



# 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)

## ARÊTE - FRÊTES DES CHARMOZ

Durée : 1 jour

Difficulté : ▲▲▲▲▲

À partir de : 400 €

Dans les contreforts de l'Aiguille de l'M, entre la Mer de Glace et le Plan de l'Aiguille, la Frête des Charmoz est un parcours d'arête rocheuse ludique avec une vue imprenable sur les sommets mythiques du Massif du Mont Blanc : Drus, Aiguille Verte et Aiguilles de Chamonix. Le parcours débute au Montenvers (1 913m) atteint avec le train à crémaillère. Il passe par le signal Forbes puis alterne marche et courtes sections d'escalade jusqu'au Col Blanc (2 630m) au pied de l'Aiguille de l'M. Préparez-vous à un bon frisson lors du passage du râteau de chèvre qui caractérise une partie particulièrement effilée et aérienne. Le retour au Montenvers s'effectue par la Combe de l'M et le sentier du Grand Balcon Nord.

La Frête des Charmoz est destinée aux personnes souhaitant profiter de l'ambiance typique d'une course d'arête. Elle nécessite une expérience préalable en escalade pour en profiter pleinement.

### FORMULE PRIVÉE

La formule privée est la relation historique qui lie un guide à ses clients. Elle vous permet d'être seul ou en groupe constitué avec votre guide qui répond à vos besoins spécifiques. C'est incontestablement la formule idéale pour réaliser vos projets car elle vous garantit un maximum de confort.

**Dates (formule privée) :** Voir module de réservation en formule privée

**Rendez-vous (formule privée) :** Votre guide vous contactera par téléphone la veille vers 18h30 pour fixer le lieu et horaire de RDV du lendemain

**Encadrement (formule privée) :** Groupe de 1 à 2 personnes encadrées par un guide  
En formule privée, enfant minimum 15 ans

**Tarif 2023 (formule privée) :**  
Groupe de 1 à 2 personnes : 400€

Le prix comprend :  
- l'encadrement par un guide de haute-montagne

Le prix ne comprend pas :  
- votre matériel  
- les remontées mécaniques  
- le transfert  
- la nourriture

### 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).

**Durée :** 6 à 7 heures

**Lieu :** Frêtes des Charmoz dans les contreforts de l'Aiguille de l'M

**Niveau :** Un choix de destination adapté est primordial pour que vous profitiez pleinement de votre sortie. La Frête des

Charmoz est destinée aux personnes souhaitant profiter de l'ambiance typique d'une course d'arête. Elle nécessite une expérience préalable en escalade.

**Formalité** : Assurez-vous de disposer d'une assurance rapatriement valable dans le cadre de cette activité

## ÉQUIPEMENT

Retrouvez dans cette rubrique les informations sur l'équipement. Comme les conditions climatiques peuvent être très variables, il est préférable d'empiler des couches fines plutôt que d'avoir un seul gros vêtement.

### Equipement

- Sac à dos 25/30 litres
- Chaussures adaptées à la marche et au rocher
- Baudrier
- Casque
- Bâtons de marche (optionnel)

### Vêtements

- Vêtements classique adaptés à la randonnée
- Une veste coupe-vent
- Un chapeau de soleil

### Accessoires

- Une paire de lunette
- Crème solaire haute protection
- Une gourde d'au moins 1,5 L
- Nourriture

**Nos Partenaires Location** : Possibilité de louer votre matériel à des tarifs préférentiels auprès de nos magasins partenaires [Ravel & Co](#), [Sanglard Sports](#) & [Concept Pro Shop](#)

**Nos Partenaires Equipement** : [Millet](#), [Dynastar](#), [Julbo](#), [Grivel](#) & [Monnet](#)