

# Chamonix Zermatt



(AZMT34 – AZMT35 – AZMT36 – AZMT37 – AZMT38)

Relier à travers des paysages grandioses, les deux capitales de l'alpinisme : un rêve à réaliser et un souvenir inoubliable.

## TOPO 7 jours

**J1 - Rendez-vous à 14h au pied du téléphérique de Chamarillon - village du Tour.** Télécabine de Chamarillon et montée au refuge Albert 1er -2702 m. ⬆️500 m TM : 2 h

**J2 - Avec en toile de fond les splendides faces des aiguilles d'Argentière et du Chardonnet nous rejoindrons Champex - 1466 m, en passant par le col du Tour -3200 m et le col d'Orny -3170 m. ⬆️600 m ⬇️1600 m TM: 6 à 7 h**

**J3 - Transfert à Mauvoisin -1900 m. Montée en douceur, tout en longeant le lac Mauvoisin, jusqu'à la cabane de Chanrion -2462 m. ⬆️560 m TM : 3 à 4 h**

**J4 - Par l'inoubliable glacier d'Ottema, nous rejoindrons la cabane des Vignettes -3160 m. ⬆️800 m ⬇️300 m TM: 6 à 7 h**

**J5 - Un regard admiratif au pigne d'Arolla -3796 m, avant de franchir le col de l'Evêques -3392 m, et de descendre le haut glacier d'Arolla. Montée par un magnifique sentier jusqu'à la cabane de Bertol -3311 m. ⬆️1150 m ⬇️700 m TM: 7 à 8 h**

**J6 - Splendide et inoubliable panorama depuis le sommet de la Tête Blanche -3724 m, que nous atteindrons en remontant le glacier du Mont Miné. Descente sur Schönbielhütte -2964 m par le glacier Tiefmatten. ⬆️500 m ⬇️1100 m TM : 6 à 7 h**

**J7 - Clin d'œil admiratif au majestueux Cervin, en descendant le beau glacier de Zmutt pour rejoindre Zermatt. TM: environ 3 h**

**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

**14h au pied du téléphérique de Chamarillon - village du Tour.** Séparation à Zermatt le dernier jour vers 12 h

## LES NIVEAUX

**Technique** ⚔️ Randonnée glaciaire accessible à tous. Il est cependant préférable d'avoir déjà marché avec des crampons.

**Physique** 🌟 5 à 6 h de marche par jour. Dénivelée moyenne en montée 800 à 900m. Rythme lent. Petite préparation physique conseillée.

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

## CONSEIL

Une mise en jambe en douceur doit permettre de terminer ce raid sans problème et en pleine forme. Il n'y a pas de difficulté technique particulière, mais une bonne condition physique est évidemment indispensable.

## CARTOGAPHIE - BIBLIOGRAPHIE

🌐 IGN 1/25000 TOP 25 - 3630 OT Chamonix Mont blanc Carte suisse : 1/50000 Martigny n°282 - Arolla n°283 - Mischabel n° 284; Ensemble de l'itinéraire pour la Suisse - Valais 1/120000 Kummerly + Frey

## 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( env12€/j).

## HEBERGEMENT pendant le séjour

|    |                               |                       |    |                      |                       |
|----|-------------------------------|-----------------------|----|----------------------|-----------------------|
| J1 | Refuge Albert 1 <sup>er</sup> | ☎️ 04.50.54.06.20     | J4 | Cabane des Vignettes | ☎️ 00.41.27.283.19.42 |
| J2 | Gîte                          | ☎️ 00.41.27.783.12.21 | J5 | Cabane Bertol        | ☎️ 00.41.27.283.19.29 |
| J3 | Cabane Chanrion               | ☎️ 00.41.27.778.12.09 | J6 | Cabane Schönbiel     | ☎️ 00.41.27.967.13.54 |

## HEBERGEMENT avant et après

**A Chamonix :** Gîte la Bagna (Les Praz) ☎️ 04.50.53.62.90

Hôtel la Chaumière

☎️ 04.50.53.70.81

Office du Tourisme Chamonix ☎️ 04.50.53.00.24

**A Zermatt :** Office du tourisme ☎️ 00.41.27.967.01.81

## COUCHAGE

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

## MATERIEL (liste non exhaustive donnée à titre indicatif)

|  |  |
|--|--|
| <u>Pour la tête</u><br>Bonnet, casquette.<br>Foulard ou Buff.<br>Lunettes de soleil + une paire de rechange. | <u>Pour le corps</u><br>Sous-vêtements thermiques ( carline, polaire)<br>Veste en polaire<br>Veste Gore Tex                                      |
| <u>Pour les mains</u><br>Gants chauds<br>Eventuellement sous gants en soie                                   | <u>Pour les jambes</u><br>Pantalon de montagne,<br>guêtres   |
| <u>Pour les pieds</u><br>Chaussettes de randonnée.<br>Chaussures de montagne (semelles Vibram si possible)   | <u>Divers</u><br>Lampe frontale. Appareil photo<br>Gourde isotherme (éventuellement), couteau<br>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 : 825 €**

**Le prix comprend** : l'organisation, l'encadrement par un guide de Haute Montagne. L'hébergement en refuge en pension complète du 1er jour le soir au dernier jour le midi (pique nique le midi) ; les remontées mécaniques au départ et les transferts inhérents au séjour jusqu'à Zermatt.

**Le prix ne comprend pas**: les boissons, les frais à caractère personnel, la location éventuelle du matériel, l'assurance, **les remontées mécaniques pour descendre sur Champex, le retour de Zermatt à Chamonix (\*)**.

## 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.

## ACCES



➤ Consulter le site [www.viamichelin.fr](http://www.viamichelin.fr) ou [www.mappy.fr](http://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

> Sallanches autoroute puis N205

> Par Albertville, puis N212 et N205

> Par Martigny, autoroute puis N115



### Gare SNCF d'ARGENTIERE

Réservation et information sur Internet [www.sncf.fr](http://www.sncf.fr) info vente ☎ 08.36.35.35.35 - info voyageur ☎ 04. 04.79.05.01.32

Trains directs ou TGV depuis Paris ➤ départ 23h33 - arrivée à 9h33 à Argentièrre (changer à St Gervais)

➤ Marseille : départ à 23h49 - arrivée à 10h19 à Argentièrre (changer à St Gervais)

➤ Lyon : départ à 7 h 15 - arrivée à 12 h 34 ou départ à 9 h arrivée à 13h56.

Gare ferroviaire à Argentièrre. 5 minutes à pied pour rejoindre le pied du téléphérique.

De la gare d'Argentièrre pour rejoindre Tour, de nombreuses navettes Chamonix bus.

**\* Pour le Retour** : Train Zermatt-Chamonix ; arrivée à Argentièrre vers 17h. Il est également possible de se regrouper et d'affréter un bus, le guide se chargera de l'organiser.

### **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
- des espèces et votre carte bancaire pour vos achats personnels et les boissons dans les refuges (env. 12€/j)
- Votre n° de contrat et les coordonnées de votre assureur si vous n'avez pas souscrit d'assurance auprès d'Azimut

