



# 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](http://www.chamonix-guides.com) - e-mail : [info@chamonix-guides.com](mailto:info@chamonix-guides.com)

## RANDONNEE - DE CHAMONIX A ZERMATT

Durée : 9 jours

Difficulté : ▲▲▲▲▲

À partir de : 1 400 €

Chamonix et Zermatt, les deux grandes capitales des Alpes. Le Massif du Mont-Blanc et les Alpes Valaisannes regroupent à elles seules pas moins de 69 sommets qui culminent à plus de 4000 mètres. Le spectacle qu'offrent ces montagnes est grandiose, l'histoire de ses vallées, de ses hommes est forte ; et tout nous invite au voyage, à la découverte de ces richesses ...

Notre randonnée alpine traverse huit vallées valaisannes sur des sentiers et des terrains variés, à travers des paysages tantôt verdoyants, tantôt minéraux. Chaque journée est dominée par de nombreux sommets de plus de 4000m : Grand Combin, Dent Blanche, Zinalrothorn, Weisshorn, Cervin ... Cet itinéraire, très varié, longeant glaciers et lacs, alpages et villages, est une des plus belles randonnées des Alpes.

*Vous portez vos affaires de la semaine dans votre sac à dos pour profiter pleinement de la montagne. Hébergement en auberge, ou en refuge. Nuit en dortoir. Les transferts se font grâce aux transports locaux et les ravitaillements se font soit dans les villages traversés ou auprès des refuges.*

### ITINÉRAIRE

#### Jour 1 : Chamonix - Col de Balme

Nous débutons notre séjour au village du Tour. Le col de Balme (2 195m) est notre premier objectif. Nous quittons donc déjà les montagnes Françaises, le massif du Mont-Blanc, sa majesté, et toutes ses Aiguilles. Nous passons le col et sommes désormais en territoire Suisse. Nous poursuivons en direction de l'alpage des Grands, et la descente nous conduit jusqu'aux eaux de Trient. L'hôtel du Col de la Forclaz est tout proche maintenant.  
*Dénivelé positif : 900m - négatif : 1000m*

#### Jour 2 : Croix de Bovine - Champex

Nous marchons vers l'alpage de la Giète. Les Hérens nous accueillent de leurs sonnailles alors que le fromager s'affaire méthodiquement avec le lait de la première traite. Notre sentier s'élève encore jusqu'à la Croix de Bovine. Ce sommet embrasse la grande vallée du Rhône, le point de vue est superbe. Le canton du Valais est géographiquement bordé par les montagnes de l'Oberland Bernois et celles des Alpes Péniniennes. Il est temps de descendre vers le très charmant village de Champex. Nuit à Champex.  
*Dénivelé positif : 900m - négatif : 1000m*

#### Jour 3 : Verbier - Cabane de Louvie

Nous avons un transfert en minibus jusqu'au Châble. La télécabine de Verbier nous hisse au sommet de la station. Et nous poursuivons notre randonnée par le sentier des Chamois qui surplombe le Val de Bagnes, et rejoignons le Col Termin, premier col de notre randonnée. Le massif des Combins et le gigantesque glacier de Corbassière nous accompagnent tout au long de cette splendide traversée. Descente sur les rives du lac de Louvie. C'est dans ce merveilleux écrin que nous passons la nuit à la Cabane de Louvie.  
*Dénivelé positif : 400m - négatif : 400m*

#### Jour 4 : Grand Désert - Cabane de Prafleury

D'abord des alpages abandonnés, où chamois et bouquetins profitent d'une herbe riche et abondante, mais difficilement accessible au bétail. Une longue montée, parfois raide avec quelques traversées et pierriers à franchir, nous élève au premier col de la journée : Louvie. De là, nous basculons dans un univers beaucoup plus minéral, où glaciers et moraines ne laissent guère de place à la végétation. Nous traversons le Grand Désert, jusqu'au col de Prafleuri. Nous apercevons alors la Dent Blanche, le Pigne d'Arolla et une partie de l'étape future. Enfin, descente vers la confortable cabane de Prafleuri. Longue mais exceptionnelle journée. Sans être technique, cette étape est considérée comme éprouvante, la diversité des terrains traversés en est la principale raison.  
*Dénivelé positif : 940m - négatif : 560m*

### **Jour 5 : Col de Riedmatten - Arolla**

Une petite montée d'échauffement mène au Col des Roux. Vue superbe sur le Lac des Dix, que l'on rejoint à travers les alpages de la Barma. Tout au bout du lac, le Pas du Chat donne accès à l'autre rive. C'est le départ d'une longue montée le long de la moraine du Glacier de Cheilon, avec pour toile de fond le Mont-Blanc de Cheilon. Franchissement du Col de Riedmatten, où le Cervin laisse apparaître sa cime, puis descente sur Arolla avec comme décor le beau glacier de Tsijjorne Nouve, le Mont Collon. Magnifique ! Nuit à Arolla.

