



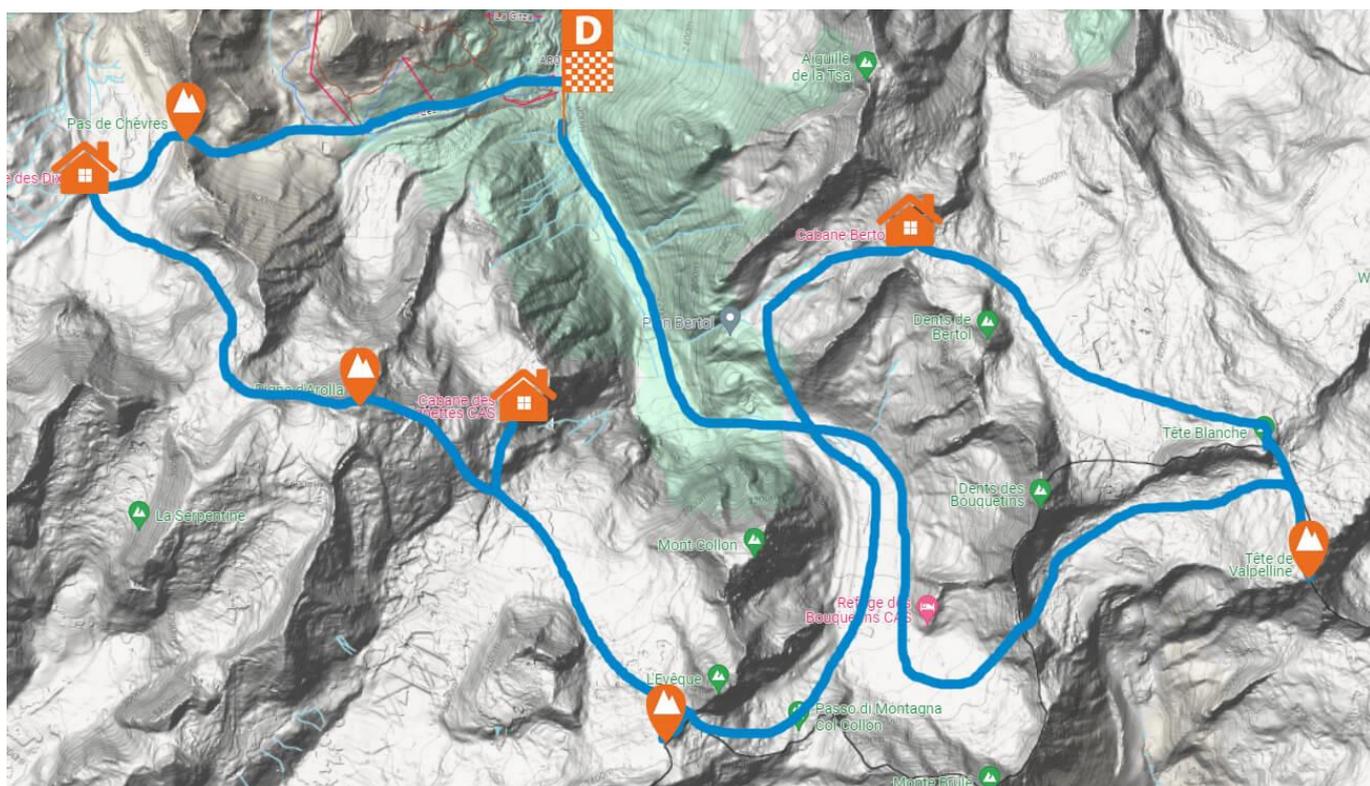
## AUTOUR D'AROLLA – 4J

### INFORMATIONS SUR L'ITINÉRAIRE

#### Présentation :

Ce raid est un petit morceau de la mythique haute route « Chamonix-Zermatt ». Nous évoluons dans un paysage résolument glaciaire. Nous dormons dans les cabanes perchées que sont les Vignettes et Bertol. Cabanes qui ont fait la réputation des refuges Suisses. Nous avons une vue imprenable sur le Cervin, la dent d'Hérens, Mont Collon, aiguille de la Tsa et la Dent blanche. Nous skions en altitude dans un des plus beaux cirques glaciaires qui nécessite une bonne expérience du ski de haute montagne.

