

TOUR DU MONT-BLANC

Une des plus belles randonnées des Alpes

avec

des ânes de bât

Du dimanche 26 août au samedi 01 septembre 2018

Envie de randonnées en montagne, de grands espaces et de panoramas à couper le souffle ? Rejoignez-nous, au sein d'un petit groupe (12 personnes maximum) ; le départ est garanti !

Mais, vous n'aimez pas porter un sac à dos ? trop lourd ? Pas de souci, des ânes le feront pour vous !

Laissez-vous porter, tout est organisé pour vous ! Un accompagnateur diplômé vous encadrera et, tout au long de la semaine, vous en « prendrez plein les yeux » ! Panorama, faune, flore Tout est féérique !

Le Tour du Mont-Blanc

Le Mont-Blanc fascine ! En faire le tour, c'est découvrir l'univers de la haute montagne, impressionnante et magique, tout en profitant du paysage et en prenant son temps. Nature sauvage, glaciers, aiguilles et sommets enneigés, alpages.... vous irez de France en Italie, puis d'Italie en Suisse pour revenir en France.

En résumé, trois pays, une seule identité montagnarde, 10'000 mètres de dénivelé, 60 heures de marche et 7 jours de bonheur !

Les ânes

Quel confort que de pouvoir randonner en itinérant sans avoir à porter son campement sur le dos ! Mais, l'âne est bien plus que cela ! Calme et serein, il est doux et affectueux, attentif aux autres et, surtout, il apprécie les humains. Les oreilles de l'âne ont toujours fait parler d'elles mais que dire de ses yeux ? Tout simplement, ils font fondre !

L'hébergement

En refuges ou gîtes d'étape avec dortoirs de 4 à 12 personnes. Lieux d'échanges, les refuges ou gîtes d'étape ont une âme et un caractère authentique où la promiscuité n'est pas un inconvénient mais un gage de convivialité. Une nuit en refuge est une expérience unique pour retrouver le goût des choses simples, redécouvrir le bon sens pour gérer durablement nos ressources naturelles (eau, énergie) et se fondre dans notre environnement.

Les points forts

Une approche agréable de la randonnée avec des sacs légers, le portage étant assuré par les ânes.

Itinéraire aux paysages diversifiés entre alpages, hauts sommets du massif du Mont-Blanc, glaciers... à travers trois pays : France, Italie et Suisse.

La présence d'un accompagnateur en montagne pour vous apporter toutes les informations sur la montagne, la faune et la flore.

Groupe privé avec un maximum de 12 personnes.

Transfert organisé pour rejoindre le point de départ.

françoise comte

votre partenaire thalasso & spa

orientation, conseil & organisation



PROGRAMME

Dimanche 26 août – Les Contamines-Montjoie (1'210 m) / Refuge de la Croix du Bonhomme (2'443 m)

