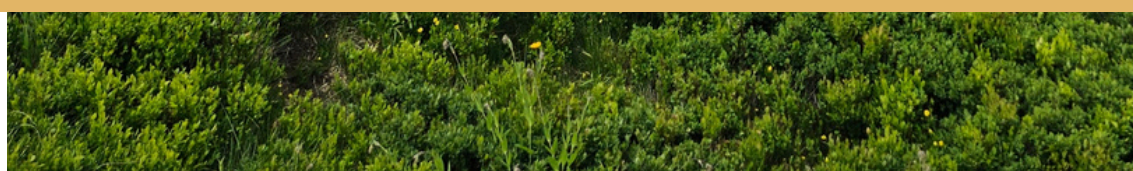
nunam aventures
créateurs d'émotions



TOUR DU MONT BLANC EN TRAIL

Carnet Nunam 2027





Sur les hauteurs du refuge Elena (Italie)

MASSIF DES ALPES
FRANCE

EN BREF

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).
Ici, c'est une version trail que je vous propose, des Houches jusqu'au Brévent pour faire l'intégrale du TMB, en 6 jours et partir à la découverte de belles variantes, loin des foules.

INFOS CLÉS

Voyage guidé, transferts privés, 6 jours de Trail

Groupe : 6 à 8 participants
Durée : 6 jours
Niveau : 4 (soutenu)

Séjour en itinérance, de refuge en refuge, trail, montagne

Code voyage:

VOUS ALLEZ AIMER

- La proximité avec les glaciers et les grands sommets
- Les variantes moins peuplée
- Le transfert de bagages 4 soirs sur 5
- Le défi personnel d'une itinérance en trail
- L'esprit bienveillant et collectif
- Le respect du rythme de chacun
- l'encadrement par une guide diplômée AeM & DU Trail



Nunam en Géorgie

Grand Col Ferret

AU FIL DES JOURS

J1 DES HOUCHES À LA RÉSERVE NATURELLE DES CONTAMINES

Repas inclus : dîner (prévoir son pique-nique
Hébergement : Refuge de Nant Borrant ou Refuge des Près
Transfert de bagage : pas de transfert de bagage le 1er soir au refuge

En trail : 21km / 1450m D+ & 1850m D-
Le rendez-vous est fixé à 7h45 au pied du télécabine du Bellevue au Houches. Nous laissons nos bagages de transfert au taxi puis nous embarquons dans le télécabine pour démarrer cette belle aventure trailée par un col mythique, le col du Tricot (2120m), au pied des célèbres Dôme du Goûter, Aiguille de Bionnassay et Dômes de Miage. Nous continuons à travers les combes glaciaires via le chemin en balcon préservé de la foule, jusqu'au Refuge de Tré-la-Tête (1969m). Nous redescendons au Pont de Nant Borrant pour rejoindre notre refuge.

J2 COL DU BONHOMME, COL DE LA SEIGNE & BALCON DE CHÉCROUI

Repas inclus : petit déjeuner, pique-nique, dîner
Hébergement : Refuge de Maison Vieille
Transfert de bagage : oui

En trail : 33km / 2450m D+ & 2000m D-
C'est une longue et belle journée qui nous attend. Nous partirons tôt pour éviter la foule et rallions le Col du Bonhomme (2329m) et son grand frère le Col de la Croix du Bonhomme (2479m). Si les conditions de neige le permettent nous montons au col des Fours (2665m) pour découvrir une variante sauvage et moins fréquentée. Il faudra sans doute prévoir les cramponnettes de trail (voir matériel). Si le passage n'était pas possible, nous descendrons aux Chapieux pour prendre une navette qui nous remontra jusqu'à la Ville des Glaciers (parcours trop long sinon). Après le refuge des Mottets, nous montons au col de la Seigne, frontière avec l'Italie, pour ensuite rallier le Balcon de Chécroui et profiter de panoramas incroyables sur le massif du Mont Blanc versant italien.

J3 COURMAYEUR, BALCON DU VAL FERRET ITALIEN & COL SAPIN

Repas inclus : petit déjeuner, pique-nique, dîner
Hébergement : Refuge Elena
Transfert de bagages : oui

En trail : 27km / 1800m D+ & 1700m D-
Nous quittons le balcon pour descendre sur Courmayeur. Le temps de traverser la ville et de prendre un pique-nique au Primeur (inclus dans le tarif), nous remontons sur le Refuge de Berthone puis le Mont de la Saxe qui fait face aux plus grands : Mont Blanc, Dent du Géant, Les Grandes Jorasses et leurs glaciers. Nous empruntons une variante plus intimiste par le Col Sapin (2436m) avant de rejoindre à nouveau le balcon et de rallier notre refuge.

