Compagnie des Guides de Chamonix

190 place de l'église - 74400 Chamonix – France - Tél : + 33 (0)4 50 53 00 88
www.chamonix-guides.com - e-mail : info@chamonix-guides.com

ALPINISME - LES 4000 DU MONT ROSE

Durée : 3 | Physique : ▲▲▲▲▲ | Technique : ▲▲▲▲▲ | A partir de : 1 035 €

LES 4000 DU MONT ROSE

À cheval entre le Val d'Aoste italien et le Valais suisse, le massif du Mont Rose rassemble l'une des **plus fortes concentrations de sommets de plus de 4000 mètres des Alpes**. Ses vastes glaciers et ses refuges d'altitude permettent d'évoluer plusieurs jours au cœur d'un environnement glaciaire exceptionnel, avec des panoramas qui s'étendent sur une grande partie des Alpes. En trois jours, vous gravissez plusieurs sommets de 4000 mètres, dont la Pyramide Vincent (4215 m) et la Pointe Gnifetti (4554 m), où se trouve la cabane Margherita. L'altitude et l'enchaînement des ascensions nécessitent une expérience préalable de l'alpinisme.

NOTRE SÉLECTION DE SOMMETS DE 4000 MÈTRES DANS LES ALPES

Ce séjour fait partie de notre sélection de programmes consacrés aux sommets de 4000 mètres des Alpes. Pour une première expérience en altitude, découvrez l'ascension de la Pyramide Vincent. Vous pouvez également gravir le Grand Paradis ou découvrir les sommets du Valais suisse avec la traversée du Weissmies.

ITINÉRAIRE

Jour 1

Montée au refuge Gnifetti (3625 m)
Transfert depuis Chamonix vers le Val Gressoney, sur le versant italien du massif du Mont Rose. Depuis Staffal, nous empruntons les remontées mécaniques jusqu'au glacier d'Indren (3275 m). Une courte traversée glaciaire nous permet de rejoindre le refuge Mantova (3418 m), puis le refuge Gnifetti (3625 m). L'après-midi est consacré à l'acclimatation à l'altitude et à la révision des techniques d'encordement essentielles. Nuit au refuge Gnifetti.
Dénivelé positif : 370 m

Jour 2

Ascension de la Pointe Zumstein (4563 m)
Nous remontons le glacier du Lys jusqu'au col du Lys (4152 m), qui permet de basculer sur le versant valaisan du massif du Mont Rose. Nous poursuivons jusqu'à la Pointe Zumstein (4563 m), point culminant de notre ascension. Nous rejoignons ensuite la Pointe Gnifetti (4554 m), où se trouve la cabane Margherita, le plus haut refuge gardé d'Europe. Selon les conditions et le niveau du groupe, l'ascension de la Ludwigshöhe (4343 m) peut également compléter la journée. Descente par le glacier du Lys et seconde nuit au refuge Gnifetti.
Dénivelé positif : 1050 m - Dénivelé négatif : 1050 m

Jour 3

Ascension de la Pyramide Vincent (4215 m)
Nous remontons à nouveau le glacier du Lys avant de prendre la direction de la Pyramide Vincent (4215 m). Depuis le sommet, le panorama s'ouvre notamment sur le versant est du massif du Mont Rose et la Valsesia. Nous redescendons vers le refuge Gnifetti, puis rejoignons les remontées mécaniques d'Indren pour regagner Staffal. Retour à Chamonix en milieu d'après-midi.
Dénivelé positif : 590 m - Dénivelé négatif : 970 m

FORMULE COLLECTIVE

La formule collective réunit des participants qui ne se connaissent pas nécessairement. Elle permet de suivre un programme défini à des dates fixes tout en bénéficiant d'un tarif attractif et de la convivialité d'un groupe.

Dates
Voir le module de réservation en formule collective ci-dessous.
Pour les départs de septembre, en raison de la fermeture du tunnel du Mont-Blanc, le trajet s'effectue par le tunnel du Grand-Saint-Bernard.

Tarif 2027
1035€ par personne, sur une base de 3 participants minimum.

