


**ESCAPADE**


## D'Arolla à Zermatt

- R239 -

4 jours... 4 de ski

24 au 27 mars 11	495 €	22 au 25 avril 11	545 €
31 mars au 3 avril 11	525 €	28 avril au 1 mai 11	525 €
7 au 10 avril 11	545 €	5 au 8 mai 11	525 €
14 au 17 avril 11	545 €		

Au-dessus des splendides Val d'Hérens et Val d'Anniviers, nous quittons les forêts et les chalets pour nous approcher des cimes altières qui dominent la haute route entre le Mont Blanc et le Cervin. Au départ d'Arolla, village typique, nous prenons pied sur un glacier facile, champ de neige fabuleux, pour rejoindre un des itinéraires les plus fréquentés à ski de randonnée. Se succèdent cols et vallées sauvages, en altitude jusqu'à une arrivée sublime au col de Valpelline, face au Cervin et à ses immenses glaciers. Nous passons une nuit au pied de la face nord avant de nous laisser glisser sur Zermatt au soleil levant. Magnifique !

### Déroulement et itinéraire

#### Jour 1 - Arolla - pas de Chèvres (2855 m) - cabane des Dix (2928 m)

Rendez-vous à 11h45 à Arolla au terminus du bus. Nous prenons les remontées mécaniques afin de sortir des pistes de ski. Echauffement tranquille, plein sud, pour la montée au pas de Chèvres. Un passage équipé d'une échelle métallique de quelques mètres permet de prendre pied sur le glacier de Cheilon pour rejoindre le refuge des Dix. Présentation par le guide du programme, des matériels et des techniques hivernales d'orientation et de sécurité. Repas et nuit au refuge.

M : 400 m - D : 50 m - M : 150 m.

#### Jour 2 - Pigne d'Arolla (3796 m) - cabane des Vignettes (3158 m)

Retour sur le terrain très glaciaire du passage de la Serpentine. Nous en profitons pour réaliser l'ascension du Pigne d'Arolla. Ce magnifique belvédère se gravit facilement. Belle descente régulière jusqu'au refuge des Vignettes.

M : 850 m - D : 700 m.

#### Jour 3 - Cols de l'Evêque (3392 m), Brûlé (3213 m), Valpelline (3568 m) - Schönbiel (2694 m)

Une grande étape, parmi les plus belles du raid, par le col de l'Evêque, le col du mont Brûlé, le col de Valpelline, où domine, omniprésent, le Cervin. Puis agréable descente jusqu'au refuge Schönbiel (2694 m), belvédère inoubliable sur le Cervin et la Dent d'Hérens.

M : 1130 m - D : 1350 m

## Jour 4 - Refuge Schönbiel - Zermatt (1616 m)

Au lever du soleil, nous nous laissons tranquillement glisser dans la pente. Le retour à la civilisation est progressif avec les premiers chalets ; bientôt, les hameaux annoncent l'arrivée à la station-village de Zermatt. Séparation à Zermatt vers 11h30.

D : 1100 m.

*Ces programmes peuvent être modifiés par le guide pour assurer la sécurité du groupe en fonction du niveau des participants et des conditions météorologiques. M : montée - D : descente.*



- Le meilleur de la "haute route" en quatre jours au cœur du Valais suisse.

## Randonnée bonne forme

Etapas de plus de 6 heures en moyenne pour le randonneur très expérimenté et excellent skieur en toute neige (700 à 1000 m de dénivelée positive). Très bon contrôle des virages et des arrêts. Descentes sur des pentes de 35° environ, avec en plus l'utilisation du baudrier et des passages en crampons et parcours encordés (plus de 1000 m de dénivelée positive).

Quelques passages courts et raides, plutôt à la montée (pas de Chèvre, passage de la Serpentine, col du mont Brûlé). Etapes en altitude et soutenues.

## Hébergement

Refuges gardés au confort exceptionnel.

