

L'INCONTOURNABLE TOUR DU MONT-BLANC

Avec son cheminement à travers de nombreuses vallées, ses passages panoramiques à proximité des glaciers et des sommets culminant des Alpes : le tour du Mont Blanc est un trek d'exception.

En faire le tour, c'est découvrir un univers incomparable, celui de la haute montagne et du spectacle saisissant des glaciers tout proches. De la vallée de Chamonix à celle de Courmayeur, de la fenêtre d'Arpette au Val Ferret sauvage, le long des versants suisse, italien et français, le chemin s'aventure entre alpages, glaciers et pics, franchissant cols et vallées. L'étonnant théâtre de la nature sort le grand jeu.

Après un rendez-vous à la gare de Chamonix et un transport collectif pour rejoindre le village des Houches, nous commençons ce séjour sur les balcons de Saint Gervais, ce qui nous conduit au bout du Val Montjoie, d'où nous découvrons le village des Contamines. Nous montons par la voie romaine, au cœur de la réserve naturelle des Contamines-Montjoie. Passage par le col du Bonhomme (2439m), col fréquenté par les colporteurs depuis très longtemps... comme le col de la Seigne (2516 m) à la frontière franco-italienne.

Du val Ferret italien, nous passons dans le val Ferret suisse par le grand col Ferret (2537 m) : vue sur le Dolent (3823 m), sommet à l'intersection des 3 frontières. Des vaches d'Hérens carillonnant à l'entrée des villages, un style d'habitat ancien, des géraniums croulant aux fenêtres, ce passage en Suisse ne nous laisse pas insensible à la nature.

Nous terminons cette aventure par le panorama majestueux du balcon de Chamonix dans la réserves des Aiguilles Rouges : admirez le Mont Blanc qui se mire dans le lac Blanc, écrin d'altitude pour notre joyau !

 Région	Alpes du nord
 Activité	Rejoindre un groupe Trekking
 Durée	7 jours
 Groupe	5 à 12 personnes
 Code	FTOU
 Prix	A partir de 950 €
 Niveau	4/5
 Confort	3/5
 Langue(s)	français / anglais

PROGRAMME

📍 Jour 1 Les Houches - Les Contamines-Montjoie



Le rendez-vous est donné à 9h devant la gare SNCF de Chamonix-Mont-Blanc.

En train ou bus nous rejoignons le téléphérique de Bellevue au village des Houches, à l'entrée de la vallée de Chamonix. Du sommet du téléphérique, magnifique vue panoramique sur le massif du Mont Blanc, les Aiguilles Rouges, la chaîne des Fiz et les Aravis. Notre randonnée commence en balcon à 1800m et nous mène au pied du glacier de Bionnassay avant de descendre sur les Contamines-Montjoie. Passage par le col du Tricot à 2120m si les conditions le permettent.

Dénivelé+ : Environ 670 | Dénivelé- : Environ 1300 | Altitude Max : 2120m | Hébergement : Gîte

📍 Jour 2 Contamines- Montjoie - Vallée des Glaciers



Nous quittons notre hébergement pour rejoindre notre Dame de la Gorge, haut lieu du romantisme baroque. Une longue montée nous mène jusqu'au col du Bonhomme (2329m). Ce col est foulé depuis des lustres par des bergers et leurs troupeaux, des armées et soldats, des pèlerins, des colporteurs et des randonneurs du tour du Mont Blanc. La vue s'ouvre alors sur le Beaufortain à nos pieds. Montée possible jusqu'au col des Fours (2665m), puis descente dans les alpages au milieu des vaches de races tarine et abondance. Le lait de ces vaches nous gâte par la variété de leurs fromages, notamment le Beaufort et l'Abondance que nous goûterons sans aucun doute durant la semaine.

