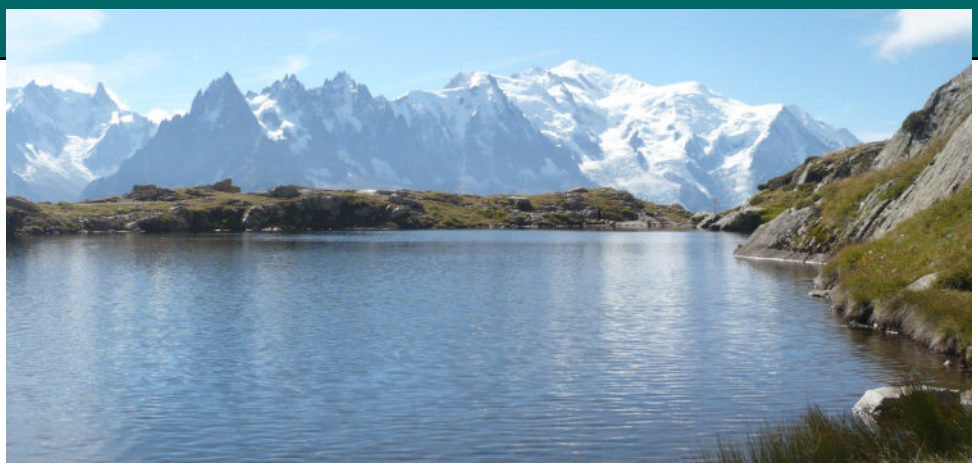


Massif du Mont Blanc

Tour du Mont Blanc Gazelles

« l'intégrale...en 8 jours »

Départ et Arrivée : Chamonix

Effectif : 8 à 10 randonneuses

Tarif : à partir de 1250€ / personne

Du 26 juillet au 02 aout 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 l'intégralité du tour du Mont Blanc en 8 jours, un challenge à la porté de randonneurs et randonneuses en bonnes conditions physiques.

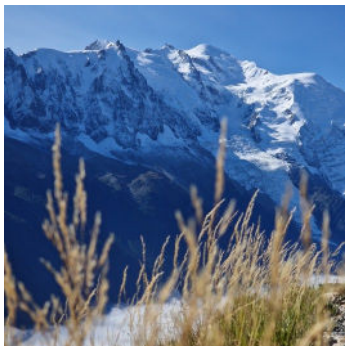
A mi parcours, vous profitez d'une nuit en hôtel 4 étoiles pour un peu de confort salutaire. Un séjour construit dans un esprit montagne tout en garantissant un minimum de confort, où, vous, randonneurs expérimentés, vous trouverez votre bonheur.

5 à 9h de marche effective / jour

15 à 24 km / jour
Dénivelé de +950m à 1400m /jour

Ce séjour sera commercialisé par NUNAM Aventure

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 : Premier jour, première variante

Le rendez-vous est prévu à la Flégère, puis nous prenons une navette pour nous rendre aux Houches. A noter que pour ce 1er jour, vous devez prévoir votre pique-nique.
Cette journée commence par une première montée que nous allons effectuer en téléphérique afin de nous épargner quelques précieuses centaines de mètres de dénivelé.
Du haut des Houches nous nous dirigerons vers le sud en traversant la passerelle de Bionnassay, puis le Col du Tricot, le chalet du Truc pour nous rendre aux Contamines. Une dernière remonter vers l'authentique refuge de Tré la Tête où nous passerons la nuit.

Montée : 1300m
Descente : 1150m
Hébergement : Refuge
Marche: 16km, 6h30 environ

Jour 2 : Direction le Beaufortain

Au programme du jour, trois cols : Le Bonhomme, La croix du Bonhomme et le col des Fours qui culmine à 2665m. Départ à la fraiche, on commence par descendre pour rejoindre la voie romaine qui nous mèneras vers une longue ascension des deux cols du Bonhomme.
Un dernier effort et nous sommes au col des Fours où nous aurons la chance de quitter le monde ultra connecté pour les prochaines 24h. Place à la descente vers la Ville des Glaciers pour rejoindre le refuge des Mottets. Une belle soirée en perspective dans ce refuge que j'affectionne particulièrement.