## Nourriture

- Les petits déjeuners et les repas du soir sont servis chauds dans les hébergements.
- Les pique-niques sont préparés par le guide ou commandés la veille pour le lendemain auprès des hébergements.
- 1 sac de vivres de course est remis à chaque participant au début du séjour (fruits secs, biscuits, barres énergétiques).

## Portage et transferts

- Vous portez vos affaires personnelles, les pique-niques et du matériel collectif de sécurité.
- Les transferts prévus au programme sont assurés par transports locaux ou taxi.

## Encadrement

Un guide haute montagne pour 4 à 6 participants.

## Votre sécurité

*Elle est assurée par ...*

**Un matériel collectif ou individuel en parfait état**, adapté au programme.

**Un guide de haute montagne expérimenté**, professionnel, diplômé d'État.

Il s'engage à :

- gérer au mieux le déroulement de votre randonnée : choix de l'itinéraire, rythme de progression, logistique, santé, adaptation aux aléas météorologiques et à la nivologie
- vous faciliter l'approche du milieu montagne
- vous faire partager sa passion pour la nature
- animer votre groupe et en assurer la cohésion
- être disponible et à votre écoute.

## Accès

### **Train**

Train jusqu'à Sion puis bus jusqu'à Arolla.

*Pour les horaires de bus en Suisse, vous pouvez consulter le site [cff.ch](http://cff.ch).*

*Horaires à vérifier auprès de la SNCF 3635 (0,34 €/mn) ou sur [voyages-sncf.com](http://voyages-sncf.com).*

### **Voiture**

Autoroute Genève-Martigny-Sion. Avant de s'engager sur l'autoroute, acheter la vignette autoroute (en vente chez les commerçants ou les stations d'essence pour 40 CHF (27 €), validité de 1 an sur tout le territoire suisse). Parking conseillé à Sion. Puis prendre les cars postaux comme indiqué ci-dessus.

*Plus d'information sur [viamichelin.fr](http://viamichelin.fr).*

Pour le retour de Zermatt à Sion, train toutes les heures ou taxi réservé par le guide : prix variable en fonction du nombre de personnes (compter environ 20 €), non compris dans le prix du séjour, à payer sur place.

## Rendez-vous

Accueil à Arolla devant l'arrêt (terminus) du Car Postal à 11h45. Séparation à Zermatt vers 11h30.

## Cartographie

- Carte Michelin n° 219, plis 3 et 4.
- Carte nationale suisse n° 283 Arolla et n° 284 Mischabel.

## Le prix

### **Il comprend**

- l'hébergement pendant la durée du séjour
- les petits-déjeuners du J2 au J4
- les pique-niques de midi du J1 au J3
- les repas du soir du J1 au J3
- les vivres de course
- les transferts prévus au programme
- les remontées mécaniques du J1
- l'encadrement par un guide de haute montagne diplômé d'Etat
- le matériel collectif spécifique au circuit
- le prêt d'un Arva, d'un baudrier par personne et de crampons.

### **Il ne comprend pas**

- d'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique précédente
- l'acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation
- l'eau de boisson et les douches dans les refuges de haute montagne (compter environ 8 € par jour)
- les boissons et dépenses personnelles
- le transfert retour de Zermatt à Sion (environ 20 € par personne) ou le train
- les frais d'inscription à moins de 45 jours : 15 € (offerts si inscription par Internet)
- l'assurance assistance/rapatriement (1 %)
- l'assurance annulation, perte et vol de bagages (2.5 %).

## Modalités de paiement

Si vous vous inscrivez + de 3 mois avant le départ, deux avantages :

- vous versez un acompte réduit de 10%.

**- vous bénéficiez de 5 % de réduction**

Les réductions ne sont pas cumulables et ne s'appliquent pas aux groupes constitués bénéficiant déjà d'un prix spécifique.

Sinon acompte de 30% lors de l'inscription : solde 30 jours avant le départ.

Pour toute inscription à moins d'un mois du départ, il est nécessaire de régler la totalité du circuit.

## Conditions de vente

Les conditions générales et particulières de vente sont celles définies dans notre brochure générale.