Dénivelé+ : environ 1350 à 1550 | Dénivelé- : Environ 800 | Altitude Max : 2665m | Hébergement : Refuge

📍 Jour 3 Vallée des Glaciers - Val Veny



Nous franchissons aujourd'hui notre première frontière entre la France et l'Italie, au col de la Seigne (2516m) : fréquenté depuis l'Antiquité, il est marqué par un gros cairn et se trouve placé sur la ligne de partage des eaux de la Méditerranée et de l'Adriatique. Le spectacle est renversant : une palette de sommets enneigés se découpent sur le versant italien du Mont Blanc. Nous entrons dans le Val Veny et les vallées d'Aoste s'offrent à nos yeux. Nous nous arrêtons cette nuit au refuge Monte Bianco au pied du glacier de la Brenva, sous l'impressionnante aiguille 'Noire de Peuterey'.

Dénivelé+ : Environ 1000 | Dénivelé- : Environ 1150 | Altitude Max : 2516m | Hébergement : Refuge

📍 Jour 4 Val Veny - Courmayeur - Refuge Val Ferret



Nous descendons ce matin sur Courmayeur, le temps de savourer une petite glace avant de continuer notre randonnée qui remonte le val Ferret italien sous l'ombre des impressionnantes Grandes Jorasses. Après La Vachey, nous rejoignons le refuge Walter Bonatti (sans aucun doute le plus grand alpiniste italien de l'histoire) à 2025 mètres pour notre dernière nuit du côté italien. Pas de sac cette nuit là, les véhicules ne montent pas jusqu'au refuge afin de mieux apprécier la nature à l'état vrai. Ce passage dans le Val Ferret ne vous laissera pas insensible sur l'histoire de nos grands guides...

Dénivelé+ : Environ 860 | Dénivelé- : Environ 450 | Altitude Max : 2025m | Hébergement : Refuge

📍 Jour 5 **Refuge Bonatti - Grand col Ferret - Champex**



Nous poursuivons aujourd'hui notre montée vers le haut du val Ferret italien pour rejoindre le grand col Ferret qui fait la frontière entre l'Italie et la Suisse. Nous marchons en admirant le glacier du Pré-de-Bar, pendant que le mont Dolent nous observe : il est le point de rencontre des trois frontières France, Suisse et Italie. Le col est un passage utilisé depuis l'Antiquité entre le val d'Aoste et le canton du Valais. A la descente, nous rencontrerons les alpagistes de la Peule. Pourquoi ne pas en profiter pour s'arrêter et déguster des produits régionaux? Cela peut s'avérer intéressant pour reprendre des forces... Depuis le village de Ferret, transfert en bus locaux via Orsières jusqu'au charmant village de Champex, au bord d'un joli lac de montagne.

Dénivelé+ : environ 850 | Dénivelé- : Environ 1150 | Altitude Max : 2537m | Hébergement : Gîte

📍 Jour 6 **Champex - Trient - Argentière**



Nous quittons Champex pour attaquer la montée qui nous emmène jusqu'aux alpages de Bovine, au milieu des vaches d'Hérens, ces belles noires qui font la fierté des valaisans. Ce sentier en balcon avec vue panoramique embrasse la vallée du Rhône et le coude du Rhône coté suisse ainsi que le massif des grands Combins au Sud-Est. Descente par une jolie forêt qui nous mène au col de la Forclaz. Puis, par le chemin des Bisses (terme valaisan désignant un canal d'amenée d'eau taillé dans le roc ou le bois), nous rejoignons le village de Trient. De là, un transfert privé nous emmène à Argentière via le col des Montets.

Dénivelé+ : environ 850 | Dénivelé- : Environ 850 | Altitude Max : 1987m | Hébergement : Gîte

📍 Jour 7 **Argentière - Lac Blanc - Chamonix**



Pour cette dernière journée nous allons découvrir le massif et la réserve des Aiguilles Rouges qui font face au mont Blanc. Montée jusqu'aux lacs de Chéserys puis au lac Blanc d'où le panorama est à couper le souffle. Descente par un sentier en balcon via la Flégère et le Brévent puis descente sur Chamonix où notre séjour se termine.

Dénivelé+ : Environ 1150 | Dénivelé- : Environ 1400 | Altitude Max : 2355m

Important:

Les itinéraires peuvent être modifiés en fonction des conditions météorologiques ou du niveau de condition physique des participants. En dernier ressort, l'accompagnateur reste seul juge du programme qu'il peut adapter en fonction des différents impératifs pouvant se présenter.

