

# ROC ÉCRINS

*Séjours montagne*

## Ski de Randonnée Haute- Montagne Chamonix-Zermatt

Réservé aux skieurs expérimentés, ce raid itinérant vous emmènera sur les versants français et suisse du massif du Mont-Blanc.

De refuge en refuge, via des cols de haute altitude aux panoramas toujours somptueux, un cocktail des plaisirs de la haute montagne.

Au programme, des montées exigeantes et des descentes parfois techniques, sur glaciers et pistes...De la neige de rêve et des panoramas à couper le souffle.

**NB : Une inscription avant le 1er décembre est très conseillée au risque de ne plus avoir de places en refuges.**

**Nous vous proposons aussi cette prestation le jour de votre choix ou en engagement privé entre amis ou pour votre famille, prix sur demande.**

- Niveau : Niveau Expert
- Massif : Mont Blanc
- 6 jours
- 3 - 6 personnes (Confirmé à partir de 3 inscrits)
- 

Tarifs : à partir de 1540,00 €

Les inscriptions se font sur la base du prix pour 3 participants soit 1910€/personne. Si vous êtes 5 participants ou plus le jour du départ, nous appliquons un tarif dégressif (1540€/pers) et vous remboursons la différence soit 370 € à l'issue du stage.

### Déroulement du séjour

#### JOUR 1 : CHAMONIX ARGENTIÈRE - CABANE TRIENT

Montée en téléphérique à Lognan (ancienne gare intermédiaire des Gds Montets) puis montée en peaux de phoque et à pied par un couloir au col du Passon à 3028m en passant par le bas du glacier d'Argentière. Après une courte descente de 100 m environ nous remonterons le magnifique glacier du Tour pour franchir la frontière Suisse par le col du Tour (3 282m). De là, nous rejoindrons la cabane de Trient 3170m où nous passerons la nuit.

D+ : 1200 m ; D- : -300 m

#### JOUR 2 : CABANE TRIENT - LA FOULY

Passage du col des ravines rousses, descente sur le glacier de Saleina puis montée au col de la grande Luy à 3416m. Descente directe sur la Fouly. 800 mètres de montée et 2300 mètres de descente pour cette option. Nuit en Gîte/Hôtel à la Fouly.

D+ : 800m ; D- : 2300m

ROC ÉCRINS - 6 rue du Chlorate - Zone Les Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 04 84 13 14 08 <https://www.roc-ecrins.com> [info@roc-ecrins.com](mailto:info@roc-ecrins.com)

ROC ÉCRINS ORGANISATION - Eurl au capital de 8 000€ - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000718199/0 - Immatriculation ATOUT FRANCE : IM005230003 - R.C.P : HISCOX contrat n°HA RCP0399794 - Code APE 7912Z - RCS de GAP SIRET : 979 424 918 00014 - N°TVA intracommunautaire : FR42 979 424 918

### JOUR 3 : LA FOULY - CABANE DE VALSOREY

---

Transfert en bus ou taxi depuis la Fouly jusqu'au départ de la montée qui nous conduira à la cabane de Valsorey.

Nuit à la cabane de Valsorey.

D+ : 1500m ; D- : 620m

### JOUR 4 : CABANE DE VALSOREY - CABANE DE CHANRION

---

Montée au plateau du couloir, 3660m, par une partie de la face Sud du Grand Combin, d'abord en peaux de phoque puis à pied, skis sur le sac. Nous poursuivons ski aux pieds par une petite descente et une courte remontée pour franchir le col de Sonadon à 3500m et descendre sur le glacier du Mont Durand. Nous terminons l'étape par la montée à la cabane de Chanrion 2462m.

Nuit à la cabane de Chanrion.

Cette étape et la suivante constituent le passage clé du parcours et nécessitent de bonnes conditions nivologiques et 2 jours de beau temps pour s'y engager (pas d'échappatoire depuis la cabane Chanrion).

