

Haute route du Mont Rose

16-21 juillet AZMT 27

30 juillet - 4 août AZMT28

6-11 août AZMT 29

20-25 août AZMT 30

Un itinéraire superbe, dans un cadre grandiose qui n'est pas sans rappeler l'ambiance haute altitude des lointaines contrées himalayennes- sans bien sûr les soucis que pose cette haute altitude himalayenne. Au menu des courses prestigieuses qui ont toutes fait rêver des générations d'alpinistes de toutes étoffes : Breithorn, Castor, Pyramide Vincent, Pointe Margherita, sans oublier la splendide descente du Grengletscher qui – tout en côtoyant l'impressionnante face Nord du Lyskamm- nous conduira jusqu'au Gornergrat.

TOPO 6 jours

J1 - départ de Zermatt – 1600 m. Téléphérique jusqu'à Trockener steg – 2950 m puis par le Theodulgletscher nous rejoindrons le **refuge de Testa Grigia – 3480 m** ↗ 500 m 2 h de marche

J2 - Testa Grigia au refuge Lambronecca – 3450 m avec au passage l'ascension du panoramique **Breithorn – 4164 m** ; coup d'œil admiratif sur le Cervin, indiscutable seigneur des lieux. ↗ 700 m ↘ 700 m TM : 5 à 6 h

J3 - Traversée du Castor - 4228 m : une très belle course de neige avec une traversée d'arêtes sans difficulté mais aérienne. Nuit au refuge Quintino Sella -3585 m. ↗ 800 m ↘ 700 m TM : 6 à 7 h.

J4 - Par le **nez du Lyskamm-4100 m**, et la **Pyramide Vincent-4246 m**, nous rejoindrons le confortable **refuge Gnifetti – 3458 m**. Décor et fantastique ambiance, il est indispensable d'avoir l'appareil photo. ↗ 670m ↘ 490 m TM : 6 à 7 h

J5 - Col de Lys -4246 m et pointe Margherita - 4554 m, une splendide étape qui conduit en douceur à l'un des refuges les plus panoramiques du monde, **la cabane Margherita** où nous passerons la nuit. ↗ 1100 m TM 6 à 7 h

J6 - Histoire de grimper sur l'un des sommets du Mont Rose, nous ferons l'**ascension du Zumsteinspitz -4500 m-** avant d'entreprendre la longue et grandiose descente du Gonergratt puis Zermatt.

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

A 14 h30 au buffet de la gare ferroviaire de Zermatt . Séparation le dernier jour au même endroit vers 13 H

LES NIVEAUX

Technique 3 piolets (voir brochure Glaces et sentiers p.8) 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)

CONSEIL

Une bonne condition physique est indispensable, non pas du fait des étapes, mais du fait de l'altitude. Ce séjour n'est pas techniquement difficile, mais plusieurs passages sur des pentes raides et exposées obligent à une bonne maîtrise du cramponnage

CARTOGAPHIE - BIBLIOGRAPHIE

🌐 Carte suisse au 1/50 000 Zermatt Saas Fee N° 284 et N° 294. Carte Kompass au 1/50 000 Massif du Mont Rose
📖 "les alpes Valaisannes "" de Denis Bertholet – ed. Denoël - collection "100 plus belles"

N° DE TELEPHONE UTILE

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 (1.55 FS = 1 €) ; prévoir des francs suisses pour les dépenses de boissons dans les refuges.

HEBERGEMENT pendant le séjour

| | | | |
|----|----------------------|----|--------------------|
| J1 | ☎ 0039.0166.94.83.69 | J4 | ☎ 0039.0163.78.015 |
| J2 | ☎ 0039.0125.30.80.83 | J5 | ☎ 0039.0163.91.039 |
| J3 | ☎ 0039.0125.36.61.13 | | |

Hébergement avant et après le séjour

A Zermatt : Office du tourisme ☎ 00.41.27.967.01.81

Hotel Banhoff ☎ 00.41.27.967.24.06

Auberge de Jeunesse ☎ 00.41.27.967.23.20

Hotel Bambi ** ☎ 00.41.27.967.66.65 Fax: 00.41.27.967.66.51

Hotel Mischabel * ☎ 00.41.27.967.11.31 Fax: 00.41.27.967.65.07

à Herbriggen / St Niklaus

* Hôtel Mattsand ☎ 00.41.27.956.16.80 Fax 27.956.30.14 *Cet hôtel est nettement supérieur en qualité aux hôtels de Zermatt.*

A Brig

Pension Poste Chibadou : ☎ 00.41.27.924.45.54 fax 27.924.45.53

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> Pantalon 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, 1 anneau de corde de 2.80m en 8 ou 9 mm, 1 descendeur avec 2 mousquetons à vis.

* Si vous en possédez un ARVA, veuillez nous le signaler.

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). Eventuellement antibiotique à large spectre, traitement anti-diarrhéique (immodium /ercéfuryl) flagyl, spasfon

PRIX : 995 €

LE PRIX COMPREND : L'organisation, l'encadrement par un guide de haute montagne, la 1/2 pension dans les refuges 5 nuits, les pique-nique le midi 5j, le téléphérique, le prêt du matériel collectif.

Le prix ne comprend pas : Les boissons, les frais à caractère personnel, **pas d'eau potable dans les refuges** (sauf au Monte Rosa)

REGLEMENT

Acompte de 30 % à l'inscription auprès du secrétariat CAF idf.

ASSURANCE

Il est vivement recommandé d'être bien assuré en annulation, frais de recherche et rapatriement. 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

 ➤ 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

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

➤ vous devez obligatoirement laisser votre voiture à Tasch et rejoindre Zermatt en train (il y a de très nombreuses navettes) ou à Visp à 200 m de la gare; il y a un très grand parking gratuit. le parking à Tasch est payant : env. 25 € pour 5 jours.

 **Gare ferroviaire de ZERMATT** Consulter le site Internet: www.cff.ch pour plus d'infos

➤ vous devez changer à Brig et prendre le train pour Zermatt.

Dernières recommandations avant le départ

- laisser nos coordonnées à vos proches
- vérifier l'équipement demandé
- vérifier les piles d'appareil photo/caméra
- emporter une carte d'identité ou passeport en cours de validité
- prendre des espèces et votre carte CB pour vos achats personnels et les boissons dans les refuges
-

LOCATION MATERIEL

Si vous n'avez pas le matériel, afin de vous éviter d'avoir du matériel à transporter, nous pouvons le louer pour vous auprès d'un magasin de sport sur Vallouise, voir bulletin de réservation

Prix location 6 jours sur Vallouise (*Tarif fourni à titre indicatif)

Chaussures de montagne: > cuir : 33 € >plastique : 31€

Crampons anti-bottes : 30 €

piolet : 19 €

Baudrier : 26 €

Casque : 19 €

* Les prix indiqués peuvent subir des variations si nous étions amenés à louer sur d'autres sites. La facture de location sera à régler au guide à la fin du séjour .

COUPON RESERVATION MATERIEL

à retourner 15 jours avant le départ

par fax au 001.42.18.19.29

Séjour : **HAUTE ROUTE DU MONT ROSE**
DATE : **du au**

NOM :

PRENOM :

Téléphone :

JE DESIRE LOUER :

Chaussures
Piolet
crampons
Baudrier
Casque

Pointure :
Taille :

Poids:

Chèque réservation matériel
à l'ordre de SVTS VALLOUISE