Accueil par votre accompagnateur en montagne à Notre-Dame-de-la-Gorge (1'210m), commune des Contamines-Montjoie, où nous retrouvons les ânes. Des informations seront données, quant à la gestion et aux soins des ânes : brossage, nettoyage de sabots et conduite. Tous les participants sont largement associés à ces gestes. Puis vient le bâtage qui consiste à mettre sur le dos de l'âne tout le harnachement nécessaire au portage : couverture, bât et sacs. Ces opérations sont indispensables et importantes, elles seront renouvelées tous les jours. Les sacs devront être rangés rigoureusement de part et d'autre de l'âne, de manière à ce que la charge soit bien équilibrée. Nous voilà prêts pour cette première journée de mise en route et de prise de contact avec les ânes qui, durant 7 jours, seront nos compagnons de voyage. Il faut être, tout à la fois, ferme et gentil avec lui, il nous le rendra bien ! Départ par l'ancienne voie romaine et passage au pont romain de la Têna, qui enjambe une gorge profonde, au fond de laquelle coule un torrent puissant et impressionnant en fonction de la saison. Après Nant-Barrant, entre alpages et forêts d'épicéas, un large chemin traversant la Réserve Naturelle des Contamines-Montjoie conduit en fond de vallée. Nous rejoignons les chalets de Balme puis les alpages de Jovet (marmotte et peut-être gypaète barbu). Passage du col du Bonhomme (2'329 m) puis le col de la Croix du Bonhomme (2'479 m) où les doux alpages ont laissé la place à une ambiance minérale. Ce soir, nous dormons, coupés du monde, dans un refuge inaccessible par la route, et nous faisons nos premiers pas sur les versants sud du Mont Blanc ! Arrivée au **refuge de la Croix du Bonhomme** (2'443m). Dès notre arrivée, les premiers gestes consistent à débâter les ânes et à leur donner les soins : brossage et nettoyage des sabots. Gestes importants, car ils permettent d'enlever le moindre petit caillou susceptible d'être coincé sous leurs pieds. Leur proposer à boire et les installer, sur les indications des gardiens, dans une pâture proche du refuge. Installation dans les dortoirs. Dîner et nuit.

Dénivelé : + 1223m, -100M

Distance : 9km

Durée : 4h30

Lundi 27 août – Refuge de la Croix du Bonhomme (2'443 m) / Refuge Elisabetta (1'870 m)

Petit-déjeuner. Préparation des ânes. Descente à travers les alpages à destination du petit hameau des Chapieux (1'550 m). Petit arrêt pour acheter du fromage de Beaufort pour ceux qui le souhaitent. Poursuite par une petite route conduisant à Ville des Glaciers (1'789m). Nous quittons la route et poursuivons notre chemin, sur un sentier et toujours à travers les alpages, jusqu'au col de Seigne (2'516m). Entrée en Italie. La vue s'ouvre sur le Val Veni et sur la magnifique et impressionnante face sud du Mont-Blanc. Monde minéral composé de hauts sommets enneigés, d'aiguilles rocheuses et de glaciers. Descente à travers les alpages de la Lée Blanche à destination du **refuge Elisabetta** (2'185m). Rituel du soir pour votre âne. Installation dans les dortoirs. Dîner et nuit.

Dénivelé : -893m, + 970m -670m

Distance : 16km

Durée : 7h00

Mardi 28 août – Refuge Elisabetta (1'870 m) / Refuge Bonatti (2'025 m)

Petit-déjeuner. Préparation des ânes. Journée de transition entre le Val Veni et le Val Ferret (partie italienne).

08h00 : départ en direction de l'impressionnant glacier du Miage, en contre bas du refuge. Le chemin longe les bords du petit lac Combal, dans lequel les montagnes environnantes se reflètent. Vision unique et splendide. Découverte du lac glaciaire de Miage. Le cadre de cet endroit est très bucolique et prête à la contemplation. Une heure de marche en descente à destination de La Visaille.

14h00 : (environ) transfert en bus à destination du Val Ferret via Courmayeur. Transfert pour les ânes également entre les 2 vallées. Départ de Lavachey et montée au **refuge Bonatti** en fin d'après-midi. Rituel du soir pour votre âne. Installation dans les dortoirs. Dîner et nuit.

Dénivelé : - 405m, + 400m

Distance : 7km

Durée : 4h00

Transfert : navette

Mercredi 29 août – Refuge Bonatti (2'025 m) / Grand Col Ferret (2'537 m) – La Fouly (1'592 m)

