



Bishorn 4153m & cirque de Zinal



AZMT 10

Entouré d'un nombre impressionnant de sommets de plus de 4000m et composé d'une multitude de glaciers, de formes et d'étendues aussi diverses que surprenantes, le Cirque de Zinal offre à l'alpiniste un fantastique terrain d'aventure - avec en prime l'ascension du Bishorn 4153m.

TOPO 5 jours

J1 - Cabane du Mountet 2886m : tout en longeant le glacier de Zinal et en côtoyant les belles faces est du Grand Cornier, nous rejoindrons le refuge du Mountet. **↗ 1 200 m**

J2 - le Blanc de Moming 3663m : ici la nature s'est surpassée pour mettre en harmonie divers éléments qui donnent à cette course un caractère rare dans un cadre d'une beauté exceptionnelle. Nuit au refuge du Grand Mountet

J3 - le Trifhorn 3713m : Situé dans l'incomparable chaîne Ober-Gabelhorn- Zinalrothorn, le Trifhorn offre à l'alpiniste une très jolie course de neige et une vue exceptionnelle sur la face Nord de l'Obergabelhorn et la face sud du Zinalrothorn. Nuit au confortable refuge du Petit Mountet 2142m

J4 - cabane du Petit Mountet - cabane de Tracuit 3250m : les contemplatifs pourront savourer le paysage depuis la panoramique terrasse du refuge, tandis que les insatiables pourront gravir la Tête de Milon 3700m.

J5 -C'est par la face Nord et le Turtmann Gletseher que nous gravirons le Bishorn 4153m. Une savoureuse course de neige : appareil photo indispensable ! **↗ 900 m ↘ 2500 m.**

NB : Ce programme n'est donné qu'à titre indicatif. Pour des raisons évidentes de sécurité, le guide peut à tous moments modifier l'itinéraire ou interrompre le séjour d'un participant n'ayant pas le niveau requis pour sa propre sécurité et celle des autres, ou bien annuler le séjour pour cause de très mauvais temps. Les participants ne pourront prétendre à aucun remboursement sauf dans le dernier cas.

RENDEZ -VOUS

Le premier jour du raid à 11h devant l'office de Tourisme de Zinal, dispersion le dernier jour au même endroit vers 16h.

NIVEAUX

Technique ↗ ↘ Randonnée glaciaire accessible à tous. **Habitude du cramponnage indispensable.**

Physique * * 6 à 8h de marche par jour. Dénivelée moyenne 900 à 1000m. Préparation physique nécessaire.

Portage 🧡🧡 affaires personnelles (éviter le surplus) + vivres de courses pour plusieurs jours (env. 2 Kgs)

ENCADREMENT : guide de haute montagne

GROUPE : 4 à 5 personnes

CARTOGAPHIE - BIBLIOGRAPHIE

📍 📄 carte au 1/25 000ème, carte suisse n° 1308 ST NIKLAUS, n° 1327 EVOLENE

- carte au 1/50 000ème, carte suisse n° 283S AROLLA, carte suisse n° 274 S VIPS

📖 "les alpes Valaisannes "" de Denis Bertholet – ed. Denoël - collection "100 plus belles"

TELEPHONE

En cas d'urgence message à Azimut ☎️ **04.92.23.07.24**, ou en refuge

FORMALITES

Carte d'identité en cours de validité

Formulaire européen de la Sécurité Sociale (ancien E111) en cas de nécessité: médecin ou autre.

MONNAIE : Francs suisses (1.60 FS = 1 €) ; prévoir des francs suisses pour les dépenses de boissons dans les refuges (env.12€/j).

HEBERGEMENT pendant le séjour

J1- J2	Cabane du Grand Mountet	☎️ 0041. 27.475.14.31
J3	Cabane du petit Mountet	☎️ 0041.27.475.13.80
J4	Cabane de Tracuit	☎️ 0041.27.475.15.00

HÉBERGEMENT avant et après le séjour

Hôtel Le TRIFT**

☎ 0041.27.475.14.66

Hôtel EUROPE ***

☎ 0041.27.475.44.04 Fax : 0041.27.475.44.14

Auberge Alpina sortie Zinal

☎ 0041.27.475.12.24

Office du tourisme de ZINAL : ☎ 0041.27.475.13.70 -fax : 0041.27.475.29.77

COUCHAGE

Un sac en drap + 1 taie d'oreiller (hygiène).

MATERIEL (liste non exhaustive donnée à titre indicatif)

<u>Pour la tête</u> Bonnet, casquette. Foulard ou Buff. Lunettes de soleil + une paire de rechange.	<u>Pour le corps</u> Sous-vêtements thermiques (carline, polaire) Veste en polaire Veste Gore Tex
<u>Pour les mains</u> Gants chauds Eventuellement sous gants en soie	<u>Pour les jambes</u> <u>Pantalon</u> de montagne, guêtres
<u>Pour les pieds</u> Chaussettes de randonnée. Chaussures de montagne (semelles Vibram si possible)	<u>Divers</u> Lampe frontale. Appareil photo Gourde isotherme (éventuellement), couteau Crème solaire + Serviette & Trousse de toilette

Sac à dos 50 l

MATERIEL TECHNIQUE : Crampons, baudrier, piolet, casque.

