



2 JOURS, 1 NUIT
335 € / PERS TOUT COMPRIS

UNE QUESTION ?
06 75 08 04 79



Encadrant et organisateur
Sylvain REED - Accompagnateur en
Montagne (Diplôme d'État d'Alpinisme)
PLÉNITUDE DÉCOUVERTE
Poteau Saint Luc - Quartier La Beaumette
05140 Aspres sur Buech



Fiche 34-V2-03112023

SÉJOUR - TREK À CHAMONIX - MASSIF DES AIGUILLES ROUGES ALPES - CHAMONIX

Ce trek vers Chamonix, dans le massif des Aiguilles Rouges (Haute-Savoie), avec un itinéraire original, nous permettra de découvrir un milieu naturel des plus remarquables (réserve naturelle des Aiguilles Rouges).

La nuit, suivant la période, se fera en refuge non-gardé, gardé ou en bivouac (au choix).

Lors de cette randonnée dans l'un des massifs les plus préservés du massif, nous observerons : la faune, la flore, le ciel nocturne, etc. Hébergement en refuge ou bivouac (au choix).

SECTEUR	Chamonix / Alpes
DÉPART DE LA RANDONNEE	Chamonix (74400)
PUBLIC	Adultes (groupe restreint)
DÉNIVÉLÉE POSITIVE	1300 mètres par jours environ
ALTITUDE MAXIMALE	2350 mètres
DISTANCE	15 kilomètres par jour environ
DURÉE	2 jours, 1 nuit
DIFFICULTÉ TECHNIQUE	Marcheur occasionnel

N°SIRET : 811 753 292 00036 | N°Carte Professionnelle : 06416ED00087 | Immatriculation au registre des opérateurs de voyages et de séjours : IM005190004
Garantie financière : GROUPAMA ASSURANCE-CRÉDIT & CAUTION, 8-10 RUE D'ASTORG, 75008 PARIS, France
Assurance de responsabilité civile professionnelle : MMA IARD, 14 BOULEVARD MARIE ET ALEXANDRE OYON, 72030 LE MANS, France

<https://www.plenitude-decouverte.com>
sylvain.reed@plenitude-decouverte.com



L'Agence de développement touristique de la France



SYNDICAT NATIONAL DES
ACCOMPAGNATEURS
EN MONTAGNE





JOUR 1

Le rendez-vous est fixé sur le parking des télécabines de la Flégère, Chamonix, à 9h00. Puis nous randonnerons sur un sentier situé dans une magnifique forêt d'altitude pour rejoindre progressivement le Lac Blanc. Depuis ce belvédère remarquable, le Mont Blanc se laissera observer. Cette zone préservée de la réserve naturelle du massif des Aiguilles Rouges, permet de découvrir des paysages, une faune et une flore exceptionnels.

En fin d'après-midi, nous rejoindrons notre lieu de bivouac. Au choix, suivant la période, nuit en refuge non-gardé, gardé ou bivouac.

DÉNIVELÉE POSITIVE	1300 mètres
DÉNIVELÉE NÉGATIVE	- 100 mètres
ALTITUDE MAXIMALE	2350 mètres
DISTANCE	12 kilomètres
DURÉE	6 heures

JOUR 2

Depuis notre lieu d'hébergement, nous marcherons dans les alpages et le long des berges des différents lacs du massif des Aiguilles Rouges. Le massif du Mont Blanc, avec ses glaciers et ses aiguilles, sera un spectacle des plus remarquables. En fin d'après-midi, nous rejoindrons le lieu de départ du séjour.