Petit-déjeuner. Préparation des ânes et poursuite du périple. L'itinéraire emprunte une piste qui dépasse le refuge Elena et conduit par une série de lacets, au **Grand Col Ferret** (2'537m), point culminant de la randonnée. Plus on s'élève, plus les paysages de montagne sont spectaculaires. Côté italien, la vue grandiose s'ouvre, au-delà des alpages, sur les glaciers et les aiguilles, monde minéral fait de roche, de neige et de glace : Le Mont-Blanc, Les Grandes Jorasses, l'Aiguilles de Leschaux, l'Aiguille du Triolet...etc. Sommets dont les lignes de crêtes marquent la frontière avec la France. Au col, passage d'une autre frontière : celle de la **Suisse**. Le sentier de montagne descend tout en douceur vers la montagne et les alpages de la Peule (2'071m). Arrêt pique-nique. Poursuite sur un chemin facile à destination du fond de la vallée. Notre itinéraire emprunte la route qui conduit au petit village de **Ferret**, puis, par un sentier, nous gagnons la rive droite de la Drance de Ferret pour rejoindre la petite station de **La Fouly** (1'592 m). En fin de journée, installation à l'**Auberge des Glaciers**. Rituel du soir pour votre âne. Dîner et nuit.

Dénivelé : + 770m, - 1290m

Longueur : 17km

Durée : 7h00

Jeudi 30 août – La Fouly (1'592 m) / Champex (1'500 m)

Petit déjeuner et préparation de votre animal. Voici une journée de découverte et de randonnée à travers le **Val Ferret suisse**. Dans cette vallée, comme dans de nombreux autres lieux des Alpes du Nord, vit le loup, mais il est rare de le croiser. Nous pourrions cependant en parler. L'itinéraire passe par le village de **L'A Neuve**, puis à rive gauche et en hauteur, longe la **Drance de Ferret** en traversant des forêts de conifères jusqu'à la Crête de Saleina. Arrivée au petit village de **Praz de Fort** (1'150 m). Arrêt et pique-nique. Nous empruntons ensuite le Sentier didactique des Champignons. Cet itinéraire unique conduisant à **Champex** est agrémenté, le long du chemin, de sculptures de champignons et animaux de montagne, pour le plaisir des petits et des grands. Nous traversons **Champex** (1'500 m) et son joli lac de montagne. Installation au **gîte du Bon Abri** dans le hameau de **Champex le Haut**. Rituel du soir pour votre âne et installation dans les dortoirs. Dîner et nuit.

Dénivelé : - 350m, + 350m

Longueur : 14km

Durée : 6h30

Vendredi 31 août – Champex (1'500 m) / Bovine (1'987 m) / Trient (1'279 m)

Petit déjeuner et préparation de votre animal. L'étape la plus difficile de notre périple. L'itinéraire conduit, par une charmante petite route à travers les vieux chalets et raccards (greniers à grains), de **Champex d'en Haut** à **Champex d'en Bas**. Un pont permet de passer en rive gauche du Durnant d'Arpette. Le chemin forestier monte progressivement puis, en prenant de l'altitude, devient un sentier raide qui finit par déboucher sur les **alpages de Bovine** (1'987 m), réputés pour ses troupeaux de vaches d'Hérens (race valaisanne, à la robe noire, qui fait la fierté des montagnards). La récompense est là, depuis ces hauteurs, avec la **vue exceptionnelle sur le Grand Combin** (4'314m), la vallée de Martigny, les dents du Midi et sa Haute Cime (3'257 m). Après le pique-nique, c'est reparti vers le petit col de **Portalo** (2'049 m). Les paysages changent à nouveau. Descente par un joli sentier vers l'**alpage de La Giète** (1'884 m) et le **col de la Forclaz** (1'526 m). De là, l'itinéraire suit (1 km environ) le bisse de Trient (petit canal aménagé pour conduire l'eau le long des pentes de montagne) et descend vers le village de **Trient** (1'279 m). Installation à l'**hôtel La Grande Ours**. Rituel du soir pour votre âne et installation dans les dortoirs. Dîner et nuit.