*Dénivelé positif : 735m - négatif : 1360m*

### **Jour 6 : Lac de Moiry - Zinal**

Petit transfert matinal vers Le Cotter au-dessus du village des Haudères. Une agréable montée mène au Col de Torrent. C'est dans un décor de carte postale que le chemin descend vers le Lac de Moiry à travers les alpages avec en toile de fond la Dent Blanche. Pour rejoindre Zinal il faut franchir le Col de Sorebois, d'où la vue est inoubliable : Bishorn, Weisshorn, Zinalrothorn, Obergabelhorn. Dans la descente, nous découvrirons le Val d'Anniviers, puis téléphérique jusqu'à la petite station de Zinal. Nuit à Zinal.

*Dénivelé positif : 1450m - négatif : 920m*

### **Jour 7: Col de la Forcletta - Grüben**

Le départ de Zinal est bien raide, mais plus on monte, plus la vue se dégage. Nous allons retrouver la Dent Blanche, puis l'Ober Gabelhorn. Le Valais est un canton bilingue ; en quittant Zinal on laisse derrière nous la partie romande. En franchissant le Col de Forcletta, on rentre dans la partie alémanique. Si la toponymie change, les paysages restent toujours magnifiques. Belles vues sur le Bishorn et ses deux sommets ainsi que sur le Weisshorn et les Glaciers de Brunegg et Turtmann. C'est dans le Val de Tourtemagne (Turtmantal) que se trouve le village d'été de Grüben. Nuit à l'Hôtel Schwarzhorn.

*Dénivelé positif : 1220m - négatif : 1050m*

### **Jour 8 : Augsbordpass - Zermatt**

L'Augsbordpass, dernier grand col de la randonnée, se franchit heureusement plus facilement qu'il se prononce. Dans la longue descente vers St.Niklaus, pique-nique au-dessus de Jungu, petit village surplombant la Vallée de la Mattervispa. Fabuleux belvédère sur d'autres sommets, Weissmies et Massif du Mischabel, comprenant plusieurs sommets de plus de 4000 m, dont le Dom le Täschhorn etc ... Descente à Saint Niklaus par le petite téléphérique de depuis St Niklaus. Nuit à l'hôtel à Zermatt.

*Dénivelé positif : 1070m - négatif : 1200m*

### **Jour 9 : Zermatt**

Une dernière balade vers le charmant petit village de Zmutt, au pied du Cervin, pour admirer ce site grandiose, où se mêlent tradition et modernité puis retour à Zermatt en début d'après-midi. Transfert et retour sur Chamonix *en fin d'après-midi*.

*Dénivelé positif : 450m - négatif : 450m*

*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 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.

**Date 2020** : du dimanche 26 juillet au lundi 3 août

**Tarif 2020** : 1 400€ par personne sur une base de 6 participants minimum.

Ce prix comprend :

- L'organisation et l'encadrement par un accompagnateur en montagne
- Les demi-pensions refuge (dortoir) ou hôtel (en chambre de 2 ou 3)
- Les pique-niques
- Les remontées mécaniques
- Les transports pendant la randonnée
- Le retour Zermatt-Chamonix

Ce prix ne comprend pas :

- Les souvenirs et les boissons (prévoir des euros)
- L'assurance rapatriement (obligatoire)

## **INFOS PRATIQUES**

**Rendez-vous** : départ à 8h30 à la Compagnie des Guides, 190 Place de l'Église, 74400 Chamonix Mont-Blanc.

**Niveau :** 5/5 - De Chamonix à Zermatt par les Refuges est randonnée de difficulté exigeante et soutenue. Plus de 1000m de dénivelée pour 7h à 9h de marche en moyenne par jour. Des étapes longues et éprouvantes pouvant se dérouler en altitude, généralement en autonomie avec le port de vos affaires pour la durée du raid. Randonnée sur un terrain de montagne pouvant être difficile avec des passages engagés nécessitant une très bonne expérience de la randonnée alpine. Programme destiné à des randonneurs expérimentés en très bonne forme physique.

**Encadrement :** Le groupe sera constitué de 6 à 10 personnes maximum, par accompagnateur, diplômé d'état ; ceci afin de vous assurer un meilleur confort de dialogue et une réelle convivialité. Les normes d'encadrement sont spécifiques à la Compagnie des Guides de Chamonix et sont parmi les plus strictes du marché.