J4 GRAND COL FERRET, VAL FERRET SUISSE & LAC DE CHAMPEX

Repas inclus : petit déjeuner, pique-nique, dîner
Hébergement : Gîte Bon Abri
Transfert de bagages : oui

En trail : 28km / 1150m D+ & 1800m D-
Après une nuit face aux glaciers, nous nous attaquons au Grand Col Ferret (2537m). Selon les conditions de neige, nous prendrons l'option par le petit Col Ferret pour éviter les foules. Sinon, nous descendons sur la Peule et restons en balcon jusqu'à Planpro, avant de rallier la Fouly et de poursuivre sur un itinéraire roulant et majoritairement descendant, dans le Val Ferret suisse.
Dernière difficulté de la journée, nous remontant jusqu'à Champex (1467m), profitons d'une pause au bord du lac, avant de continuer jusqu'à notre refuge.

J5 BOVINE, TRIENT, LES TSEPPES & LE COL DES POSETTES

Repas inclus : petit déjeuner, pique-nique, dîner
Hébergement : Refuge CAF du Tour
Transfert de bagages : oui

En Trail : 28km / 1850m D+ & 1870m D-
Il est peu probable que la variante par la fenêtre d'Arpette soit praticable à cette période de l'année mais nous verrons selon les conditions de neige. L'itinéraire normal rejoint l'alpage de Bovine sur les hauteurs du Valais et de Martigny. Un bel itinéraire en balcon nous permet de rejoindre Trient et son église rose. De là nous optons pour la variante des Tseppes, plus abrupte mais plus sauvage et intimiste, avec la vue sur le barrage d'Emosson. De l'alpage de Catogne (2040m), nous rejoignons le col des Posettes (1997m) et si le coeur "nous en dit" (et selon la météo aussi!), nous irons au sommet de l'Aiguillette des Posettes pour profiter d'un panorama incroyable sur le massif du Mont Blanc versant Nord. Une belle introduction à ce qui nous attend le lendemain!

J6 UN FINAL EN BEAUTÉ DU LAC BLANC AU BRÉVENT

Repas inclus : petit déjeuner, pique-nique,

En Trail : 20km / 1950m D+ & 900m D-

Une journée qui s'annonce technique à travers le massif des Aiguilles Rouge mais somptueuse si la météo est au rendez-vous ! Du Village du Tour, nous rallions le Col des Montets et entamons l'ascension jusqu'au Grand Balcon Sud. Lacs des Chéserys (2210m), Lac Blanc (2352m), il faut s'attendre à voir du monde : mais ça vaut quand même le détour ! Entre foule, technicité des chemins, montées étroites et échelles, nous n'évoluerons sans doute pas très vite. Il nous faudra partir tôt pour prendre le temps de prendre le temps.

La 2ème partie, du Lac Blanc au Brévent est également technique et peu roulante. L'évolution entre versant nord et versant sud, permet de profiter de panoramas incroyable sur le Massif du Mont Blanc comme sur celui des Fiz. Nous terminons en beauté au sommet du Brévent.
Nous descendons avec le télécabine jusqu'à la gare de Chamonix où nous récupérons notre bagage de transfert vers 17h30. Enfin, le bus nous ramènera à nos voitures garées à proximité des Houches. Fin vers 18h15.



DATES & BUDGET

DATES & PRIX

Du 3 au 8 juillet 2027 • 1160€ / personne

LE BUDGET EN DÉTAILS

Le prix comprend :

- L'hébergement des nuits de J1 à J6 (5 nuits)
- Les repas (petit-déjeuner, déjeuner, dîner) de J2 à J6, le dîner de J1
- La location du drap de sac en J1 (pas de transfert de bagages le 1er soir)
- Des compléments pique-nique et encas
- Les télécabines : Bellevue, Brévent
- La navette éventuelle aux Chapieux et le bus sur Chamonix
- La récupération, le stockage et le transfert des bagages de J1 à J6
- Les frais de création et d'organisation du séjour
- L'encadrement par une accompagnatrice en montagne diplômée d'État

Le prix ne comprend pas :

- L'assurance facultative annulation et/ou rapatriement, perte de bagages
- Les dépenses à caractère personnel (boissons, souvenirs, pourboires, etc.)
- Les barres énergétiques, en-cas, fruits secs, etc.
- Tout ce qui n'est pas inclus dans « Le prix comprend »

Vos dépenses sur place :

- Vos dépenses personnelles
- Les boissons

NIVEAU PHYSIQUE

Ce séjour est classé **« Niveau 4 : soutenu »** en raison de la distance et du dénivelé élevé de certaines journées, ceci parfois associé à un terrain plus ou moins technique.

