



Compagnie des Guides de Chamonix

190 place de l'église - 74400 Chamonix – France - Tél : + 33 (0)4 50 53 00 88

www.chamonix-guides.com - e-mail : info@chamonix-guides.com

ALPINISME - MON 1ER 4000 ADO

Durée : 5

Physique : ▲▲▲▲▲ Technique : ▲▲▲▲▲

A partir de : 1 200 €

Dans un cadre exceptionnel, vos adolescents vont vivre une expérience unique avec pour objectif l'ascension du Gran Paradiso, sommet emblématique de plus de 4 000 mètres. Ce séjour débute par 3 jours de randonnée itinérante dans le Parc National du Gran Paradiso, avant d'enchaîner sur l'ascension à proprement parler. Encadrés par des professionnels spécialisés dans l'accompagnement de jeunes en haute montagne, vos enfants profiteront d'un programme progressif permettant de réaliser l'ascension dans des conditions optimales. Il garantit une aventure inoubliable et formatrice, faite d'entraide, de solidarité, de respect et de dépassement de soi.

Pour répondre aux besoins de vos adolescents, ce séjour est encadré par deux professionnels de la montagne spécialisés dans les activités avec un public mineur. L'encadrement est complété par trois autres professionnels lors de l'ascension du Gran Paradiso. Ce séjour nécessite la pratique régulière d'un sport d'endurance et une expérience préalable en alpinisme. Il constitue ainsi la suite logique de [notre camp d'été pour adolescents](#), incluant une sortie sur le glacier du Tour.

ITINÉRAIRE

Jour 1

Thumel, Val de Rhêmes - Refuge Benevolo

Nous débutons notre séjour à Thumel, situé au bout de la vallée du Val de Rhêmes. La montée nous conduit à la moraine du glacier de Tsanteleina, où nous profitons d'une vue spectaculaire sur le cirque glaciaire environnant. En fin de journée, une petite descente nous mène au Refuge Benevolo, où nous passerons la nuit.

Dénivelé positif : 900m - Dénivelé négatif : 500 m - 8.5km

Jour 2

Refuge Benevolo - Refuge Savoia

La randonnée débute par une montée au Col Rosset (3 013 m d'altitude). De là, le paysage s'ouvre sur le Grand Paradis et les sommets environnants. La descente vers le Refuge Savoia traverse les magnifiques lacs Rosset, dont les eaux d'un bleu profond offrent un spectacle à couper le souffle.

Dénivelé positif : 800m - Dénivelé négatif : 550m - 10km

Jour 3

Refuge Savoia - Tetras Lyre

Nous explorons le vallon de la Dora del Nivolet, en suivant le cours d'eau et en croisant la faune alpine typique : marmottes, chamois et bouquetins. Après une montée jusqu'au Gran Collet (2 832 m), nous admirons les sommets majestueux du massif. Une descente nous conduit ensuite au refuge Tetras Lyre, où nous passerons la nuit. Accès aux bagages

Dénivelé positif : 500m - Dénivelé négatif : 1000m - 10km

Jour 4

Refuge Tetras Lyre - Refuge Vittorio Emanuele II

Accompagnés de deux guides de haute montagne, nous progressons vers le camp de base du Grand Paradis : le Refuge Vittorio Emanuele II. Si nous arrivons tôt au refuge, nous pourrions envisager une excursion jusqu'au refuge Chabot, un autre point de départ pour l'ascension. Quoi qu'il en soit, il faudra se reposer et bien se préparer pour le grand défi de demain.

Dénivelé positif : 750m - Dénivelé négatif : 0m - 4km

Jour 5

Ascension du Grand Paradis : Retour à Chamonix

Une journée dédiée à l'alpinisme avec l'ascension du Grand Paradis (4 061 m d'altitude). Après un réveil en pleine nuit, nous progressons à la lueur des lampes frontales pour atteindre le sommet. La descente se fait dans la matinée, et nous regagnons le refuge Tetras Lyre en début d'après-midi. Nous retournons ensuite à Chamonix dans la foulée.

Dénivelé positif : 1300m - Dénivelé négatif : 2100m - 14km

FORMULE COLLECTIVE

La formule collective associe plusieurs personnes qui ne se connaissent pas forcément. Elle permet pour un programme donné de profiter d'un tarif attractif à des dates fixes. Cette formule est idéale pour les personnes recherchant la convivialité d'un groupe.

