



Compagnie des guides  
SAINT-GERVAIS  
LES CONTAMINES  
— Organisation —

43 RUE DU MONT-BLANC  
74170 SAINT-GERVAIS  
04 50 47 76 55

WWW.GUIDES-MONT-BLANC.COM  
CONTACT@GUIDES-MONT-BLANC.COM



## MONT BLANC TRAIL-ALPINISME

Le graal pour le trailer-alpiniste, 3500m de dénivelés positifs pour atteindre un sommet qui avoisine les 5000m, par une voie magnifique qui emprunte l'Aiguille et le Dôme du Goûter puis l'arête des bosses.

Une forme physique solide et une expérience déjà acquise sur des sommets plus abordables sont indispensables pour se frotter au géant des Alpes en mode non-stop.

Prêt à tenter l'aventure ?

Association de tourisme CIE DES GUIDES ST GERVAIS-LES CONTAMINES ORGANISATION affiliée à l'APRIAM immatriculation ATOUT France  
IM073.10.0023

Garant financier : GROUPAMA police 4000713451/0 – R.C.P : MMA IARD contrat n°103.056.234  
Code APE 8230Z – Siret : 440.287.076.000.10. – TVA intracommunautaire : FR18440287076



Compagnie des guides  
SAINT-GERVAIS  
LES CONTAMINES  
— Organisation —

43 RUE DU MONT-BLANC  
74170 SAINT-GERVAIS  
04 50 47 76 55

WWW.GUIDES-MONT-BLANC.COM  
CONTACT@GUIDES-MONT-BLANC.COM

## DESCRIPTIF

**La veille** 18h30 accueil au bureau des guides où vous rencontrerez votre guide.

**J1** Départ (entre 21h et 2h) du parking du Crozat à Bionnassay (1405m). Vous suivez un sentier facile qui devient plus aérien et technique sur une courte section avant d'arriver au refuge du Nid d'Aigle (2372m). D+ 980m, 2h max.

Du Nid d'Aigle le sentier continue et vous amène au pied de l'arête rocheuse, qui mène au glacier de Tête Rousse et au refuge du même nom (3187m). D+ 820m, 2h max.

Arrivés au refuge de Tête Rousse, le matériel technique devient indispensable. Vous grimpez l'aiguille du Goûter, qui alterne des portions de marche et d'escalade facile, et permet d'atteindre le refuge du Goûter (3863m). D+ 680m, 2h max.

Commence alors, l'itinéraire glaciaire. Une longue montée au Dôme du Goûter, puis une légère descente et une courte montée raide : vous êtes au refuge Vallot à 4362m. D+ 500m, 1h45 max. Puis vient la magnifique arête des bosses, où il est important de rester lucide pour ne pas s'emmêler les crampons, et enfin le sommet du Mont Blanc à 4810m. D+ 450m, 1h45 max.

Puis c'est la descente. 6h30 jusqu'au parking.

Au total 3500m de dénivelés pour un effort de 12h à 16h.

**Les guides pourront être amenés à modifier le programme en fonction des conditions météorologiques, des conditions de la montagne et du niveau des participants.**

## DATES 2020

Tous les jours de juin à septembre.

## PARTICIPANTS

Nous ne faisons pas de collectives pour cette course. 2 personnes maximum, en groupe constitué. Vous serez encadrés par un guide de haute-montagne.



Compagnie des guides  
SAINT-GERVAIS  
LES CONTAMINES  
— Organisation —

43 RUE DU MONT-BLANC  
74170 SAINT-GERVAIS  
04 50 47 76 55

WWW.GUIDES-MONT-BLANC.COM  
CONTACT@GUIDES-MONT-BLANC.COM

## NIVEAU PHYSIQUE ET TECHNIQUE

Le Mont Blanc non-stop est destiné à des trailers alpinistes expérimentés ayant déjà effectué une course non-stop de ce type (Aiguille du Tour, Bérangère, Grand Paradis) ou justifier une réelle expérience des trails est exigée, et des courses d'alpinisme. Le guide peut demander d'effectuer une course « test » au préalable.

Il est indispensable d'arriver entraîné et préparé ! Lors de votre réservation vous serez mis en contact avec un guide afin de faire un point sur vos aptitudes physiques et techniques, celui-ci vous aidera également à mettre en place un entraînement pertinent.

**Les horaires max notés dans le descriptif sont des barrières horaires. Ce qui signifie que si le timing n'est pas respecté, le guide fera demi-tour et la course restera due.**

**À noter qu'à partir du moment où la course est lancée, une défaillance physique ne pourrait justifier un remboursement quelconque.**

**En cas d'abandon d'un des deux participants, le retour sera obligatoire. Aucun participant ne pourra être laissé dans les différents refuges. La course sera due.**

## TARIFS 2020

### **Tarif des formules en privé :**

1 participant : 1540€

2 participants : 800€/personne

La course « test » est en supplément, elle sera définie avec le guide en fonction de votre expérience.