Pour davantage de détails sur la signification du niveau physique chez Nunam Aventures, se référer à la page https://nunam-aventures.fr/echelle-de-niveau/

Le petit plus qui fait plaisir, pas de frais de dossier chez Nunam Aventures !

INFOS PRATIQUES

SUIVEZ LE GUIDE !



Carine ESBRI, accompagnatrice en montagne diplômée d'État, encadre ce séjour qu'elle a conçu après s'être rendu sur place pour faire une reconnaissance du terrain et vous proposer des itinéraires loin des foules.
Nunam Aventures assure l'organisation et le support administratif du séjour.

OÙ RETROUVE-T-ON NOTRE GUIDE ?

Carine vous donne rendez-vous au parking du télécabine de Bellevue à 7h45, le samedi 3 juillet 2027. Un co-voiturage pourra être organisé à partir du Centre Hospitalier des Alpes du Léman (CHAL) à l'entrée de la Vallée de l'Arve, pour limiter le nombre de voitures à garer aux Houches ou sur Chamonix.



COMBIEN SOMMES-NOUS ?

Le séjour est assuré pour un minimum de 6 personnes, et ne comptera pas plus de 8 personnes. Un petit groupe est privilégié dans tous les séjours organisés par Trek'in Alpes afin de garantir un niveau homogène et une certaine cohésion de groupe. Le lien humain au client reste un pilier fondamental.

OÙ DORMONS-NOUS ?

Nous dormirons en refuge en montagne et gîte, plus ou moins éloigné de la civilisation. La taille des dortoirs peut varier entre 4 et 8 personnes.

BON APPÉTIT !

La totalité des pique-nique serons commandés dans les refuges pour la journée du lendemain. Excepté en J3 où nous ferons une pause sur Courmayeur pour acheter un pique-nique dans un petit primeur (inclu dans le tarif). Prévoyez une boîte hermétique adaptée au transport dans un sac de trail. Les dinés seront pris dans les refuges et inclus dans le tarif.

POURBOIRES

Le versement d'un pourboire reste à votre libre appréciation. Il n'est pas obligatoire, mais très apprécié si vous avez été satisfait de votre séjour et des petites attentions portées par votre guide.



Massif du Mont Blanc, du Grand Balcon Sud

ÉQUIPEMENT

Il faut prévoir un sac de trail de 12L avec des sacs étanches pour protéger vos affaires. Vous devrez pouvoir mettre dans votre sac : une veste gore-tex voire un pentalon gore-tex, une petite couche chaude manche longue, peut-être gants & tour de cou, son pique-nique & encas, 2L d'eau, petite pharmacie avec couverture de survie, téléphone, sifflet, crème solaire, mouchoirs … et vos affaires de change et de toilette pour la 1ère nuit (car pas de transfert de bagages, à noter : le drap de sac sera loué au refuge, inclu dans le prix, pour éviter de le transporter)

- Poches à eau et flasques (1 avec filtre éventuellement) soit 2 L et pastilles micropur.
- Un ou plusieurs petits sacs étanches pour protéger vos affaires de l'humidité : Ziplock format moyen ou Sac étanche type Deuter.
- Une veste type gore-tex de trail & un surpantalon gore-tex
- Un pull polaire léger manche longue (= couche intermédiaire fine, pour le froid ou les pauses pique-nique)
- Des hauts à manches courtes et des manchettes voir quelques haut à manches longues légers (selon météo)
- Un collant long à prévoir selon la météo (en plus des shorts ou corsaires)
- Une casquette, une paire de lunettes de soleil
- Un bonnet léger, une paire de gants légers (type gant sous gants), des tours de cou (qui peuvent servir de bandeau ou de tour de cou) selon météo
- 2 paires de chaussures de trail (pour pouvoir alterner en cas d'ampoule, de chaussures mouillées, de problème sur une paire!).
- A définir au dernier moment : des cramponnettes de trail pour le J2
- 1 paire de bâtons de trail (et de quoi les transporter quand on ne les utilise pas : ceinture ou carquois)
- Crème solaire & Petite pharmacie personnelle avec pansements double-peaux, crème anti-échauffement et bande de contention (entorse), une couverture de survie, mouchoirs
- Un sifflet (souvent sur le sac)
- Tuperware étanche & couverts pour le pique-nique (avec un ziplock pour protéger le tout)
- Votre pièce d'identité,
- Prévoyez également un peu de monnaie ou carte bancaire, pour les petites pauses café!!