DATES & PRIX

Départs pour les groupes parlant français :

Du	Au	Prix par personne	Garanti	Inscription
17/06/2024	23/06/2024	990 €	Oui	
24/06/2024	30/06/2024	990 €	Oui	
01/07/2024	07/07/2024	990 €	Oui	
08/07/2024	14/07/2024	990 €	Oui	
15/07/2024	21/07/2024	990 €	Oui	
16/07/2024	22/07/2024	990 €	Oui	
29/07/2024	04/08/2024	1 040 €	Oui	
05/08/2024	11/08/2024	1 040 €	Oui	
19/08/2024	25/08/2024	1 040 €	Oui	
26/08/2024	01/09/2024	1 040 €	Oui	
02/09/2024	08/09/2024	990 €	Oui	
09/09/2024	15/09/2024	990 €	Oui	

Départs internationaux :

Pas de départ pour l'instant

Code voyage: FTOU

Le prix comprend

- L'organisation technique du séjour
- L'encadrement par un accompagnateur en montagne
- Le transport des bagages (sauf J4 au refuge Bonatti où les transferts bagages sont impossibles)
- L'hébergement en gîtes, auberges, refuges
- L'ensemble des demi-pensions et pique-niques
- Les transferts prévus au programme (train ou bus)
- Le téléphérique de Bellevue aux Houches

Le prix ne comprend pas

- Les transferts jusqu'à et depuis Chamonix notre point de rendez-vous
- Les frais d'inscription (18€ par personne)
- Les vivres de course (snacks : barres de céréales, fruits secs, etc.)
- L'assurance
- Les boissons et dépenses personnelles dans les refuges
- Le téléphérique de la Flégère selon le programme effectué

A payer sur place :

- Les boissons.
- Les dépenses personnelles.

Vols internationaux

Nous pouvons prévoir votre vol à destination de Genève quelque soit votre ville de départ.

Nous pouvons également prévoir un transfert Genève Chamonix et Chamonix Genève pour faciliter votre arrivée sur place.

Conditions de paiement et d'annulation

Inscription

L'inscription à l'une de nos activités ou voyage implique l'acceptation des conditions générales de vente. Chaque client doit remplir un bulletin d'inscription. L'inscription n'est acceptée qu'avec le versement d'un acompte représentant 30% du montant total du voyage et dans la mesure des places disponibles. Si l'inscription se fait à moins de 30 jours du départ, le prix total du voyage devra être réglé dès l'inscription. Vous pouvez effectuer votre paiement par virement bancaire (SWIFT/IBAN) ou par carte bleue directement sur le site (à paraître prochainement). Une confirmation d'inscription vous sera envoyée par mail dans les plus brefs délais.

Facturation

Une fois votre réservation enregistrée, nous vous envoyons par mail votre facture. Le solde doit nous parvenir au moins 30 jours avant votre date d'arrivée. Si le solde du voyage ne nous est pas parvenu dans ces délais, Altaï France se réserve le droit d'annuler la réservation sans indemnité.

Annulation

Conditions et frais d'annulation :

Si, pour quelque raison que ce soit, vous devez annuler votre voyage, les sommes que vous avez versées vous seront remboursées sous réserve des retenues suivantes :

Si le désistement a lieu :

- Plus de 30 jours avant le départ, une somme forfaitaire de 50€ par personne sera retenue
- De 30 à 21 jours avant le départ, le montant de l'acompte versé sera retenu (soit 30% du montant total du dossier)
- De 20 à 14 jours avant le départ, 50% du montant total du dossier sera retenu
- De 13 à 7 jours avant le départ, 75% du montant total du dossier sera retenu
- Moins de 7 jours avant le départ, 100% du montant total du dossier sera retenu

Cas particuliers :

Quelle que soit la date d'annulation ou de modification de contrat, les frais suivants s'ajoutent au barème ci-dessus :

