



UTMB 4 jours Marche et Trail, *Séjour privatisé* Mont Blanc, France – Italie - Suisse



FICHE DESCRIPTIVE DU SEJOUR

Vanoise Voyages, Association loi 1901- APE 7912Z Activités des Voyageurs - SIRET 799 932 207 00019

3 rue Saint-Pierre 73700 SEEZ - Mobile : 06.40.06.05.32. E-mail : contact@vanoise-voyages.com

Association de Tourisme inscrite au registre national ATOUT FRANCE affiliée à l'APRIAM IM073.10002 / ALPESPACE Le Neptune 50 Voie Albert Einstein 73800 FRANCIN
Assureur R.C.P. MMA IARD - 10 bd Marie et Alexandre Oyon 72000 LE MANS Contrat n° 3.056.234 /Garantie Financière : GROUPAMA 4000713451/0 - 8-10 rue d'Astorg 75008 PARIS

Tour du Mont-Blanc en jours entre amis sportif sur les Traces de L'UTMB

On va arpenter l'itinéraire de la course en version slow trail c'est-à-dire en marchant dans les montées et en courant tranquillement dans les parties faciles et les descentes pour pouvoir profiter pleinement de la magie des paysages qu'offre ce tour.

Dates et heures	Début du séjour : le 13/07/2024 à 19 h Fin du séjour : le 17/07/2024 à 15 h
Niveau technique requis	Niveau technique : 3 sur une échelle de 1 à 5 Niveau physique : 5 sur une échelle de 1 à 5 Consulter https://www.vanoise-voyages.com/quel-est-mon-niveau/ pour comprendre le niveau attribué. Temps de marche : Jour 2 : environ 11 h / Jour 3 : environ 10 h / Jour 4 : environ 8 h / Jour 5 : environ 5 h Km et Dénivelées : Jour 2 : environ 55 km +2800 m / Jour 3 : environ 46 km +2650 m / Jour 4 : environ 42 km +2100 m / Jour 5 : environ 26 km +1700 m Portage des bagages : Par l'épouse d'un des participants par choix du groupe pour les jours 2 et 5 à titre gratuit, et taxi pour les jours 3 et 4
Encadrement	Nom : Emmanuel VIALARD Diplôme : Accompagnateur en Moyenne Montagne Tél. mobile : 06 74 85 71 28 E-mail : e.vialard@laposte.net
Taille du groupe	Nombre minimum requis : 4 participants Nombre maximum requis : 7 participants
Type d'hébergement	Première nuit dimanche 14 juillet au refuge gardé des Mottets en dortoirs et en ½ pension Deuxième nuit lundi 15 juillet au refuge gardé Éléna en dortoir et en ½ pension Troisième nuit mardi 16 juillet gîte Mermoud en dortoir et en ½ pension
Repas	½ pension en refuges Pique-nique le midi non inclus. jour 1 Samedi 13 juillet repas du soir à Chamonix non compris Jour 2 dimanche 14 juillet : Petit déjeuner au chapieux non compris (restauration à l'épicerie ou au refuge possible, compter 13 euros par personnes), Repas de midi non compris, pique-nique amené par l'épouse d'un des participants.

