



www.montagnevasion.com

## Ski de randonnée autour de l'hospice du Grand Saint Bernard



Au col du Grand Saint Bernard se trouve l'hospice du même nom érigé il y a près de mille ans sur cette importante voie de communication entre la Suisse et l'Italie. Le monastère est en particulier très connu pour ses chiens «sauveteurs».

Le Massif est très propice au ski de randonnée, avec de nombreux itinéraires à la portée de tous et ce dans un cadre sauvage. Les sommets et cols que nous gravirons offrent de superbes panoramas sur le massif du Mont Blanc et les Alpes suisses. Nous serons hébergés à l'hospice et accueillis chaleureusement par les moines qui y vivent.

### *Programme*

#### **Jour 1**

Transfert de Chamonix à Bourg Saint Bernard. Montée en télécabine à super St Bernard. Une belle descente mène au fond de la vallée sous le monastère. Petite randonnée de mise en jambe sur les cols ou sommets proche de l'hospice (2470m). 3/5 h. suivant programme.

#### **Jour 2**

Passage du col du Gd St Bernard et descente côté italien, puis ascension du mont Fourchon (2900m), beau sommet d'où la vue s'étend du massif du Mont Blanc aux montagnes du val d'Aoste et du Valais suisse. 5h. + 900 m - 900 m

#### **Jour 3**

Plusieurs beaux itinéraires ramènent à Bourg Saint Bernard par un versant différent de celui de la montée à l'hospice, la combe de l'A, le col de Bastillon, et l'Ascension de la pointe de Drone (2800 m).

Nous choisirons l'itinéraire avec les meilleures conditions de neige et skierons la belle descente de la combe de Drone (1900m). 5/6 h + 500 m - 1100 m

\* Il y a de nombreuses possibilités de randonnées dans ce secteur et ce programme est indicatif. Votre guide choisira les itinéraires présentant les meilleures conditions. Il est possible aussi de faire plus d'un sommet ou col dans la journée si vous êtes en grande forme.

## *Informations pratiques*

### **Dates 2020**

Départs les 3 ,17 et 31 mars – 17 avril

#### Tarif

590 € par personne - base groupe 4/6 participants

#### **Le prix comprend**

- Encadrement guide haute montagne et ses frais
- Les demi-pensions à l'hospice
- Le matériel collectif de sécurité

#### **Le prix ne comprend pas**

- Transferts au lieu du départ
- Boissons et dépenses personnelles en refuge et/ou gîtes hôtels
- Vivres de courses (barres énergétiques que vous aimez bien grignoter la journée)
- Assurance rapatriement/secours (obligatoire) et annulation (conseillée) - cf. bulletin inscription.
- Déplacements supplémentaires liés à une modification du programme par le guide pour toute raison qu'il jugera nécessaire (météo, conditions, possibilités du groupe, etc.) - Plus généralement tout ce qui n'est pas mentionné dans «le prix comprend» **Niveau Technique**

Pour tous niveaux de skieur. Secteur très propice à l'apprentissage du ski de randonnée.

#### **Encadrement - Groupes**

Guide de haute montagne connaissant parfaitement votre raid. Pour la convivialité et surtout la sécurité

et afin d'optimiser la réussite de nos randonnées nous privilégions les petits groupes avec un maximum de 6 participants pour les grands raids. **Rendez vous**

Le matin du jour 1 à Chamonix ou Bourg St Bernard. Merci de nous contacter par mail ou tel. Quelques jours avant pour fixer ce rendez vous avec votre guide. Pour le transport au lieu du rendez-vous et le transfert en Suisse (1h de voiture) consultez nous pour un co-voiturage avec les autres participants ou avec le guide

#### **Hébergement et repas**

Nuits en refuge (dortoirs ou chambres suivant les refuges) avec petit déjeuner et repas du soir. Les pique nique sont portés dans le sac à dos.

#### **Hébergement dans la vallée de Chamonix**

Nous pouvons nous occuper de réserver vos nuits à Chamonix pour la veille du raid et le dernier soir.

Hébergement en Gîte ou hôtels toute catégorie, nous préciser nombre de nuits et catégorie à l'inscription.

#### **Formalités - Argent de poche**

Carte d'identité - francs suisses pour vos dépenses personnelles

#### **Assurance**

Une assurance assistance/rapatriement/annulation valable en France et à l'étranger est obligatoire. Si vous en avez déjà une, bien vérifier les conditions et montants couverts

#### **Equipement**

- Sac à dos 35/40 litres avec lanières porte-ski et piolet (+ sac plastique pour protéger les affaires)
- Chaussures de randonnée

- Skis fixations ski de randonnée - peaux et couteaux - bâtons (télescopiques de préférence) - Crampons légers - Baudrier
- Bonnet - Casquette ou chapeau de soleil
- Lunettes de soleil indice 3 minimum - masque de ski
- Une paire gants légers (polaire) + une paire de gants très chauds
- Ensemble pantalon/veste type Gore Tex
- Sous vêtements respirants Tshirt et collants + 1 polaire fine
- Fourrure polaire chaude ou veste légères synthétiques, gilet duvet ou synthétique
- Suivant le raid et la période : veste duvet ou synthétique légère
- Chaussettes chaudes + rechange suivant durée du raid
- Gourde ou thermos
- Lampe frontale avec piles neuves
- Arva avec piles neuves/pelle/sonde
- 1 couverture de survie
- 1 petit carré de fart/parafine type Toko
- 1 trousse de toilette «mini»
- 1 pochette plastique étanche pour vos papiers et argent de poche (carte du CAF si vous y êtes affiliés, carte groupe sanguin, n° tel 24h/24 assurance assistance)

### **Pharmacie Personnelle**

Crème solaire et stick lèvres - 1 bande Elastoplaste® 5 cm - quelques petits pansements adhésifs et Compeed® pour les ampoules - aspirine ou paracétamol, un antiseptique intestinal et vos médicaments personnels si besoin. *Voir votre médecin traitant.*

### **Location matériel**

Packs ski de randonnée, ARVA et vêtements