Si vous n'avez pas le matériel, nous pouvons le louer pour vous, voir bulletin de réservation ou sur place

PHARMACIE PERSONNELLE : vos médicaments habituels, jeu de pansements adhésifs, compeed, compresses désinfectantes, complexe poly vitaminé, médicaments contre la douleur (aspirine ou équivalent), éventuellement antibiotique à large spectre, traitement anti-diarrhéique (Immodium/Ercéfuryl), flagyl, spasfon.

PRIX : 740 €

LE PRIX COMPREND : l'organisation, l'encadrement par un guide de haute Montagne, la pension complète le 1er jour du raid le soir au dernier jour à midi, (pique nique le midi), le prêt du matériel collectif.

LE PRIX NE COMPREND PAS : les boissons, le matériel individuel, les frais à caractère personnel, l'assurance.

REGLEMENT : acompte de 30 % à l'inscription + le paiement de l'assurance si vous la souscrivez, le solde 15 jours avant le départ sans rappel de notre part. Vous pouvez également payer directement par CB sur notre site Internet.

ASSURANCE: Il est vivement recommandé d'être bien assuré en annulation, **frais de recherche et rapatriement obligatoire** (vérifiez bien que vous êtes couverts en garantie "Recherche-Secours" pour au minimum 3 812 Euros. Si vous payez par CB Premier ou Gold, demandez à votre service commercial (N° au dos de la carte) l'étendue de votre garantie.

ACCES * Attention pour utiliser les autoroutes suisses, il est nécessaire d'être muni de la vignette environ 50 FS.



➤ Consulter le site www.viamichelin.fr ou www.mappy.fr pour établir votre itinéraire

Info route : CRIR LYON ☎ 04 78 53 33 33 - CRIR Marseille ☎ 04 9178 78 78 - Col du Lautaret ☎ 04 92 24 44 44

➤ Genève/Lausanne/Montreux/Martigny/Sion en autoroute et route jusqu'à Sierre puis Zinal

Gare SNCF de Sierre

Ces horaires sont fournis à titre indicatif, consulter l'OT de SUISSE ou le site Internet des chemins de fer suisses :

<http://www.sbb.ch/fr/>

➤ ligne de PARIS/BASEL/BERN/BRIG

Aller : Paris Est/ Sierre puis Bus jusqu'à Zinal. Retour : Sierre /Paris

DERNIÈRES RECOMMANDATIONS AVANT LE DÉPART

- laissez nos coordonnées à vos proches
- vérifiez l'équipement demandé
- vérifiez les piles d'appareil photo/caméra
- emportez une carte d'identité ou passeport en cours de validité
- de l'argent en petites coupures, carte CB (achats personnels et boissons dans les refuges)
- Votre n° de contrat et les coordonnées de votre assureur si vous n'avez pas souscrit d'assurance auprès d'Azimut



Bulletin d'inscription

AZMT10 BISHORN CIRQUE DE ZINAL (5 jours)

Cochez la case correspondant à votre choix

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> AZMT 010 25 au 29/06/2012 | <input type="checkbox"/> AZMT 014 30/07 au 03/08 |
| <input type="checkbox"/> AZMT 011 09 au 13/07 | <input type="checkbox"/> AZMT 015 06 au 10/08 |
| <input type="checkbox"/> AZMT 012 16 au 20/07 | <input type="checkbox"/> AZMT 016 13 au 17/08 |
| <input type="checkbox"/> AZMT 013 23 au 27/08 | |

Montant de la participation aux frais :

740 euros

Je souscris à l'assurance annulation

ATTENTION : L'assurance doit être souscrite obligatoirement au plus tard 1 mois avant le départ.

1,90 % de la participation aux frais oui non _____ euros
=

PARTICIPANT

NOM :

Prénom :

Adresse :

Tel domicile :

Tel. Travail :

Portable :

Mail :

N° d'adhérent :

(Si vous êtes adhérent hors Ile de France joindre copie de votre carte + 7 euros)

Personne à prévenir en cas d'accident :

Nom :

Prénom :

Adresse :

Téléphone :

Lien de parenté :

Je certifie avoir pris connaissance du programme de la fiche programme relative à la sortie à laquelle je m'inscris et des conditions d'inscription (générales et spécifiques)

Je prends l'engagement de me conformer à toutes ses indications, notamment en ce qui concerne le matériel et l'équipement.

Je certifie que ma condition physique et mon niveau technique sont ceux requis

Date :

Signature :