D+ : 930m ; D- : 1300m

### JOUR 5 : CABANE DE CHANRION - CABANE DES VIGNETTES

---

Départ pour une longue montée en direction du Pigne d'Arolla 3790m, point culminant du parcours. Descente magnifique sur le refuge des Vignettes.

Nuit à la cabane des Vignettes.

D+ : 1250m ; D- : 600m

### JOUR 6 : CABANE DES VIGNETTES - ZERMATT

---

Après une courte descente sur le glacier du Mont Collon, nous remettons les peaux direction le col de l'évêque 3386m. Depuis le col, descente par le glacier d'Arolla pour remonter au col du Mont brûlé 3213m. Puis nous rejoindrons le col de Valpelline 3562m. Enfin grande descente finale par l'immense glacier de Stocki jusqu'à Zermatt.

Puis transfert de Zermatt aux houches en bus ou taxi (à vos frais).

D+ : 1180m ; D- : 2700m.

**Séparation** en fin d'après-midi aux Houches.

**NB** : Ce programme est donné à titre indicatif. **Le guide reste seul juge du programme qu'il peut modifier à tout instant**, pour des raisons de sécurité, en fonction des conditions météorologiques, ou bien par rapport au niveau physique et technique des skieurs.

**Nous attirons donc votre attention sur le fait qu'en vous inscrivant à ce séjour, vous vous engagez à participer à un stage de ski de randonnée de 6 jours dont le but est la tentative de la traversée de Chamonix à Zermatt. MAIS vous vous engagez également à accepter toute modification de programme (rendue nécessaire par les conditions du moment) pendant ou avant le début du stage.**

## Nombre de participants

6 participants maximum. **Ce séjour est soumis à un nombre minimal de 3 participants**, vous serez avisés au plus tard 7 jours avant le départ en cas d'annulation. Dans la mesure du possible une solution de remplacement vous sera proposée.

**NB : Pour les conditions d'annulation des séjours privatisés** (groupes constitués) merci de vous référer à nos [conditions de vente](#)

## Matériel à prévoir

Important, Si vous êtes équipés de votre matériel personnel : la législation à l'égard des E.P.I. (équipements de protection individuelle, il s'agit ici du casque, du baudrier, et des lunettes de soleil) limite l'utilisation du matériel dans le temps. Ils peuvent être utilisés pendant 5 ans à partir de la date d'achat. Au delà de cette date, votre équipement est considéré comme n'étant plus aux normes. Vous pouvez trouver toutes les infos concernant les E.P.I. ici > [www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)

## VÊTEMENTS ET TEXTILES

### La tête

- Un masque de ski
- Un bonnet et une casquette
- Un tour de cou ou Buff (éviter les foulards)

### Le corps

- **T-shirt manches longues**
- Un vêtement manches longues, type polaire ou soft shell
- Une doudoune chaude
- Un coupe-vent type gore tex protégeant contre la pluie, la neige et le vent

### Les mains

- Une paire de gants fins en cuir ou polaire
- Une paire de **gants chauds et imperméables** (type ski de piste).

### Les jambes

- L'idéal est un pantalon de ski de rando en gore tex avec ouvertures latérales au-dessous duquel vous mettrez un collant si besoin

### Les pieds

- Deux paires de chaussettes dont un rechange

## MATÉRIEL TECHNIQUE

- Une paire de chaussures de ski de randonnée
- Des skis de randonnée
- Une paire de "peaux de phoque" en bon état et bien encollées
- Une paire de couteaux à neige adaptés à vos fixations
- Une paire de bâtons télescopiques
- Un DVA ( détecteur de victime d'avalanche) + pelle et sonde
- **Un casque léger** normé ski/Alpinisme
- Un sac à dos montagne permettant d'y accrocher les skis si besoin, environ 25 litres

ROC ÉCRINS - 6 rue du Chlorate - Zone Les Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 04 84 13 14 08 <https://www.roc-ecrins.com> [info@roc-ecrins.com](mailto:info@roc-ecrins.com)

