

La Haute Route Chamonix-Zermatt

France | Suisse

Code voyage : FRAGS0001

Ski de randonnée guidée • Voyage itinérant

6 jours • 5 nuits • portage complet • Niveau : 4 / 5



Ski de randonnée alpine © Adobe Stock

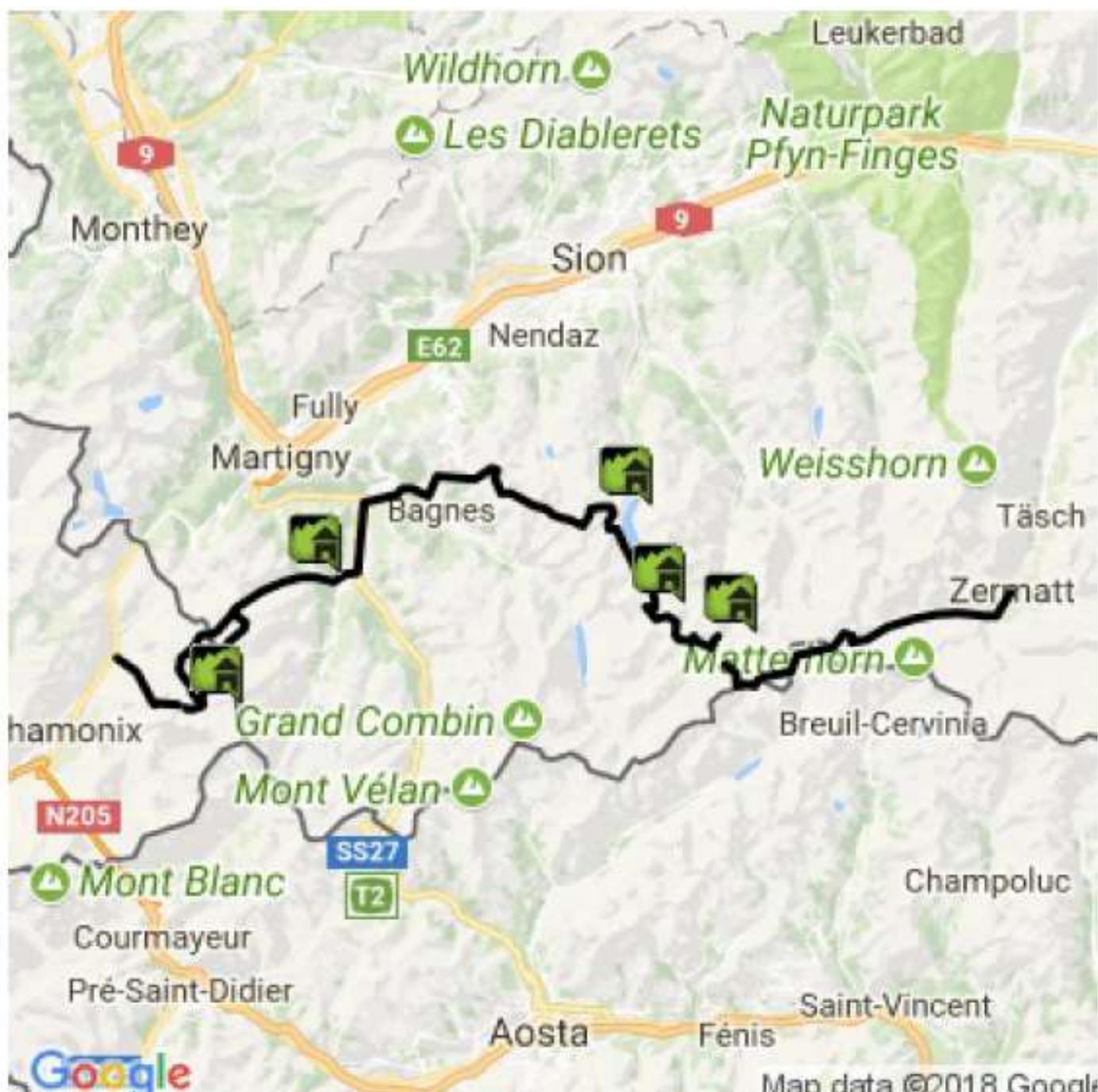
Le graal de tout skieur de randonnée : l'authentique haute route, du **Mont-Blanc** au **Cervin**. La plus célèbre et la plus classique de toutes les traversées à skis. Un parcours en altitude au-delà des pistes balisées pour relier deux capitales mondiales de la haute montagne, **Chamonix** et **Zermatt**. Le passage de cols glaciaires magnifiques, de superbes sommets dont le Pigne d'Arolla (3796 m), l'incontournable du ski de randonnée !