- Frais fixes aériens (si votre billet d'avion doit être émis longtemps à l'avance, souvent pour vous éviter des suppléments importants), 100% des frais non remboursables en cas d'annulation ou de modification de votre plan de vol vous seront facturés. Dans ce cas le barème ci-dessus ne s'applique que sur le prix du voyage sans le vol.
- Frais fixes terrestres : les frais engagés tôt pour des réservations fermes vous seront facturés en cas d'annulation.
- Frais d'assurance : que vous ayez souscrit à une assurance multirisque ou une assurance annulation, le montant de l'assurance est dû et ne peut faire l'objet d'aucun remboursement. Ces conditions spécifiques vous seront signifiées sur votre confirmation d'inscription.

Si vous êtes dans l'obligation d'annuler votre voyage avant son commencement (date de départ), vous devez en informer dès que possible Altaï France et l'assureur par tout moyen écrit permettant d'obtenir un accusé de réception.

C'est la date de réception de l'écrit qui sera retenue comme date d'annulation pour facturer les frais d'annulation.

Si Altaï France se trouve dans l'obligation d'annuler un départ en groupe, en raison du nombre insuffisant de participants, la décision sera prise et les clients informés au plus tard 21 jours avant le départ. Altaï France peut également annuler un départ suite à des événements exceptionnels, relevant notamment des cas de force majeure (éruption volcanique, événements sociaux, grèves, intempéries) pouvant porter atteinte à la sécurité des participants. Dans ces cas, les participants seront remboursés intégralement des sommes qu'ils ont versées sans toutefois pouvoir prétendre à aucune indemnité.

Modification du contrat

En cas de modification d'un voyage par le client entraînant des frais pour Altaï France, ces frais seront à la charge du client. Dans

tous les cas, toute modification fera l'objet d'un écrit. Altaï France pourrait modifier des éléments au contrat de voyage, si des événements extérieurs à notre volonté s'imposaient. Nos clients en seraient informés par écrit dans les plus brefs délais.

Prix et révision des prix

Pour les voyages en groupe, les prix figurant sur le site internet ont été calculés et sont valables pour le nombre indiqué de participants pour chaque voyage. Les tarifs sont confirmés lors de l'inscription. Si le nombre de participants est inférieur, un supplément petit groupe peut être appliqué. Pour tous les séjours ou programmes, nous mentionnons le prix par personne, valable à partir d'un certain nombre de participants, et nous détaillons les prestations incluses et non incluses de ce prix. Toute modification des taux de change, des prix des différents éléments composant un voyage et en particulier le prix des carburants peut entraîner un réajustement du prix.

Cession du contrat

En cas de cession du contrat par le client à un cessionnaire, les conditions de modification et d'annulation s'appliquent.

Assurance

Nous vous invitons à souscrire une assurance avant votre départ garantissant les activités pratiquées avec Altaï France. Le détail des assurances proposées est disponible sur cette page : <https://france.altaibasecamp.com/fr/assurance>

le cas où vous ne souscrivez pas à l'une de nos assurances, nous vous demandons de bien vouloir nous communiquer par mail les informations de votre contrat d'assurance (nom de la compagnie, nom du contrat, n° de police d'assurance, n° de téléphone) et d'emporter ces informations avec vous lors de votre séjour.

Encadrement

Notre voyage est encadré par un accompagnateur en montagne qui vous apportera les éléments techniques nécessaires au bon déroulement du séjour. Il pourra être amené à modifier le programme pour assurer la sécurité en fonction des conditions météorologiques de la montagne ou la condition physique des participants. Il a été choisi pour son expérience de terrain, sa connaissance spécifique d'une aire géographique et de la culture s'y rattachant, ainsi que pour sa passion à faire découvrir sa région.

