



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



DECOUVERTE DU MONT ROSE ET NUIT AU REFUGE MARGHERITA

Le massif du Mont Rose est un vaste massif glaciaire situé entre Zermatt et la vallée d'Aoste. Il nous offre la possibilité de faire l'ascension de magnifiques sommets neigeux de plus de 4000m. Nous vous proposons de partir sur 2 jours et demi pour profiter pleinement de ces somptueux paysages de haute altitude. Passer 2 nuits en refuge permet de s'immerger profondément au cœur de la 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

DESCRIPTIF

La veille Accueil au bureau des guides de Saint Gervais à 18h30 où vous rencontrerez votre guide.

J1 Refuge Gnifetti

Rdv des participants à Saint Gervais les Bains dans la fin de matinée. Trajet pour rejoindre les remontées mécaniques de Staffal, dans le val de Gressoney (environ 2h30 de route). Possibilité d'une école de glace en montant au refuge Gnifetti 3647m.

J2 Pyramide Vincent 4215m

Randonnée glaciaire jusqu'au refuge Margherita 4500m en passant par la Pyramide Vincent 4215m et par le col du Lys. Nuit en haute altitude dans le plus haut refuge des Alpes (4215m).

J3 Sommets du Mont Rose

Direction Zumsteinspitze et/ou retour par les nombreux sommets de plus de 4200m : Pointe Gniffeti, Point Parot, Ludwigshöhe Retour vers le refuge Citta Di Mantova et les remontées mécaniques de Staffal.

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 2021

En collective : tous les mercredis de fin juin à mi-septembre selon les conditions.

En privé : tous les jours de fin juin à mi-septembre selon les conditions

ENCADREMENT ET PARTICIPANTS

4 personnes maximum par guide.

Départ assuré en collective à partir de 3 personnes.

Vous serez encadrés par un guide de haute montagne.

NIVEAU PHYSIQUE ET TECHNIQUE

Une bonne préparation est nécessaire pour cette ascension, il s'adresse à des personnes sportives.

Vous serez amené à marcher jusqu'à environ 8 heures par jour, il faut donc vous préparer en pratiquant des sports « cardio » lors de séances de longue durée. Sports d'endurance : vélo, course à pied.

Et n'oubliez pas pendant 2 jours vous marcherez avec un sac à dos de 8 kilos, ce qui augmente considérablement l'effort à fournir, donc lors de vos sorties entraînez-vous à marcher avec ce poids supplémentaire.



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

TARIFS 2021

Tarif de la formule en collective :

815€ / personne (départ assuré à partir de 3 personnes en inscriptions individuelles)

Tarif des formules en privé :

1 participant : 1755€

2 participants : 1055€ par personne

3 participants : 830€ par personne

4 participants : 710€ par personne

5 participants : 895€ par personne

Le prix comprend

- L'encadrement par un guide haute-montagne
- La ½ pension aux refuges
- Les remontées mécaniques
- 3 repas ou pique-niques à midi
- L'eau minérale en refuge
- Le passage au tunnel du Mont-Blanc

Le prix ne comprend pas

- Les boissons, les barres de céréales et autres dépenses personnelles
- Le transport de St Gervais jusqu'à Stafal (Italie)
- Votre assurance personnelle
- Votre matériel
- Tout ce qui ne figure pas dans « le prix comprend »

INSCRIPTION ET REGLEMENT

A l'aide du bulletin d'inscription daté et signé accompagné d'un acompte de 30% ajouté du montant des assurances si vous y souscrivez.

Le solde sera à régler au plus tard 30 jours avant la date du départ.

ASSURANCES

Etre couvert par une assurance « assistance-rapatriement » est obligatoire pour participer à nos séjours : elle devra vous couvrir en haute montagne pour la recherche et le secours par hélicoptère.

Si vous ne possédez pas d'assurance « assistance-rapatriement », nous pouvons vous en proposer une au tarif de 1.5% du montant total du séjour.

Nous proposons aussi en option une assurance « annulation » au tarif de 3.5% du montant total du séjour. Cette assurance ne prend pas en compte le caractère sportif de nos séjours (cf. livret assurance).

RENDEZ-VOUS

Vous avez rendez-vous avec les guides la veille du départ au bureau des Guides de Saint-Gervais situé dans l'office du tourisme au centre du village à 18h30.

Lien adresse : <https://goo.gl/maps/58Kc9c7E3FsXXAcQ6>

Merci de nous indiquer si vous ne pouvez pas être présent, le rendez-vous pourra se faire par téléphone.



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

Matériel Technique :

- Casque
- Sac à dos de 35 / 40 Litres
- Deux bâtons de marche télescopiques avec rondelles
- Baudrier avec mousqueton à vis
- Piolet
- Guêtres
- Chaussures de haute montagne à semelles rigides permettant de mettre des crampons
- Crampons semi automatiques équipés d'anti-bottes

Le matériel technique est disponible à la location chez nos partenaires :

- Pour Saint Gervais
 - <https://blanc-sport-saintgervais.com/>
 - www.unlimited-saintgervais.com,
- pour les Contamines
 - www.intersport-lescontamines.com/

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 catégorie 4
- Masque de ski
- Casquette
- Lampe frontale et piles
- 2 paires de gants : une paire légère et une paire chaude type moufles
- Un drap de couchage pour les refuges (pas besoin de sac de couchage)
- Crème solaire et écran labial très haute protection
- Thermos (0.5 L minimum) et barres énergétiques
- Petite pharmacie personnelle (aspirine, secondes peaux, bouchons d'oreille)

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.