Points forts

- « Chamonix-Zermatt » : l'essence même du raid à skis
- Des panoramas extraordinaires sur des sommets de légende : Mont-Blanc, Cervin...
- Des refuges confortables et de qualité

Le Village 38112 Autrans-Méaudre en Vercors • Tél. : +33 (0) 4 76 95 23 00 • Fax : +33 (0) 4 76 95 24 78
Site internet : www.grandangle.fr • Blog : blog.grandangle.fr • E-mail : info@grandangle.fr

EN BREF



PROGRAMME

J1 • Argentière – Lognan – Refuge d'Argentière

Rendez-vous à Argentière devant la gare du téléphérique des Grands Montets à 10h. Vous montez par le télécabine de Plan Joran, d'où une courte descente vous emmène à Lognan, avant de remonter en peaux de phoque vers le refuge d'Argentière par le glacier. Présentation par le guide du programme, des matériels et des techniques hivernales, d'orientation et de sécurité.

Dénivelées : + 850m, - 150m

Nuit en refuge.

J2 • Col du Passon ou du Chardonnet – Col des Ecandies – Champex

Deux options pour cette magnifique deuxième journée qui marque l'entrée dans le vif du sujet :

1/ Par le col du Chardonnet (3323 m) et la fenêtre de Saleina (3287 m)

Magnifique étape dans un cirque de haute montagne. La montée au col du Chardonnet est une classique du bassin d'Argentière. Une courte descente raide qui se fait avec l'aide de la corde permet de prendre pied sur le glacier de Saleina en Suisse. Il faut remettre les peaux pour aller chercher la fenêtre de Saleina dont la fin de l'ascension se fait à pied avant de redescendre par le vaste glacier du Trient. En rive droite, le col des Ecandies nous ouvre la voie vers le val d'Arpette puis le village de Champex.

2/ Par les cols du Passon (3028 m), col du Tour (3282 m)

Magnifique étape dans un cirque de haute montagne. Nous gravissons d'abord le col du Passon (3028 m) à pied par un couloir raide pour rejoindre le glacier du Tour. Belle et vaste traversée glaciaire jusqu'au col du Tour (3282 m) avant de basculer en Suisse sur l'immense plateau du Trient. Nous le traversons pour passer le col des Ecandies (2796 m) avant de descendre sur le val d'Arpette (1637 m) puis le village de Champex.

NB : choix de l'itinéraire par le guide de haute montagne en fonction des conditions de terrain

Dénivelées : + 900 m, - 2 000m

Nuit en auberge.

J3 • Col des Gentianes – Col de Momin – Cabane Prafleuri

Transfert jusqu'au Châble au pied de la station de Verbier puis téléphérique jusqu'au col des Gentianes. Nous quittons vite les pistes vers le col de la Chaux (2940 m) qui permet de sortir du domaine skiable. Une courte descente puis une remontée jusqu'au col de Momin donne accès au glacier du "Grand Désert". Possibilité d'ascension en aller et retour de la Rosablanche (3336 m) grande classique du secteur. Dernière descente sur la cabane de Prafleuri par le glacier du même nom.