Dates : Voir ci-dessous module de réservation en formule collective

Tarif 2025 : 1200€ - sur la base de 10 participants minimum

Ce prix comprend :

- l'organisation et l'encadrement par des accompagnateurs en montagne et des guides de haute montagne
- les demi-pensions en refuge en dortoir
- le prêt du matériel technique : crampons, piolet, casque, baudrier
- les pique-niques
- les transferts pendant le séjour

Ce prix ne comprend pas :

- les souvenirs et les boissons (prévoir des euros)
- l'assurance rapatriement (obligatoire)

INFOS PRATIQUES

Retrouvez dans cette rubrique l'ensemble des informations concernant cette activité. Pour des renseignements complémentaires, prenez contact avec notre conseiller (coordonnées ci-dessus)

Rendez-vous : Départ à 8h30 du bureau de la Compagnie des Guides, 190 Place de l'Eglise, 74400 Chamonix

Niveau physique - Ce camp ados comporte des randonnées sur sentier et sur glacier de 750m à 1300m de dénivelée positive pour 6h à 7h de marche en moyenne par jour. Les enfants doivent être sportifs, capables de respecter des consignes et de vivre en autonomie dans un groupe. Itinéraire de plusieurs jours consécutifs avec portage des affaires personnelles

Niveau technique - Pour randonneur expérimenté, capable d'évoluer sur des sentiers de montagne accidentés avec des blocs, de grandes marches, ou comportant des passages aériens. L'itinéraire sur glacier est peu raide et bien marqué mais nécessite une expérience préalable en alpinisme

Itinéraire : L'itinéraire peut être modifié à tout moment par le professionnel encadrant en fonction des conditions météorologiques et/ou du niveau technique et physique des participants

Encadrement : les professionnels qui encadrent vos enfants forment une équipe dédiée aux camps juniors. Le groupe est constitué de 10 à 12 enfants maximum, pour 2 accompagnateurs en montagne diplômés d'état. Des guides de haute montagne complètent l'encadrement pour l'ascension du Grand Paradis

Hébergements : 4 nuits en refuges en dortoir. **Accès aux bagages J4.**

Repas : les repas sont élaborés de manière équilibrée avec des produits frais et locaux, en tenant compte au maximum des préférences des jeunes

Formalités :

- Avoir entre 14 et 18 ans
- Passeport ou carte d'identité (en cours de validité).
- Assurance assistance-rapatriement obligatoire. L'assurance annulation est fortement conseillée. Vous pouvez souscrire à ces deux assurances au moment de votre inscription

Organisation : une réunion d'information vous est proposée la veille du départ à 18h00 dans nos bureaux

A l'attention du responsable légal du mineur inscrit : Le responsable légal est conscient du caractère sportif et à risque des activités proposées dans le cadre de cette prestation. Le non-respect des consignes de sécurité et des impératifs de niveau peut conduire à des accidents. Vous devez nous renvoyer remplis les formulaires : Autorisation parentale, Autorisation de sortie du territoire, Fiche sanitaire

ÉQUIPEMENT

Le poids est l'ennemi du randonneur, apportez un soin particulier au choix de votre équipement car il contribue grandement à la réussite de votre séjour.

Votre matériel

- Un sac à dos de 30L
- Un sac de voyage compact et solide, maximum 15 kg
- **Une paire de chaussures de randonnée montantes robustes**
- Une paire de bâtons télescopiques
- Un chapeau ou une casquette
- Un bonnet
- Des lunettes de soleil catégorie 4
- Des T-shirts respirant manches longues et courtes
- Une veste légère de type polaire
- Une veste chaude de type doudoune
- Une veste imperméable de type Gore-tex
- Une cape de pluie
- Un pantalon de randonnée
- Une paire de guêtre
- Un pantalon étanche de type Gore-tex
- Un short
- Une paire de gants légers
- Une paire de gants de ski
- Des chaussettes adaptées à la randonnée
- Une gourde de 2L mini
- Un couteau de poche et une fourchette de type spork
- Une lampe de poche ou frontale
- Crème solaire et stick à lèvres
- Un drap-sac
- Trousse de toilette, serviette, bouchons d'oreilles et papier toilette
- Pharmacie personnelle réduite : pansements seconde peau type Compeed, médicaments pour maux courants : diarrhée, constipation, maux de gorge, maux de tête, douleurs, allergies
- Pièce d'identité, argent pour vos dépenses personnelles
- Chaussures de rechange
- Tongs ou sandales pour les refuges sans accès aux bagages
- Vêtements de rechange à votre convenance

Nos Partenaires Location : Possibilité de louer votre matériel à des tarifs préférentiels auprès de nos magasins partenaires [Millet](#), [Ravanel & Co](#), [Sanglard Sports](#) & [Concept Pro Shop](#)

Nos Partenaires Equipement : [Millet](#), [Dynastar](#), [Julbo](#), [Grivel](#) & [Monnet](#)