Dénivelé : + 440m, -710m

Longueur : 14km

Durée : 6h30

Samedi 01 septembre – Trient (1'279 m) / Col de Balme (2'191 m) / Le Tour (1'453 m)

Petit-déjeuner et préparation de votre âne pour la dernière fois. En remontant sur la petite route de village, la belle église rose de Trient se détache avec élégance sur les Aiguilles Dorées et le glacier du Trient. L'itinéraire sur la droite emprunte un sentier de montagne qui franchit un petit torrent. Le sentier est rapide mais agréable. Découverte de l'**alpage des Herbagères** (2'033 m), puis arrivée au **col de Balme** (2'191 m). Une nouvelle vue s'offre à nous : tout de suite à droite l'Aiguille Verte (4'122 m), flanquée de l'Aiguille des Drus (3'754 m), les Aiguilles de Chamonix, le Mont-Blanc (4'810 m) et ses chapelets de glacier. Vous êtes, cette fois-ci, à nouveau en France. Arrêt sur ce balcon exceptionnel pour le pique-nique. Descente à travers les **alpages de Charamillon**, face à la vallée de Chamonix, pour rejoindre le charmant petit **village du Tour** (1'453 m). Nous devons nous séparer de nos valeureux ânes, qui durant ces 7 jours nous auront permis de passer un séjour inoubliable sur le circuit le plus mythique des Alpes.

15h30 (environ) : Rendez-vous avec le taxi et transfert privé (inclus) à destination de Notre-Dame-de-la-Gorge (Contamines-Montjoie) où se trouve votre véhicule.

16h30 (environ) : arrivée au parking. Fin de nos services.

Dénivelé : + 912m, - 738m

Longueur : 11km

Durée : 6h00

Programme pouvant être modifié par votre accompagnateur en fonction du niveau du groupe ou pour des conditions météorologiques difficiles. Votre sécurité prévaut avant tout.

françoise comte *votre partenaire thalasso & spa*

3, rue du Levant | F - 74100 Annemasse | tél. +33 4 50 92 97 44 | mobile +33 6 08 98 20 27

www.francoise-comte-thalasso-spa.fr | info@francoise-comte-thalasso-spa.fr

Siret 482 671 997 00021

MULANE
VOYAGES

Découvertes Esprit Nature et Culture



Forfait comprenant :

- Un accompagnateur/ânier du 1^{er} au 7^{ème} jour
- Tous ses frais (nourriture, logement...)
- Le transport des bagages à dos d'âne (1 âne pour 4 personnes)
- Un sac de voyage étanche adapté au transport à dos d'âne dans lequel les affaires des participants seront transférées le 1^{er} matin
- Le logement en dortoirs
- Les douches chaudes
- Le transport en bus de ligne le mardi 28 août
- La pension complète du dîner (soir) du 26 août au pique-nique (midi) du 01 septembre
- Le transport retour du 01 septembre, du village du Tour au parking de Notre-Dame-de-la-Gorge aux Contamines-Montjoie

€ 1'140.- par personne en dortoirs / Base 5 personnes

€ 1'050.- par personne en dortoirs / Base 6 personnes

€ 985.- par personne en dortoirs / Base 7 personnes

€ 940.- par personne en dortoirs / Base 8 personnes

Forfait ne comprenant pas :

- Le pique-nique (midi) du 26 août
- Le transport aller et retour de votre région au point de départ et arrivée (Les Contamines-Montjoie)
- Les assurances
- Les boissons
- Les dépenses personnelles
- Le pourboire du guide

Conditions :