*Remarque : aucune inscription possible en collective pour les personnes de moins de 18 ans sans tuteur légal.*

### **Hébergement :**

- Pendant le séjour : 3 nuits en refuge, 5 nuits en hôtel, auberge ou gîte (en dortoir ou en chambre de 2 ou 3). Vous portez vos affaires personnelles dans votre sac à dos.

*\*Pour les personnes s'inscrivant seule nous ne garantissons pas le partage de la chambre avec une personne du même sexe.*

- Avant et après : bénéficiez de tarifs préférentiels auprès de nos partenaires hôteliers à Chamonix.

### **Formalités :**

- Assurance assistance-rapatriement obligatoire. L'assurance annulation est fortement conseillée. Vous pouvez souscrire à ces deux assurances au moment de votre inscription.

- Pièce d'identité obligatoire.

**Organisation :** une réunion d'information avec votre accompagnateur, vous est proposée la veille du départ à 18h00 dans nos bureaux.

## **ÉQUIPEMENT**

### **Chaussures de marche**

- Chaussures de randonnée montantes avec semelles Vibram.
- 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 pluie : 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 qui fait son grand retour. Ils sont plus chauds et sèchent très vite. Vous pourrez ainsi alléger votre sac en partant avec peu de change et faire « vite fait » votre petite lessive au refuge avant de boire la petite bière !

### **Poids du sac**

Prenez le temps pour faire votre sac, choisissez chaque objet en pensant que vous allez le porter pendant une semaine. 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. Votre sac au final ne devrait pas dépasser les 9 kg.

### **POUR LA JOURNEE**

- 1 T-shirt + 1 T-shirt manches longues (textile technique)
- 1 fourrure polaire + 1 petite doudoune (ou 2eme fourrure)
- 1 short + 1 pantalon de randonnée
- 1 paire de chaussette (textile technique)
- 1 veste Gore-tex
- 1 cape de pluie ou 1 sur-sac
- 1 sur-pantalon imperméable (le top c'est le Gore-tex light mais c'est très chère, sinon sur-pantalon type K.way)
- 1 gourde (capacité 1l mini, 1,5l c'est mieux !)
- 1 couteau, 1 fourchette (type « spork »)
- Casquette, lunettes de soleil, crème solaire, lipstick
- 1 bonnet et 1 paire de gants
- Une paire de bâton télescopique

### **POUR L'ENSEMBLE DE LA RANDONNEE**

- Affaires de rechange (T-shirt, slip, chaussettes) : 2 de chaque (textile technique)
- 1 caleçon jambes longues (textile technique)

- 1 paire de chaussures ultra légère (type tongue)
- Lampe de poche, ou frontale
- Pharmacie personnelle\*\*
- Pièce d'identité + argent pour dépenses perso
- Nécessaire de toilette ultralight, à vous de customiser! (dont serviette technique)
- Drap sac à viande (le + léger et confortable reste le sac en soie)
- Un peu de savon pour la lessive
- *Facultatif : Guêtres basses (début de saison), appareil photo, jumelles, parapluie, etc ...*

*\*\* Elastoplast, pansements « seconde peau », compresses, médicaments pour maux courants : diarrhée, constipation, maux de gorge, maux de tête, douleurs, allergies, ... et votre traitement personnel. Ne vous surchargez pas, l'accompagnateur a une pharmacie de premiers secours.*

## FORMULE PRIVÉE

**Vous êtes un groupe pré-constitué, bénéficiez d'une prestation privative !**

### LES AVANTAGES :

#### - **Exclusivité d'un accompagnateur pour votre groupe**

Une relation plus étroite et personnalisée entre votre équipe et un professionnel.

#### - **Liberté dans le choix de vos dates**

Dans la mesure des places disponibles dans les refuges, choisissez votre date de départ.

#### - **Flexibilité et souplesse**

Selon les conditions météorologiques, votre niveau et vos attentes, le professionnel pourra vous proposer des variantes dans l'itinéraire.

Contactez **Anais** pour un devis personnalisé au **04 50 53 92 78** ou [anais@chamonix-guides.com](mailto:anais@chamonix-guides.com)

**Compagnie des Guides de Chamonix Mont-Blanc.** 190, place de l'église 74400 Chamonix  
SAS au capital social de 364 400€ - R.C.S Annecy - SIRET 448 519 306 000 14 - Code APE 7911 Z  
TVA intracommunautaire FR 23 448 519 306 - Immatriculation ATOUT France IM074 150011

**Responsabilité civile professionnelle :** MMA IARD - 14 Bd Marie et Alexandre Oyon - 72 000 Le Mans - Police 125 901 025  
**Garantie financière :** GROUPAMA ASSURANCE - 5, rue du Centre - 93199 Noisy le Grand Cedex - Contrat #4000713874/1