

# Tour du Mont-Blanc en 7 jours

Trek en pension complète - Randonnée pédestre (N° Séjour : AEMV220009)

## Massif du Mont-Blanc, Alpes (France, Italie, Suisse)

### # Votre séjour:

Vallées glacières, sommets mythiques, réserves naturelles, villages traditionnels, le massif du Mont-Blanc offre un spectacle inoubliable. Vous recherchez des vacances hors du commun ? Le tour du Mont Blanc est fait pour vous ! Nuitées en altitude, levers de soleil uniques, rencontres avec la faune et la flore, paysages à couper le souffle, bien-être et reconnexion à la nature... Cette randonnée mythique vous apportera une expérience unique. Prêt pour un bol d'air frais ?

### # Votre programme hors des sentiers battus:

#### Jour 1 - Les Houches - Le Truc (variante du col du Tricot)

Dénivelé : +600 m / -650 m. Temps de marche : 4h

#### Jour 2 - Le Truc - La croix du bonhomme

Dénivelé : +1300 m / -570 m. Temps de marche : 7h10

#### Jour 3 - La croix du bonhomme - CAI Elisabetta (variante Tête nord des fours)

Dénivelé : +1200 m / -1450 m. Temps de marche : 7h

#### Jour 4 - CAI Elisabetta - Elena (variante lac de Miage)

Dénivelé : +800 m / -1500 m. Temps de marche : 6h30

#### Jour 5 - Refuge Elena - Arpette

Dénivelé : +1050 m / -930 m. Temps de marche : 6h30

#### Jour 6 - Arpette - Trient (variante de la fenêtre d'Arpette)

Dénivelé : +1050 m / -1350 m. Temps de marche : 6h45

#### Jour 7 - Trient - Tré le champs (variante de l'Aiguillettes des Possettes)

Dénivelé : +1100 m / -1050 m. Temps de marche : 6h00

Niveau: ★★★★★

Parcours accessible à toute personne faisant du sport de manière régulière, difficulté technique modérée. Portage des affaires personnelles pour 7 jours et du pique-nique.

### Hébergement et restauration:

- Hébergements en refuges (dortoirs)
- Petits-déjeuners et dîners en refuges
- Pique-niques le midi en montagne (prévoir juste le pique-nique du midi le jour 1)

### Le prix comprend:

- L'encadrement par un accompagnateur en montagne
- L'hébergement et les repas en pension complète

### Le prix ne comprend pas:

L'équipement personnel / les assurances complémentaires / le pique-nique du midi le jour 1 / les transports en téléphérique, navette, taxi, bus / les boissons, pourboires et dépenses personnelles.

Tarif: 1029 € / pers.

(7 jours - 12 places)

### Dates:

17 au 23 Juillet 2022

(départ garanti à partir de 6 pers.)



ERIC BRISBARE,  
Accompagnateur en Montagne  
ericnews@gmail.com | +33 (0)6.25.04.37.01

AEM VOYAGES  
Maison des Parcs et de la Montagne 256 rue de la République 73000 CHAMBERY  
04.79.70.20.42 - aemvoyages@lesaem.fr  
RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 garantie financière Groupama contrat 4000716094/0  
IMO 73180011 - SIRET 837 504 711 000 16



# Tour du Mont-Blanc en 7 jours

Trek en pension complète - Randonnée pédestre (N° Séjour : AEMV2200xx)

## Massif du Mont-Blanc, Alpes (France, Italie, Suisse)

### # Jour 1 - Les Houches - Le Truc (variante du col du Tricot)

Dénivelé : +600 m / -650 m. Temps de marche : 4h

RDV à 8h30 au pied du téléphérique de Bellevue aux Houches (prévoir une somme d'environ 14€ pour le téléphérique). Étape assez tranquille pour une bonne acclimatation au milieu montagnard et à l'altitude. Au départ des Houches (993 m), nous empruntons le téléphérique de Bellevue en direction du col de Voza (1653 m). Après un passage à proximité du torrent et du glacier de Bionnassay, nous marchons vers le col du Tricot (2120 m) par un chemin bordé de rhododendrons. Au sommet, un panorama exceptionnel sur la face nord des dômes de Miage s'offre à nous. Descente aux chalets de Miage, puis remontée vers les chalets du Truc où nous passons la nuit.

