ALPES / ITALIE

Ascension du Mont Rose

À partir de
825 €

EN RÉSUMÉ

SPOT	Mont-Rose
DURÉE	3 jours
NIVEAU	Avancé
PÉRIODE IDÉALE	Juin à septembre

LES SPORTS

Alpinisme

EN QUELQUES MOTS

Le massif du Mont Rose est le deuxième massif le plus haut des Alpes. Un véritable bouquet de sommets de plus de 4000 mètres compose ces montagnes situées à cheval entre l'Italie et la Suisse. La Pointe Dufour, à 4634 m, en est le point culminant. Ici l'amateur de cimes aériennes et de vues plongeantes ne pourra que se sentir comblé.

LES POINTS FORTS

- Un paysage glaciaire unique, au milieu des sommets à plus de 4000 m
- Un programme en trois jours pour ceux qui ont peu de disponibilités
- Une expérience unique et en toute sécurité

BUDGET

Période idéale : **juin à septembre**

695 à 725 € : prix par personne, sur la base d'un groupe de 4 personnes
Départs programmés tous les vendredis de juin à septembre : consultez-nous pour connaitre les disponibilités.

Sur ce voyage vous rejoignez un groupe constitué d'individuels comme vous, accompagné par un guide francophone : c'est une bonne façon de découvrir la montagne encadré par un professionnel de notre équipe, d'y rencontrer d'autres voyageurs comme vous pour partager vos émotions, de vous laisser porter par le programme, et accessoirement de partager les frais de transport et d'encadrement !

Nb : si vous souhaitez être seuls lors de votre voyage. N'hésitez pas à nous appeler pour de plus amples informations sur le déroulement de nos voyages et de toutes les possibilités qui s'ouvrent à vous.

LE PRIX COMPREND

- L'hébergement en demi-pension dans les refuges.
- Les pique-niques.
- Les remontées mécaniques nécessaires au déroulement normal du programme.
- L'encadrement par un guide de haute montagne.
- Le matériel collectif nécessaire à la sécurité.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le matériel technique individuel : chaussures d'alpinisme, crampons, piolet, baudrier, etc...
- Les boissons dans les refuges et dépenses personnelles.
- Assurance/ assistance : fais de recherche, secours, rapatriement en hélicoptère obligatoires en Suisse et Italie dans votre contrat.
- Les déplacements jusque et depuis le lieu de rendez-vous/dispersion
- Tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique 'le prix comprend'.

JOUR PAR JOUR

JOUR 1
Gressoney-La-Trinité, Pointe Giordanni

PETIT-DÉJEUNER libre

Rendez-vous en tout début de matinée à Staffal, situé à 4km de Gressoney-la-Trinité en Italie, à 1850m d'altitude. Vérification du matériel (vous devez arriver tout équipés) et distribution des picnics puis nous prenons le téléphérique de la Punta Indren. De là nous remontons le glacier du même nom, d'abord vers l'ouest puis vers le nord, en longeant sa rive est pour atteindre la Pointe Giordani à 4046m par son arête suivant les conditions. La pyramide Vincent nous surplombe encore de 170m. Nous rejoindrons ensuite le refuge Mantova.

JOUR 2
Ascension de la Pointe Gnifetti à 4554m

Du refuge Mantova nous commencons la journée en remontant le glacier Garstelet vers le nord-est, en direction de la Pyramide Vincent, puis vers le petit glacier du Lys le long de la base ouest de la Pyramide Vincent. Après l'îlot rocheux de Balmerhorn nous atteignons le col du Lys à 4248m. Nous continuons le long des séracs de la base orientée vers le nord de la ParrotSpitze. Après le Col Sesia, nous montons vers le nord en traversant le haut du Grenzglacier. Peu de temps avant d'atteindre le Col Gnifetti 4454m, nous tournons sur la droite et nous montons le dernier tronçon raide pour arriver à la pointe Gnifetti ou Signalkruppe à 4554m. L'effort était intense mais la récompense qu'offre la vue magnifique sur les sommets alentours vaut bien le déplacement.

