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

TRAIL - COUCHER DE SOLEIL

Durée : 1 | Difficulté : ▲▲△△△ | A partir de : 57 €

Grâce à l'expérience unique de son pôle trail constitué de guides de montagne spécialistes multi-finisher des plus grandes courses, la Compagnie des Guides de Chamonix a développé des programmes trail pour vous perfectionner et vous faire profiter de l'exceptionnel terrain de jeu du Pays du Mont Blanc.

- Weekend à Chamonix, 2 jours : Pour progresser
- Tour du Mont Blanc, 5 jours : La boucle mythique des Alpes du nord en semi autonomie

RDV à 17:30 devant les bureaux de la Cie des guides en face de l'église pour prendre un véhicule et la direction du parking du Bettey, aux Houches, où nous commençons l'itinéraire en fin d'après-midi à 18:00. Dans un environnent sauvage et à l'ombre des épicéas, nous prenons la direction de l'aiguillette des Houches par le sentier de Pierre Blanche où la vue dégagée vers l'Ouest nous permet d'admirer la chaine des Fiz et le soleil déclinant. Nous évoluons sur un sentier alpin situé en plein coeur de la magnifique réserve naturelle de Carlaveyron, véritable havre de paix de la faune sauvage où chamois, bouquetins et marmottes cohabitent.
Pour profiter de ce privilège, une montée de 900 mètres de dénivelé positif nous attend pour atteindre les 2285 mètres et un point de vue enchanteur. Le soleil devrait alors s'estomper progressivement derrière la chaine des Aravis en teintant le massif du Mont-Blanc d'un ton rougeâtre. Munis de lampe frontale, notre découverte des Aiguilles rouges nous amène jusqu'au refuge de Bellachat et jusqu'au sommet du Brévent situé à 2525 mètres d'altitude. Notre soirée de trail s'agrémente de conseils techniques et de leurs mises en application lors des montées et des descentes.
L'utilisation des bâtons est fortement conseillée sur ces chemins alpins.
Distance : 13-17 km / Dénivelé positif : D+ 1050 - 1275 m

Ce programme peut être modifié à tout moment par le professionnel encadrant en fonction des conditions météorologiques et/ou du niveau technique et physique des participants.

FORMULE COLLECTIVE

La formule collective associe des personnes qui ne se connaissent pas forcément. Elle est idéale pour les personnes recherchant la convivialité d'un groupe et un tarif attractif. Pour effectuer votre réservation en ligne, choisissez ci-dessous le jour correspondant à votre sortie. Pour réserver plusieurs sorties et bénéficier du tarif dégressif, ajoutez chaque journée à votre panier (la réduction est visible au moment du paiement). Vous serez intégralement remboursé de votre sortie si celle-ci ne peut pas avoir lieu.

Dates (formule collective) : Voir module de réservation en formule collective

Rendez-vous (formule collective) : 17h30 à la Compagnie des Guides de Chamonix

Encadrement (formule collective) : Groupe jusqu'à 8 personnes encadrées par un(e) accompagnateur(trice)

Départ : Le départ est assuré dès 5 personnes inscrites

Tarif 2025 (formule collective) : 57€ par personne

Ce tarif comprend :
- l'encadrement par un(e) accompagnateur(trice)
- le transfert sur le lieu de départ

Ce tarif ne comprend pas :
- les remontées mécaniques éventuelles
- la nourriture

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. 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.

Tarifs 2025 :
Groupe de 1 à 4 personnes : 330€
Groupe de 5 à 8 personnes : 345€
Groupe de 9 à 12 personnes : 360€

Le prix comprend :
- l'organisation et l'encadrement par un accompagnateur en moyenne montagne spécialiste du trail

Ce prix ne comprend pas :
- l'hébergement à Chamonix
- la nourriture en journée

INFOS PRATIQUES

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

Rendez-vous : Départ à 17h30 du bureau de la Compagnie des Guides, 190 place de l'Eglise, 744000 Chamonix Mont-Blanc.

Niveau : 2/5. Le Trail - Coucher de soleil est de difficulté soutenue. 1500 à 2000m et 18 à 23km par jour soit 5 à 7h de course à pied quotidienne. Une pratique intensive de la course à pied et une expérience en trail sont indispensables.

Encadrement : Par accompagnateur en montagne spécialiste du trail diplômé d'état. Groupe de 5 à 8 personnes maximum afin de vous assurer un meilleur confort de dialogue et une réelle convivialité.
Inscription possible à partir de 16 ans. Toute personne mineure doit être accompagnée d'un tuteur légal.

Hébergement : Bénéficiez de tarifs préférentiels auprès de nos partenaires hôteliers à Chamonix.

Formalités : Assurez-vous de disposer d'une assurance responsabilité civile individuelle valable pour la pratique de cette activité sans limitation de lieu et d'altitude, incluant assistance, recherche, secours et rapatriement

Organisation : Réunion de préparation à 18h00 la veille de la sortie à la Compagnie des Guides pour faire le point sur le matériel et vous donner toutes les astuces pour profiter pleinement de votre sortie.

ÉQUIPEMENT

Le contenu de votre sac à dos de trail est assez proche du matériel obligatoire demandé sur un Ultra Trail. Faîtes un choix judicieux de votre équipement : c'est la chasse au poids ! Les repas du midi se feront en refuge ou auberge. Tout le matériel devra être protégé contre la pluie (sacs congélation de type zip loc)

Équipement
- Un sac à dos de trail
- Une paire de chaussures de trail en bon état
- Une paire de bâtons de trail

Vêtements
Pour plus de confort 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 qui fait son grand retour. Ils sont plus chauds et sèchent très vite.

Pour la journée :
- 1 short de course
- 1 sous-vêtement
- 1 collant long
- 1 sur-pantalon imperméable très léger
- 1 tee-shirt
- 1 couche chaude légère
- 1 veste chaude supplémentaire (suffisamment compressible)
- 1 veste gore tex légère
- Bonnet léger
- Casquette
- Tour de cou type Buff
- Gants légers
- 1 paire de chaussettes

Accessoires
Pour la journée :
- 1 paire de lunette de soleil indice 3 minimum
- Crème de protection solaire
- Papier toilette et un briquet pour le faire disparaître
- Une pharmacie réduite (Ibuprofène, double peau, bandes type élastoplaste...)
- Couverture de survie
- Mouchoir
- Gel hydro alcoolique pour se nettoyer les mains.
- 1 paire de bâtons
- Flasques ou camel bag avec capacité d'1 litre et demi
- Mini frontale
- Nourriture énergétique pour la journée
- Argent pour vos dépenses personnelles
- Crème anti frottement type Nok

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