## Assurance

Nous vous engageons vivement à souscrire une assurance "Annulation-Assistance-Rapatriement" même si le paiement avec certaines cartes bancaires peut vous couvrir partiellement. C'est pourquoi Visages a négocié auprès d'EUROP ASSISTANCE une formule d'assurance totalement adaptée aux types de nos circuits. L'Assistance/Rapatriement, vous est proposée au prix de 1 % du prix du circuit choisi et l'annulation, perte ou vol des bagages au prix de 2,5%. Elles peuvent être souscrites indépendamment l'une de l'autre, doivent être prises à l'inscription et ne peuvent prendre effet qu'après le paiement de l'intégralité du prix du circuit.

Un exemplaire du contrat, détaillant les garanties souscrites et la procédure à suivre, vous sera adressé en même temps que la confirmation de votre inscription ou sur simple demande.

## Visages

Licence n°005950003

Garantie financière : LCL - 05200 Embrun

Responsabilité civile professionnelle :

RCP : AXA France - 26 rue DROUOT - 75009 PARIS

## Inscription

Sur le site Internet visages-trekking.com ou à l'aide du bulletin d'inscription figurant à la fin du catalogue VISAGES, ou ci-joint à la fiche technique, accompagné du montant d'un acompte de 30 %.

Un exemplaire du bulletin d'inscription vous sera ensuite retourné, validé par nous.

**Pour plus de confort et de sécurité, partez bien équipés.**

**Nos partenaires**



*nous ont aidés à sélectionner des vêtements imperméables, légers et respirants, adaptés à nos circuits.*

## La tête



- Bonnet ou casquette chaude

Exemple : "Trail Cap", idéale grâce à sa matière "Triple Point" qui protège du soleil, de la neige et du vent.

- Lunettes de soleil protection 3 ou 4 (de préférence) "emboîtant" bien le visage ou ayant des protections latérales et un masque de ski par temps de neige ou de brouillard.

## Le buste



- *Première couche*

Tee-shirt manche longue pour maintenir la chaleur du corps tout en permettant l'évacuation de la transpiration.

Exemple : "Dryzone seamless LS" entre le sous vêtement et le tee-shirt, chaud, il évacue la transpiration. Son élasticité en fait une première couche très douce et agréable à porter.

- *Seconde couche*

En micro-polaire, elle permet de conserver la chaleur tout en évacuant la transpiration.

Exemple : "Ionic Top".



- *Troisième couche*

Veste polaire, pour un apport de chaleur et de confort immédiat.

Exemple : "Manalishi hoody".



- *Veste Imper-respirante*

Utilisable en toute saison, très technique, anti-bactérienne, sa membrane "Triplepoint Dynamic" offre imperméabilité et respirabilité. Sa matière "stretch" dans les deux sens, permet une aisance optimale.

Exemple : "Seam Peak Jacket".



## Les mains

- *Gants* qui apportent chaleur et étanchéité. La matière "strech" procure de l'aisance aux mouvements.

Exemple : Les gants "Alpine glove" en **Goretex**.

## Les jambes



*lon* coupe-vent et imperméable avec genoux préformés et guêtres intégrées pour le confort.  
: : "Flash" en matière Triplepoint Dynamic.

- *Collant*, près du corps, permettant de conserver la chaleur tout en évacuant la transpiration.

Exemple : "Seamless tight".

## Les pieds

- Chaussettes (2 paires) adaptées à l'activité, présentant de bonnes qualités de thermicité et ayant des renforts adaptés (éviter le coton).  
Exemple : chaussettes LTH de Thorlo.
- Guêtres.

## Equipement de base

L'ensemble de vos affaires doit être réparti dans deux sacs :

### Le sac à dos

Pour vos affaires de la journée. De contenance 30 à 40 l.

Pour les raids avec portage, sac de 50 l minimum (75 l maxi).

Prévoir de la place pour le(s) pique-nique(s), une pelle et/ou une sonde (fournies par Visages).

Pour les séjours à ski de randonnée, il est impératif de pouvoir fixer vos skis sur le sac.