Dénivelées : + 850m, - 950m.

Nuit en refuge.

J4 • Col des Roux - Cabane des Dix

Nous partons tôt en direction du col des Roux, juste au-dessus de la cabane. Courte descente sur le lac des Dix avant de traverser au-dessus du lac jusqu'au pas du Chat (2385 m). Remontée progressive à la cabane des Dix (2928 m).

Dénivelées : + 750m, - 450m.

Nuit en refuge.

J5 • Pigne d'Arolla - Cabane des vignettes

Retour sur le terrain très glaciaire du versant nord du Mont-Blanc de Cheillon pour atteindre le passage de la Serpentine. Nous en profitons pour réaliser l'ascension du pigne d'Arolla (3796 m), magnifique belvédère offrant une vue à 360° sur les sommets du Valais. Belle descente finale sur la cabane des Vignettes, un des refuges Suisses les plus réputés.

Dénivelées : + 850m, - 700m.

Nuit en refuge.

J6 • Cols de l'Evêque, brûlé, Valpelline - Schönbiel - Zermatt

Grande étape, parmi les plus belles étapes glaciaires des Alpes. Nous passons d'abord le col de l'Evêque (D : 100 m. M : 350 m. D : 450 m), puis le col du mont Brûlé qui se franchit le plus souvent à pied. Enfin, après avoir remonté le haut glacier de Tsa de Tsan, nous franchissons le col de Valpelline d'où surgit, omniprésent, le Cervin (M : 250 m. D : 100 m. M : 400 m). C'est ensuite la longue descente vers Zermatt, au pied de la face nord du Cervin. Nous nous laissons tranquillement glisser dans la pente pour un retour progressif à la civilisation avec les premiers chalets et bientôt les hameaux qui annoncent l'arrivée à la station-village de Zermatt. Séparation à Zermatt vers 16 h 30.

Dénivelé positif : 1150m. Dénivelé négatif : 2450m.

Itinéraire

Afin d'assurer la sécurité du groupe, ce programme indicatif peut être modifié par le guide en fonction du niveau des participants et des conditions météorologiques.

M : dénivelée ascendante. D : dénivelée descendante.

QUELQUES PRÉCISIONS

Attention ! Toutes les informations données, et qui ne correspondent pas à des prestations comprises dans le prix, doivent être vérifiées et n'engagent pas la responsabilité de Grand Angle.

Niveau 4 / 5

6 à 8 heures de ski de randonnée par jour et 1 000 à 1 500 mètres de dénivellée. Accessible aux très bons skieurs sachant évoluer sur neige difficile en altitude et sur glaciers, sur des parcours engagés, avec un sac à dos de 8 à 12 kg. Quelques passages techniques et/ou raides sur des pentes pouvant aller jusqu'à 35°. Ce circuit de niveau 4 est destiné aux skieurs de randonnée très expérimentés. Il se déroule en altitude (principalement au-dessus de 3000 m), sur glacier, en haute montagne, ce qui nécessite une très bonne condition physique et l'utilisation sur certaines portions des crampons et d'un encordement. Il comporte une étape avec une longue distance (Jour 6). Il inclut trois passages techniques : les cols du Chardonnet ou du Passon (J2), le passage de la Serpentine (J5) et le col du mont Brûlé (J6). Il se déroule en itinérance, ce qui implique le portage des affaires personnelles entre chaque refuge. Les refuges sur cet itinéraire sont confortables (à l'exception du jour 1), ils permettent une bonne récupération.

Enneigement

L'enneigement en moyenne montagne est parfois aléatoire. Vous êtes avant tout des randonneurs, en cas de manque de neige sur certaines parties de l'itinéraire, nous assurons tout de même le départ de nos séjours. Pensez à vous munir de chaussures de marche.

Transport des bagages

Vous portez vos affaires de refuge en refuge, dans un sac à dos, avec le pique-nique et le matériel collectif de sécurité. Pas de transport de bagage suiveur.