---

### **Le prix comprend**

- l'encadrement par un guide haute-montagne
- la location du matériel technique (piolet, chaussures crampons, baudrier, casque)
- le repas

### **Le prix ne comprend pas**

- les boissons, les barres de céréales et autres dépenses personnelles
  - votre assurance personnelle
  - tout ce qui ne figure pas dans « le prix comprend »
-



Compagnie des guides  
SAINT-GERVAIS  
LES CONTAMINES  
— Organisation —

43 RUE DU MONT-BLANC  
74170 SAINT-GERVAIS  
04 50 47 76 55

WWW.GUIDES-MONT-BLANC.COM  
CONTACT@GUIDES-MONT-BLANC.COM

## INSCRIPTION ET REGLEMENT

A l'aide du bulletin d'inscription daté et signé accompagné d'un acompte de 30% et du montant des assurances en option. Le solde sera à régler 30 jours avant la date du départ. Être couvert par une assurance assistance rapatriement est obligatoire pour participer à nos séjours. Si vous ne possédez pas d'assurance nous pouvons vous en proposer une.

## RENDEZ-VOUS

Le rendez-vous a lieu la veille du départ, vous pouvez retrouver la liste des hébergements dans le paragraphe hébergements.

---

### **A Saint-Gervais :**

Le bureau des Guides qui se trouve dans l'office du tourisme de Saint-Gervais au centre du village.

### **Aux Contamines :**

Le bureau des Guides qui se trouve dans le centre-ville, à côté de l'office du tourisme, dans les locaux de l'ESF.

---

Pour vous rendre à Saint Gervais ou aux Contamines :



Par l'autoroute A 40, sortie 21. Depuis la sortie 21 : 6km pour Saint-Gervais, 18km pour les Contamines



Gare SNCF de Saint-Gervais / Le Fayet. 4 km du centre de Saint-Gervais, 13km des Contamines. Prendre le car ligne 84 direction Saint-Gervais / Les Contamines. Horaires sur [www.sat-montblanc.com](http://www.sat-montblanc.com). Si vous souhaitez prendre un taxi la réservation est obligatoire.



Aéroport de Genève (1h), Annecy-Methey (1h), Lyon Saint-Exupéry (2h). Des navettes et des services taxi sont possibles depuis l'aéroport (réservation en avance obligatoire pour les navettes).



Compagnie des guides  
SAINT-GERVAIS  
LES CONTAMINES  
— Organisation —

43 RUE DU MONT-BLANC  
74170 SAINT-GERVAIS  
04 50 47 76 55

WWW.GUIDES-MONT-BLANC.COM  
CONTACT@GUIDES-MONT-BLANC.COM

## LISTE DU MATERIEL

Compte tenu de la spécificité de ce produit, le matériel pourra évoluer. Votre guide vous conseillera dans les détails pour le matériel, la nourriture et les vêtements à prévoir en fonction des conditions.

### Matériel Technique inclus:

- Casque
- Deux bâtons de marche télescopiques avec rondelles
- Baudrier avec mousqueton à vis
- Piolet
- Chaussures de haute montagne à semelles rigides permettant de mettre des crampons
- Crampons semi automatiques équipés d'anti-bottes

### Matériel Technique à prévoir

- Guêtres
- Sac à dos de 35 / 40 Litres
- Deux bâtons de marche télescopiques avec rondelles
- Chaussures type trail

### Vêtements :

Haut du corps :

- Bonnet et foulard ou passe montagne
- Sous-vêtement en fibres moderne, manches longues et manches courtes
- Veste polaire ou veste duvet épais pour le fond du sac
- Veste polaire ou duvet plus légère
- Veste type Gore Tex (l'anorak de ski n'est pas adapté)

Bas du corps :

- Collant en fibre moderne
- Pantalon type Gore Tex
- Chaussettes chaudes

### Accessoires indispensables :

- Lunettes de glacier
- Casquette
- 2 paires de gants : une paire légère et une paire chaude type moufles
- Crème solaire et écran labial très haute protection
- Thermos de thé (0.5 L minimum) et barres énergétiques
- Petite pharmacie personnelle (aspirine, secondes peaux)

### Nourriture :

- Vivres de course

**N'hésitez pas à nous contacter si vous avez besoin de conseils pour votre préparation physique, le choix de votre matériel ou l'organisation de votre séjour.**