JOUR 3
Ascension de la Zumsteinspitze (4563m)

DÎNER libre

Ascension facile du dernier sommet de notre raid : la Zumsteinspitze à 4563m. En face de nous se dresse la Pointe Dufour (4634m), le plus haut sommet de ce massif et deuxième plus haut sommet des Alpes. Retour vers la cabane de Mantova avant de retrouver les remontées mécaniques de la Punta Indren.

À NOTER

Important : Ce programme peut être modifié sur décision du guide si les conditions en montagne, la météo ou la condition physique des participants le nécessitent .

Pour des raisons de sécurité et pour garantir un niveau homogène correspondant à celui annoncé, l'encadrement et l'organisation se réservent le droit d'interrompre votre participation si votre niveau technique et/ou votre forme physique ne correspondent pas à ceux requis.

En aucun cas cette interruption ne pourra donner lieu à un remboursement ou à un versement d'indemnité.

DÉTAIL DU VOYAGE

NIVEAU

Difficulté techniques

Durant ce raid, il y aura peu de passages glaciaires techniquement difficiles, mais ils peuvent être délicats. Une première expérience de marche en crampons (cramponnage) est conseillé pour la sécurité du groupe.

Nous réviserons les principes de base le premier jour : comment s'encorder et les règles de sécurité pour évoluer sur glacier. Le guide contrôlera la sécurité en permanence.

Difficultés physiques

Ce séjour nécessite une excellente endurance car vous allez passer trois jours au-dessus de 3000m. Le portage des sacs ne doit pas être un handicap, il faut donc bien choisir ce que l'on emporte pour ne pas dépasser 10 à 12 kg. Si vous avez possibilité de randonner en montagne durant les jours précédents, prévoyez de monter déjà un peu en altitude durant la journée.

Engagement

Nous sommes en altitude mais nous demeurons toujours accessible en cas de besoin. Nous pouvons également redescendre rapidement si nécessaire. En cas de mauvais temps, un certain isolement peut se faire ressentir.

ENCADREMENT

Notre séjour est encadré par un guide de haute montagne certifié : il pourra modifier le programme à tout moment si les conditions en montagne, la météo ou la condition physique des participants le nécessite et dans un souci de sécurité. (Un guide pour 4 personnes maximum.)

ALIMENTATION

Repas

• Pique-niques le midi,
• Le soir les repas sont pris dans les refuges.
• Les vivres de course ne sont pas compris dans le séjour : pensez à prévoir des barres énergétiques, fruits secs, barres chocolatées à votre convenance avant le départ.

Merci de nous indiquer à l'inscription vos éventuels régimes ou allergies alimentaires.

Boissons

• LES BOISSONS NE SONT PAS COMPRISES DANS LE SÉJOUR.

L'eau est payante dans les refuges : comptez 5 à 8 Euros par bouteille suivant les refuges, pensez à prévoir de la monnaie pour l'eau et les autres boissons que vous consommerez : thé, café, bière, coca, etc...

HÉBERGEMENT

Les nuits en refuges se passent en dortoirs, les couvertures sont fournies. Le matériel de toilette sera réduit au minimum. Des chaussons sont à votre disposition, il est donc inutile de prévoir des chaussures pour le refuge.

HEURE ET LIEU DE RENDEZ-VOUS

Rendez-vous en tout début de matinée à Staffal, situé à 4km de Gressoney-la-Trinité en Italie

ACCÈS AU LIEU DE RENDEZ-VOUS

Vous accédez au lieu de rendez vous par vos propres moyen.

FIN DU SÉJOUR

Dispersion en fin d'après midi le dernier jour du séjour.

SE LOGER AVANT OU APRÈS LE CIRCUIT

Nous consulter

PARKING PENDANT LE CIRCUIT

Nous consulter

DÉPLACEMENT

Vous utilisez vos propres moyens pour vous déplacer.

