

CARNET DE RANDO

MASSIF DU MONT BLANC

Sommaire

Présentation du massif	p 1
Accès	p 2
Equipement individuel	p 3/4
Niveaux	p 5
Les randonnées	p 6

Cédric Charbonnier
Accompagnateur en Montagne
Chef lieu
73460 Cléry
04.79.31.74.95 / 06.03.86.27.04
info@montagne-trekking.fr
www.montagne-trekking.fr

Le massif du Mont Blanc



Mondialement connue pour ses sommets mythiques difficilement accessibles, le massif recèle de nombreux sentiers permettant d'accéder à de splendides points de vue.

De superbes randonnées avec des panoramas sur les hauts sommets aux noms qui ont fait rêver de nombreuses générations d'alpinistes (Mont Blanc, Grandes Jorasses, Aiguille Verte, les Drus, Aiguille du Midi...).

Les grands sites de randonnée du Mont Blanc: le lac Blanc dans la Réserve Naturelle des Aiguilles Rouges, le Mont Buet, la Jonction au pied d'imposant glaciers, la Tête Nord des Fours, le Montenvers...

Quelle saison choisir pour randonner ?

La saison commence dès qu'il n'y a plus de neige.

Printemps (Mai/Juin) : Les sommets sont encore blancs, la nature se réveille petit à petit.

Été (Juillet/Aout) : La période la plus vivante, la flore est abondante, les animaux nombreux... Tout un panel de couleurs vient égayer les alpages...

Automne (Septembre aux premières neiges) : Une saison très agréable, la montagne retrouve son calme et se pare de ses couleurs d'automne. Les premières neiges viennent colorés les plus hauts sommets.

Accès



XXX : lieu de rendez vous

Les randonnées

1 2 **3** 4 **Tête Nord des Fours** 2756 m

Situé au pied de l'imposant massif du Mont Blanc, la Tête Nord des Fours offre le plus beau panorama des alpes du Nord.

Vue à couper le souffle sur le Mont Blanc, les sommets de la Vanoise, le Cervin...

Randonnée à la journée

Secteur + RDV : Les Chapieux, départ de la Ville des Glaciers



1 2 **3** 4 **Lac de Mya**

Le lac de Mya offre un panorama exceptionnel sur l'Aiguille des Glaciers qui se reflète dans ses eaux limpides.

Un panorama majestueux...

Randonnée à la journée

Secteur + RDV : Les Chapieux, départ de la Ville des Glaciers



1 2 **3** 4 **Réserve Naturelle des Aiguilles Rouges, le lac Blanc**

La plus belle vue des Aiguilles Rouges sur le massif du Mont Blanc.

Un cadre idyllique pour découvrir les secrets de la montagne...

Randonnée à la journée

Secteur + RDV : Col des Montets, entre Argentière et Vallorcine

1 2 3 **4** **Ascension du Mont Buet** 3096 m

Surnommé « Mont Blanc des Dames », le Mont Buet était autrefois un passage obligé pour les futurs candidats au Mont Blanc.

Superbe panorama sur le massif du Mont Blanc.

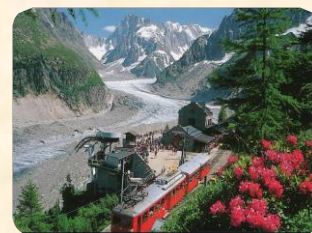
Randonnée à la journée ou sur 2 jours avec nuit en refuge (niveau3)

Secteur + RDV : Vallorcine

1 **2** 3 4

Les Joyaux du Mont Blanc

Venez découvrir les Joyaux du mont Blanc en toute tranquillité.
Un programme spécialement adapté aux personnes ne souhaitant pas faire une randonnée avec beaucoup de dénivelé.



Distance : 7 km Dénivelé positif : 200 m Dénivelé négatif : 400 m

Montée en téléphérique au sommet de l'Aiguille du Midi (3847 m), accès au balcon avec panorama sur les sommets prestigieux du massif (Mt Blanc, Jorasses...).

Descente en téléphérique jusqu'au Plan de l'Aiguille.

Randonnée sur sentier jusqu'au Montenvers avec une superbe vue sur la vallée et les massifs du Mont Blanc et des Aiguilles Rouges. Le Montenvers est un formidable belvédère sur la Mer de Glace et les sommets prestigieux la dominant (Les Drus, Gd Jorasses...).

