



Massif du Mont Blanc

Tour du Mont Blanc

« l'incontournable...en 8 jours »



Départ et Arrivée : Chamonix



Effectif : 6 à 8 randonneurs



Tarif : à partir de 1310€ / personne

Du 05 au 12 juillet 2026

Le Tour du Mont Blanc, un GR emblématique au nom évocateur du programme qui vous attend. Faire le tour de ce massif, c'est partir à la rencontre des glaciers, des sommets mythiques de l'alpinisme et à la découverte des panoramas plus impressionnants les uns que les autres. C'est découvrir des paysages variés, de vallée en vallée et à travers 3 pays, la France, la Suisse et l'Italie. Mais c'est aussi voir la flore évoluer au fur et à mesure que vous gravissez les cols mythiques de ce Tour : le Grand Col Ferret (2537m), le Col de la Seigne (2515m), le Col des Fours (2665m) et le Col du Bonhomme (2329m).

C'est une version sur mesure que je vous propose, pour faire le TMB en 8 jours, avec quelques variantes pour sortir des sentiers battus. Je vous emmène découvrir la géomorphologie de ce massif atypique. Je vous donne des clés de lecture pour comprendre comment ont été façonnés ces reliefs. Je vous fais découvrir toute une flore spécifique et adaptée aux contraintes de la haute montagne. Enfin, je vous explique l'impact des dérèglements climatiques sur les écosystèmes de ce massif.

Vos bagages sont transportés chaque jour, de refuge en refuge, excepté les 2 derniers jours pour profiter du Refuge des Prés (un peu à l'écart du parcours traditionnel). A mi parcours, vous profitez d'une nuit en hôtel 2 étoiles pour un peu de confort salutaire. Un séjour construit dans un esprit montagne tout en garantissant un minimum de confort, où, vous, randonneurs expérimentés, vous trouverez votre bonheur.



5 à 9h de marche effective / jour



13 à 22 km / jour

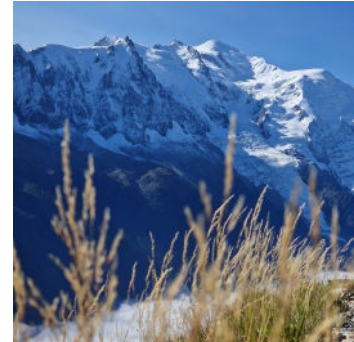
Dénivelé de +600m à 1400m /jour

Ce séjour sera commercialisé par NUNAM Aventures.

Programme :

Ce programme peut être modifié à tout moment en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques et techniques des participants.

En dernier ressort, l'accompagnateur en montagne reste le seul juge du parcours le plus adéquat.



Jour par jour :

Jour 1 : de Chamonix au Refuge CAF du Tour en passant par le Lac Blanc

Total : 12,5km / D+ 680m & D-1100m

Le rendez-vous est prévu à Chamonix, à l'auberge de Jeunesse à 8h. A noter que pour ce 1er jour, vous devez prévoir votre pique-nique.

Cette journée est un peu plus courte pour nous laisser le temps de nous retrouver et d'entrer en douceur dans ce trek. Nous prenons de la hauteur avec le téléphérique de la Flégère, d'où nous démarrons notre TMB direction le Lac Blanc (2352m) : l'un des plus beaux panoramas sur le Mont Blanc et ses glaciers. Nous passons par les lacs des Chésery (2211m).

La descente direction le Col des Montets se fait par un petit passage d'échelles puis suit le grand balcon sud. Nous rejoignons ensuite le village du Tour à pied.

Option possible : Aller-retour au lac de la Persévérance (+1,2km et 120m de dénivelé)

Hébergement : Refuge CAF du Tour

Jour 2 : du village du Tour à Trient (Suisse) en passant par le col des Posettes et les Tseppes

Total : 16km / D+ 1050m & D-1200m

En route vers la Suisse, nous prenons de la hauteur en passant par le balcon, avec en option l'Aiguillette des Posettes, puis le col éponyme (1997m). Nous franchissons la frontière via Catogne puis le Pas des Moutons. Cette itinéraire plus sauvage permet de profiter de la vue sur le barrage d'Emosson et ses sommets alentours tels que le Cheval Blanc (2311m), le Grand Ruan (3040m) ou encore la Tour Salière (3218m). Nous finissons la journée en Suisse, à travers les alpages jusqu'au joli village de Trient, offrant un beau panorama sur le glacier du Trient et la Fenêtre d'Arpette.

Une autre option est possible par le Col de Balme et la variante sauvage des Grands (19km & 1050 D+ - 1250m D-)

Hébergement : Auberge du Mont Blanc

Jour 3 : de Trient au Val d'Arpette en passant par l'alpage de Bovine

Total : 16km / D+ 1160m & D-800m

Nous rejoignons le col de la Forclaz. Un joli itinéraire en balcon avec une vue plongeante sur Martigny et le Valais, nous permet de rejoindre l'alpage de Bovine puis notre refuge à Arpette.

