



## Alpinisme, 3 jours dans le Mont Rose Italien Séjour privatisé



3 jours en itinérance dans le massif du Mont Rose en passant par les refuges Quintino Stella et Gnifetti

### Dates et heures

Début du séjour : le 11/07/2023 à 10 h

Fin du séjour : le 13/07/2023 à 17 h

<b>Niveau technique requis</b>	<p>Niveau technique : 2 sur une échelle de 1 à 5  Niveau physique : 3 sur une échelle de 1 à 5  Niveau minimal exigé : débutant  Consulter <a href="https://www.vanoise-voyages.com/quel-est-mon-niveau/">https://www.vanoise-voyages.com/quel-est-mon-niveau/</a> pour comprendre le niveau attribué.  Temps de marche : Jour 1 : 3 h / Jour 2 : 8 h / Jour 3 : 8 h  Dénivelées : Jour 1 : 900 m / Jour 2 : 700 m / Jour 3 : 1000 m  Portage des bagages : non, chacun porte ses affaires personnelles.</p>
<b>Encadrement</b>	<p>Nom : MOUREY Thibaud  Diplôme : Guide de Haute Montagne  Tél. mobile : 06 35 02 28 66  E-mail : <a href="mailto:thibaud.mourey.guide@gmail.com">thibaud.mourey.guide@gmail.com</a></p>
<b>Taille du groupe</b>	<p>Nombre minimum requis : 2 participants  Nombre maximum requis : 2 participants</p>
<b>Type d'hébergement</b>	<p>Refuges gardés Quintino Stella et Gnifetti. Pas de douches</p>
<b>Repas</b>	<p>½ pension. Pique-nique des midis à prévoir par les participants (achat possible à Quintino Stella, pique-nique du 1<sup>er</sup> et 3<sup>ème</sup> jour à prévoir à l'avance par achat en vallée).</p>
<b>Moyens de transport</b>	<p>Possibilité des récupérer les participants en gare de Bourg-Saint-Maurice ou Aoste pour co-voiturage.  Remontées mécaniques incluses pour le Jour 1 et Jour 3.</p>
<b>Formalités</b>	<p><b><u>Formalités de police :</u></b>  - pièce d'identité obligatoire en cours de validité</p> <p><b><u>Formalités sanitaires :</u></b>  Afin de réaliser ce séjour dans les meilleures conditions, nous vous conseillons d'effectuer au préalable un bilan médical chez votre médecin généraliste pour confirmer votre aptitude aux activités pratiquées pendant le séjour.  Appliquer les mesures en vigueur au moment du séjour imposées par le gouvernement ou le département ainsi que le règlement intérieur du ou des logements.</p> <p><b><u>Informations à communiquer à Vanoise Voyages avant le séjour à votre inscription sur votre compte en ligne :</u></b></p> <p><input type="checkbox"/> Nom / Prénom / Adresse postale / adresse e-mail</p> <p><input type="checkbox"/> Numéro de téléphone portable que vous aurez lors du séjour</p>