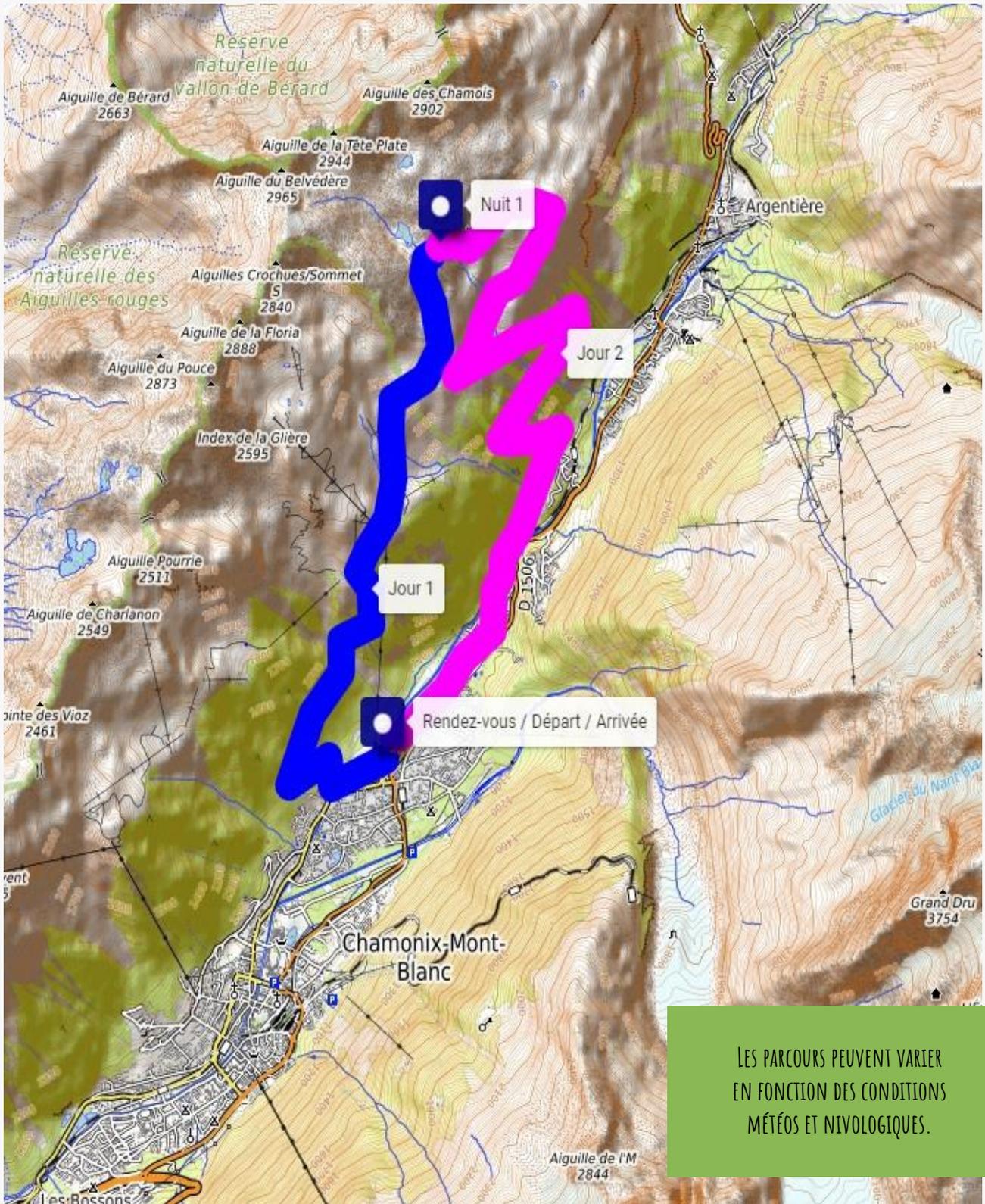
DÉNIVELÉE POSITIVE	200 mètres
DÉNIVELÉE NÉGATIVE	- 1500 mètres
ALTITUDE MAXIMALE	2350 mètres
DISTANCE	15 kilomètres
DURÉE	7 heures



LES PARCOURS PEUVENT VARIER
EN FONCTION DES CONDITIONS
MÉTÉOS ET NIVOLOGIQUES.

CARTE, SECTEUR

<https://framacarte.org/m/135308/>



LES PARCOURS PEUVENT VARIER
EN FONCTION DES CONDITIONS
MÉTÉOS ET NIVOLOGIQUES.

RENDEZ-VOUS

Le rendez-vous est fixé sur le parking des télécabines de la Flégère, Chamonix, à 9h00 : <https://goo.gl/maps/bSKQghAwpLpO4MLLA>
Accueil par votre accompagnateur, présentation du séjour, distribution du matériel, etc.
En cas de problème (retard), merci de prévenir Sylvain.

FIN DU SÉJOUR

Le séjour s'achèvera vers 16h, le deuxième jour, au point de rendez-vous du premier jour.

ACCÈS

EN TRAIN / Nom de la gare : Chamonix
Informations et horaires : <https://www.oui.sncf>
Liaisons TER et TGV depuis la gare de St Gervais-les-bains-le Fayet située à 20km de Chamonix.
Puis liaison par train jusqu'à Chamonix.

EN VOITURE

Depuis la France : Accès direct par l'Autoroute Blanche (A40) reliée au réseau autoroutier européen.
Par la Suisse : Autoroute jusqu'à Martigny, Col de la Forclaz puis Col des Montets.
Par l'Italie : A 15km de la frontière par le tunnel du Mont-Blanc.

EN COVOITURAGE

Le site « Blablacar » vous permettra d'organiser votre covoiturage (chauffeur ou passager).

Dans tous les cas, si vous rencontrez des difficultés pour organiser votre trajet, contactez Sylvain

DÉPART GARANTI

À partir de 3 personnes.

TAILLE DU GROUPE

6 personnes maximum.