ROC ÉCRINS ORGANISATION - Eurl au capital de 8 000€ - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000718199/0 - Immatriculation ATOUT FRANCE : IM005230003 - R.C.P : HISCOX contrat n°HA RCP0399794 - Code APE 7912Z - RCS de GAP SIRET : 979 424 918 00014 - N°TVA intracommunautaire : FR42 979 424 918

- **Une paire de lunette** categorie 4

Nous vous demandons d'être équipé avec les éléments de sécurité sur glacier suivants. Ces équipements peuvent être utilisés en cas de chute en crevasse ou pour votre évolution sur des pentes gelées.

- **Crampons** léger
- **Un Baudrier** léger
- **Piolet** léger

## MATÉRIEL DIVERS

---

- Prévoir des contenants pouvant vous assurer environ **2 l d'eau**, l'idéal étant une bouteille d'un litre plus d'autres plus petites pour les glisser dans votre veste au chaud près du corps
- Crème solaire « écran total » soit un indice de protection fort entre 30 et 50
- Drap de sac (sac à viande) pour dormir en refuge
- Petit thermos
- Petite pharmacie adaptée à vos besoins personnels, contenant aussi de l'élastoplaste et des pansements double peau pour d'éventuelles ampoules
- Documents toujours utiles à avoir avec vous dans un petit sac étanche : pièce d'identité, les références de votre assurance assistance si vous n'avez pas souscrit le contrat que nous proposons, carte vitale européenne dans le cas où vous allez en Italie ou en Suisse.
- Un peu d'argent liquide pour vos dépenses personnelles (boissons...) dans les refuges (de manière générale, les refuges n'acceptent pas les règlements par carte bancaire)

Cette liste n'est bien sûr pas exhaustive et reste à compléter par vos soins.

## Avertissements Haute Montagne

### Les 3 conditions nécessaires à la réussite de la traversée Chamonix - Zermatt : Météo + Forme + Expérience

En vous inscrivant à ce stage, vous décidez de faire confiance à votre guide ainsi qu'à l'équipe Roc Ecrins. Si la météo ou votre condition physique ne permet pas de tenter la traversée Chamonix-Zermatt, **vous devez accepter un plan B qui peut s'avérer tout aussi grandiose**. Les Alpes regorgent d'itinéraires d'exception tous aussi beaux les uns que les autres (avec l'affluence en moins) qui permettront de profiter au maximum de ces 6 jours en montagne.

### Conditions nivo-météorologiques

La traversée Chamonix-Zermatt est un itinéraire de haute montagne demandant des compétences propres à l'alpinisme et au ski de randonnée. L'itinéraire peut être vertigineux et exposé aux risques naturels : chutes de pierres sèches, crevasses et avalanches.

Au-dessus de 3000 mètres en hiver ou printemps les conditions météorologiques peuvent être extrêmes : le vent, la neige ou le froid peuvent rendre la progression très compliquée voire impossible car trop dangereuse. Nous essayons d'anticiper au mieux afin de prendre les meilleures décisions mais dans tous les cas, notre priorité ira toujours à la sécurité. **Le guide de haute montagne qui vous accompagne connaît très bien cet environnement et sera le mieux à même d'évaluer la faisabilité de la traversée**. En dernier recours, une fois engagé dans l'aventure, il prendra la décision de continuer ou non la traversée. En cas d'impossibilité de continuer la traversée suivant les données du bulletin météo au jour le jour, nous essaierons d'organiser un programme alternatif en fonction des conditions.

**Le principe du stage étant de partager un engagement pour la durée des 6 jours, ceci exclut toute possibilité de report ou d'annulation avant ou en cours de stage** sans une retenue financière.