Transferts

J3 : transfert entre Champex et Le Châble en navette privée.

J6 : transfert retour dans la vallée de chamonix.

- Nous pouvons réserver une navette pour le groupe au départ de Zermatt (non compris dans le prix) : compter 450 CHF (tarif 2018). Le guide effectue la réservation pour la navette le jeudi. Retour prévu le vendredi, à payer directement sur place auprès de notre transporteur.
- Sinon, train pour Martigny, puis vallée de Chamonix, compter environ 100 €.

Groupe

De 4 à 6 participants.

Durée

6 jours, 5 nuits, 6 jours de ski de randonnée.

Confort

► Hébergement

Cinq nuits en refuge gardé (dortoirs). Prévoir un drap-sac pour votre confort.

NB : *Pas d'eau potable dans les refuges mais possibilité d'acheter de l'eau en bouteille dans chaque établissement. Nous vous conseillons de vous munir de francs suisses pour acheter de l'eau au cours de votre voyage. (Évitez les euros.)*

► Restauration

Les repas du matin et les repas du soir sont servis chauds dans les refuges ou auberges.

Les repas de midi sont préparés par le guide ou commandés la veille pour le lendemain auprès des hébergeurs.

Un sachet de vivres de course est remis à chaque participant au début du séjour (fruits secs, biscuits, barres énergétiques).

Merci de nous préciser à l'inscription toute allergie alimentaire ou régime spécial ; nous ferons au mieux pour adapter vos repas.

Rendez-vous / Dispersion

► Rendez-vous

Le J1 rendez-vous à la gare du téléphérique de Grands Montets à 10h, à Argentière.

► Dispersion

Le J6, séparation à Zermatt (Suisse) vers 16h30.

Prolongez votre séjour

Vous pouvez réserver des nuits supplémentaires avant ou après votre voyage.

- Chamonix
 - Hôtel 3 étoiles : de 75 à 185 € (selon la saison et/ou prestation choisie)
 - Chambre double (lit double), individuelle, twin (lits jumeaux)
 - B&b
- Le Fayet
 - Hôtel 2 étoiles : de 35 à 75 € (selon la saison et/ou prestation choisie)
 - Chambre double (lit double), individuelle, quadruple, triple, twin (lits jumeaux)
 - B&b
- Zermatt
 - Hôtel 1 étoile : de 60 à 110 € (selon la saison et/ou prestation choisie)
 - Avec dortoirs, chambre double (lit double), individuelle, twin (lits jumeaux)
 - Nuit sèche

Dates de départ

Plusieurs départs de mi-février à mi-avril.

Votre budget

► Les prix comprennent

- L'encadrement par un guide de haute montagne diplômé d'Etat.
- L'hébergement pendant la durée du circuit.
- Les repas du dîner du J1 au pique-nique du J6
- Les transferts prévus au programme.
- Les remontées mécaniques prévues au programme.
- Le matériel collectif spécifique au circuit (corde et mousquetons de sécurité).
- Le prêt d'un baudrier, mousqueton et d'une paire de crampons.
- Le prêt d'un ensemble sécurité (DVA, pelle et sonde) si vous en faites la demande (voir rubrique "Équipement").
- Les vivres de course remis dans un sac individuel.

► Les prix ne comprennent pas

- L'acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation.
- Les boissons dont l'eau dans les refuges
- Les assurances
- Les frais d'inscription
- ce qui n'est pas indiqué dans " Les prix comprennent "

► Vos dépenses sur place

- Les visites et transferts non prévus au programme.
- Le retour à Argentière (45 à 75 € par personne)
- Les boissons dans les refuges, notamment l'eau (compter 10 à 12€ par bouteille d'1,5L)
- Les pourboires.