- Réservation sur demande
- Nombre minimum de personnes : 5
- Nombre maximum de personnes : 12
- Pour les ressortissants français ou suisses, carte d'identité ou passeport en cours de validité.
- Frais d'annulation pour les prestations individuelles telles qu'hébergement, repas....
 - plus de 60 jours avant le départ 10 % de ces prestations avec minimum de € 100.- /pers.
 - de 60 à 31 jours avant le départ 20 % de ces prestations avec minimum de € 200.- /pers.
 - de 30 à 21 jours avant le départ 40 % de ces prestations
 - de 20 à 14 jours avant le départ 60 % de ces prestations
 - de 13 à 09 jours avant le départ 80 % de ces prestations
 - de 8 au jour du départ 100 % de ces prestations
- Frais d'annulation pour les prestations collectives telles que l'accompagnateur, les transferts, les animaux de bât....
 - défection d'une ou plusieurs personnes 100 % de ces prestations
 - +
 - plus de 30 jours avant le départ € 30.-/pers. pour frais administratifs
 - de 29 à 08 jours avant le départ € 50.-/pers. pour frais administratifs

Programme établi le 20 décembre 2017 sur la base de 5 à 8 personnes et selon les tarifs connus à ce jour pour un départ le 26 août 2018

françoise comte *votre partenaire thalasso & spa*

3, rue du Levant | F - 74100 Annemasse | tél. +33 4 50 92 97 44 | mobile +33 6 08 98 20 27

www.francoise-comte-thalasso-spa.fr | info@francoise-comte-thalasso-spa.fr

Siret 482 671 997 00021

MULANE

VOYAGES

Découvertes Esprit Nature et Culture



FICHE TECHNIQUE

ACCUEIL

Rendez-vous le **dimanche 26 août à 10h00** sur le parking de **Notre-Dame-de-la-Gorge (Contamines-Montjoie)**.

Si vous arrivez en retard : Le jour même, en cas de retard de dernière minute, laissez un message au numéro d'urgence **+33 6 42 96 70 50**

DISPERSION

Le samedi 01 septembre, au parking de Notre-Dame-de-la-Gorge/Contamines-Montjoie

NIVEAU

Marcheurs moyens.

6 à 7 h de marche par jour sur chemins, pistes, sentiers ou parcours vallonnés.

Randonneurs niveau 3 sur une échelle de 5.

Votre âne :

Il sera votre compagnon durant tout le circuit.

Il faut compter un âne pour quatre ou cinq personnes.

L'âne est un animal très gentil et très calme ; cependant, il faudra être ferme durant la marche et lui faire comprendre que c'est vous le chef ! En effet, son seul défaut est la gourmandise !

Son pas est sûr et adapté à la marche en montagne.

Vous aurez à lui apporter deux soins quotidiens : le matin et le soir. Une trousse spéciale contenant une brosse et un cure-pied vous sera attribuée.

Chaque âne est équipé d'un licol, d'une longe, d'une couverture porte bât, d'un bât et d'une paire de sacoches.

Vous êtes responsable de ce matériel durant la randonnée. Merci d'en prendre le plus grand soin. Il en dépendra du bon déroulement de votre programme.

Une trousse médicale adaptée à l'âne sera sous la responsabilité de votre accompagnateur.

A noter: Nous sommes en terrain de montagne, les montées et descentes sont parfois techniques pour l'animal.

HEBERGEMENT

Refuges de montagne et gîtes d'étape en dortoirs de 4 (rares) à 12 personnes.

Ils sont équipés de couettes et literie complète. Un drap-sac suffit et il n'est donc pas utile de vous charger de sacs de couchage.

La toilette : l'eau est une denrée essentielle en montagne et peut devenir rare à certains endroits, aussi merci d'utiliser uniquement ce dont vous avez besoin. Merci aussi de ne pas vous éterniser, car il peut y avoir beaucoup de monde. L'espace toilette est rarement privatif.

LES REPAS

Les petits déjeuners et les dîners sont servis chauds dans les hébergements.

Les pique-niques sont copieux et accompagnés de vivres de course (fruits secs, chocolat, biscuits).

TRANSFERTS

Côté italien, le passage entre le Val Veni et le Val Ferret implique le franchissement d'une route importante où la circulation routière est dense. Nous organisons donc un transfert en navette entre ces 2 points, le mardi 28 août. Idem pour les ânes.