### Forme et expérience

Si, par ailleurs, à l'issue du ou des premiers jours, le guide considère que votre condition physique et/ou votre mental ne peuvent vous permettre d'envisager de continuer la traversée sans compromettre votre sécurité et

celle de la cordée, il vous en fera part. Vous devrez alors quitter le stage. **En aucun cas cette interruption ne pourra donner lieu à un remboursement ou au versement d'indemnités.**

## **Changements de programme et de norme d'encadrement**

La pratique du ski alpinisme est soumise à différents éléments que nous ne pouvons parfois ni anticiper, ni maîtriser ; nous pouvons par conséquent être amenés à modifier le programme de nos séjours haute montagne avant ou pendant sa réalisation pour diverses raisons :

- si la météorologie et/ou les conditions nivologiques ne permettent pas de réaliser le programme prévu et/ou
- s'il survient un retard dans l'ouverture ou une fermeture anticipée d'une remontée mécanique ou d'un refuge, dans ces cas nous vous proposerons un programme alternatif parfois le jour même du départ sans que vous puissiez le refuser.

## **Santé**

Nous ne demandons pas de certificat médical pour participer à nos stages, néanmoins il peut être utile de vérifier auprès de votre médecin traitant que vous ne présentez pas de contre-indication (notamment en cas de maladie chronique) à la pratique d'activité physique en haute-montagne.

Si vous suivez un traitement particulier, nous vous demandons de nous en avertir afin d'être en mesure de prendre les dispositions adaptées en cas de besoin.

L'altitude peut provoquer **lorsque l'on est pas suffisamment acclimaté un mal aigu des montagnes appelé aussi MAM**. Il se traduit dans la plupart des cas par des maux de tête, des nausées, et un sentiment général d'inconfort mais peut parfois dans les cas les plus graves évoluer vers un œdème pulmonaire ou cérébral nécessitant une redescente immédiate.

C'est pourquoi il est toujours utile, avant tout séjour et dans la mesure du possible, de réaliser des randonnées en montagne ou moyenne montagne, notamment pour ceux qui vivent au niveau de la mer.

## **Condition physique et Expérience**

### **Niveau et expérience requis**

**Avant de vous inscrire sur ce stage, vous devez faire le point sur :**

- **votre aisance physique et vos compétences techniques : pour participer à ce séjour, vous devez connaître le matériel technique de ski de randonnée et maîtriser les conversions, la mise en place des couteaux, le cramponnage et être capable d'évoluer avec aisance sur toutes neiges autant à la montée qu'à la descente**
- **votre vitesse d'évolution en montagne et votre endurance : pour participer à ce séjour, vous devez être capable d'évoluer à 300 mètres/heure en moyenne en ski de rando et de produire cet effort long et intense en altitude. Plus précisément, vous devez être capable "d'encaisser" 1500 mètres de dénivelé positif en altitude (entre 2000 et 3500m) et de répéter cet effort sur les 6 jours du stage.**

**La traversée Chamonix-Zermatt ne peut se tenter sans avoir déjà une très bonne expérience en ski de randonnée** . C'est un projet au long court, qu'il faut aborder par étape, pour votre sécurité et votre réussite, car attention, être « sportif » (notion toute relative) ne suffit pas !

**Suivant votre profil et votre expérience, nous vous conseillerons sur les étapes à suivre et les compétences à valider afin de mettre toutes les chances de votre côté pour concrétiser votre**

## projet.

**Si vous n'avez jamais pratiqué le ski de randonnée, il est nécessaire d'envisager votre préparation en plusieurs étapes.**

Sachez que nous proposons plusieurs séjours vous permettant de vous tester et/ou d'acquérir les compétences requises.

## Encadrement

Vous serez encadrés par un **Guide de haute montagne**, diplômé du Brevet d'Etat d'Educateur Sportif d'Alpinisme de l'équipe de ROC ECRINS. Il sera équipé suivant le massif, d'une radio VHF reliée au standard des secours, d'un téléphone satellitaire ou d'un téléphone cellulaire. Il aura également une trousse de premier secours collectif.

