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

RAQUETTES - LA RÉSERVE DES CONTAMINES MONTJOIE

Durée : 2 | Physique : ▲▲▲△△ | Technique : ▲▲▲△△ | A partir de : 330 €

Partez à la découverte d'un site exceptionnel situé au cœur de la réserve naturelle des Contamines Montjoie, face à la chaîne du Mont-Blanc, qui offre des paysages sublimes en hiver. C'est dans ce spot incontournable que se trouve le refuge des Près. Rénové récemment, cet ancien chalet d'alpage offre un hébergement chaleureux, confortable et respectueux de l'environnement. Raquettes au pied, découvrez un site dédié aux amoureux de la nature et des grands espaces dans lequel vous aurez la chance d'observer une faune riche qui évolue sur ce plateau préservé. Tous les séjours raquettes que nous organisons reposent sur des groupes de petite taille - 8 personnes maximum. Votre accompagnateur est à vos petits soins ce qui vous garantit un séjour de grande qualité.

Ce séjour fait partie d'une sélection de séjours coup de cœur, offrant des destinations uniques pour découvrir le patrimoine local et vous offrir un véritable changement de décor. Profitez de deux séjours découverte, l'un situé dans les hauteurs de Vallorcine et l'autre dans la Vallée du Giffre, près de Samoëns. Immergez-vous au cœur des grands espaces, que ce soit dans le Val Ferret italien ou à l'hospice du Grand Saint Bernard.

ITINÉRAIRE

Jour 1

Nous prenons la célèbre Voie Romaine pour atteindre le plateau de la Rosière. La forêt, préservée, fait entrevoir de belles rencontres avec les animaux, ou du moins, avec leurs traces laissées par leur passage dans la neige fraiche. Sans déranger, nous repartons en direction de Nant Borrant et du Bois de la Rollaz. Une dernière montée et nous débouchons au refuge des Prés (1935 m) d'où la vue sur les sommets avoisinants est magnifique.
Dénivelé positif : 730 m

Jour 2

Nous rejoignons Notre Dame de la Gorge par un sentier qui nous fait découvrir l'autre versant du Bois de la Rollaz. Notre itinéraire au cœur de la forêt est tantôt en pente douce, tantôt en pente plus raide ; l'occasion de s'essayer à quelques glissades ludiques. Retour au parking en milieu d'après-midi.
Dénivelé négatif : 600 m

FORMULE COLLECTIVE

La formule collective associe plusieurs personnes qui ne se connaissent pas forcément. Elle permet pour un programme donné de profiter d'un tarif attractif à des dates fixes. Cette formule est idéale pour les personnes recherchant la convivialité d'un groupe.

Dates : Voir ci-dessous module de réservation en formule collective

Tarif 2027 : 330 € par personne - sur la base de 4 personnes minimum

Ce prix comprend :
- l'organisation et l'encadrement par un accompagnateur en montagne
- une nuit en demi-pension (repas du soir, petit-déjeuner et nuitée) au refuge des Près en dortoir mixte
- les pique-niques et vivres de course
- le prêt des raquettes, bâtons, DVA (détecteur de victime d'avalanche), pelle et sonde

Ce prix ne comprend pas :
- l'assurance assistance-rapatriement et annulation
- les boissons personnelles (prévoir des euros)
- le déplacement au lieu de rendez-vous
- ce qui n'est pas inclus dans « Ce prix comprend »

FORMULE PRIVÉE

La formule privée est la relation historique qui lie un accompagnateur à ses clients.
Elle vous permet d'être seul ou en groupe constitué avec votre accompagnateur qui répond à vos besoins spécifiques.
C'est incontestablement la formule idéale pour réaliser vos projets car elle vous garantit un maximum de confort. Vous êtes libre de choisir votre date de départ (dans la mesure des places disponibles dans les refuges).
Selon les conditions météorologiques, l'itinéraire proposé peut être ajusté en fonction de votre niveau et vos attentes, le professionnel pourra vous proposer des variantes dans l'itinéraire.

Pour connaître nos tarifs en formule privée contactez-nous et faites nous part de votre projet

INFOS PRATIQUES

Retrouvez dans cette rubrique, l'ensemble des informations concernant cette activité. Pour des renseignements complémentaires, prenez contact avec nos conseillers (coordonnées ci-dessus).