#### Itinéraire :



## Au fil des jours :

### J 1 *Arolla – Cabane des Dix*

Départ d'Arolla (2 067m). On chausse les skis sur le front de neige en direction du pas de chèvres (2 855m) que l'on franchi encordé. On traverse le glacier de Cheillon (2 800m) pour la cabane des Dix (2 928m). Possibilité, les sacs légers de montée à la Luette (3 548m).

Nuit en refuge.

↗ 916m

↘ 55m

### J 2 *Cabane des Dix – Pigne d'Arolla – Cabane des Vignettes*

De la cabane des Dix (2 928m) nous descendons prendre pieds sur le glacier de Cheillon. Nous le remontons jusqu'à la Serpentine que nous traverserons peut-être en crampons. Une dernière montée nous conduit au Pigne d'Arolla (3 772m). Une descente soutenue nous conduit à la cabane des Vignettes (3 160m).

Nuit en refuge.

↗ 844m

↘ 612m

### J 3 *Cabane des Vignettes – Col de l'Evêque – Cabane de Bertol*

De la cabane des Vignettes (3 160m) nous descendons au col de Chermotane (3 037m). Nous mettons les peaux et montons au col de l'Evêque (3 382m) puis au sommet de la point d'Oren (3 520m). Nous descendons au col Collon (3 082m) puis jusqu'à la base de la pointe Kurz (3 498m). Nous descendons jusqu'à Plan Bertol. Une longue remontée nous amène à la cabane Bertol (3 268m).

Nuit en refuge.

↗ 1 194m

↘ 1 043m

### J 4 *Cabane de Bertol – Tête Blanche – Col de Valpelline – Tête de la Valpelline – Col du Mont Brulé – Arolla*

Nous descendons de la cabane de Bertol (3 311m) par son interminable et aérien escalier. Nous glissons jusqu'au col de Bertol (3 268m) où nous mettons les peaux. Nous remontons par le glacier du Mont Miné jusqu'à tête Blanche (3 707m). Du col de Valpelline (3 562m) nous montons à la tête de Valpelline (3 799m). Nous redescendons au col de Valpelline (3 562m) que nous traversons. Puis nous traversons le col du Mont Brulé (3 213m). Une longue et belle descente nous ramène à Arolla (2 067m).

↗ 530m

↘ 1 732m

*Ce programme sera respecté dans la mesure du possible. Néanmoins nous devons nous adapter aux aléas de la météo, des conditions de neige, de la montagne ainsi qu'au niveau physique et technique des participants. Aussi le guide peut être amené à modifier ce programme. Nous vous demandons de respecter ses décisions.*

## INFORMATIONS TECHNIQUES

### Activité :

- Ski de randonnée.
- Raid itinérant.

### Massif / Région / Pays :

- Alpes Peninnes / Valais / Suisse.

### Date & durée

- 4 jours – 3 nuits et 4 jours de ski.

### Dénivelés & altitudes max :



1 056 m



1 732 m



3 799 m

## Niveau :



Vous êtes capable de marcher entre 6 et 7 heures par jour et faire entre 1 000m et 1 200m de dénivelées maximum par jour.



Vous descendez aisément toutes les pistes noires avec un sac à dos entre 6 et 8kg. Vous avez une petite expérience en dehors des pistes.



Vous avez une première expérience en ski de randonnée.



