



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



L'ARETE DES COSMIQUES 3800 m

Au départ de l'Aiguille du Midi (3842 m) à Chamonix.
Jolie course en haute altitude
où vous évoluerez au cœur du massif du Mont-Blanc.



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 de Saint Gervais.

J 1 Arête des Cosmiques

Départ en début de matinée de St Gervais pour rejoindre Chamonix (environ 30 minutes en voiture). De là, vous emprunterez les remontées mécaniques de l'Aiguille du Midi (3842 m). Descente de l'Arête de l'Aiguille, puis marche d'approche vers le col à côté de l'abri Simond (3600m). Course d'arête mixte, neige et rocher, avec deux rappels, un peu aériens. Le retour se fait en télécabine, en début d'après-midi.

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 2025

Toute l'année suivant les conditions en montagne et l'ouverture du télécabine.

ENCADREMENT ET PARTICIPANTS

2 personnes maximum par guide.

Départ assuré en collective à partir de 2 personnes.

Vous serez encadrés par un guide ou aspirant-guide de haute montagne.

NIVEAU TECHNIQUE ET PHYSIQUE

Une bonne préparation physique est nécessaire pour cette ascension, elle s'adresse à des personnes sportives. Sports d'endurance : vélo, course à pied, randonnée.

Et n'oubliez pas pendant cette journée, vous marcherez et grimpez avec un sac à dos et en haute altitude, ce qui augmente l'effort à fournir, donc lors de vos sorties entraînez-vous à marcher avec un sac à dos.

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

Nous sommes à votre disposition pour répondre à vos questions.

TARIFS 2025

Tarif de la formule en collective :

350€ / personne

Tarif des formules en privé :

1 participant : 610€

2 participants : 350€ par personne

3 participants : 440€ par personne

4 participants : 350€ par personne

5 participants : 405€ par 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 de haute montagne,
- Le téléphérique de l'Aiguille du Midi

Le prix ne comprend pas :

- Les boissons, les barres de céréales et autres dépenses personnelles,
- Votre assurance personnelle,
- Le transport de Saint Gervais à Chamonix (il est d'usage que les clients véhiculent le guide)
- Tout ce qui ne figure pas dans «le prix comprend»

INSCRIPTION ET REGLEMENT

Directement sur notre site internet ou à l'aide du bulletin d'inscription daté et signé accompagné d'un acompte de 40% et du montant des assurances en option. Le solde sera à régler 60 jours avant la date du départ.

ASSURANCES

Rapatriement

Être 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 5€/jour.

Annulation

Nous proposons aussi en option une assurance « [annulation](#) » au tarif de 12€/jour. Cette assurance ne prend pas en compte le caractère sportif de nos séjours. Elle doit être souscrite à l'inscription pour prendre effet.

Pour rappel, l'assurance annulation vous couvre entre le moment où vous vous inscrivez et votre jour de stage, s'il vous arrivait quelque chose et que vous ne puissiez pas venir. Nous retenons des frais d'annulation qui sont donnés sur notre bulletin d'inscription et nos [conditions de vente](#). Ces frais peuvent vous être remboursés par l'assurance annulation si votre motif d'annulation est pris en charge par l'assurance.

Si vous réglez par carte bancaire, n'hésitez pas à consulter les assurances associées.

Pour rappel **en cas d'annulation vous devez faire la déclaration dans les 5 jours après la survenue de l'accident ou motif d'annulation** auprès de l'assurance sinon elle ne fonctionnera pas (voir ensuite si le motif d'annulation est pris en charge).

Les assurances ne peuvent être remboursées.

RENDEZ-VOUS

Vous avez rendez-vous avec les guides la veille du départ au [bureau des Guides de Saint-Gervais \(au 43 rue du Mont Blanc, 74170 Saint Gervais\)](#) situé dans l'office du tourisme au centre du village à 18h30. 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 30 / 40 Litres
- Deux bâtons de marche télescopiques avec grandes 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 : blanc-sport-saintgervais.com/ www.unlimited-saintgervais.com,

Pour les Contamines : www.intersport-lescontamines.com/

Vêtements

- Bonnet et tour de cou (buff®)
- Sous-vêtement thermique, manches longues
- Veste polaire et veste duvet légère (doudoune)
- Eventuellement une veste duvet plus épaisse pour conditions froides
- Veste type Gore Tex® (l'anorak de ski n'est pas adapté) imperméable et coupe-vent
- Collant thermique
- Pantalon technique de randonnée
- Pantalon type Gore Tex® imperméable et coupe-vent
- Chaussettes chaudes

Accessoires indispensables

- Lunettes de glacier (catégorie 4)
- 2 paires de gants : une paire légère et une paire chaude imperméable
- Crème solaire et stick à lèvres très haute protection
- Thermos (0.5 L minimum) et barres énergétiques
- Petite pharmacie personnelle (aspirine, Compeed®)
- Papiers d'identité, assurance, carte européenne de soins

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.