

Ce stage de 4 jours se déroule en altitude au-dessus de Chamonix. Il permet en 4 jours d'apprendre quelques bases de l'alpinisme et de l'escalade en montagne : types d'encordement selon le terrain, évolution sur glacier crevassé, escalade facile avec ou sans crampons, cramponnage sur neige dure ou glace, rappel.

Rendez-vous à 7h30 sur le parvis du téléphérique de l'aiguille du Midi (Voiture au [parking du Grépon](https://goo.gl/maps/Lgd6Z3muJ8z)) :
<https://goo.gl/maps/Lgd6Z3muJ8z>

PROGRAMME AU JOUR LE JOUR

Jour 1 : Aiguille du Midi 3842 - Panoramic Mont-Blanc - Aiguille de Toule 3534 - rifugio Torino

Montée en téléphérique au sommet de l'Aiguille du Midi (3842 m). Si la télécabine Panoramic Mont-Blanc fonctionne, traversée en cabine jusqu'à la Pointe Helbronner (3462 m). *Si la télécabine, ne fonctionne pas, après la descente aérienne de l'arête de l'aiguille du Midi, randonnée glaciaire pour traverser la Vallée Blanche à pied, environ 3 heures.*

Après avoir déposé des affaires au refuge Torino, premiers exercices avec corde et crampons à l'Aiguille de Toule (3528 m) et au Petit Flambeau (3440 m). Apprentissage et pratique sur des terrains peu difficiles avec ascension d'un ou deux sommets à la vue remarquable. Nuit au refuge Torino (3375 m).

+/-500 m. 4 à 5 heures.

Jour 2 : Col de Rochefort 3387 - Aiguilles Marbrées 3535

Approche glaciaire facile pour se rapprocher du pied de la Dent du Géant. L'ascension des Aiguilles Marbrées (3535 m) présente une succession de passages rocheux peu difficiles mais aériens et en altitude. La descente du sommet par la même itinéraire est techniquement très intéressante ; la traversée complète des aiguilles est l'alternative, selon les conditions. Retour au refuge Torino.

Après une collation, poursuite de l'apprentissage et des exercices sur glacier dans les environs du col du Flambeau et du col du Géant. Nuit au refuge Torino (3375 m).

+/-500 m. 5 à 6 heures.

Jour 3 : Traversée de la Vallée Blanche - Aiguille du Midi 3842 - Plan de l'Aiguille 2207

Au petit matin, départ pour la traversée du Glacier du Géant et de la Vallée Blanche jusqu'au large plateau du col du Midi (3500 m). Selon la forme et les conditions, il est possible de gravir la Pointe Lachenal (3613 m) ou l'arête à Laurence qui domine la vallée de Chamonix. Puis il restera à gravir l'Aiguille du Midi par son arête vertigineuse sur quelques mètres.

Descente en téléphérique au Plan de l'Aiguille (2310 m), puis à pied jusqu'au refuge du Plan de l'Aiguille (2207 m). Nuit au refuge du Plan (douche possible).

- 300 m, + 750 m. 5 à 7 heures.

Jour 4 : Escalade granitique dans les Aiguilles de Chamonix

Le refuge du Plan domine la vallée de Chamonix. Il est au pied des Aiguilles de Chamonix, plus particulièrement de l'Aiguille du Peigne (3155 m). Le secteur présente de nombreuses voies d'escalade, typiques du style chamoniard en granite. Il est possible de découvrir cet univers des Aiguilles en parcourant des voies peu difficiles : soit la voie normale du Gendarme Rouge de l'Aiguille du Peigne (3078 m), soit la voie normale de l'Aiguille des Pèlerins (3318 m). Retour au Plan par le même itinéraire et descente à Chamonix en téléphérique.

Une alternative pour ce dernier jour est d'aller, depuis le refuge du Plan, sur le Glacier des Bossons, que l'on peut traverser jusqu'à la célèbre Jonction (2589 m)

Séparation à Chamonix en fin d'après-midi.

+/-800 à 1100 m. 6 à 9 heures

Le programme reste indicatif, le guide pourra être amené à le modifier en fonction de la forme effective des participants, des conditions de la montagne et des conditions météorologiques du moment. Lorsque la météo s'avère moins bonne que prévue, le séjour ne sera pas interrompu mais le programme sera adapté par le guide. Seul le guide encadrant le séjour est à même de décider de la réalisation et de la poursuite ou non du programme ou de l'ascension.

NIVEAU REQUIS Très bonne condition physique et excellente santé nécessaires pour réaliser des efforts pendant plusieurs heures en altitude. Une expérience préalable de l'altitude est souhaitable. Une expérience de la marche en crampons et de l'escalade est un avantage mais n'est pas indispensable.