HÉBERGEMENT

La nuit se fera en bivouac, en pleine montagne.
Nuit n°1 : dans un refuge gardé, non-gardé ou bivouac, au choix suivant la saison.

REPAS

Tous les repas sont compris.

SI REFUGE GARDE

- Tous les petits déjeuners seront préparés par les gardiens. Ils seront dégustés sur place.
- Concernant les pique-niques des midis, ils seront préparés par les gardiens des refuges, nous les mangeront lors des randonnées, en pleine montagne.
- Les repas du soir seront préparés par les gardiens. Ils seront dégustés sur place.

SI BIVOUAC

- Le repas des matins, des midis et des soirs seront préparés lors des bivouacs. Prêt du matériel pour cuisiner (réchaud, etc.).

UNE QUESTION ?

06 75 08 04 79

<https://www.plenitude-decouverte.com>
sylvain.reed@plenitude-decouverte.com



MATÉRIEL À EMPORTER

ÉQUIPEMENTS

- Sac à dos (> 55 litres)
- Sur-sac à dos imperméable
- Bâtons de randonnée (PRÊT)
- Raquette à neige (PRÊT)
- Lunettes de soleil
- Gourde
- Couteau
- Papiers d'identité
- Téléphone portable
- Sac de couchage (T° confort <-5°C, location possible)
- Sur-sac de couchage (PRÊT)
- Matelas de randonnée (PRÊT)
- Couverture de survie épaisse (PRÊT)
- Drap pour le couchage (type sac à viande)

VÊTEMENTS

- Chaussures de randonnée d'hiver (chaudes et imperméables)
- Chaussettes de marche (+ paires de rechange)
- Pantalon d'hiver (type d'alpinisme)
- Guêtres
- Sous-pantalon (type caleçon long)
- T-shirt (+ rechange)
- Veste polaire
- Veste type « doudoune »
- Veste coupe-vent / imperméable
- Chapeau / Casquette
- Bonnet chaud
- Paire de gants chaude (+1 paire de rechange)
- Paire de sous-gants (+1 paire de rechange)

DIVERS

- Barres céréales, fruits secs, etc.
- Tous les repas dans le sac à dos (si pas option pension-complète)
- Crème solaire (peau et lèvres)
- Mouchoirs et papier toilette
- Lampe frontale
- Mini-trousse de toilette (brosse à dent...)
- Mini trousse à pharmacie
- Appareil photos
- Kit DVA (Dispositif détection Victime d'Avalanche). DVA+Pelle+Sonde. (PRÊT)

MATÉRIEL DE SÉCURITÉ

- Votre accompagnateur disposera d'une balise satellitaire pour alerter les secours si besoin.
- Une trousse de premiers secours sera en sa possession. Elle ne remplace pas la trousse que vous devez avoir avec vous (pansements, etc.)
- Tous les membres du groupe seront équipés d'un Kit DVA (Dispositif détection Victime d'Avalanche). DVA+Pelle+Sonde. (PRÊT)

ASSURANCE

Elle est facultative mais nous vous proposons l'assurance suivante :

- Annulation (de votre part, remboursement des sommes engagées)
- Assistance/Rapatriement
- Dommage bagages

Elle doit être souscrite et réglée en totalité aussitôt après l'inscription auprès de notre partenaire Europ Assistance. Disponible lors de la réservation du séjour (les détails du contrat et la procédure à suivre en cas de besoin vous seront fournis par cet assureur).

INCLUS

- Séjour randonnée guidée.
- Hébergement au choix : refuge gardé (suivant période) ou bivouac (prêt du matériel, sauf le sac de couchage).
- Tous les repas.
- Adaptation des itinéraires de randonnée en fonction du groupe.
- Rythme de marche adapté au groupe.
- Explications et observations : faune, flore, patrimoine, géologie, comment vivre en montagne, etc.
- Taille du groupe 6 personnes maxi.
- Assurance secours/rapatriement de base.

PAS INCLUS

- Transport pour venir au lieu du rendez-vous.
- Assurance annulation (de votre part) / multirisque renforcée.
- Vivres à grignoter durant les randonnées (barres de céréales, fruits secs, etc.).
- Toutes les boissons autres que de l'eau.

UNE QUESTION ?

06 75 08 04 79

<https://www.plenitude-decouverte.com>
sylvain.reed@plenitude-decouverte.com





MARCHEZ AVEC VOS SENS.

Plénitude Découverte vous invite à revenir à l'essentiel, en petit groupe et à votre rythme : être en harmonie avec la montagne, s'émerveiller de sa faune et sa flore, vivre au rythme de la nature, dormir à la belle étoile ou en hébergement authentique, en prendre plein les yeux, respirer librement et marcher avec ses sens.