	Pour les jours 3-4 et 5, les repas de midi et collations sont à la charge de chaque participants, possibilité de prendre un pique-nique en commandant au refuge la veille.
Moyens de transport	Transport par l'épouse d'un des participants par choix du groupe à titre gratuit : Jour 4 de trient au gite Mermoud à Vallorcine Jour 5 du gite Mermoud Vallorcine à Trient
Formalités	<p><u>Formalités de police</u> :</p> <p>- pièce d'identité obligatoire en cours de validité</p> <p><u>Formalités sanitaires</u> :</p> <p>Afin de réaliser ce séjour dans les meilleures conditions, nous vous conseillons d'effectuer au préalable un bilan médical chez votre médecin généraliste pour confirmer votre aptitude aux activités pratiquées pendant le séjour.</p> <p><u>Informations à communiquer à Vanoise Voyages avant le séjour à votre inscription sur votre compte en ligne</u> :</p> <p><input type="checkbox"/> Nom / Prénom / Adresse postale / adresse e-mail</p> <p><input type="checkbox"/> Numéro de téléphone portable que vous aurez lors du séjour</p> <p><input type="checkbox"/> Nom et numéro de la personne à contacter en cas d'urgence</p> <p><u>Documents à transmettre à Vanoise Voyages avant le séjour</u> :</p> <p><input type="checkbox"/> Copie document d'identité</p> <p><input type="checkbox"/> Si non souscrite auprès de Vanoise Voyages, copie attestation d'assurance Rapatriement (avec nom de l'assurance, numéro du contrat, numéro de téléphone 24/24)</p>
Date, lieu et heure du rendez-vous	Samedi 13 juillet 2024 à 19h à Chamonix
Moyen d'accès au rendez-vous	Par vos propres moyens.
Date, lieu et heure de dispersion	Mercredi 17 juillet 2024 à 15h à Chamonix
Description de l'itinéraire	<p>Jour 1 :</p> <p>Samedi 13 juillet Chamonix- refuge des Mottets</p> <p>On se retrouve à Chamonix à 19 h pour garer les voitures (parking payants, possibilité de parking gratuits aux Houches) et on mange ensemble (repas non compris). Départ depuis Chamonix après le diner vers 22 h 30 - 23 heure pour expérimenter une étape de nuit comme le font les coureurs sur l'UTMB.</p>

Première partie échauffement jusqu'aux Houches et Première grosse montée jusqu'au col de Voza à côté de la mythique piste de ski la « verte des Houches »

Jour 2 :

Notre parcours de nuit après la montée au col de Voza va nous amener à descendre à Saint-Gervais en empruntant les pistes de ski et des chemins bien pentu. L'itinéraire va ensuite remonter la vallée en passant aux contaminés Montjoie jusqu'à Notre Dame de la Gorge début de l'ascension du Col du Bonhomme pendant lequel on profitera du lever du jour. Descente ensuite aux Chapieux où nous rejoindra l'épouse d'un des participants pour prendre le petit déjeuner bien mérité et avec nos affaires.

On rejoindra ensuite tranquillement le refuge des Mottets pour se reposer. Il sera possible de faire la dernière partie de 5 km en bus pour rejoindre le refuge.

Jour 3 : lundi 15 juillet refuge des Mottets-refuge éléna

Après la montée du col de la Seigne situé au pied du glacier des Glaciers, nous allons passer notre journée en Italie, on retrouve le Mont-Blanc.

On va descendre le début du val Véni et monter le col Chécruit. Après la traversé les pistes de ski on emprunte un sentier sinueux et pentu jusqu'à Courmayeur.

Une montée bien raide nous attend ensuite mais sur un sentier facile surplombant la vallée avant la pause de midi au refuge Bertone. On va suivre un sentier roulant en Balcon jusqu'au fond du Val Ferret et faire face aux sommets côté italiens dont les fameuses Grandes Jorasses.

Une dernière montée sur une petite route jusqu'au refuge et la récompense une grande terrasse face au glacier de pré de Bard.

Jour 4 : Mardi 16 juillet Refuge Éléna – Trient (gîte Mermoud)

Comme la veille on commence par une montée direction le col Ferret c'est la journée en suisse !

Un magnifique panorama nous attend pendant cette longue descente jusqu'au village de la Fouly pour ensuite suivre le sentier en fond de vallée. On va remonter jusqu'au beau village de Champex et profiter de son lac pour notre pause. L'après-midi commence par une longue montée jusqu'à l'alpage de Bovine et un chemin descend en forêt pour arriver jusqu'à Trient.

