



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



Crédit photo : Boris Molinier

## LE TOUR DU VAL MONTJOIE en 5 jours

Départ avec le mythique Tramway du Mont Blanc pour cette découverte en cinq jours de quelques-uns des plus beaux alpages de la région nichés sous les célèbres Dômes de Miage.

Durant ce trek entre Saint-Gervais Mont-Blanc et les Contamines Montjoie, nous aurons la chance d'observer, chaque jour, sous des angles différents, l'aiguille de Bionnassay qui culmine à plus de 4000 m. Le Mont Blanc sera aussi notre repère quotidien.

Ce Tour du Val Montjoie s'adresse à tous ceux qui veulent associer la découverte de sites magnifiques à la rencontre des acteurs économiques de la vallée qui valorisent par leur travail des activités qui ne doivent pas disparaître : alpagistes, gardien de refuge, bucherons, accompagnateurs...

## **DESCRIPTIF**

**La veille :** Rencontre avec votre accompagnateur à **18h30 au bureau des Guides de Saint-Gervais. Nous profiterons de ce premier moment d'échange pour régler les derniers détails logistiques et vous présenter en détail le parcours.**

### **J1 Tramway du Mont Blanc – refuge de Miage**

Départ de Saint-Gervais par le Tramway du Mont-Blanc, le célèbre train à crémaillère construit en 1909. Le plateau de Bellevue partage les vallées de Saint-Gervais et de Chamonix. Il sera notre point de départ de ce circuit de découverte du Val Montjoie. Par un sentier en balcon, offrant de beaux points de vue sur la voie royale du mont Blanc et l'Aiguille de Bionnassay, nous descendons au plateau de l'Are puis au pont suspendu du glacier de Bionnassay. Par une montée régulière à travers les alpages nous arrivons au col du Tricot (2120m) sur les pas des premiers guides. Une descente facile et c'est l'arrivée méritée à l'alpage de Miage, l'un des plus beaux sites du Val Montjoie. Nuit au refuge de Miage.

D+ 700m/D- 500m – Temps de marche effectif : 6h

### **J2 Vallon d'Armancette et refuge de Tré-la-Tête**

La journée débute par une belle montée jusqu'au plateau du Truc. Nous découvrons l'un des plus vieux alpages du Val Montjoie avec ses fermes traditionnelles (dont l'auberge du Truc autrefois lieu de collecte du lait). Nous enchaînons par une descente dans la forêt avec un détour par le lac d'Armancette. De là nous empruntons le chemin Claudius Bernard, sentier en balcon surplombant la vallée face au Mont Joly, pour atteindre le refuge de Tré-la-Tête, point de départ des courses emblématiques du massif dont les célèbres des Dômes de Miage !

D+ 900m/D- 800m – Temps de marche effectif : 6h

### **J3 Forêt de la Rollaz et alpage des Prés**

Après une descente dans la forêt de la Combe Noire, nous traversons l'alpage bucolique de la Laya lové au milieu des épicéas près d'une tourbière préservée. Nous découvrons les sources froides, lieu empreint de calme et de sérénité au beau milieu de la réserve naturelle des Contamines. Après un détour par le refuge de Nant Borrant et la traversée de la forêt de la Rollaz nous arrivons à l'alpage des Prés. Encore quelques minutes et c'est la découverte du nouveau refuge des Prés d'où nous aurons un coucher de soleil magnifique sur le versant sud du Mont Blanc.

D+ 700m/D- 600m – Temps de marche effectif : 6h

### **J4 Arête du Mont Joly – refuge du Mont Joly**

Nous prenons la direction du col de la Fenêtre pour basculer sur le Beaufortain et ses riches alpages à perte de vue. Une traversée en balcon nous permet de rejoindre le col du Joly et l'Aiguille Croche, enclave saint Gervelaine entre Megève et les Contamines-Montjoie. Un bon sentier aérien nous conduit au Mont Joly, (2525 m) point culminant de notre randonnée, magnifique belvédère à 360° sur le massif du Mont Blanc et les Préalpes. Nous descendons au refuge du Mont Joly où nous passerons la dernière nuit. Ce refuge est chargé d'histoire car cet ancien pavillon accueillait autrefois les curistes qui montaient à dos de mulet.

D+ 1000m/D- 850m – Temps de marche effectif : 8h



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

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

## **J5 Refuge du Mont Joly – Saint Gervais**

Après une dernière soirée d'échanges et une bonne nuit c'est le départ pour notre dernière étape. Suivant les crêtes ou la forêt, nous traversons les anciens alpages de Saint Nicolas de Véroce et de Saint Gervais.

C'est aussi la découverte du fromage local l'Hermance cousin du célèbre Beaufort. Pour finir, descente jusqu'à Saint Gervais par le chemin des écoliers...