Hébergement : Relais d'Arpette

Programme : *suite*

Jour par jour :

Jour 4 : Du Relais d'Arpette au Refuge Elena en passant par le Petit et le Grand Col Ferret (2537m)

Total : 7 + 12km / D+ 1030m & D-1140m

Nous rejoignons le lac de Champex à pied puis le joli petit village d'Issert avec ses raccars pour prendre le taxi et effectuer un petit transfert jusqu'à la Fouly. De là, nous bifurquons dans la Combe des Fonds pour rejoindre le Petit Col Ferret (2459m) par un itinéraire plus sauvage moins fréquenté. Puis nous rejoignons le Grand Col Ferret (2537m) avec un court passage très escarpé. Le Grand Col Ferret marque la frontière entre la Suisse et l'Italie et c'est le Mont Dolent, juste au-dessus qui départage les 3 pays : France, Suisse et Italie.

Au Grand Col Ferret, nous profitons d'une vue panoramique sur des sommets mythiques des Alpes telles que les Grandes Jorasses (3825m). Puis, nous entamons une belle descente dans le Val Ferret Italien. De là, nous pouvons apercevoir notre itinéraire jusqu'au lendemain midi!

Hébergement : Refuge Elena (Italie)

Jour 5 : du Refuge Elena jusqu'à Courmayeur en passant par le Mont de la Saxe (2227m)

Total : 20,5km / D+ 790m & D-1550m

Du refuge Elena, nous rejoignons Arp Nouva puis le chemin en balcon. Nous rejoignons le Mont de la Saxe pour une magnifique traversée sur les hauteurs face au versant italien du massif du Mont Blanc avec vue sur les Grandes Jorasses, la Dent du Géant et enfin le Mont Blanc... Nous rejoignons le belvédère juste au-dessus du refuge Bertone où nous jouissons d'une vue plongeante sur Courmayeur. Puis nous entamons une longue descente jusqu'à Courmayeur. Une courte visite de la ville permet aussi de profiter d'une bonne glace avant de prendre le bus jusqu'à notre hôtel situé aux portes du Val Ferret italien.

Hébergement : Hôtel B&B Funivia ** et restaurant à La Palud

Jour 6 : du col de Checroul (1957m) au refuge des Mottets en passant par les balcons et le col de la Seigne (2515m)

Total : 19,5km / D+ 1160m & D-1230m

Après un petit transfert en bus puis téléphérique et télésiège, nous rejoignons le col de Checroul (1956m). De là, nous évoluons sur un chemin en balcon qui fait face au Mont Blanc et aux plus grands glaciers du versant italien : le glacier de Brenva et le glacier du Miage. Nous rejoignons le lac Combal qui offre sans aucun doute l'un des plus beaux panoramas du Mont Blanc avec la vue sur les Pyramides Calcaires. Nous rejoignons le Col de la Seigne (2515m) par des chemins de traverse. Ce col marque le retour en France et l'entrée dans le Beaufortain par la Vallée des Glaciers, sans conteste la plus sauvage de ce tour. De là, l'objectif du lendemain est visible : le col des Fours (2665m). Nous descendons vers les Mottets où nous faisons étape, pour une bonne soirée dans ce refuge "typiquement rustique", très accueillant et déconnectée (aucun réseau disponible).

Hébergement : Refuge des Mottets



Programme : *suite*

Jour par jour :

Jour 7 : du refuge des Mottets au Refuge des Près en passant par le Col des Fours (2665m)

Total : 16,8km / D+ 1190m & D-1120m (option +/- 90m et 1,5km avec la Tête Nord des Fours)

Pour cette avant dernière journée sans transfert de bagages, nous partons avec nos affaires pour 2 jours jusqu'au refuge des Près, plus isolé.

Nous descendons vers la Ville des Glaciers pour remonter via une variante du Tour du Mont Blanc jusqu'au col des Fours (2665m), le plus haut col de ce trek. De là, nous pouvons, en option et si la météo s'y prête faire un aller retour (+90m de dénivelé) jusqu'au belvédère de la tête Nord des Fours (2756). Nous entamons la descente jusqu'au col du Bonhomme et le Plan Jovet, avant de remonter jusqu'à notre refuge perché sur son promontoire. Si les conditions météo ne sont pas optimales, nous rejoindrons Les Chapieux en navette pour prendre l'itinéraire traditionnel par le Col de la Croix du Bonhomme.