Ce prix comprend
- L'encadrement par un guide de haute montagne
- Les deux nuits en refuge en demi-pension (dîner, nuitée et petit-déjeuner)
- Les remontées mécaniques prévues au programme
- Les transports mentionnés dans le programme

Ce prix ne comprend pas
- Les boissons en refuge et les dépenses personnelles
- Les pique-niques
- Le déplacement pour vous rendre au lieu de rendez-vous
- Le matériel technique personnel

FORMULE PRIVÉE

La formule privée vous permet de réaliser ce séjour avec le groupe que vous constituez et de bénéficier d'un accompagnement adapté à vos attentes. Vous choisissez votre date de départ en fonction des disponibilités en refuge, et le programme peut être ajusté en fonction de votre niveau, des conditions en montagne et de vos objectifs.

Tarifs 2027
2 personnes : 1735€ par personne
3 personnes : 1270€ par personne
4 personnes : 1035€ par personne
Inscription possible à partir de 16 ans.

Ce prix comprend
- L'encadrement par un guide de haute montagne
- Les deux nuits en refuge en demi-pension (dîner, nuitée et petit-déjeuner)
- Les remontées mécaniques prévues au programme
- Les transports mentionnés dans le programme

Ce prix ne comprend pas
- Les boissons en refuge et les dépenses personnelles
- Les pique-niques
- Le déplacement pour vous rendre au lieu de rendez-vous
- Le matériel technique personnel

INFOS PRATIQUES

Pour bien préparer votre séjour, consultez les conseils des guides qui regroupent nos recommandations pour vos séjours d'alpinisme.

Rendez-vous
Rendez-vous le J1 à 8h30 à la Compagnie des Guides de Chamonix, 190 place de l'Église.

Niveau physique
Une pratique régulière d'une activité d'endurance est nécessaire. Vous devez être capable de réaliser jusqu'à 7 heures d'activité par jour en altitude.

Niveau technique

Une expérience préalable de l'alpinisme est nécessaire. Les ascensions se déroulent principalement en terrain glaciaire et nécessitent une bonne aisance dans l'utilisation des crampons.

Prérequis
Vous devez avoir déjà réalisé plusieurs sorties en haute montagne et avoir une expérience préalable de la marche avec des crampons.

Encadrement
Le groupe est constitué de 3 à 4 participants par guide, permettant une progression adaptée et des conseils personnalisés. Inscription possible à partir de 18 ans.

Hébergement
Deux nuits en refuge en demi-pension sont incluses (dîner, nuitée et petit-déjeuner).

⚠ **Formalités**
Assurance assistance-rapatriement obligatoire. Si vous n'êtes pas assuré, une assurance assistance-rapatriement et annulation peut être souscrite au moment de votre inscription. Une pièce d'identité en cours de validité est également obligatoire.

ÉQUIPEMENT

Nous vous recommandons d'apporter un soin particulier au choix de votre matériel, qui contribue directement à votre confort pendant le séjour. Le poids est un élément important : privilégiez un équipement léger et adapté tout en conservant une protection suffisante pour évoluer plusieurs jours en haute altitude.

Équipement
- Un sac à dos d'environ 35 litres
- Une paire de chaussures d'alpinisme
- Une paire de guêtres si votre pantalon le nécessite
- Une paire de bâtons télescopiques
- Des crampons avec antibottes
- Un casque
- Un baudrier
- Un piolet droit

Vêtements
- Un bonnet adapté au port du casque
- Un chapeau ou une casquette
- Un tour de cou de type Buff
- Un sous-vêtement technique à manches longues
- Une polaire
- Une veste imperméable avec capuche de type Gore-Tex
- Une doudoune légère
- Un collant thermique
- Un pantalon adapté à l'alpinisme estival
- Un surpantalon imperméable de type Gore-Tex
- Des chaussettes adaptées à la marche et à l'alpinisme
- Une paire de gants chauds
- Une paire de gants légers
- Des vêtements de rechange pour les nuits en refuge

Accessoires
- Une paire de lunettes de soleil de catégorie 4
- Un masque de ski
- Une lampe frontale
- Un drap-sac
- Une gourde d'au moins 1,5 L
- Des boules Quiès
- Une pharmacie personnelle comprenant au minimum crème solaire, stick à lèvres, protection contre les ampoules, ainsi que vos médicaments habituels contre les maux de tête et les nausées
- Une pochette étanche contenant votre pièce d'identité et des espèces

Nos Partenaires Location

Vous pouvez louer votre matériel à des tarifs préférentiels auprès de nos magasins partenaires : Millet (hors crampons, piolets et casques), Ravanel & Co, Sanglard Sports et Concept Pro Shop.

Nos Partenaires Équipement
Millet, Dynastar, Julbo, Grivel et Monnet.