POUR LE CHANGE (TRANSFERT DE BAGAGE)

- Un sac de transfert de maxi 10kg
- Un drap de sac (il y a des couvertures dans les dortoirs) & une taie d'oreiller *****
- Une petite serviette de toilette et nécessaire de toilette*****
- Une lampe frontale & des boule-quies***** (dortoirs!)
- Une tenue confortable pour le soir,
- Un petit sac en tissus pour transporter des affaires de change (du lieu de stockage du bagage aux dortoirs)
- Des chaussettes de contention de récupération,
- De la crème anti-échauffement, du strap (entorse) et petit nécessaire pour ampoules,
- Argent en monnaie, CB, Carte Vitale, carte d'identité et contrat d'assistance

NB : Cette liste est donnée à titre indicatif, et doit être adaptée en fonction des conditions météorologiques annoncées, mais aussi de vos besoins personnels. Vous devez préparer votre bagage dans un esprit de limitation en quantité et volume, mais aussi de protection face aux intempéries.

ASSURANCE VOYAGE

PROTÉGEZ VOTRE AVENTURE AVEC NOUS !

Chez **Nunam Aventures**, nous savons qu'un voyage doit rimer avec détente, découverte et plaisir. Mais pour que votre séjour soit vraiment sans soucis, mieux vaut être bien préparé, peu importe où vous allez ! C'est là qu'intervient notre **assurance voyage** : un petit coup de pouce pour voyager l'esprit léger.

POURQUOI SOUSCRIRE UNE ASSURANCE VOYAGE ?

Imaginez ceci : vous êtes sur le point de partir en vacances. Vos billets sont réservés, vos valises prêtes, et votre programme est millimétré. Mais soudain, un imprévu arrive : un accident, une maladie... C'est là que l'assurance entre en jeu ! Avec notre assurance voyage, vous êtes couvert pour une multitude de situations qui pourraient perturber votre voyage. Finies les inquiétudes : on s'occupe des galères, et vous, vous profitez de chaque instant !

NOTRE FORMULE D'ASSURANCE VOYAGE

pour vous protéger en toutes circonstances des risques inhérents à nos voyages et aux activités pratiquées, ce contrat est parfaitement adapté aux voyages d'aventure.

Nos principales garanties :

- L'assurance annulation toute cause justifiée quelle qu'elle soit, constituant un obstacle immédiat, réel et sérieux (Covid 19 inclus),
- L'assistance rapatriement voyage,
- Les frais d'interruption de séjour ou d'activité sportives,
- Départ ou retour impossible,
- L'assurance bagages (y compris retard de livraison),
- L'assistance aux personnes et rapatriement : frais médicaux et/ou d'hospitalisation à l'étranger (Covid inclus).

LES AVANTAGES DE SOUSCRIRE CHEZ NOUS

• Annulation toute cause justifiée quel qu'elle soit, constituant un obstacle immédiat, réel et sérieux (Covid 19 inclus).
• Assistance 24/7 : peu importe où vous êtes dans le monde, notre service d'assistance est là, prêt à vous aider à n'importe quelle heure.
• Sans prise de tête : vous pouvez souscrire directement lors de la réservation de votre voyage.
• Des garanties solides : nous travaillons avec des partenaires de confiance, leaders dans le domaine des assurances voyages.

COMMENT SOUSCRIRE ?

Souscrire à l'une de nos assurances voyage est ultra simple ! Lors de votre réservation, il vous suffit de sélectionner l'assurance. Vous avez aussi la possibilité de passer un coup de fil à notre équipe qui saura vous guider selon vos besoins.

QUESTIONS FRÉQUENTES

• Dois-je souscrire une assurance si je pars en Europe ?
Oui ! Même si la carte européenne d'assurance maladie **(à demander !)** peut couvrir certains frais médicaux, elle ne remplace pas une assurance voyage complète. L'assurance que nous proposons vous offre une couverture bien plus large, y compris l'annulation, le rapatriement, et bien plus encore.

• Et si je décide d'annuler mon voyage ?
Vous êtes couvert pour des raisons justifiées, comme une maladie, un accident ou un événement soudain empêchant la réalisation de votre voyage.

• L'assurance couvre-t-elle le COVID-19 ?
Oui, incluant les frais médicaux et le rapatriement, si nécessaire.

BESOIN D'AIDE ?

Notre équipe est à votre disposition pour vous aider. Contactez-nous par téléphone ou par e-mail. Parce que chez **Nunam Aventures**, votre voyage, c'est notre priorité.

contact@nunam-aventures.fr
Tel : +33 (0)6 29 88 25 05



Nunam Aventures **www.nunam-aventures.fr**

SAS, capital 8000€, siège social : 40 rue des Pierailles, 73230 Verel Pragondran
RCS/SIREN Chambéry 931051916
N° d'immatriculation Atout france IM073240016, Garantie financière : APST
Assurance Responsabilité Civile et Professionnelle : Hiscox SA - Numéro de contrat : 03511735

#nunamaventures
contact@nunam-aventures.fr

Collectif de guides
producteurs de voyages d'aventure