Alimentation

Repas :

- Les pique-niques du midi sont constitués pour la plupart de salades composées, de charcuteries, de fromages et de fruits. Ils sont effectués par l'accompagnateur le soir pour le lendemain : ne vous inquiétez pas s'il s'éclipse 1h ou 2h dans la soirée, c'est juste qu'il vous prépare de bonnes choses pour le lendemain...
- Le soir, les repas sont servis à l'hébergement
- Pensez à prévoir des vivres de courses selon vos goûts avant le départ : barres de céréales, barres chocolatées, fruits secs... et n'hésitez pas à apporter des petites spécialités de vos régions pour les apéritifs !

Boissons :

- Les boissons ne sont pas comprises dans le prix du séjour : pensez à prendre de la monnaie (francs suisses + euros) pour les cafés, jus de fruits, bières ou coca durant les haltes... bien souvent les refuges n'ont pas de machine à carte bleue !

Hébergement

En refuge de montagne : les nuitées se passent généralement en dortoirs. Les dortoirs sont équipés de couvertures. Bien prendre un drap de couchage, et une taie d'oreiller. Aujourd'hui la quasi totalité des refuges a des douches (jetons en vente à l'accueil): prendre nécessaire de toilette (savon, serviette...) En auberge et en gîte, les chambres sont partagées et les sanitaires collectifs.

Déplacement et portage

Portage Vous portez votre sac à dos de la journée (pique-nique et affaires personnelles du jour). Le transfert des bagages est effectué par un taxi spécialisé. Le poids et le volume de ceux-ci sont limités, hormis la journée à Bonatti où vous aurez vos affaires pour 2 jours : en effet les véhicules ne montent pas jusqu'à là-haut = tranquillité assurée.

Rendez-vous :

Rendez-vous à 9h, à la gare SNCF de Chamonix.

Accès : Merci de nous préciser si vous viendrez en train ou en voiture. Si vous venez en train, merci de nous fournir vos horaires.

1) EN TRAIN : Réseau ferroviaire Saint Gervais les bains le Fayet, puis prendre la correspondance Saint Gervais - Martigny, arrêt à la gare de Chamonix-centre. Renseignements et horaires: 3635 ou vous pouvez consulter le site www.voyages-sncf.com.

2) EN VOITURE: Accès direct par l'Autoroute Blanche reliée au réseau autoroutier européen jusqu'à Chamonix.

Dispersion : Dispersion à 15h-16h, à Chamonix (74).

Budget et change

La France et l'Italie sont dans la Zone Euro, donc la monnaie est l'Euro (€). La monnaie Suisse est le France Suisse (CHF) mais les commerces acceptent les Euros.

Les cartes de crédit sont très utiles en voyage (à condition de ne pas oublier son code PIN !). Des distributeurs d'argent sont disponibles dans la plupart des villes que vous traverserez durant votre séjour, mais il n'y a aucune garantie que votre carte de crédit fonctionnera correctement.

Egalement, les refuges ont rarement des TPE (Terminal de Paiement Electronique) : nous vous conseillons d'apporter de l'argent en liquide.

Soyez informés sur les frais bancaires habituellement appliqués lorsque vous achetez des produits ou services avec votre carte de crédit.

Pourboires

Les voyageurs payent habituellement pour les boissons du guide : vous pourriez trouver pratique de faire une cagnotte en début de séjour (aucune obligation).

Équipement fourni sur place

Le matériel collectif (boussole, altimètre, cartes, pharmacie, ...) est prévu par l'encadrement.

Équipement indispensable

En randonnée le principe des 3 couches reste l'équipement conseillé pour votre confort et votre sécurité :

- un tee-shirt à manches courtes en matière respirante (fibre creuse) ou un tee-shirt à manches longues en matière respirante
- une veste en fourrure polaire
- une veste coupe-vent imperméable et respirante (type gore-tex)

En fonction de la météo et de l'effort, vous pourrez toujours choisir le concept le plus efficace. En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie, neige ou vent, il suffit de rajouter la veste imperméable. Par grands froids, ou lors des pauses en altitude, la veste polaire est un complément indispensable sous la veste coupe-vent.

Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc proscrire le coton. Préférez la laine, la soie et les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible. La sueur est l'ennemi du randonneur, car elle humidifie les vêtements et vous refroidit lors des pauses.