	<input type="checkbox"/> Nom et numéro de la personne à contacter en cas d'urgence  <b>Documents à transmettre à Vanoise Voyages avant le séjour :</b> <input type="checkbox"/> Copie document d'identité <input type="checkbox"/> Si non souscrite auprès de Vanoise Voyages, copie attestation d'assurance Rapatriement (avec nom de l'assurance, numéro du contrat, numéro de téléphone 24/24)
<b>Date, lieu et heure du rendez-vous</b>	Le 11/07/2023 à 9 h si à Bourg Saint Maurice, ou 10 h si à Aoste, ou 11 h si à Staffal
<b>Moyen d'accès au rendez-vous</b>	Par vos propres moyens.
<b>Date, lieu et heure de dispersion</b>	Le 13/07/2023 à 18 h si à Bourg Saint Maurice, ou 17 h si à Aoste, ou 16 h si à Staffal
<b>Description de l'itinéraire</b>	<p><b>Jour 1 :</b> montée au refuge de Quintino Sella (3585 m) depuis Staffal (remontées mécaniques jusqu'au col Bettaforca 2670 m) / 900 m de montée</p> <p><b>Jour 2 :</b> Traversée du grand glacier du Lys sous les nombreux sommets du Mont Rose (Castor, Lyskam etc). Ascension du Naso 4272 m. Pour redescendre dormir au refuge de Gnifetti (3625 m) / 700 m de montée et 700 m de descente.</p> <p><b>Jour 3 :</b> ascension du Zummstein (4563 m) et redescente vers Staffal (remontées mécaniques vers 3200 m) / 1000 m de montée et 1300 m de descente.</p> <p>Il nous faudra nous adapter aux aléas de la météo ainsi qu'aux conditions de la montagne et des participants. En dernier ressort, l'encadrant reste seul juge du programme qu'il peut modifier en raison d'impératifs de sécurité.</p>
<b>Prix total</b>	1250 € par personne soit 2500 € pour 2.
<b>Le prix comprend</b>	Les éléments décrits ci-dessus concernant : la prestation de guide de haute montagne, les demi-pensions en refuge, le transport depuis la gare de Bourg Saint Maurice ou Aoste jusque Staffal avec le véhicule de l'encadrant à titre gratuit si nécessaire, les remontées mécaniques.
<b>Le prix ne comprend pas</b>	Les assurances personnelles, les repas de midi (pique-nique), les boissons (notamment les bouteilles d'eau : pas toujours d'eau potable à disposition), l'équipement personnel et si nécessaire la location du matériel individuel, les frais de formalités de police et sanitaires et tout ce qui n'est pas mentionné dans le descriptif du séjour.

<b>Modalités et mode de paiement / Révision prix</b>	Acompte de 30 % à l'inscription Solde à 30 jours du départ Règlements acceptés par virement bancaire, carte bancaire, ou « chèques-vacances » ANCV.
<b>Assurances</b>	Chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant la randonnée ou le voyage. Si nécessaire, nous vous proposons plusieurs formules d'assurances, sous réserve que votre domicile est en Europe Occidentale ou dans les Dom : <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> ASSISTANCE : rapatriement / frais de secours et de recherche à 1 % du montant du voyage,</li> <li><input type="checkbox"/> ANNULATION à 3,5 % du montant du voyage</li> <li><input type="checkbox"/> Dans le cas d'achat des deux formules, Assistance + annulation à 4,5 %, vous serez également couvert pour l'interruption de séjour, en cas de rapatriement par notre contrat Europ Assistance.</li> </ul> Dispositions Générales d'Assurance sur brochures Europ Assistance.
<b>Matériel fourni</b>	Casques et baudriers
<b>Equipement personnel à prévoir</b> (Liste aussi transmise en pdf directement par votre guide avec conseils)	<p><b><u>Vêtements</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Sous-pull technique (x2)</li> <li><input type="checkbox"/> Veste chaude (petite doudoune ou polaire)</li> <li><input type="checkbox"/> Veste coupe-vent respirante (type gore-tex)</li> <li><input type="checkbox"/> Pantalon de montagne (gore-tex ou soft-shell par exemple)</li> <li><input type="checkbox"/> Chaussettes chaudes (x2)</li> <li><input type="checkbox"/> Bonnet</li> <li><input type="checkbox"/> Gants (2 paires, une légère et une chaude)</li> <li><input type="checkbox"/> Guêtres (optionnel)</li> <li><input type="checkbox"/> Chaussures d'alpinisme rigides</li> </ul> <p><b><u>Matériel technique</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Sac à dos (30/35L)</li> <li><input type="checkbox"/> Baudrier</li> <li><input type="checkbox"/> Crampons (réglés et adaptés aux chaussures)</li> <li><input type="checkbox"/> Piolet classique</li> </ul>

- Casque
- Lampe frontale et piles supplémentaires

**Autre matériel personnel**

- Lunettes de glacier (catégorie 4)
- Crème solaire
- Petite pharmacie individuelle (paracétamole, médicaments personnels...)
- Gourde (1,5L suffisent)
- Vivres de course (barres de céréales, pic-nic)
- Papier toilette

**Pour le soir au refuge**

Matériel de toilette (le minimum)

Drap sac (sac à viande) (optionnel, couvertures fournies aux refuges)

Boules quies

Liste non exhaustive