D- 550 m – Temps de marche effectif : 3h

**Les dénivelés et temps de marche sont calculés à titre approximatif et peuvent varier.  
En fonction de la météo et du niveau des participants, l'accompagnateur pourra modifier le programme**

### **DATES 2021**

Départ tous les lundis du 5 juillet au 6 septembre.

Autres dates sur demande pour groupe déjà constitué (en fonction des disponibilités dans les refuges).

### **GROUPE ET ENCADREMENT**

L'encadrement est assuré par un accompagnateur en montagne breveté d'Etat.

Groupes de 4 à 6 personnes.

### **NIVEAU PHYSIQUE ET TECHNIQUE**

Pour un marcheur en bonne condition physique, entraîné et ayant l'expérience de la randonnée à la journée en montagne.

Entre 6h à 8h de marche par jour sur sentiers.

Passage sur pierriers ou névés selon l'enneigement, passage aérien le 4<sup>e</sup> jour sur l'arête du Mont Joly.

Portage des affaires personnelles et des pique-niques pour la journée, le poids du sac à dos ne doit pas excéder 6Kgs (avec l'eau) !

N'hésitez pas à nous consulter si vous avez un doute sur le niveau requis.

### **TARIFS 2021**

Tarif des formules collectives :

- 770€ par personne (minimum 4 personnes et maximum 6 personnes)

Tarif des formules privées :

- 2 personnes : 1275€ par personne
- 3 personnes : 955€ par personne
- 4 personnes : 795€ par personne
- 5 personnes : 745€ par personne
- 6 personnes : 685€ 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 accompagnateur en montagne
- Les ½ pensions en refuges
- Les pique-niques
- Le Tramway du Mont Blanc et la télécabine de Saint Gervais
- Le transport des bagages dans les refuges (hormis le J2 à Tré-la-Tête)

## Le prix ne comprend pas

- Les boissons, les barres de céréales et autres dépenses personnelles
- Votre assurance personnelle
- Votre matériel de randonnée
- Tout ce qui ne figure pas dans « prix comprend »

## INSCRIPTION ET REGLEMENT

A l'aide du bulletin d'inscription daté et signé accompagné d'un acompte de 30% plus le montant des assurances en option. Le solde sera à régler 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 a lieu la veille du départ à **18h30 au bureau des Guides de Saint Gervais** : nous pouvons vous conseiller des hébergements sur place.

## VOTRE HEBERGEMENT AVANT ET APRES LA RANDONNEE

Office de tourisme de Saint-Gervais Mont-Blanc  
Tel : 04 50 47 76 08  
tourisme@saintgervais.com  
www.saintgervais.com

Office de tourisme des Contamines Montjoie  
Tél : 04 50 47 01 58  
info@lescontamines.com  
www.lescontamines.com



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

Le poids de votre sac à dos pour la journée ne devrait pas excéder 6 kg. Gardez de la place pour les repas du midi qui vous seront fournis chaque jour.

## EQUIPEMENT VESTIMENTAIRE

- chaussures de randonnée avec tiges montantes et semelle crantée (les chaussures à tiges basses ne protégeant pas la cheville sont à proscrire)
- 1 short + 1 pantalon de randonnée
- tee-shirts (conseil : éviter le coton - choisir en matière synthétique respirante à séchage rapide)
- 1 polaire
- 1 veste coupe-vent imperméable avec capuche type Gore-Tex (éviter les K-Way)
- casquette ou bob / lunettes soleil / crème solaire / stick à lèvres solaire
- bonnet ou bandeau
- gants polaires
- foulard / tongs ou sandales légères pour le soir (conseil : éviter les baskets)

## AUTRES ACCESSOIRES

- sac à dos confortable avec ceinture ventrale et bon système de portage (45L maximum)
- gourde ou pipette (choisir des gourdes légères ou des bouteilles plastiques solides)
- couteau / cuillère / gobelet / petit Tupperware pour salade
- de quoi grignoter : fruits secs (sucrés/salés), barres de céréales, friandises ...
- sac de couchage en drap type « sac à viande » (les couvertures sont fournies en refuge)
- mini kit de toilette : savon + serviette miniature (type nid d'abeille) + dentifrice + brosse à dents + kleenex + lingettes
- sacs plastiques pour poubelle ou protéger affaires
- frontale
- 2 bâtons de marche (type bâtons télescopiques)

## PHARMACIE PERSONNELLE

- pansements spéciaux pour ampoules (type "compeed")
- médicaments contre : douleur et fièvre (aspirine ou doliprane) / problèmes digestifs / anti-inflammatoire
- MEDICAMENTS PERSONNELS et LISTE DES ALLERGIES ou CONTRE INDICATIONS

## PAPIER / ARGENT / ASSURANCE RECHERCHE-RAPATRIEMENT

- carte d'identité en cours de validité ou passeport de moins de 10 ans pour l'étranger
- EUROS pour boissons et autres extras
- ASSURANCE : copie assurance personnelle couvrant l'activité randonnée (NOM assureur, N° police, procédure et N° appel en cas d'urgence)