe et ne présentent aucun danger particulier.

Nous vous conseillons d'être à jour des vaccinations classiques : diphtérie, tétanos, RRO, hépatite B, poliomyélite, fièvre typhoïde.



## Infos pratiques

### Votre budget

**NOTE IMPORTANTE :** Dans la rubrique 'Le Prix Comprend', le prix du vol ( si applicable ) est en général basé sur un départ de Paris. Un départ d'un autre aéroport ( Bruxelles, Luxembourg, Genève, ... ) peut être demandé mais est susceptible d'un éventuel supplément de prix. Lors de la réservation, ce supplément vous est communiqué.

Par ailleurs, les prix indiqués sur cette fiche technique sont donnés à titre indicatif. Des modifications peuvent intervenir (les augmentations des taxes aériennes, les surcharges carburant, l'évolution du coût des prestations terrestres, etc. peuvent être répercutées sur le prix du forfait).

De même, des suppléments liés aux variations des prix des billets d'avion et aux disponibilités dans la classe tarifaire prévue pour le voyage peuvent s'appliquer en fonction de la date d'inscription.

Dans tous les cas, vous en serez informé au plus tard lors de votre inscription. Après votre inscription, seules les modifications prévues par l'article R211-8 du code du tourisme peuvent s'appliquer.

### Le prix comprend

- L'hébergement en auberge, gîte ou refuge base chambre partagée ou dortoir.
- Les petits-déjeuners du Jour 2 au Jour 6.
- Les dîners du Jour 1 au Jour 5
- Le transport des bagages aux étapes prévues.
- Le carnet de route (ainsi qu'une carte et les bons de réservation pour un groupe de 2 à 4 personnes).

### Le prix ne comprend pas

- L'assurance, l'assistance
- Les boissons et dépenses personnelles, les pourboires, les vivres de courses.
- Les piques-niques
- Les transferts au cours du circuit.
- Les extensions en début et en fin de séjour à réserver au moment de l'inscription - elles sont soumises au même fonctionnement que le circuit principal.
- Les entrées dans les sites, monuments, musées.
- Tout ce qui n'est pas indiqué sous la rubrique 'le prix comprend'
- Vos dépenses sur place : voir paragraphe ci-dessous.

### Autres dépenses sur place

- Les piques-niques : épicerie, supérettes ou refuges pour vos pique-niques (compter entre 10 ? et 15 ? par pique-nique pour un achat dans les différents hébergements).
- Le dîner du J 3 à Courmayeur (compter 15 à 20 eur par personne).
- Le train à crémaillère entre Le Fayet et Bellevue, tarif indicatif 20 eur.
- Navette entre Les Chapieux et Ville des Glaciers, tarif indicatif 3,5 eur.
- Navettes de Visaille à Courmayeur et de Courmayeur à Arnava, environ 3 eur pour chacun des tronçons. En début et fin saison, il pourra être nécessaire de réserver ou de négocier un taxi. Se renseigner la veille auprès de votre hôte et éventuellement se regrouper avec d'autres randonneurs présents sur le parcours ou en faire la demande auprès de nos services lors de votre inscription.
- Le bus (car postal suisse) de Ferret/La Fouly à Champex, tarif indicatif 9 ? (Si vous logez à Maya Joie, demandez à votre hébergement le pass Saint Bernard). En début et fin de saison, il est nécessaire de réserver un taxi. Vous pouvez en faire la demande auprès de nos services lors de votre inscription.
- Optionnel : le télésiège et la télécabine du col de Balme au Tour, tarif indicatif 20 eur.
- Les entrées dans les sites, monuments, musées.
- Les boissons.
- Les pourboires.

### Vous préparer à partir



#### TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)  
 25, Bohey - L-9647 DONCOLS  
 Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25



## Préparation physique

Pour profiter pleinement de votre voyage, n'oubliez pas d'entretenir votre forme une fois par semaine en marchant (15 km environ) si possible sur un parcours avec dénivelée (250 m/h) ou en pratiquant une activité sportive (1 h à 1h30).