Raid en itinérance sans retour dans la vallée,

Evolution en terrain glaciaire,

**En cas de niveau insuffisant, le guide pourra vous demander d'abrégé votre séjour afin de préserver le groupe.**

## Participants :

- Séjour confirmé à partir de 4 personnes
- 6 personnes maximum par guide.
- Skieurs uniquement. Les splitboards et les snowboarders en raquette ou en mini skis ne sont pas acceptés
- *Ce voyage n'est pas adapté aux personnes à mobilité réduite.*

3

## Hébergement :

En refuges gardés :



- **Cabane des Dix** : +41 27 281 15 23 ; <https://www.cabanesdix.com/>
- **Cabane des Vignettes** : +41 27 283 13 22 ; <http://www.cabanesvignettes.ch/>
- **Cabane Bertol** : +41 27 283 19 29 ; <http://www.bertol.ch/>

## Cartes et topos :

Pour rêver, imaginer par avance, consulter :

- Cartes Swisstopo : 283S Arolla (1/50 000°)

## Prix :

- **980€** par personne.
- **Vous êtes un groupe constitué, contactez moi.**

## INFORMATIONS GENERALES

### Organisation

- L'organisation du séjour est assurée par :  
My Monts et Merveille  
[contact@mymm.fr](mailto:contact@mymm.fr)  
+33(7) 86 42 23 01

### Encadrement

- L'encadrement du groupe pendant tout le séjour est assuré par Eric Pereira – Pars Ailleurs, guide de Haute Montagne UIAGM.
- En cas d'indisponibilité du guide de Haute Montagne, il pourra être remplacé par un autre guide diplômé UIAGM.

### Portage :

- Vous portez vos affaires pour la durée du raid, le matériel de sécurité personnel (DVA, pelle, sonde et baudrier), le matériel technique (crampons et piolet) votre boisson, votre pique-nique du midi ainsi que vos vivres de courses.

### Rendez-vous et Dispersion :

- Le point de rendez-vous est fixé à Arolla le premier jour à 10h.
- Le point de dispersion est fixé à Arolla en fin d'après-midi le dernier jour.
- Nous pourrions essayer d'organiser un covoiturage.

### **Le prix comprend :**

- Le prêt du matériel de sécurité individuel (DVA, Pelle, sonde et baudrier) et collectif.
- Les frais d'organisation et la coordination du séjour.
- L'hébergement tel que décrit.
- Les petits déjeuners du J 2 au J 4.
- Les pique-niques de midi du J 1 au J 4.
- Les repas du soir du J 1 au J 3.

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

- L'assurance annulation/interruption de séjour/perte de bagages et l'assistance.
- L'acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous.
- Le retour depuis le lieu de dispersion.
- Les boissons et dépenses personnelles.
- Tout ce qui n'est pas indiqué sous la rubrique "Le prix comprend".

## Liste du matériel :

### *Matériel technique*

- chaussures de ski,
- skis de randonnée,
- bâtons,
- peaux,
- couteaux,
- DVA,

### *Sac à dos*

- 1 sac à dos d'environ 40 litres,
- 1 lampe frontale avec piles neuves,
- 1 couverture de survie,

### *Vêtements*

- 1 paire de chaussettes chaudes,
- 1 paire de chaussettes chaudes de rechange,
- 1 pantalon type Gore Tex,
- Sous-vêtements bas de sport type Carline,
- Sous-vêtements bas de rechange,
- Sous-vêtements haut de sport type Carline,
- Sous-vêtements haut de rechange,
- pull en polaire ou primalof,

### *Divers*

- crème solaire haute protection,
- stick labial,
- trousse de secours individuelle contenant Compeed, Elastoplaste,
- 1 sac à viande léger pour la nuit,
- des boules Quiès,

### *Alimentation*

- quelques vivres de course,
- 1 thermos,

- Pelle et sonde,
- 1 piolet classique,
- Crampons,
- 1 baudrier,
- 1 longe avec mousqueton à vis,
- 1 mousqueton + 1 broche à glace,

- Veste coupe-vent avec capuche type Gore Tex,
- 1 paire de gants légers,
- 1 paire de gants chauds,
- 1 paire de moufle,
- 1 bonnet ou bandeau,
- 1 cagoule (passe montagne) ou un masque néoprène,
- 1 paire de lunettes catégorie 4,
- 1 masque,

Quelques souvenirs :