Rendez-vous : 10h00 au parking de Notre Dame de la Gorge situé 3782 Route de Notre Dame de la Gorge - 74170 Les Contamines-Montjoie

Niveau : Une bonne condition physique et une expérience préalable en randonnée est nécessaire. 300 m à 600 m de dénivelé en moyenne et 3h à 5h de marche. Une expérience préalable de la randonnée en raquettes est souhaitée

Encadrement : par un accompagnateur en moyenne montagne, minimum 4 et maximum 8 participants. Les normes d'encadrement sont spécifiques à la Compagnie des Guides de Chamonix et vous garantissent un séjour de grande qualité. Enfants minimum 12 ans accompagnés d'un parent

Hébergement :
- Pendant le séjour : 1 nuit en demi-pension au refuge des Près en dortoir mixte
- Avant et après : bénéficiez de tarifs préférentiels auprès de nos partenaires hôteliers à Chamonix

Formalités :
- Assurance assistance-rapatriement obligatoire
- Aussurance annulation fortement conseillée

Si vous n'êtes pas assuré, nous vous proposons une assurance « rapatriement et annulation » que vous pourrez souscrire au moment de votre inscription.
- Pièce d'identité obligatoire

Organisation : Quelques jours avant votre départ, le guide en charge du groupe vous contactera afin de répondre à toutes vos questions

ÉQUIPEMENT

Nous vous recommandons d'apporter un soin particulier au choix de votre matériel car il contribue grandement à la réussite de votre séjour. Le poids est déterminant ; vous devez toujours évaluer le ratio poids / confort afin de trouver un bon compromis. Comme les conditions climatiques peuvent être très variables, il est préférable d'empiler des couches fines plutôt que d'avoir un seul gros vêtement. Il est indispensable de rester sec en toutes circonstances.

Chaussures de marche
- Chaussures adaptées à la pratique de la raquette (chaudes et imperméables, qui tiennent bien la cheville).
- Pour les chaussures neuves, faites-les d'abord à votre pied en les portant avant.
- Si vous êtes sujet aux ampoules : talc appliqué sur les pieds secs et dans la chaussure le matin.

Sac à dos
- Volume minimum 40 L (mieux vaut trop grand que trop petit). Prévoyez assez de place pour le pique-nique.
- Un conseil en cas de neige : même si vous avez un sur-sac à dos, protégez toujours vos affaires dans un sac plastique (grand

sac poubelle), à l'intérieur du sac à dos.

Textiles
Concernant les sous-vêtements (T-shirts, caleçons, chaussettes), évitez le coton qui est lourd, froid et sèche très lentement. Privilégiez les textiles techniques synthétiques, ou bien la laine (mérinos). Ils sont plus chauds, sèchent vite et ne sentent pas !

Poids du sac
Prenez le temps pour faire votre sac, choisissez chaque objet en pensant que vous allez le porter le premier et dernier jour. Avec un peu d'ingéniosité, vous pouvez gagner du poids sur beaucoup de choses. Essayez de tasser un maximum les affaires, un sac peu volumineux est mieux équilibré et la sensation de poids est nettement diminuée.

Pour la journée
- 1 T-shirt technique manches longues
- 1 fourrure polaire fine
- 1 pantalon de type Gore-tex, 1 caleçon jambes longues (textile synthétique)
- 1 paire de chaussettes en laine
- 1 veste Gore-tex
- 1 paire gants polaire, 1 paire moufles, 1 paire gants soie
- 1 bonnet, 1 foulard et/ou 1 tour de cou (type Buff)
- 1 gourde (capacité 1l mini, 1,5l c'est mieux !) si possible isotherme
- 1 couteau, 1 fourchette (type « spork »)
- Casquette, lunettes de soleil (catégorie 3 minimum), crème solaire, baume à lèvres, protection solaire
- Facultatif : appareil photo, jumelles, etc …

Pour l'ensemble de la randonnée
- 1 doudoune (ou fourrure polaire épaisse)
- 1 caleçon jambes longues
- Affaires de rechange (T-shirt, sous-vêtements, chaussettes)
- Lampe de poche, ou frontale
- Pharmacie personnelle *
- Nécessaire de toilette ultralight, à vous de customiser ! (dont serviette technique)
- Drap sac à viande (le + léger et confortable reste le sac en soie)
- Pièce d'identité
- Argent pour vos dépenses personnelles
- Mouchoirs, papier toilette
- Guêtres si votre pantalon ne couvre pas efficacement le haut de la chaussure.

* Elastoplast, pansements « seconde peau », compresses, médicaments pour maux courants : diarrhée, constipation, maux de gorge, maux de tête, douleurs, allergies, … et votre traitement personnel.
L'accompagnateur possède une pharmacie de premiers secours.

Nos Partenaires Location : Possibilité de louer votre matériel à des tarifs préférentiels auprès de nos magasins partenaires Millet (hors crampons, piolets, casque), Ravanel & Co, Sanglard Sports & Concept Pro Shop
Nos Partenaires Equipement : Millet, Dynastar, Julbo, Grivel & Monnet