## Votre pharmacie individuelle

Celle-ci sera validée avec un médecin en tenant compte du terrain d'aventure et de l'éloignement propres à ce voyage. Elle contiendra en principal :

- Un antalgique.
  - Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).
  - Un antibiotique à large spectre.
  - Un antispasmodique, un antidiarrhéique, un antiseptique intestinal, un antivomitif.
  - Des pansements et double peau, des compresses, de la bande adhésive, du Steristrip, du tulle gras.
  - Un antiseptique.
  - De la crème solaire et de la Biafine.
  - Vos médicaments personnels.
- En complément : collyre, répulsif contre les moustiques, pince à épiler, somnifère léger et/ou boules Quies, vos médicaments personnels.
  - Un stick pour les lèvres haute protection

## Equipement de base

L'ensemble de vos affaires est réparti entre deux sacs :

\* un sac à dos porté pendant la marche d'environ 30-40 litres pour vos affaires de la journée (pull, t-shirt de rechange, gourde, lunettes, crème solaire, petit matériel, appareil photo...), qui sera aussi le sac que vous garderez avec vous dans l'avion

\* un sac de voyage avec cadenas, souple et solide de 15 kg maximum, avec de préférence une fermeture éclair latérale (accès plus facile qu'un sac marin). Pendant le voyage, il contiendra les affaires que vous n'utilisez pas dans la journée. Transporté à dos de mule ou de chameau ou sur le toit d'un 4x4, votre sac sera dans tous les cas sanglé, callé, soulevé et banché un grand nombre de fois : évitez par conséquent les sacs rigides et les valises et préférez la solidité à l'esthétique.

> Vêtements de la tête aux pieds

- Une casquette, un chapeau, un bonnet ou un cheich ( désert )
- Des lunettes de soleil (indice 3 minimum, 4 pour la haute montagne)
- Une cape de pluie (suivant la saison )
- Des sous-vêtements respirants (séchage rapide)
- Une veste imperméable et respirante type Goretex
- Des T-shirts
- Une paire de gants
- Des pantalons de trek détachables à mi-jambe
- Un collant thermique ( suivant la saison )
- Un maillot de bain.
- Des vêtements de rechange.
- Des chaussettes de marche.
- Une paire de sandales.
- Une paire de chaussure ( voir rubrique ci dessous )
- Une paire de lacets de rechange.

Nous vous recommandons la boutique Trek Adventure pour trouver le matériel idéal grâce à la marque MILO [www.trekaventure.com/trekking/page/le\\_catalogue\\_milo](http://www.trekaventure.com/trekking/page/le_catalogue_milo)

> Matériel indispensable

- Une trousse de toilette et une serviette de bain.



### TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)  
25, Bohey - L-9647 DONCOLS  
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

- Une gourde (ou gourde poche à eau, pipette)
- Des serviettes humidifiées type lingettes.
- Du papier toilette.
- Un couteau de poche (en soute !).
- Quelques sachets plastiques pour protéger vos affaires.
- Une aiguille et du fil.
- des bâtons de marche.
- Couverture de survie (modèle renforcé).
- Briquet.
- Appareil photo.
- Livres de voyage.
- Lentilles jetables ou lunettes correctrices de secours.
- Une lampe frontale et ses piles.
- Un sac de linge sale pour séparer avec le linge propre.

> Pochette antiviol et documents

- Passeport (ou carte d'identité).
- Visa selon le pays.
- Carnet de vaccinations et indications médicales.
- Devises, carte de crédit.
- Contrat d'assistance et d'assurance
- Papiers personnels.

### A ne pas oublier dans vos valises

- En complément : collyre, répulsif contre les moustiques, pince à épiler, somnifère léger et/ou boules Quies, vos médicaments personnels.
- Un stick pour les lèvres haute protection

### A ne pas oublier dans vos valises

- Des chaussures de randonnée imperméables à tige montante et semelle offrant une bonne adhérence, type Contagrip ou Vibram
- Un drap-sac en coton ou en soie (les couvertures sont fournies par l'hébergeur)

### Nos astuces

1. En raison des retards de certains bagages, nous vous conseillons fortement d'emporter votre sac de couchage avec vous et le nécessaire pour pouvoir voyager les premiers jours, en bagage accompagné dans l'avion.
2. Laissez tout objet coupant (couteau, ciseaux, coupe-ongles, etc..) et briquet dans votre bagage destiné à la soute de l'avion car les contrôles de sécurité les interdisent à bord de l'avion.
3. La réussite de tout voyage est un délicat mélange de bonne humeur, de sentiments d'entraide, de convivialité, d'esprit de découverte, de bonne volonté, d'une participation aux tâches communes ainsi que le respect des traditions locales. Et n'oubliez pas des imprévus sont toujours possibles, dans ces moments adoptez la zen attitude : patience et tolérance.
4. Prenez une photocopie de votre passeport, de votre contrat d'assurance assistance et de votre billet d'avion en cas de perte des originaux.