Assurances

Vous pouvez souscrire, par l'intermédiaire de GRAND ANGLE, une assistance rapatriement, une assurance annulation seule, une assurance multirisque ou une assurance complémentaire CB : assurances facultatives.

1/ L'assistance rapatriement, contrat n°4310 comprend les frais de recherche et de secours, une assurance "frais médicaux" et une assistance rapatriement

2/ L'assurance annulation + interruption de séjour, contrat n°4311 vous couvre hors frais d'inscription et hors taxes aériennes.

Elle vous rembourse les frais d'annulation retenus par Grand Angle selon les conditions d'annulation générales de vente (<https://www.grandangle.fr/conditions-vente>) et/ou conditions particulières de vente de votre contrat de voyage.

3/ L'Assurance annulation + interruption de séjour + assistance rapatriement (multirisque), contrat n°4312

4/ L'assurance complémentaire CB, contrat n°4313 vous est proposée pour l'achat d'un séjour avec une Carte Bancaire proposant des garanties Annulation et Assistance Rapatriement (Gold Mastercard, Visa Premier, Infinite Platinum).

Elle vous rembourse la franchise et la part des dommages excédant le montant indemnisé par votre assurance CB.

Ces contrats sont souscrits pour vous auprès du groupe Assurinco. Leur tarif varie en fonction du type d'assurance choisi et du montant de votre voyage.

Se référer à notre site internet <https://www.grandangle.fr/en-pratique/etre-bien-assure>

Pour les personnes ayant leur domicile légal et fiscal hors Europe occidentale ou dans les COM, DROM, POM,

Grand Angle peut leur proposer un contrat spécifique « impatriés », contrat n°2142 offrant une garantie annulation et/ou assistance rapatriement (sur demande)

Grand Angle n'intervient que comme intermédiaire entre vous et Assurinco.

Il vous appartient, en cas de sinistre, d'effectuer les démarches nécessaires auprès de l'assurance.

Location de matériel

Si vous souhaitez louer le matériel technique, nous pouvons le réserver pour vous dans un magasin de location sur place (pensez à nous indiquer votre taille et votre pointure).

Le matériel est à retirer auprès du magasin, avant votre rendez-vous avec le guide (les coordonnées du loueur seront précisées dans votre convocation de départ).

NB : nous vous rappelons que votre guide vous fournira votre matériel individuel de sécurité : DVA (détecteur de victimes d'avalanche), pelle et sonde, au moment du départ. Si vous possédez votre propre matériel, pensez à nous le préciser afin que le guide n'en apporte pas inutilement.

Location de matériel facturé pour nos circuits Ski de randonnée :

- Pack 1 Standard : Ski de randonnée et bâtons, peaux de phoques et couteaux à ski : 165 €
- Pack 2 : Chaussures de ski de randonnée : 55 €
- Pack complet Standard : Pack 1 et Pack 2 : 220 €

Accès

► En train

TGV Paris/Saint-Gervais, puis Argentière. Horaires à vérifier au numéro court de la SNCF 3635 (0,34 €/mn) ou sur www.oui.sncf. Consulter aussi le site du réseau ferroviaire suisse, très clair : www.cff.ch

NB : Pour votre voyage en train, en Suisse, pensez au Swiss Transfer Ticket, qui ouvre droit à certaines réductions intéressantes (gratuité de votre trajet en suisse ou réduction sur le TGV Lyria au départ de Paris). Informations et réservations aux gares SNCF ou sur

<http://www.swisstravelsystem.com/fr/billets/swiss-transfer-ticket-fr.html>

► En voiture

• Autoroute jusqu'à Chamonix, puis route nationale jusqu'à Argentière (15 km). Parking possible à la gare d'Argentière ou à Chamonix (Les Planards) et continuation en train.

Plus d'information sur viamichelin.fr.

• Retour à Argentière : en train ou en navette.