ENCADREMENT par un guide de haute montagne | Maximum 2 personnes par guide

DATES : de juin à septembre

Tarifs par personne 2025

Avec un guide en privé

Le guide juste pour vous, vous choisissez vos dates

1696 € ar personne si vous êtes 2

2996 € seul avec le guide



INSCRIPTION en ligne www.alta-via.fr/form/0204 ou par mail.

Votre inscription à plus de 35 jours du départ doit être accompagnée d'un acompte de 30 % du montant total de l'inscription. Le solde devra être réglé au plus tard 35 jours avant la date de départ, sans rappel de notre part. Pour une inscription à moins de 35 jours du départ, le montant total du séjour devra être versé à l'inscription. Pour une inscription à moins de 15 jours du départ, le règlement sera réalisé par carte bancaire ou virement instantané.

Le prix comprend

- Encadrement par un guide de haute montagne
- Frais de remontées mécaniques indiquées au programme
- Demi-pensions et nuitées dans deux refuges de montagne
- Pique-niques ou collations de midi des jours 2 à 4

Le prix ne comprend pas

- Voyage aller et retour au lieu de rendez-vous
- Pique-nique du premier jour
- Boissons
- Frais de parking à Chamonix
- Tout ce qui ne figure pas dans « Le prix comprend ».

Frais à régler sur place par vous-même

- Pique-nique du premier jour
- Boissons
- Frais de parking à Chamonix

ASSURANCES à prévoir [Info Assurances](#)

Il est **fortement conseillé de posséder une assurance couvrant les frais d'annulation**. Il est **obligatoire d'être couvert en assistance, rapatriement, recherche et secours** pour participer à nos séjours et voyages : il appartient au participant de vérifier, en préalable à son inscription, les risques pour lesquels il est déjà couvert.

ASSURANCES PROPOSÉES PAR ALTA-VIA

- **Assistance - rapatriement - recherche et secours en montagne** : 1,5% du montant de l'inscription [PDF](#)
- **Assurance annulation** (pour causes graves seulement, ne couvre pas l'interruption de séjour) : 4,5% du montant de l'inscription [PDF](#)

ANNULATION / RÉOLUTION DU CONTRAT Le voyageur peut résoudre le contrat à tout moment avant le début du séjour, moyennant le paiement de frais de résolution prévus : www.alta-via.fr/cdv

FORMALITÉS ADMINISTRATIVES ET SANITAIRES Carte nationale d'identité ou passeport valide pour la durée du séjour.

[Informations pour la France](#)

Matériel utile et conseillé - Documents

Raid glaciaire - alpinisme d'été

Copyright © 2025 Alta-Via.fr - Tous droits réservés



Carte d'identité + Carte Vitale & Carte européenne de maladie (si concerné)	
Assurance assistance : téléphone et n° de contrat (si assurance hors Alta-Via)	
* = disponible en location (dans le kit classique et le kit élargi):	
* Chaussures de haute montagne semi-rigides	
* Crampons avec anti-bottes (adaptés et réglés aux chaussures de montagne)	
* Baudrier avec longe + mousqueton de sécurité	
* Piolet d'alpinisme	
* Casque d'alpinisme ou d'escalade	
** = disponible en location (dans le kit élargi):	
** Bâtons télescopiques de marche (1 ou 2)	
** Guêtres	
** Sac à dos environ 25-35 litres avec fixations pour le piolet	
** Lampe frontale (légère)	
Lunettes de glacier (classe 4 recommandée) + Masque de ski (pour les sommets à plus de 4000 mètres)	
Gros gants chauds imperméables + petits gants en fibre synthétique ou cuir	
Bonnet chaud + Tour de cou + Casquette ou bob	
Pantalon de montagne épais déperlant ou pantalon fin + collant	
Sur pantalon étanche au vent et à la pluie	
Pull-over chaud ou veste en fibre polaire ou veste soft-shell	
Veste doudoune fine et légère	
Veste fonctionnelle étanche à la pluie et au vent avec capuche enveloppante	
Tee-shirt ou chemise à manches longues technique et respirant	
Chaussettes de montagne techniques	
Crème solaire + Crème de protection pour les lèvres	
Bandes adhésives et éventuellement crème AKILEÏNE® Nok (prévention des ampoules) + Médicaments personnels	

Papier toilette, mouchoirs en papier, lingettes	
Gourde ou Thermos ou poche à eau (suivant froid et altitude)	
Vivres de course (barres de céréales, énergétiques ou chocolatées, fruits secs)	
Sac plastique pour protéger les effets dans le sac en cas de pluie	
Pour le refuge, un kit de toilette le plus léger possible : petite brosse à dent, mini tube dentifrice, serviette compacte en microfibres	
Drap-sac de couchage (existe en soie 110g, polyester 260g, coton 400g ou en laine 400g) pour dormir dans les couvertures ou couettes fournies dans les refuges	
Protection d'oreiller (un simple carré de tissu ou linge léger suffit, ou un pull/veste/tee-shirt)	
Sous-vêtements de rechange (à limiter pour raison de poids du sac)	