## Assurances

**Tout participant à un stage ROC ÉCRINS doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle.**

vous couvrant en cas de dommage causé à autrui. En tant qu'agence de voyages nous possédons notre propre assurance responsabilité civile professionnelle. Par ailleurs pour pouvoir participer à l'un de nos stages, il est impératif que vous soyez couvert également pour les (frais de secours et de rapatriement) en cas d'incident ou d'accident survenant au cours de ce stage. Il vous appartient de bien vérifier les garanties proposées par votre contrat d'assurance personnel. Si vous ne possédez pas déjà une telle assurance, vous pouvez souscrire à l'un des contrats que nous proposons.

- Le montant de l'assurance « ASSISTANCE » couvrant le rapatriement, les frais de secours et de recherche et l'interruption de séjour, représente 2,6% du prix du séjour.
- L'assurance « MULTIRISQUE » couvrant les frais de secours et de recherche, le rapatriement, l'annulation, la perte de bagages, et l'interruption de séjour, représente 5,6% du prix du séjour.
- Pour les résidents non-européens, l'assurance « ASSISTANCE citoyens hors Union Européenne » couvrant les frais de secours et de recherche et interruption de séjour, représente 10€ par jour.

## Hébergement

Dans un gîte/auberge et des **refuges de haute montagne** souvent rénovés, modernes et confortables. Nuitées en chambres ou dortoirs équipés de couvertures, couettes ou duvets nordiques (prévoir obligatoirement un draps de sac).

Certaines cabanes ne disposent pas d'eau à cette période.

Ces hébergements vous sont proposés sous réserve de disponibilité au moment de votre inscription.

## Transport et Bilan Carbone

Le transfert de La Fouly vers Valsorey au cours de votre séjour sera effectué en taxi, compris dans le prix du séjour.

Le retour de Zermatt sur Chamonix sera à effectuer en taxi par vos propres moyens. Un budget d'environ 170€ par personne est à prévoir, en fonction du nombre de participants.

ROC ÉCRINS - 6 rue du Chlorate - Zone Les Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 04 84 13 14 08 <https://www.roc-ecrins.com> [info@roc-ecrins.com](mailto:info@roc-ecrins.com)

ROC ÉCRINS ORGANISATION - Eurl au capital de 8 000€ - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000718199/0 - Immatriculation ATOUT FRANCE : IM005230003 - R.C.P : HISCOX contrat n°HA RCP0399794 - Code APE 7912Z - RCS de GAP SIRET : 979 424 918 00014 - N°TVA intracommunautaire : FR42 979 424 918

## Rendez-vous

Heure du rendez-vous:

8h30

le premier jour **aux Houches**.

## Accès

De l'Autoroute blanche (A40/E25/E712) vers Chamonix, prendre la première sortie "Les Houches-Centre Prarion-Bellevue"(D213). Suivre la route jusqu'au centre des Houches où vous arriverez devant le Téléphérique de Bellevue.

## Prix

### tous les tarifs

nbe participants	Prix par personne
3	1910,00 €
4	1910,00 €
5	1540,00 €
6	1540,00 €

Les inscriptions se font sur la base du prix pour 3 participants soit 1910€/personne. Si vous êtes 5 participants ou plus le jour du départ, nous appliquons un tarif dégressif (1540€/pers) et vous remboursons la différence soit 370 € à l'issue du stage.

### Le prix comprend:

- L'encadrement par un guide de haute montagne et la prise en charge des ses frais de séjour
- L'hébergement en refuges du premier soir au dernier matin en demi-pension (nuitée + repas du soir + petit déjeuner)
- Le trajet en taxi bus entre La Fouly et le départ du refuge du Valsorey lors de la troisième étape
- **La remontée mécanique** du premier jour

### Le prix ne comprend pas:

- Les pique-niques du séjour et l'eau dans les refuges.
- Le retour en taxi sur Chamonix le dernier jour pour vous et le guide ( entre 90 et 170€ selon le nombre de participants)
- La location éventuelle du matériel technique individuel dont le kit sécurité (pelle sonde et DVA) + baudrier
- Les frais à caractère personnel : boissons....
- Les assurances responsabilité civile, rapatriement et annulation
- L'acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation

De manière générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique « Le prix comprend ».