Covoiturage

Vous pouvez mutualiser les moyens de déplacement en faisant du covoiturage. En plus d'être plus économique et écologique, ce moyen de transport vous permet de faire connaissance avec les autres participants. Avant le départ et sur demande, nous pouvons vous mettre en relation avec les autres membres du groupe qui le souhaitent. Sinon, rendez-vous sur BlaBlaCar.

Photos

Vous faites de belles photos ! N'hésitez pas à nous envoyer un CD, une clé USB, un lien Dropbox ou WeTransfer de vos plus belles photos réalisées lors de votre voyage. Le fait pour vous de nous communiquer des photos implique que vous acceptez que vos photos soient utilisées à titre gracieux sur nos différents supports (catalogue, site internet, fiche technique, etc...).

Récit de voyage

Vous souhaitez partager vos meilleurs moments du voyage et faire profiter de votre expérience la communauté de randonneurs ? Transmettez-nous votre récit et quelques photos illustrant vos propos que nous publierons pour vous sur notre blog.

Tourisme responsable

► Agir pour un Tourisme Responsable - label ATR

Grand Angle est un membre actif de l'association ATR « Agir pour un Tourisme Responsable », dont la conformité avec le label a été vérifiée par Ecocert Environnement.

Les valeurs communes du label, partagées par tous ses membres, sont représentées par : la transparence (entre le client et l'agence de voyage), le partenariat (entre les prestataires locaux et l'agence de voyage) et la cohérence (synonyme de bonne communication au sein de l'équipe de l'agence de voyage).

Être membre d'ATR nous engage à :

- Promouvoir un tourisme de qualité
- Respecter l'environnement, le patrimoine et les populations locales
- Sensibiliser les voyageurs aux coutumes locales
- Informer les voyageurs en toute transparence sur leurs conditions de voyage

Pour plus d'information sur [l'association ATR](#).

Pour préparer au mieux votre voyage, nous vous invitons à prendre connaissance de la [charte éthique du voyageur](#).

► La Charte Européenne du Tourisme Durable dans les Espaces Protégés

En 2014, Grand Angle a été l'un des premiers tours opérateurs à être certifié au titre de la Charte Européenne du Tourisme Durable, créée et développée par Europarc, la Fédération des espaces protégés européens, regroupant Parcs Naturels Régionaux, Parcs Nationaux et réserves naturelles.

La Charte Européenne a pour vocation de développer sur des espaces protégés un tourisme de qualité, durable et responsable, dans le respect de l'homme et de son environnement. Être certifié au titre de la CETD est une reconnaissance de notre engagement dans le tourisme et le développement durables ancrés sur les territoires, sur les plans économique, social et environnemental.

La certification est une attestation de la confiance que portent les Parcs à notre entreprise et à sa démarche.

Le partenaire de Grand Angle dans cette certification est le [Parc Naturel Régional du Vercors](#).

En savoir plus sur la [Charte Européenne de Tourisme Durable](#).

À EMPORTER DANS VOS BAGAGES

Équipement

Pendant la journée, vous portez sur vous

- Un sous-vêtement thermique type Carline (séchage rapide), à manches longues.
- Une micropolaire.
- Un pantalon de montagne coupe-vent et imperméable ou surpantalon.
- Des chaussettes avec une excellente thermicité.
- Une paire de guêtres si votre pantalon n'en fait pas office.
- Un bonnet ou une cagoule type Windstopper.
- Un tour de cou polaire ou type Buff.
- Un chapeau, un foulard ou une casquette pour le soleil.
- De très bonnes lunettes de soleil avec protections latérales ou des lunettes de glacier.
- Une paire de gants légers type polaire/Windstopper.