Matériel

Matériel technique :

- Chaussures de trek à semelle Vibram, tenant bien la cheville, que vous aurez au préalable portées sur quelques randonnées pour les faire à vos pieds. Il ne faut jamais partir avec des chaussures neuves, sinon gare aux ampoules...
- Des bâtons télescopiques
- Un drap type sac à viande
- Une petite trousse de toilette avec une serviette séchant rapidement
- Une crème de protection solaire (visage et lèvres)
- Une lampe frontale, avec piles et ampoule de rechange
- 1 gourde ou camel-back de 1.5 litres
- Un couteau de poche
- Papier hygiénique + briquet
- Deux à trois sacs en plastique (100 litres) pour protéger le sac à dos et les affaires en cas de pluie
- Un tupperware pour les salades du midi, avec couteau, fourchette et cuillère

Équipement personnel :

- Bonnet
- Chapeau (ou casquette) pour le soleil et/ou foulard
- Lunettes de soleil d'excellente qualité et de catégorie 3
- 1 paire de gants en fourrure polaire ou laine
- Sous-vêtements techniques respirants
- Sous-pull technique respirant (carline, fourrure polaire légère...) à manches longues
- 2 tee-shirts respirants à manches courtes
- Veste polaire
- 1 anorak ou veste/gilet duvet
- 1 veste coupe-vent et imperméable type Goretex
- 1 collant technique respirant
- 1 pantalon de randonnée confortable
- 1 short ou pantacourt

- 1 pantalon coupe-vent type Goretex
- 2 paires de chaussettes, une paire fine et une plus épaisse (évités le coton qui engendre des ampoules)
- 1 tenue de nuit

Attention : la montagne est capricieuse et soudaine. Nous avons essayé de penser à toutes les différentes situations climatiques que celle-ci peut nous offrir. Cette liste d'équipement vous permettra de vous adapter, agréablement, aux débordements d'humeur de dame montagne !

Bagages

Un **sac à dos** 30L avec large sangle ventrale et sangle de poitrine. Pensez à prendre un sac poubelle pour isoler le linge de rechange de l'humidité.

Conseil du guide:

"Dans votre **sac à dos** vous glisserez :

- Vêtements chauds (polaire, pantalon, bonnets et gants)
- Vêtements de pluie
- Gourde
- Appareil photos*
- Crème solaire
- Et votre pique nique de la journée".

Le bagage qui va vous suivre par transporteur :

Maximum 9 kg, évitez les valises. Tout dépassement de poids peut être facturé au propriétaire. Le matin avant votre départ vous devez déposer les bagages au rez-de-chaussée du refuge pour leur prise en charge par notre chauffeur. L'intérieur des sacs doit être accessible par les douaniers suisses, ne pas mettre de cadenas. Il est interdit d'avoir dans les sacs :

- Ordinateurs, tablettes, matériel informatique
- Appareil photo
- Objet de valeur

Les taxis ne prendront pas les sacs contenant ces objets.

Pharmacie

Votre accompagnateur disposera d'une pharmacie de première urgence. Prévoyez avec votre médecin votre pharmacie personnelle :

- Médicaments personnels
- Anti-douleur (paracétamol de préférence)
- Double-peau
- Elastoplast
- Pansements
- Désinfectant local
- Anti-inflammatoire
- Antispasmodique
- Anti-diarrhéique
- Anti-vomitif
- Antiseptique intestinal
- Collyre
- Somnifère léger
- Boules Quies
- Antibiotique à spectre large
- Vitamines C

Liste non exhaustive.

Passeport

Merci de vérifier que votre passeport et autres documents de voyage sont valides.

Carte d'identité

Pour les citoyens européens, vous pouvez utiliser votre carte d'identité pour voyager en France, en Italie ou en Suisse.

Vaccins obligatoires

Aucun vaccin obligatoire.

