



Compagnie des guides
SAINT-GERVAIS
LES CONTAMINES
— depuis 1864 —

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

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



LES BALCONS DU MONT BLANC en 3 jours

Raid alpin, dans une ambiance minérale, principalement hors sentier !
Chaque jour, vous découvrez des lacs renommés et des paysages variés !
Vous dormez 2 nuits face à la chaîne du Mont-Blanc dans des refuges typiques !



Compagnie des guides
SAINT-GERVAIS
LES CONTAMINES
depuis 1864

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.

- J1** D+ 1050m/D- 100m – Temps de marche effectif : 5h. Nous partons en début de matinée du chalet de la réserve naturelle des Aiguilles Rouges, au col des Montets. Après une montée régulière, nous quittons le sentier pour atteindre le premier lac de la journée ! Toujours en hors sentier, de lacs en lacs, dans un décor de plus en plus minéral, nous rejoignons le confortable refuge du lac Blanc à 2352m, la vue sur la chaîne du Mont-Blanc est grandiose !
- J2** D+ 700m/D- 100m – Temps de marche effectif : 6h30. Nous empruntons un sentier en balcon pour arriver à un col aérien afin de découvrir les lacs Noirs. Une douce descente dans des blocs et nous rejoignons le lac Cornu. De là, nous effectuons une traversée en hors sentier afin de retrouver le chemin menant au col puis au sommet du Brévent. Après un crochet par le lac du Brévent nous atteignons le typique refuge de Lachat à 2136m, faisant face à la plus grande cascade de glace d'Europe : le glacier des Bossons et le Mont-Blanc !
- J3** D+ 200m/D- 1000m – Temps de marche : 4h. Avant la descente à travers alpages et forêt sur le village des Houches, nous suivons l'arrête effilée de l'Aiguillette des Houches qui marque la limite de la réserve naturelle de Carlaveyron. Une vue magique à 360° !

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

Départs prévus 25 juin et 23 juillet. Autres dates possibles sur demande ou pour des groupes constitués.

ENCADREMENT ET PARTICIPANTS

10 personnes maximum par guide (12 pour des groupes constitués)

Vous serez encadrés par un accompagnateur. Départ assuré en collective à partir de 6 personnes

NIVEAU TECHNIQUE ET PHYSIQUE

Pour un marcheur en bonne condition physique, ne présentant pas de contre-indication médicale à la marche en montagne avec portage de sac. Idéal pour une première expérience de la randonnée itinérante.

Entre 4 à 6h de marche par jour sur sentiers. Passage sur pierriers ou névés selon l'enneigement.

Portage des affaires personnelles et des pique-niques pour 3 jours, le poids du sac à dos ne doit pas excéder 8Kgs (avec l'eau). N'hésitez pas à nous consulter si vous avez un doute sur le niveau requis.



Compagnie des guides
SAINT-GERVAIS
LES CONTAMINES
depuis 1864

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

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

TARIFS 2019

Tarif des formules collectives :

365€ par personne en collective

Tarif des formules privé :

Nous contacter (jusqu'à 12 personnes par accompagnateur)

Le prix comprend

- l'encadrement par un guide de montagne
- 2 ½ pensions en refuge
- 3 piques niques

Le prix ne comprend pas

- les boissons et extra
- le transport
- la location du 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% et du montant des assurances en option. Le solde sera réglé 30 jours avant la date du départ.

Etre 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 à lieu la veille du départ vous pouvez réserver une nuit sur place par notre intermédiaire

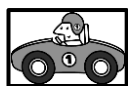
A Saint-Gervais :

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)

LISTE DU MATERIEL



Compagnie des guides
SAINT-GERVAIS
LES CONTAMINES
depuis 1864

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

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

Equipelement vestimentaire :

- chaussures de randonnée avec tiges hautes et semelle crantée (les chaussures à tiges basses ne protégeant pas la cheville sont à proscrire)
- paires de chaussettes de randonnée
- 1 short + 1 pantalon de randonnée
- tee-shirts (conseil : éviter le coton - choisir en matière synthétique respirante, séchage rapide)
- 1 polaire
- 1 veste coupe-vent imperméable avec capuche type Gore-Tex (respirant)
- casquette ou bob / lunettes de soleil (cat 3 minimum) / crème solaire / stick à lèvres solaire
- bonnet ou bandeau et gants polaires

Autres accessoires :

- sac à dos confortable avec ceinture ventrale et bon système de portage (30/35L maximum)
- gourde ou pipette (choisir des gourdes légères ou des bouteilles plastiques solides)
- couteau / cuillère / gobelet
- de quoi grignoter : fruits secs (sucrés/salés), barres de céréales, friandises ...
- drap type « sac à viande » (les couvertures sont fournies en refuge)
- mini kit de toilette : savon + échantillon shampoing + petite serviette (légère) + dentifrice + brosse à dents + papier toilette + kleenex + lingettes de toilette
- sacs plastiques pour poubelle ou pour protéger vos affaires
- lampe frontale (1 pour 2 pers)+ pile neuve
- 2 bâtons de marche (télescopiques)

Pharmacie personnelle :

- bouchons d'oreilles (type "boules quies")
- pansements spéciaux pour ampoules (type "compeed") /pansements plaies diverses / bande "elastoplast" / serviettes alcoolisées désinfectantes
- médicaments contre : douleur et fièvre (aspirine ou doliprane) / problèmes digestifs / anti-inflammatoire
- MEDICAMENTS PERSONNELS et LISTE DES ALLERGIES ou CONTRE INDICATIONS

Divers :

- carte d'identité en cours de validité ou passeport de moins de 10 ans
- argent pour boissons et autres extras
- copie assurance personnelle couvrant l'activité randonnée (NOM assureur, N° police, procédure et N° appel en cas d'urgence) si vous n'avez pas opté pour l'assurance proposée

En option :

- foulard / tongs ou sandales légères pour le soir (conseil : éviter les baskets)
- matériel photographique ou caméra + batterie + pellicules/disquette dans sac étanche
- 1 grand sac poubelle pour étanchéité sac à dos

LE POIDS DE VOTRE SAC A DOS NE DEVRAIT PAS EXCEDER 8 KG !
GARDEZ DE LA PLACE POUR LES PIQUE-NIQUES !!