Privilégiez un sac léger, avec armature dorsale, bretelles et ceinture larges et confortables.

**Le bagage transporté entre les hébergements** (un seul bagage par personne et **15 kg par bagage maximum**) contient les affaires non utilisées pendant la journée.

Préférez un sac de voyage ou sac à dos et évitez les valises rigides.

### Indispensables

- Thermos (fortement conseillé) ou gourde isotherme, de contenance de 1 litre minimum. Pas de gourde en métal ou en plastique car les liquides gèlent
- Bol avec couvercle étanche (Tupperware) sauf pour les séjours avec guide de haute montagne (ski ou raquettes glaciaires)
- Gobelet ou timbale en plastique ou métal
- Cuillère et couteau de poche
- Drap-sac (couvertures fournies), serviette de toilette pour les séjours en gîte ou refuge. Pour les séjours en hôtel, draps et serviettes sont fournis

### Quelle que soit l'activité choisie, il est conseillé d'emporter :

- Lampe frontale
- Exemple : l'ultra légère Tikka de Petzl
- Couverture de survie (modèle renforcé)
  - Pharmacie personnelle
  - Quelques sacs plastiques pour protéger vos affaires en cas de neige ou un sur-sac étanche
  - Papier toilette
  - Jumelles et appareil photo (facultatifs)

### Dans une pochette étanche :

- Carte d'identité ou passeport.
- Quelques euros.
- Votre contrat d'assistance et une attestation d'assurance valable en montagne (assurance Visages ou autre).

## Equipement spécifique

- Skis de randonnée légers, équipés de fixations adaptées, avec lanières ou freins de sécurité, et avec une semelle entretenue (nourrie et fartée régulièrement).
- Fart type O-X-O .
- Peluches (peaux de phoques) **adaptées à la forme du ski** et pas trop usées **avec un encollage propre**.
- Couteaux adaptés aux fixations pour la neige très dure et la glace.
- Bâtons de ski (télescopiques ou non) avec des rondelles larges.

- Chaussures de ski de randonnée avec chaussons intérieurs amovibles et **semelles type Vibram**. En cas de location, testez-les et protégez efficacement les zones de frottement dès le jour du départ.
- Matériel individuel de sécurité : Un Arva (appareil de recherche de victimes d'avalanche), une pelle et une sonde.

**À noter: le matériel de sécurité (Arva/pelle/sonde) peut être prêté sans frais par Visages, sur demande. Bien le stipuler lors de votre inscription.**

**Pour ce séjour Visages fourni en plus :**

- un baudrier et un mousqueton de sécurité.
- une paire de crampons.

**Location de matériel technique**

Si vous souhaitez louer votre matériel technique, vous pouvez demander à votre conseiller en voyage de le réserver pour vous. Pensez à préciser votre taille et pointure. La location est à retirer et à régler directement au magasin, avant votre rendez-vous avec le guide. Les coordonnées du loueur seront précisées dans votre convocation de départ.

*Attention : Les tarifs varient selon les lieux de départ ! Compter pour un kit complet (ski, peaux, couteaux, bâtons et chaussures) entre 80€ et 115€ pour 3-4 jours et entre 120 et 240€ pour 5-6 jours.*

A Paris, notre partenaire La Haute Route : 33, bd Henri-IV, 75004 Paris - ☎ 01 42 72 38 43 / contact@lahauteroute.fr / lahauteroute.fr.

**Vos avantages**

- 1 magasin près de chez vous pour essayer le matériel avant le départ
- la mise à disposition du matériel (housses de transport si vous partez de Paris)
- les conseils d'un professionnel
- 10 % de remise sur la location et sur l'achat de tout matériel neuf (sur présentation du justificatif de votre séjour).

**À titre indicatif :**

	WE	3 à 5 jours	6 à 9 jours
Skis + peaux + couteaux + bâtons	55 €	80 €	110 €
Chaussures	20 €	30 €	50 €

*\* Une caution vous sera demandée sur place pour la location du matériel (chèque).*