Santé / recommandations sanitaires

Avant votre départ, il est important d'avoir une condition physique en accord avec l'activité envisagée. La pratique régulière d'un sport d'endurance est obligatoire pour les activités en montagne. Ce sport peut être le jogging, le vélo, la natation ou la marche sportive. Si vous n'êtes pas du tout entraîné, il sera difficile d'envisager une activité en montagne sans prendre le risque d'être confronté à de trop grandes difficultés physiques qui vous pénaliseraient ainsi que le groupe. Un sport d'endurance est obligatoire pour pouvoir profiter au maximum de ce circuit. Trois mois avant le départ, prévoyez de faire si possible 2 à 3 séances de sport d'endurance d'une heure minimum par semaine et une randonnée durant le week-end d'au moins 6 heures avec un dénivelé de 350m/heure. Le meilleur entraînement pour un trek reste évidemment la randonnée. Les problèmes de genoux restent le principal souci rencontré sur ce type de trek : parlez-en avec votre médecin avant le départ. Merci de prévenir rapidement l'agence des indications médicales vous concernant : allergies alimentaires, diabète, accidents cardiaques et vasculaires anciens ou récents, asthme, etc...

Climat

Durant votre séjour, vous allez évoluer en moyenne montagne. Que vous choisissiez de partir en hiver ou en été, la température en altitude restera basse. Dans les Alpes, la température diminue en moyenne de 0,65°C pour 100 m. Pensez à vous couvrir chaudement.

Sachez également que le temps en montagne n'est jamais certain, vous pouvez partir le matin avec un grand soleil et vous retrouver face à un orage et des vents violents quelques heures plus tard. Prenez donc toujours avec vous de quoi vous couvrir.

Electricité

Il y aura de l'électricité dans la plupart des lieux où vous logerez. Si vous avez peur de manquer de batterie, nous recommandons d'amener une batterie externe.

Les prises en France ont la particularité d'être à la fois mâle et femelle : elles ont 2 broches et un réceptacle. Si vous avez besoin d'un adaptateur, veuillez vous le procurer avant votre départ. En France, les prises sont de type E. La tension est de 230 V et la fréquence standard est de 50 Hz.

L'électricité en Italie est conforme aux standards européens de 220V à 230V, avec une fréquence de 50Hz.

Les prises murales accueillent généralement des prises avec 2 ou 3 broches rondes.

Le courant électrique en Suisse est 230V, 50Hz. Les prises Suisses sont renforcée, avec 3 trous, de forme hexagonale et incompatible avec beaucoup de prises d'autres pays. Cependant, elles correspondent généralement aux prises standard européennes à 2 broches.

Heure locale

Temps standard (CET: Central European Time) : UTC +1

Heure d'été (CEST: Central European Summer Time) : UTC+2

Tourisme responsable

Chez Altaï, notre priorité est votre satisfaction tout en respectant l'environnement, c'est pourquoi nous organisons des séjours en petits groupes et favorisons les activités de plein-air qui ont un impact mineur sur la nature. Ainsi, nous souhaitons transmettre à nos clients cette volonté de préservation.

Nous vous rappelons que la montagne est un cadeau de la nature, il faut donc la respecter. Si nous souhaitons en profiter et apprécier sa beauté sur le long terme, il faut la protéger. Le temps de votre voyage mais pas seulement, il nous tient à cœur que vous vous engagiez à appliquer quelques règles de bonne conduite:

- Lors des transferts entre les auberges et les différents points de rendez-vous avec le guide, pensez au covoiturage, il est inutile que chaque participant prenne son propre véhicule si tout le monde se rend dans la même direction. Par ailleurs, la vallée est aujourd'hui équipée de transports en commun, optez pour le train ou le bus si vous souhaitez visiter les lieux.
- Lors des pauses pique-nique, ne laissez aucun déchets par terre. Si aucune poubelle ne se trouve à proximité, prévoyez un sac plastique dans lequel vous mettrez tous vos déchets et que vous jetterez à la fin de la journée. Pensez également au tri, des containers sont à votre disposition dans la vallée.
- Amis fumeurs, nous vous prions ne pas jeter vos mégots dans la nature;
- Les animaux sont les habitants de la montagne. Afin d'éviter de trop les déranger et pour votre sécurité, sachez rester discret et respectez les zones balisées.