Pendant la journée, vous portez dans un sac à dos à bretelles larges et dos anatomique, de 40 (à 50) litres, permettant de fixer les skis dessus

- Une veste chaude en polaire type Polartec ou Windstopper (sur vous, en fonction des conditions).
- Une veste imperméable et respirante type Goretex, avec capuche (sur vous, en fonction des conditions).
- Un collant thermique type Carline (sur vous, en fonction des conditions).
- Un tube de crème solaire et un stick labial haute protection.
- Un masque de ski.
- Une paire de gants chauds et imperméables type Goretex.
- Une gourde ou bouteille d'eau solide (1 litre au minimum) (poche à eau/pipette déconseillée, risques de gel).
- Une Thermos de boisson chaude éventuellement.
- Le pique-nique de midi et vos vivres de course sont fournis.
- Du papier-toilette et un briquet pour le brûler.
- Votre pharmacie individuelle réduite au minimum.
- Un couteau de poche.
- Quelques sachets plastiques pour protéger vos affaires.
- Une pochette étanche avec vos papiers d'identité, argent, attestations d'assurance, d'assistance.
- Le matériel technique (voir ci-dessous).
- Une couverture de survie.
- Une lampe frontale.
- Un drap-sac, couvertures fournies par les refuges.

NB : pour votre confort, votre plaisir et votre rythme, votre sac ne doit pas dépasser 8 (à 12) kilos, veillez donc à réduire au minimum les affaires emportées.

Matériel technique

- Une paire de skis de randonnée légers, équipés de fixations adaptées, avec lanières ou freins de sécurité et semelle entretenue.
- Une paire de chaussures de ski de randonnée avec chaussons intérieurs amovibles et semelles type Vibram. *En cas de location, testez-les et protégez efficacement les zones de frottement dès le jour du départ.*
- Une paire de peaux de phoque adaptées aux skis, avec un encollage propre.
- Une paire de bâtons de ski (télescopiques ou non) avec des rondelles larges.
- Des couteaux adaptés aux fixations pour cramponner sur la neige très dure.
- Le matériel individuel de sécurité : **DVA** (détecteur de victimes d'avalanche), une **pelle** et une **sonde**.
- Si vous disposez d'un casque léger et adapté à la progression en haute montagne, nous vous conseillons de l'intégrer à votre équipement.

*Nota : les vêtements techniques synthétiques sont très performants. De nouveaux vêtements en laine de mérinos sont aussi apparus ; ils sont très performants et agréables à porter, et présentent l'avantage de ne pas développer les odeurs de transpiration (marque Icebreaker, Ruka, etc...) !
D'une manière générale, proscrire le coton, qui refroidit lorsqu'il est mouillé.*

Pour ce séjour, nous remettons le matériel suivant à chaque participant

- le matériel individuel de sécurité ;
- un baudrier, un mousqueton et une paire de crampons (Petzl), un piolet. Le guide vous apportera ce matériel au moment du départ.

Important : si vous avez votre matériel personnel, merci de nous le signaler à votre inscription, en précisant bien ce que vous avez déjà. Cela permettra de mieux évaluer les besoins en matériel du groupe, pour que le guide n'apporte pas de matériel inutile.

Vêtements

- Des sous-vêtements thermiques type Carline ou Merinos (séchage rapide), manches longues.
- Des micropolaires.
- Une veste chaude en polaire type Polartec ou Windstopper (excellent rapport poids/isolation) ou une mini-doudoune.
- Une veste imperméable et respirante type Goretex, avec une capuche.
- Un (ou deux) collant thermique type Carline ou Merinos.
- Un pantalon de montagne coupe-vent et imperméable ou surpantalon.
- Une paire de guêtres si votre pantalon n'en fait pas office.
- Des chaussettes d'excellente thermicité.
- Un bonnet ou une cagoule type Windstopper.
- Un tour de cou polaire ou type Buff.
- De très bonnes lunettes de soleil avec protections latérales ou des lunettes de glacier.
- Une paire de gants chauds ou des moufles (plus chaudes) ou une paire de gants (laine, Polartec ou Windstopper) combinée avec une paire de surmoufles en Goretex + une paire de gants en soie.
- Une couverture de survie (modèle renforcé).
- Une gourde (ou gourde poche à eau, pipette) isotherme et légère et/ou un thermos léger.

