



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



RAID EN MAURIENNE en 6 jours

Raid glaciaire avec des difficultés abordables, peu engagé.

Parcours réellement sauvage avec un bon accueil des gardiens de refuges.

Beau secteur de la Savoie particulièrement enneigé.

Cet itinéraire sauvage est moins fréquenté que les grandes classiques.



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 Rendez-vous avec le guide à 18h30 au bureau des guides.

- J 1** Départ en voiture de St-Gervais pour se rendre à Bonneval (1800m) (3h30 environ). Montée au refuge du Carro (2760m), le plus haut de Savoie, au centre d'un vaste cirque minéral. + 960 m
- J 2** Du refuge, nous montons au sommet de la Levanna occidentale (3593m) par le col des Pariotes (3034 m) en aller-retour. + 833 m - 833 m
- J 3** Depuis le refuge du Carro, nous nous dirigeons vers le col des Pariotes (3034m) et le col de Trièves (3270m). Traversée du col du Grand Méan (3253m), sur le glacier du Mulinet. Descente vers le col de la Disgrâce (3050m), descente vers le refuge des Evettes (2590m). Si le risque d'avalanche est trop élevé, l'accès au refuge se fait par l'Ecot. + 1000 m - 950 m
- J 4** Du refuge, nous rejoignons la selle d'Albaron (3474m). De là, nous suivons une arête mixte qui conduit au sommet (3637m). Par un petit col, nous rejoignons le glacier de Colerin puis une succession de pentes raides et de grandes combes permettent de rejoindre le refuge d'Avérole (2210 m). + 1130 m -1430 m
- J 5** Du refuge, nous nous dirigeons au col de l'Arberon (3022m), puis à l'Ouille d'Arberon (3563m) en aller-retour descente au plan de Ravallon, puis remonter en longeant la barre rocheuse de la Vallettaz qui mène au col d'Arbéron. Suivant l'enneigement, il arrive de mettre les crampons sur l'arête juste sous le sommet. Très joli sommet et belle descente, pour bons skieurs avec une vue imprenable sur toutes les Alpes et l'Italie. + 1453 m -1453 m
- J 6** Du refuge d'Avérole (2210m), plusieurs possibilités s'offrent à nous, dont la plus connue est l'ascension du col d'Arnès (3012m) : nous empruntons le chemin qui monte vers le col d'Arnès et nous bifurquons dans le vallon, vers l'Ouille d'Arbéron à gauche de la crête de la Vallettaz. Apparaît alors l'itinéraire de montée, avec des pentes de 25 à 30° sur une courte distance puis, nous empruntons un long plat jusqu'au col d'Arnès. Belle descente et retour. + 800 m -1212 m

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 2019

De mi-mars à mai selon les conditions d'enneigement.

ENCADREMENT ET PARTICIPANTS

5 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

Pour bons skieurs en bonne condition physique. Passages de cols et de sommets présentant quelques difficultés techniques. Avoir une expérience du ski de randonnée. N'hésitez pas à nous contacter si vous avez un doute sur le niveau requis.



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

Vous évoluerez sur un itinéraire de haute montagne non balisé, vous devez être conscients des dangers liés à cette activité (crevasses, chutes de séracs, chutes de pierres, avalanches, températures très basses).

TARIFS 2019

Tarif de la formule en collective :

945€ / personne

Tarifs des formules en privé :

2 participants : 1495€ / personne

3 participants : 1115€ / personne

5 participants : 825€ / personne

Le prix comprend

- l'encadrement par un guide de haute montagne
- les 1/2 pensions en refuge (nuit en dortoir)
- les casse-croûtes de midi

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 jusqu'au point de départ
- 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% 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.



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

RENDEZ-VOUS

Le rendez-vous a lieu la veille du départ à 18h30 au bureau des Guides, vous pouvez réserver une nuit sur place par notre intermédiaire. Si vous ne pouvez être présent le rendez-vous peut se faire par téléphone.

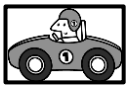
A Saint-Gervais :

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. Des transports en taxi ou en bus sont possibles (à réserver en avance).



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

A PREVOIR

- | | |
|--|--------------------------|
| Bonnet ou cagoule + bandeau polaire et foulard ou casquette pour le soleil | <input type="checkbox"/> |
| Lunettes de glacier et masque de ski | <input type="checkbox"/> |
| Sous-vêtement technique et collant type Carline | <input type="checkbox"/> |
| Veste polaire et veste + pantalon imperméable type Gore-Tex | <input type="checkbox"/> |
| Gants de ski chauds et imperméables + sur moufles | <input type="checkbox"/> |
| Sac à dos avec système de fixation des skis avec une capacité suffisante (\pm 45 litres) | <input type="checkbox"/> |
| Lampe frontale ultra légère | <input type="checkbox"/> |
| Sac « à viande » style drap SNCF | <input type="checkbox"/> |
| Sachets plastiques pour protéger vos affaires | <input type="checkbox"/> |
| Gourde isotherme | <input type="checkbox"/> |
| Pharmacie : Elastoplast, double peau, crème solaire, écran lèvres, antalgique bouchons d'oreilles, médicaments personnels. Papier toilette. | <input type="checkbox"/> |
| Skis de randonnée légers avec une semelle propre avec couteaux adaptés aux fixations | <input type="checkbox"/> |
| Chaussures de ski de randonnée. Il est impératif de protéger les zones de frottement (talons, ...) avec Compeed et Elasto dès le premier jour. | <input type="checkbox"/> |
| Peaux de phoques autocollantes coupées en arrondi à 5 cm du talon du ski | <input type="checkbox"/> |
| Bâtons de ski avec des rondelles larges | <input type="checkbox"/> |
| Baudrier et mousqueton à vis | <input type="checkbox"/> |
| Une paire de crampons | <input type="checkbox"/> |
| DVA, pelle et sonde pliantes | <input type="checkbox"/> |
| Carte d'identité, attestation d'assurance, especes | <input type="checkbox"/> |

Le matériel technique est disponible à la location : www.twiner-saint-gervais.fr et www.unlimited-saintgervais.com pour Saint Gervais, www.intersport-lescontamines.com/ pour les Contamines.

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.