Visite de la grotte de glace.

Descente sur Chamonix grâce au petit à crémaillère du Montenvers.

Randonnée à la journée Secteur + RDV : Chamonix
Maximum 12 personnes

Tarif* : 120 € / personne (Réservation 48 h à l'avance au plus tard)

*Tarif donné à titre indicatif pour un groupe de 4 adultes

Pour cette prestation, merci de me contacter directement pour connaître le tarif en fonction du nombre de participant (enfant et adulte)

Le tarif comprend :

Accès à l'Aiguille du Midi et retour à Midi Plan (téléphérique)

Visite de la grotte de glace à la Mer de Glace

Retour à Chamonix grâce au petit train à crémaillère du Montenvers

Pique nique de midi

Encadrement par un Accompagnateur en Montagne

Niveaux

Il est important de choisir sa randonnée en fonction de sa forme physique, attentes...
L'accompagnateur en montagne adapte la vitesse de progression en fonction du niveau des participants, des conditions météorologiques...

Dénivelé: correspond au dénivelé maximum pouvant être atteint lors de la randonnée

Temps de marche: correspond au temps où l'on marche, durée maximum

Durée de la balade: correspond au temps total de la randonnée (temps de marche + les pauses + les arrêts où l'on prend le temps d'observer animaux, flore...).

Possibilité de prêt de sac à dos porte bébé (moins de 3 ans), 10 € / jour

Pour toutes informations complémentaires merci de me contacter.

1 2 3 4 **Balade facile** (dès 3 ans)

A la porter de tous et spécialement prévue pour les enfants.

Dénivelé: 200 m Temps de marche: 1h30 heure

Durée de la balade: 3 heures

1 2 3 4 **Randonnée facile** (dès 5 ans)

A la porter de toutes personnes aimant marcher.

Dénivelé: de 300 m à 600 m Temps de marche: de 2 à 4 heures

Durée de la randonnée: 5 à 6 heures

1 2 3 4 **Randonnée moyenne** (dès 8/10 ans)

A la porter de toutes personnes aimant marcher et en bonne condition physique.

Dénivelé: de 600 m à 1000 m Temps de marche: de 4 à 6 heures

Durée de la randonnée: 5 à 8 heures

1 2 3 4 **Randonnée sportive**

A la porter des personnes pratiquants régulièrement le sport.

Dénivelé: de 1000 m à 1500 m Temps de marche: de 6 à 7 heures

Durée de la randonnée: 8 à 10 heures



La présence de ce logo signale que cette randonnée est idéale pour les enfants.

1 2 3 4

La présence de plusieurs niveaux de difficulté signale que plusieurs parcours de difficulté différente peuvent être effectués sur cet itinéraire.

Equipement individuel

- 1 paire de chaussure de randonnée à tige haute et semelle crantée
- 1 sac à dos (maxi 45 litres)
- 1 pantalon ou 1 short en fonction de la météo, saison et altitude
- 1 tee shirt
- 1 pull (type polaire)
- 1 veste coupe vent imperméable (type gore tex...)
- 1 paire de chaussette
- 1 veste polaire (en fonction de la météo, saison et altitude)
- 1 paire de lunette de soleil
- 1 paire de gant (ex : polaire) en fonction de la météo, saison et altitude
- 1 bonnet en fonction de la météo, saison et altitude
- Crème solaire
- 1 gourde (1 litre minimum / personne), une bouteille en plastique (type coca cola, eau gazeuse) convient très bien car elle est solide et légère.
- 1 chapeau
- 1 paire de bâton (facultatif mais utile pour soulager les genoux)
- Encas (barres de céréales, raisins et abricots secs...)
- Pique nique (possibilité de fournir un pique nique, 6 € / pers)
- Papier d'identité
- Médicaments personnel (ex : ventoline pour les asthmatiques)
- Appareil photo, jumelle

En fonction de la météo, saison et de l'altitude où se déroule la randonnée, un équipement plus adapté est peut être nécessaire (ex : pantalon chaud...). Je vous communiquerai celui-ci avant votre départ.

Si vous avez un doute sur votre matériel, besoin d'un conseil pour un achat, n'hésitez pas à me contacter.

Ne pas oublier l'équipement indiqué ci-dessus.

Attention la météo peut changer rapidement en montagne.

Le principal ennemi du randonneur est le poids du sac à dos, éviter toute surcharge inutile.