	<p>L'épouse d'un des participants viendra à notre rencontre pour nous amener à notre gîte du soir. Transport à titre gratuit. Une des participantes nous quittera comme souhaité pour retourner à Chamonix.</p> <p>Jour 5 : mercredi 17 juillet fin du parcours retour Trient - Chamonix L'épouse d'un des participants nous ramène à Trient (transport à titre gratuit) pour que l'on puisse terminer notre tour.</p> <p>Retour en France, une grosse montée pour le début jusqu'à l'alpage de Catogne qui fait face au barrage d'émosson et descente jusqu'à Vallorcine. Notre itinéraire passe ensuite au col des Montets et la dernière partie dans les bois en balcon pour descendre la vallée au pied des aiguilles rouges jusqu'au sommet des télécabines de la Flégère. On pourra profiter de la vue sur les aiguilles de Chamonix avant la descente finale.</p> <p>Il nous faudra nous adapter aux aléas de la météo ainsi qu'aux conditions de la montagne et des participants. En dernier ressort, l'encadrant reste seul juge du programme qu'il peut modifier en raison d'impératifs de sécurité.</p>
Prix total	465 € par personne
Le prix comprend	Les éléments décrits ci-dessus concernant : l'hébergement et les repas en demi-pension, l'encadrement.
Le prix ne comprend pas	Les assurances personnelles, les boissons et collations, les repas (jour 1 Samedi 13 juillet repas du soir à Chamonix non compris / Jour 2 dimanche 14 juillet : Petit déjeuner aux chapieux non compris - restauration à l'épicerie ou au refuge possible, compter 13 euros par personne, repas de midi non compris possibilité de le prendre au refuge des mottets / Pour les jours 3-4 et 5 les repas de midi et collations sont à la charge de chaque participants, possibilité de prendre un pique-nique en commandant au refuge la veille, l'équipement personnel, les frais de formalités de police et sanitaires et tout ce qui n'est pas mentionné dans le descriptif du séjour.
Modalités et mode de paiement / Révision prix	Acompte de 30 % à l'inscription Solde à 30 jours du départ Règlements acceptés par virement bancaire, carte bancaire, ou « chèques-vacances » ANCV.
Assurances	Chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant la randonnée ou le voyage. Si nécessaire, nous vous proposons plusieurs formules d'assurances, sous réserve que votre domicile est en Europe Occidentale ou dans les Dom : <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> ASSISTANCE : rapatriement / frais de secours et de recherche à 1 % du montant du voyage, <input type="checkbox"/> ANNULATION à 3,5 % du montant du voyage

	<input type="checkbox"/> Dans le cas d'achat des deux formules, Assistance + annulation à 4,5 %, vous serez également couvert pour l'interruption de séjour, en cas de rapatriement par notre contrat Europ Assistance. Dispositions Générales d'Assurance sur brochures Europ Assistance.
Equipement personnel à prévoir	<input type="checkbox"/> veste coupe-vent et imperméable <input type="checkbox"/> sac d'hydratation <input type="checkbox"/> lampe frontale <input type="checkbox"/> couverture de survie <input type="checkbox"/> sifflet <input type="checkbox"/> Bande adhésive pour faire un éventuel bandage ou strapping (100cm x 6cm minimum) <input type="checkbox"/> doudoune légère ou/et petite veste polaire <input type="checkbox"/> première couche manches longues pour le soir et le matin <input type="checkbox"/> tee shirts <input type="checkbox"/> pantalon léger, <input type="checkbox"/> short, <input type="checkbox"/> chaussettes et sous-vêtements de rechange <input type="checkbox"/> vêtements de rechanges à limiter (ex : legging pour le soir au refuge mais le short ou le pantalon léger de la journée peut suffire en fonction de la météo, selon besoins personnels- essayez de garder un sac léger), <input type="checkbox"/> nécessaire de toilette (brosse à dent, dentifrice, petit bout de savon ou échantillon de gel douche) <input type="checkbox"/> serviette de toilette microfibre ou petite serviette <input type="checkbox"/> pharmacie personnelle (compeed, paracétamol...), <input type="checkbox"/> bâtons de marche, <input type="checkbox"/> fond de sac (petit bonnet, gants, des euros pour les boissons et repas dans les refuges...) <input type="checkbox"/> vivres de course perso (barres, fruits secs), <input type="checkbox"/> drap sac <input type="checkbox"/> boules Quiès Liste non exhaustive