

«ASCENSION DU MONT BLANC »

STAGE 3 JOURS - Chamonix Mont Blanc



L'ascension du Mont Blanc par la Voie Normale

Seul ou à 2 avec votre guide privé, une ascension en 3 jours pour permettre une bonne acclimatation et se donner toutes les chances de réussir.

Stage réservé aux personnes ayant une expérience préalable de la Haute Montagne , une connaissance de la marche glaciaire et mixte et sachant manipuler le matériel (crampon, piolet, corde ...).





Le trail ...

mais pas que !

ASCENSION DU MONT BLANC – Stage 3 jours

PROGRAMME DU STAGE :

Jour 1 : Le Refuge de Tête Rousse

Montée et nuit au refuge de Tête rousse (3167 m) depuis le Nid d'aigle en empruntant le tramway du Mont Blanc.

- horaire: entre 3 et 4 heures
- dénivellation: environ 1050 m (entre 2050 m et 3167 m)

Jour 2 : Le Refuge du Goûter

Montée et nuit au refuge du Goûter (3817 m), le guide profitera de cette belle après-midi au refuge du Goûter pour vous remémorer les bases du cramponnages.

Possibilité de faire l'ascension dans la journée si toutes les conditions sont réunies

- horaire: environ 3 heures
- dénivellation: environ 650 m (entre 3167 m et 3817 m)

Jour 3 : Course en altitude de type glaciaire et ou mixte

Ascension du mont Blanc par l'arête des Bosses (voie normale) et descente au Nid d'Aigle

- horaire: environ 4h d'ascension puis 2h pour retour refuge du Goûter et 4/5 retour Train
- difficulté: course de niveau PD (peu difficile), la plus grande difficulté vient de l'altitude
- dénivellation: environ 1000 m (entre 3817 m et 4810 m).





Le trail ...

mais pas que !

ASCENSION DU MONT BLANC – Stage 3 jours

EQUIPEMENT

Il est conseillé de s'habiller en « couches » successives, permettant de s'adapter à la température du moment. Sur-pantalons, veste technique avec capuche, sweat polaire, sous-vêtements de haute montagne (caleçon et tee-shirt), bonnet, casquette, gants ou moufles de très bonne qualité, chaussettes chaudes, guêtres, bâtons télescopiques, sac à dos (40 L), lunettes de glacier, et masque de ski, gourde, lampe frontale, crème solaire, appareil photo, petite trousse à pharmacie, thermos.

Équipement technique (le matériel technique peut être loué dans un magasin de sport) :
Très bonnes chaussures de haute montagne (semelles rigides) ne serrant pas le pied,
crampons, piolet*, baudrier*, casque.* en prêt.

TARIF DU STAGE *SUR DEMANDE*

NOTA BENE :

Eau dans les refuges :

Du fait de leur emplacement en altitude, les refuges du séjour ne disposent pas d'eau courante.

Il est donc nécessaire de prévoir l'achat de bouteilles d'eau pendant l'ascension.

PROGRAMME et PERIODE :

C'est le programme habituel suivi. Néanmoins les conditions nivo-météo pourront décider d'options différentes. Par exemple la préparation pourra se faire dans le massif du Grand Paradis (Val d'Aoste-Italie).

De mi-juin à mi-septembre, à définir suivant vos dispo et au plus tôt pour les réservations du refuge.

INSCRIPTION :

Un acompte de 30% du stage vous sera demandé lors de l'inscription et le solde à verser 30j avant la date du départ, l'ascension sera toutefois reportée en cas de mauvaises conditions.



Le trail ...

mais pas que !

ASCENSION DU MONT BLANC – Stage 3 jours



Caroline FRESLON-BETTE

Adresse email : caroline.freslon@5eme-element.fr

Contact tel : +33 (0)6 62 79 97 08

Adresse postale :

5eme ELEMENT, Caroline FRESLON-BETTE

2 chemin des Chapotières

01120 DAGNEUX

Siège social :

AXALP 5eme ELEMENT

1 place du 18 juin 1940

74940 ANNECY LE VIEUX