



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



Ski de Randonnée dans le Val Maira

5 jours

Le Val Maira est une magnifique vallée piémontaise complètement préservée de remontées mécaniques et idéale pour le ski de randonnée en étoile. L'accueil et la gastronomie fantastiques, le cadre superbe fait de vallons et forêts de mélèzes bordés par des reliefs escarpés, font de ce coin d'Italie une destination très prisée pour les randonneurs de tous niveaux.



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

Il y a un immense choix de cols et sommets à faire dans le val Maira, nous vous proposons un exemple pour un groupe de niveau intermédiaire mais le programme sera bien sûr adapté en fonction du groupe et des conditions. Les dénivelés positifs sont donnés à titre indicatifs car variable en fonction de l'ouverture des routes de montagne.

La veille Rendez-vous avec le guide à 18h30 au bureau des guides de Saint Gervais.

J 1 Monte Cappel (2363m)

Route pour le Val Maira, montée en direction du Monte Cappel (2363m) au départ de Lausetto, rando de mise en jambe et petit exercice de recherche avec le DVA.
Dénivelé : +700m

J 2 Bric Boscasso (2589m)

Départ de Pratorotondo dans une forêt de mélèzes puis de beaux alpages, magnifique belvédère au Bric Boscasso (2589m) avec une variante un peu plus raide en haut pour les bons skieurs.
Dénivelé : + 900m

J 3 Monte Bellino (2937m)

Très beau sommet au-dessus de Chiappera avec une superbe vue sur le Viso, l'Argentera, le Queyras... Pentas et orientations variées très jolies à skier. Visite et goûter au petit hameau de Chiappera avec ses magnifiques ruelles.
Dénivelé : + 1100m

J 4 Bric Cassin (2637m)

Au départ de Vivière, départ tranquille dans la forêt puis jolies combes et une belle arête sommitale aérienne, là encore un très beau sommet avec de nombreuses variantes. Repas au refuge de Vivière en descendant.
Dénivelé : +900m

J 5 Monte Esteletta (2318m)

Au départ de Vivière, un dernier sommet pour profiter du panorama avant de skier les belles pentes en neige de printemps et de prendre la route du retour en Haute Savoie.
Dénivelé : +700m

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



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

DATES 2021

De janvier à fin mars selon les conditions d'enneigement.

ENCADREMENT ET PARTICIPANTS

6 personnes maximum par guide.
Départ assuré en collective à partir de 4 personnes.
Vous serez encadrés par un guide de haute montagne.

NIVEAU TECHNIQUE ET PHYSIQUE

On peut trouver des randonnées de tous niveaux dans le Val Maira, mais un niveau minimum en ski est demandé (savoir skier toutes neiges et en forêt) ainsi qu'une bonne condition physique (randonnées de 800 à 1000m de dénivelé positif).

N'hésitez pas à nous contacter si vous aviez un doute sur votre niveau.

TARIFS 2021

Tarif de la formule en collective :

995€ / personne

Tarifs des formules en privé :

1 participant : 2850€

2 participants : 1595€ / personne

3 participants : 1195€ / personne

4 participants : 1035€ / personne

5 participants : 915€ / personne

6 participants : 840€/ personne

Le prix comprend

- L'encadrement par un guide de haute montagne
- Les 1/2 pensions en hôtel***
- Les casse-croûtes de midi
- Le péage du tunnel du Mont-Blanc

Le prix ne comprend pas

- Les boissons, les barres de céréales et autres dépenses personnelles
- Votre assurance personnelle
- Votre matériel de ski de randonnée
- Le transport de Saint Gervais à Val Maira en Italie
- 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% (sur le tarif du stage + option hôtel) 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, hors des domaines skiables pour la recherche et le secours par hélicoptère sur les territoires français, italien et suisse.

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

- Sac à dos avec système de fixation des skis et d'une capacité suffisante (\pm 35/40 litres)
- Skis de randonnée légers avec une semelle propre et couteaux adaptés aux fixations
- Peaux de phoques autocollantes coupées en arrondi à 5 cm du talon du ski
- Chaussures de ski de randonnée. Il est impératif de protéger les zones de frottement (talons, ...) avec Compeed et Elasto dès le premier jour.
- Bâtons de ski avec des rondelles larges
- Baudrier et mousqueton à vis
- Une paire de crampons
- DVA, pelle et sonde pliantes

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

- pour Saint Gervais - <https://blanc-sport-saintgervais.com/> (skis/peaux/chaussures/matériel technique)
- www.unlimited-saintgervais.com, (matériel technique)
- pour les Contamines - www.intersport-lescontamines.com/ (skis/peaux/chaussures/matériel technique)

Vêtements

Haut du corps :

- Bonnet ou cagoule + bandeau polaire ou buff et casquette pour le soleil
- Sous-vêtements en fibres modernes
- Veste polaire ou duvet légère
- Veste polaire ou veste duvet épaisse pour le fond du sac
- Veste type Gore-Tex

Bas du corps :

- Pantalon type Gore Tex : coupe-vent et imperméable
- Collant en fibre moderne
- Chaussettes chaudes
- Gants de ski chauds et imperméables + sur moufles

Accessoires indispensables

- Lunettes de catégorie 4 et masque de ski
- Lampe frontale ultra légère + piles de rechange
- Drap-sac, style drap SNCF
- Sachets plastiques pour protéger vos affaires
- Gourde isotherme (1.5L)
- Pharmacie : Elastoplast, pansements Compeed double-peau, crème solaire, écran lèvres, antidouleurs, bouchons d'oreilles, médicaments personnels.
- Papiers d'identité et d'assurance.

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.