



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 MASSIF DE TRE-LA-TETE EN 3 JOURS

Raid glaciaire se déroulant dans un cadre sauvage
et souvent méconnu du massif, avec des points de vue inhabituels sur le
versant sud-ouest du Mont Blanc.



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

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

Compagnie des guides
SAINT-GERVAIS
LES CONTAMINES
— Organisation —

DESCRIPTIF

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

- J 1** Départ du village des Contamines (1210m) ou vous emprunterez les remontées mécaniques. Départ du sommet du télésiège de Roselette (2115m) aux Contamines. Traversée en descendant plein sud sous l'Aiguille de Roselette. A un replat, nous mettons les peaux et remonter un long vallon pour le Col de la Cicle (2377m) ou le Col de la Fenêtre. Belle descente sur la Balme et le Nant Borrant (1452m) et montée au refuge de Tré la Tête (1970m). + 350m - 925m + 518m
- J 2** Départ du refuge pour monter au Col des Chasseurs (2720m) par le glacier de Tré la Tête. Descente par le même chemin pour passer une première nuit au Refuge des Conscrits (2602m). + 950m - 320m
- J 3** Ascension des Dômes de Miage (3670m). Cette course glaciaire représente à la fois une superbe balade à la montée, et du grand ski à la descente. Vue sur l'aiguille de Tré-la-Tête, le Mont Blanc et l'Aiguille de Bionnassay. Puis descente sur les Contamines. + 1068 m - 2460m

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.

PARTICIPANTS ET ENCADREMENT

3 personnes par guide maximum. Départ en collective à partir de 3 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.

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

TARIFS 2019

Tarif de la formule en collective :

585€ / personne

Tarif des formules en privé :

2 participants : 755€ / personne



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

Le prix comprend

- l'encadrement par un guide haute-montagne
- les 1/2 pensions aux refuges
- les repas ou casse-croûtes de midi
- les remontées mécaniques (jour 1)

Le prix ne comprend pas

- les boissons, les barres de céréales et autres dépenses personnelles
- votre assurance personnelle
- votre matériel de ski randonnée
- le transport jusqu'au point de départ du raid
- tout ce qui ne figure pas dans « le prix comprend »

Notre + : Nous transportons le minimum de pique-niques sur le dos, nous les faisons préparer par les gardiens de refuge. L'eau minérale est comprise dans les refuges. Nous privilégions des petits groupes

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 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).



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 et foulard ou casquette pour le soleil
- Lunettes de glacier et masque de ski, lampe frontale
- Sous-vêtement technique et collant
- Veste polaire et veste + pantalon imperméable type Gore-Tex
- Gants de ski chauds et imperméables + une paire de gants de rechange + sur moufles
- Sac à dos avec système de fixation des skis avec une capacité suffisante (\pm 45 litres)
- Lampe frontale ultra légère
- Couverture de survie, sac « à viande » style drap SNCF
- Sachets plastiques pour protéger vos affaires
- Gourde isotherme et thermos
- Carte d'identité, attestation d'assurance, carte européenne de soins. Espèces.
- Pharmacie : Elastoplast, double peau, crème solaire, écran lèvres, antidouleurs, bouchons d'oreilles, médicaments personnels. Papier toilette.
- Skis de randonnée légers avec des couteaux adaptés aux fixations
- Chaussures de ski de randonnée. Il est impératif de protéger les zones de frottement (talons, ...) avec Compeed et Elasto dès le premier jour.
- Peaux de phoques autocollantes coupées en arrondi à 5 cm du talon du ski
- Bâtons de ski avec des rondelles larges
- Fart (OXO) et colle (Colle Tex) pour le ré-encollage des peaux
- Baudrier et mousqueton à vis et une paire de crampons
- DVA, pelle et sonde pliantes

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.