### # Jour 2 - Le Truc - La croix du bonhomme

Dénivelé : +1300 m / -570 m. Temps de marche : 7h10

De bon matin, nous descendons la piste forestière en direction du village des Contamines-Montjoie et continuons notre chemin vers l'église paroissiale de Notre Dame de la Gorge. De là, nous emprunterons l'ancienne voie romaine des Rochassets pour atteindre la plus haute réserve naturelle de France : la réserve des Contamines. Nous atteignons le col de la Croix-du-Bonhomme (2483 m), d'où l'on peut admirer le val Montjoie, le massif de Tré-la-tête, la vallée des Chapieux, la Tarentaise et le mont Pourri. Nous rejoignons ensuite le refuge du col de la Croix-du-Bonhomme (2433 m) pour y passer la nuit.

### # Jour 3 - La croix du bonhomme - CAI Elisabetta (variante Tête nord des fours)

Dénivelé : +1200 m / -1450 m. Temps de marche : 7h

Si les conditions météo le permettent, nous montons à la Tête Nord des Fours (2756 m) pour admirer la partie nord de la chaîne du Mont-Blanc, un des plus beaux points de vue de ce séjour. Peut-être aurons-nous la chance de faire cette ascension en compagnie de quelques bouquetins. A travers les alpages, nous descendons en direction des chalets des Tufs et de la Ville des glaciers, l'occasion pour les amateurs de fromage d'acheter du Beaufort à la ferme d'altitude. Après une longue montée, nous franchissons la frontière franco-italienne au col de la Seigne (2516 m). Pour finir notre journée, nous rejoignons le refuge Elisabetta situé au pied du glacier de la Lée Blanche.

### # Jour 4 - CAI Elisabetta - Elena (variante lac de Miage)

Dénivelé : +800 m / -1500 m. Temps de marche : 6h30

Après une bonne nuit, nous quittons le glacier de la Lée Blanche pour redescendre la vallée. Au cours de la descente, nous pouvons observer l'impressionnante moraine du glacier du Miage, cachet unique d'un paysage de montagne hors du commun. C'est à ce moment que nous passons à proximité du lac de Combal et du lac du Miage, un véritable spectacle pour les yeux. La montée à l'Arp-Vieille supérieure nous offre un panorama sur le versant italien du massif du Mont-Blanc. Un sentier balcon nous conduit au lac Chécrouit, avant de redescendre sur Courmayeur. Après un court transfert jusqu'à Arnuva, nous rejoignons le refuge Elena pour y passer la nuit.

### # Jour 5 - Refuge Elena - Arpette

Dénivelé : +1050 m / -930 m. Temps de marche : 6h30

Nous admirons une dernière fois le glacier Pré-de-Bar, avant de quitter le Val d'Aoste italien pour le Valais suisse par le passage du Grand Col Ferret (2537 m). Nous gagnons les villages de Ferret, puis de la Fouly. Après un court transfert jusqu'à Issert, nous poursuivons notre chemin en direction de Champex, station estivale appréciée pour son lac. Après une pause bien méritée au bord du lac, nous délaissions l'itinéraire principal pour rejoindre le relais d'Arpette et y passer la nuit.

### # Jour 6 - Arpette - Trient (variante de la fenêtre d'Arpette)

Dénivelé : +1050 m / -1350 m. Temps de marche : 6h45

Si les conditions météo et physiques du groupe le permettent, nous empruntons le sentier qui mène à la Fenêtre d'Arpette (2671 m), la plus belle variante alpine du Tour du Mont Blanc. Vue extraordinaire sur le glacier de Trient, sûrement un des moments les plus forts de cette randonnée. Nous regagnons le village de Trient en fond de vallée, pour passer la nuit au relais du Mont-Blanc.

### # Jour 7 - Trient - Tré le champs (variante de l'Aiguillettes des Possettes)

Dénivelé : +1100 m / -1050 m. Temps de marche : 6h00

Une jolie montée nous conduit à l'alpage des Tseppes situé dans la réserve naturelle nationale des Aiguilles-Rouges, puis à l'Aiguillettes des Possettes où un panorama à couper le souffle sur le Mont-Blanc nous attend. Nous descendons ensuite vers Tré-le-Champ, pour un transfert en bus vers les Houches. Arrivée et dispersion au pied du téléphérique de Bellevue aux Houches vers 17h.

Ce programme est susceptible d'être modifié à tout moment par le professionnel encadrant en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques et techniques des participants et la disponibilité des hébergements. En dernier ressort il reste seul juge du programme.