POURBOIRES

Le pourboire n’est en rien une obligation et doit être laissé à l’appréciation de chacun. Son montant dépend de l’appréciation du service rendu et doit tenir compte de l’économie locale. Les pourboires trop importants, compte tenu du niveau de vie général du pays visité, déstabilisent les équilibres économiques locaux. Bien que très peu répandue en France, sa pratique l’est dans le monde entier. Pour ce voyage, nous vous conseillons un montant entre 10 et 20€ par personne.

BAGAGES ET TRANSFERT

Un sac à dos d'une contenance de 45/50 litres avec ceinture abdominale et bretelles confortables, et les attaches pour le matériel technique à l'extérieur

EQUIPEMENT

MATÉRIEL FOURNI SUR PLACE

• Le matériel collectif (cordes, broches à glace) est fourni.
• Dans les refuges des chaussons sont à votre disposition.

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

• Bonnet .
• Chapeau (ou casquette) pour le soleil et/ou foulard.
• Lunettes de glacier (catégorie 4)
• 1 paire de gants très chauds de montagne ou moufles.
• 1 paire de gants en fourrure polaire ou laine.
• 1 paire de sous gants (facultatif)
• Sous-vêtement technique respirant.
• Sous-pull technique respirant (carline, fourrure polaire légère...)
• Veste polaire.
• 1 veste coupe-vent et imperméable type Goretex.
• 1 collant technique respirant.
• 1 pantalon de montagne confortable.
• 1 pantalon coupe-vent et imperméable type Goretex
• 2 paires de chaussettes, une paire fine et une plus épaisse
• Une paire de guêtres.
• Un drap type sac à viande (il y a des couvertures en refuge).
• 1 pochette étanche avec votre argent, papiers d'identité, contrat d'assurance/assistance et les numéros de téléphone d'urgence.

Nb : cette liste est générique et est censée couvrir l'ensemble des conditions météo que vous pouvez rencontrer, elle devra être adaptée aux conditions prévues lors de votre séjour. Prévoyez toujours des affaires chaudes, même quand les températures sont hautes en vallée.

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

• Chaussures de haute montagne cramponnable (les chaussures de trek ne sont pas suffisantes).
• Un sac à dos confortable, sans armature, de type anatomique et d'une contenance 50 litres.
• Un piolet, des crampons avec antibott, un baudrier équipé de deux mousquetons à vis, un casque.
• Une paire de bâtons télescopiques.
• Une petite trousse de toilette réduite au strict minimum
• Une crème de protection solaire (visage et lèvres).
• Une lampe frontale (type LED), avec piles de rechange.
• Un couteau de poche.
• Papier hygiénique + briquet.
• Deux à trois sacs en plastique (100 litres) pour protéger le sac à dos en cas de pluie.

GUIDE DE VOYAGE

LES ALPES EN QUELQUES MOTS

Haut lieu de randonnée et d'alpinisme, les Alpes sont le paradis des amoureux de nature. Entre ses nombreux sommets et chaînes de montagne, ses parcs naturels et le Mont Blanc, il y en a pour tous les goûts et tous les niveaux sur les 1200 km du massif alpin !
Découvrez les différents massifs des Alpes : Bauges, Chartreuse, Vercors ou plus au sud Mercantour, vallée des Merveilles ou encore Queyras. Grâce à la randonnée, on atteint des montagnes préservées où l'on trouve une faune et une flore exceptionnelle : plis de 30 000 espèces animales et 13 000 espèces végétales. C'est un terrain de jeux formidable pour la randonnée, le trail, l'alpinisme sur les montagnes les plus hautes et l'hiver le ski, les raquettes, le ski de randonnée ou même le traîneau à chiens !

De beaux parcours se font également en trek itinérant, ce qui permet de s'immerger complètement dans cette nature à quelques pas de chez nous ! Qui aurait cru à une telle diversité dans notre cher hexagone ?