## Savoir vivre en montagne

Lorsque nous allons en montagne, nous sortons de la société que nous connaissons pour nous retrouver dans un milieu encore un peu épargné par les activités humaines. La montagne est singulière puisqu'elle est le symbole d'une liberté. En effet c'est un lieu où quiconque peut s'exprimer, gravir, sauter, glisser, vivre, partager

ROC ÉCRINS - 6 rue du Chlorate - Zone Les Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 04 84 13 14 08 <https://www.roc-ecrins.com> [info@roc-ecrins.com](mailto:info@roc-ecrins.com)

ROC ÉCRINS ORGANISATION - Eurl au capital de 8 000€ - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000718199/0 - Immatriculation ATOUT FRANCE : IM005230003 - R.C.P : HISCOX contrat n°HA RCP0399794 - Code APE 7912Z - RCS de GAP SIRET : 979 424 918 00014 - N°TVA intracommunautaire : FR42 979 424 918

et plus encore. Que notre objectif soit un sommet, une ligne ou simplement la découverte des paysages, nous profitons tous d'un moment privilégié avec la Nature.

Pour garder cet espace de vie aussi beau et le conserver, il faut aussi en prendre soin et savoir vivre avec tous les acteurs de la montagne.

**UN ENVIRONNEMENT FRAGILE.** Pour le préserver quelques simples règles de bonne conduite : rester sur les sentiers, ne rien prélever, ne rien jeter et se faire discret tant vis à vis de la faune qu'à l'égard des autres randonneurs et alpinistes. La montagne est l'un des derniers lieux silencieux, et ce silence est un trésor à chérir, à respecter et à partager !

**EN MONTAGNE,** vous ferez cordée avec votre guide, vos amis ou d'autres personnes que vous ne connaissez pas, tous unis par un même objectif. L'entre-aide est de mise, au sein du groupe mais aussi vis à vis de quiconque aurait besoin d'aide. Pensez au sens de « circulation » : Ceux qui descendent laissent passer ceux qui montent.

**EN REFUGE** aussi, il est important de respecter certaines règles de savoir-vivre pour garantir une cohabitation harmonieuse. Vous devrez vous déchausser pour monter dans les dortoirs, des crocs sont prévus à cet effet. N'oubliez pas que les réveils sont en général très matinaux alors soyez discret. Au réveil, il est d'usage de plier sa couverture.

Au moment du DÉBRIEFFING de la journée, il est d'usage d'offrir un verre au groupe pour apaiser les moments de doutes, de peurs, et/ou fêter le sommet, revivre les moments forts, drôle et joyeux de la journée. Et si le cœur vous en dit, à la fin de votre séjour, vous pouvez remercier votre guide avec un petit pourboire, une tradition ancienne mais bien sûr non obligatoire.

## Modalités d'inscription

Pour vous inscrire :

- remplissez le **formulaire de pré-inscription** en ligne
- Suite à la validation de votre inscription de notre part (places disponibles et validation par notre guide référent), vous recevrez par email **un contrat de réservation**. Il présente le détail de votre réservation ainsi que le calendrier et les modalités de règlement.
- A réception de ce contrat, vous disposez de 4 jours pour effectuer **le règlement de l'acompte d'un montant de 30%** suivant les modalités qui y figurent.
- **L'inscription définitive n'est prise en compte qu'à réception du paiement de l'acompte.**
- **Le solde est à régler 45 jours avant la date de départ**
- Dans le cas d'une inscription à moins de 45 jours du départ, le montant total de la réservation devra être réglé à réception du contrat de réservation suivant les modalités qui y figurent.