Montée : 1350m
Descente : 1450m
Hébergement : Refuge
Marche: 17km, 7h environ

Jour 3 : En route vers l'Italie

De bon matin la montée au col de la Seigne pour nous réveiller , à la fraîche. Une fois le col passé, on entamme la descente vers le Refuge Elisabetta, au Cœur du Val Veny. La vue le glacier du Miage est exceptionnelle. Après avoir rejoint le Lac Combal une deuxième montée de 400m nous attends, pour rejoindre le sentier en balcon au dessus du Val veny. Une longue descente et nous voilà à Courmayeur.

Montée : *1120m*
Descente :*1800m*
Hébergement : Hotel
Marche: 23km, 8h environ

Programme : *suite*

Jour par jour :

Jour 4 : Balcon du Val Ferret Italien

Après cette nuit à l'hôtel à Courmayeur, nous partons pour une jolie étape sur les hauteurs du val Ferret italien.
Une première montée jusqu'à Bertonne, pour rejoindre le balcon supérieur en face des Grandes Jorasses.
Magnifique sentier avec une vue imprenable sur les sommets de la chaîne du Mont Blanc.

Montée : 1450m

Descente : 600m

Hébergement : Refuge

Marche: 20km, 6h environ

Jour 5 : De l'Italie à la Suisse

Départ tôt pour faire cette double étape. Première partie de journée consacrée à la traversée du Grand Col Ferret et du Petit Col Ferret, puis la descente vers la Fouly. La deuxième partie de journée consiste à effectuer l'étape nous menant jusqu'à Champex.
Une dernière courte montée nous mènera jusqu'au relai d'arpette, où nous passons la nuit.

Montée : 1000m

Descente : 1600m

Hébergement : Refuge

Marche: 25km, 9h environ

Jour 6 : La fenêtre d'arpette ou l'alpage de Bovine

L'hébergement du relai d'arpette est idéalement situé pour en suite effectuer la variante du TMB par le fenêtre d'arpette. Nous prendrons la décision de faire cette variante ou passer par l'alpage de Bovine en fonction de l'état de forme physique du groupe et de la météo prévu pour cette journée.
Dans les deux itinéraires c'est une belle étape. La fenêtre d'arpette est très minérale avec une ascension dans de gros bloc de roche pour ensuite basculer sur le vallon de Trient et son glacier.
L'alpage de Bovine à une vue imprenable sur le Valais et Martigny.

Montée : 1100m

Descente : 1370m

Hébergement : Refuge

Marche: 13 km, 7h environ

Programme : *suite*

Jour par jour :

Jour 7 : Retour en France, vallée de Chamonix

Une ascension matinale par les Tseppes et Catogne, nous mènera sur les hauteur de Trient pour rejoindre le col de la Croix de fer et le Col de Balme qui marque la frontière entre la Suisse et la France. L'occasion de faire une petite pause au refuge du col de Balme puis nous prendrons la variante de l'Aiguillette des Posettes pour descendre à Montroc.

Montée : 1200m

Descente : 1000m

Hébergement : Refuge

Marche: 15km, 6h environ

Jour 8 : Du col des Montets au Brévent

Nous partirons tôt pour cette dernière étape. Une des plus belle, la balccon supérieur du Mont Blanc. On longue traversée des aiguilles rouges en passant par les Lacs des Chesersy et le Lac Blanc. On reste sur le haut du massif pour rejoindre les cols de la Glière et du Lac Cornu, pour en suite redescendre à Planpraz. Nous effectuerons la dernière descente en téléphérique pour rejoindre Chamonix

Montée : 1400m

Descente : 8000m

Marche: 16km, 7h environ

Infos pratiques :

Hébergement :

En refuge gardé et dortoir ou chambre tout les soirs.
Une nuit en hotêl.
Avec sanitaires et douches.

Nuit 1 : Refuge de Tré La Tête
Nuit 2 : Refuge des Motets
Nuit 3 : Hotel IH Courmayeur
Nuit 4 : Refuge Elena
Nuit 5 : Relai d'arpette
Nuit 6 : Auberge du Mont Blanc
Nuit 7 : Auberge de la Boerne

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 rdvs est fixé sur la parking de la Flégère à Chamonix à 8h00, puis nous prenons une navette pour nous rendre aux Houches. Le retour sera au même endroit vers 17h.

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 : 1250€ 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,

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 40l (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
- Short
- 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'assistance