Le transfert retour, privé, du 01 septembre, entre le village du Tour et le parking à Notre-Dame-de-la-Gorge (Contamines-Montjoie) est inclus.

PORTAGE DES BAGAGES

Les bagages sont transportés à dos d'âne. Des sacs imperméables sont mis à votre disposition. Vos vêtements et autres effets personnels devront y être correctement répartis pour ne pas déséquilibrer la charge et rendre le portage plus agréable pour votre âne.

Le premier jour, nous vous remettons un sac individuel étanche dans lequel vous transfèrerez vos affaires personnelles dont vous aurez besoin pour l'ensemble du circuit. Celui-ci, porté à dos d'âne, fera au maximum 8 kg (pesée au départ).

Votre sac de voyage personnel, souple, contenant un susceptible excédent de poids, vous sera remis en fin de circuit.

Il vous faudra uniquement un petit sac à dos pour vos affaires personnelles de la journée et le pique-nique de midi.

GROUPES

Prestations privées pour groupe de 5 à 12 personnes

ENCADREMENT

Il est assuré par un accompagnateur en montagne, spécialiste de la région et ânier.

Votre guide joue un rôle fondamental dans la réussite de votre randonnée. Il connaît parfaitement la logistique du séjour (gestion des bâts et conduite des ânes, hébergements et conditions du terrain), est disponible et transmet au groupe ses connaissances sur les ânes et l'environnement. Le guide impulse le rythme de marche pour le confort de tous les participants afin d'assurer l'esprit de cohésion du groupe.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Pendant la journée, vous portez sur vous :

- Des sous-vêtements respirants (séchage rapide)
- Une micropolaire
- Un pantalon de trek
- Un chapeau, foulard ou casquette pour le soleil
- Des lunettes de soleil (indice 3 minimum, 4 pour la haute montagne)

Pendant la journée, vous portez dans un sac à dos à bretelles larges et dos anatomique, de 40 litres maximum :

- Une veste chaude en polaire (sur vous, en fonction des conditions).
- Une veste imperméable et respirante type Goretex, avec capuche (sur vous, en fonction des conditions)
- Un bonnet
- Une paire de gants
- Une cape de pluie
- Un tube de crème solaire et un stick pour les lèvres - Haute protection
- Une gourde (ou poche à eau, pipette)
- Le pique-nique de midi et vos vivres de course
- Du papier toilette et un briquet pour le brûler
- Votre pharmacie individuelle réduite au minimum (bande adhésive et double peau, antidiarrhéique, antalgiques, médicaments personnels)
- Un couteau de poche, une cuillère et une boîte en plastique hermétique pour les salades de midi
- Quelques petits sacs poubelles pour vos détritrus (la trace de l'homme doit être inexistante !)
- Quelques sachets plastiques pour protéger vos affaires
- Une pochette étanche avec vos papiers d'identité, argent, attestations d'assurance, d'assistance
- Une couverture de survie.

Le soir, vous retrouvez votre sac de voyage souple (un seul par personne), de 8 kilos maximum, contenant :

- Une trousse et une serviette de toilette
- Des vêtements de rechange
- Un collant thermique (en cas de journée froide)
- Un survêtement ou similaire pour la nuit
- Un drap sac pour la nuit (Uniquement nécessaire dans les refuges, gîtes et auberges)
- Des chaussures type sandales ou chaussons
- Des chaussures de rechange pour marcher dehors
- Une lampe frontale

Chaussures et matériel technique

Des chaussures imperméables à tige montante et semelle offrant une bonne adhérence type Contagrip ou Vibram.

Le premier jour, nous vous remettons un sac individuel étanche dans lequel vous transférerez vos affaires personnelles dont vous allez avoir besoin pour l'ensemble du circuit. Celui-ci sera porté à dos d'ânes, il fera maximum 8 kg (pesée au départ). Votre sac de voyage personnel, souple, contenant un susceptible excédent de poids, vous sera remis en fin de circuit.