Hébergement : Refuge des Près

Jour 8 : du refuge des Près au Téléphérique Bellevue via le Col du Tricot (2120m)

Total : 17km / D+ 1320m & D-1460m

Nous partons tôt pour une belle et longue dernière journée. Last but not least ! Nous marchons jusqu'à Notre Dame de la Gorge pour prendre la navette et rejoindre les Contamines Montjoie. De là, nous montons jusqu'aux Chalets du Truc et les Pâturages de Miage, sous les Dômes de Miage. De là, nous prenons la variante et entamons la belle montée jusqu'à l'incroyable Col du Tricot (2120m). Nous traversons sur l'impressionnante passerelle du torrent émissaire du glacier de Bionnassay. Nous terminons ce tour au téléphérique de Bellevue. Nous descendons sur les Houches pour une dernière photo bien méritée, à l'arche d'arrivée !

Nous prenons le bus pour rallier notre point de départ et retrouver nos bagages à l'Auberge de Jeunesse. Fin prévue vers 17h à l'Auberge de Jeunesse.



Infos pratiques :

Hébergement :

En refuge gardé et dortoir ou chambre tout les soirs.
Avec sanitaires et douches.

Nuit 1 : [Refuge CAF du Tour](#)

Nuit 2 : [Auberge du Mont Blanc](#)

Nuit 3 : [Refuge relais d'Arpette](#)

Nuit 4 : [Refuge Elena](#)

Nuit 5 : [Hôtel Funivia](#)

Nuit 6 : [Refuge des Mottets](#)

Nuit 7 : [Refuge des Près](#)



Infos pratiques :

Repas :

Vous devez prévoir votre pique-nique pour la première journée. Les pique-niques des jours suivants seront commandés et pris dans les refuges.

Les repas du soir seront pris dans les refuges ou restaurant.

Début et fin du séjour :

Le rdv est fixé à l'auberge de jeunesse de Chamonix le premier jour à 08h00, dépose des bagages, puis nous prenons une navette pour aller au départ du téléphérique de la Flégère. Vous pouvez réserver une première nuit à l'auberge de jeunesse la veille si vous le souhaitez.

Le retour sera au même endroit vers 17h, à l'auberge de jeunesse pour récupérer les bagages. Nous prendrons une navette depuis l'arrivée du téléphérique des Houches - Bellevue.

Accès :

En voiture : Accès à Chamonix par l'autoroute A40, depuis les grandes villes de Rhône-Alpes. Par la Suisse en passant par Martigny, col des Montets.

En train : Gare dans la ville de Chamonix

En covoiturage : Plus économique et écologique que de venir seul, c'est une alternative que je vous encourage à adopter. Dites-moi si cette solution vous intéresse...

Tarif : 1310€ tout compris*

Le prix comprend:

- L'encadrement par un accompagnateur en moyenne montagne,
- L'hébergement en refuge de montagne en demi-pension en dortoir,
- Les pique-niques,
- Les remontées mécaniques,
- Les transferts en navettes durant la journée,
- Le transport d'un bagage par personne (poids maximal 15kg),

Le prix ne comprend pas:

- Les consommations dans les refuges,
- Les assurances annulation et rapatriement,
- Le pique-nique du premier jour,
- Les en-cas pour la randonnée
- Tout ce qui n'est pas inscrit dans « le prix comprend »

Matériels randonnée pour la journée:

- Un sac à dos de 30l (minimum, qui peut le plus, peu le moins) avec sur-sac étanche. Il faut de la place pour le pique-nique,
- Un sac étanche (sac plastique) pour protéger vos affaires de l'humidité
- Lunettes de soleil
- Crème solaire et stick à lèvres
- Une casquette ou un chapeau
- Un bonnet et un buff (tour de cou)
- Une paire de gants légers
- Un tapis « cul-sec » pour le pique-nique
- Des mouchoirs voire papier toilette
- Un couteau de poche + cuillère/fourchette (Type spork)
- Une paire de chaussures de randonnée ou de trail en bon état avec semelle crantée
- Une paire de bâtons télescopiques
- Une gourde ou poche à eau de **1,5l minimum**
- En-cas pour grignoter
- Une couverture de survie
- Un pantalon de randonnée
- Un t-shirt manches courtes ou manches longues (textile technique)
- Chaussettes de randonnées techniques
- Une veste de pluie type Gore Tex **OBLIGATOIRE**
- Une cape de pluie selon météo annoncée
- Une doudoune légère
- Une couche intermédiaire type polaire

Accessoires + Affaires pour le séjour:

- Une lampe frontale
 - Un drap de soie
 - Une taie d'oreiller
 - Une tenue confortable pour le soir
 - Nécessaires de toilette
 - Une petite serviette de toilette
 - Des boules quies !
 - Une petite pharmacie personnelle (pansements double-peaux, paracétamol, élastoplaste 8cm...)
 - Argent en espèce, CB, Carte Vitale, Carte d'identité et contrat d'assurance
 - Boite Tupperware pour les pique-nique et couverts
- #### Vêtements sac refuge:
- Affaires de rechanges textile technique
 - Caleçon ou collant jambes longues
 - Maillot de bain (sauna)
 - Un sac « navette » pour aller dans le dortoir, bagage parfois non accepté (environ 15 litres,
 - Produit préventif pour les punaises de lit