- Un pull ou une fourrure polaire
- Un pantalon confortable pour la marche
- Un short
- Un survêtement ou vêtement de rechange
- Une chemise légère en coton à manches longues
- Une paire de tennis style jogging pour le soir
- Vêtements de rechange et linge personnel
- Trousse de toilette
- Un maillot de bain
- Une mini-pharmacie : médicaments personnels, élastoplaste, bio gaze ou "2ème peau", gaze, désinfectant, arnica en granules et aspirine en cas de petits bobos ...

INFORMATIONS PRATIQUES

Le pays

Pays : France et Suisse
Capitales : Paris et Bern

Formalités

► Papiers

Les voyageurs, mineurs inclus, doivent être en possession d'une carte nationale d'identité ou d'un passeport (ressortissants de l'UE).

► Santé

Se munir de la carte européenne d'assurance maladie, à demander à votre caisse d'assurance maladie au moins 15 jours avant le départ. Les conditions sanitaires sont analogues à celles de la France.

Sites internet

<http://www.anena.org>, Association nationale pour l'étude de la neige et des avalanches.
<https://www.chamonix.com/> Office de Tourisme Chamonix
<https://fr.wikipedia.org/wiki/Alpes>

Téléphone

Climat

Un climat de montagne caractérise ces régions élevées, qui se traduit par des températures fraîches et des précipitations relativement abondantes. En haute montagne, le nombre de jours de gel peut dépasser 150 par an et le manteau neigeux peut persister durant six mois.

Les Alpes française du Nord, où se situent les plus beaux glaciers, sont les plus arrosées : là coulent de splendides cours d'eau, torrents providentiels qui transportent l'eau des glaciers et charrient les roches. Les Alpes françaises du Sud, sous l'influence de la Méditerranée, offrent un climat plus doux, un univers plus minéral.

Météo

Dans les Alpes, le temps change vite ; c'est un élément à prendre au sérieux dans l'organisation de votre voyage et dans le choix de vos randonnées. Au cours d'une même journée, et selon l'altitude, vous pouvez bénéficier d'un splendide soleil et d'une température estivale, mais aussi subir une tempête de neige et des températures glaciales. Soyez prévoyant, un brusque changement de température au cours d'une randonnée est toujours possible. Lorsque vous partez en montagne, vous devez impérativement emporter dans votre sac un minimum d'affaires pour vous protéger du froid ou du soleil. Votre guide sera de bon conseil, mais avant de partir, nous vous suggérons de bien lire les informations données dans les fiches techniques (rubrique « Equipement »).

Langue

Français

Devise

La France fait partie de la zone euro :

La Suisse ne fait pas partie de la zone euro. La devise est le franc Suisse (CHF).

Taux de change (cours indicatif) : 1€=1.08 CHF – 1 CHF = 0,91€

Prévoir des espèces pour vos dépenses personnelles dans les zones isolées.

Bibliographie

La Grande Peur dans la montagne, Charles-Ferdinand Ramuz, LGF Livre de Poche.

La Montage magique, Thomas Mann, LGF livre de poche.

Heidi, Johanna Spyri, Rouge et Or.

La vie de la montagne, Bernard Fischesser, éditions de la Martinière.

Les Alpes, collectif, sous la direction d'Armand Fayard, Delachaux et Niestlé.

Les sports de neige, Jean-Paul Zuanon, les guides du CAF, Seuil.

DVA mode d'emploi, édité par l'ANENA.

Dans le secret des avalanches ; guide pratique pour l'estimation du risque, François Sivardière, Glénat.

Cartographie

Top 15 n° 3630 OT Chamonix, Massif du Mont-Blanc.

Carte nationale suisse n°282 Martigny.

Carte nationale Suisse n° 283 Arolla.

Carte nationale Suisse n° 284 Mischabel.