



3 x 4000m aisés

5 jours de haute altitude entre Zermatt et Saas-Fee

vendredi 6 au mardi 10 août 2010

Alphubel, Allalin et Strahlhorn sont des sommets de plus de 4000m techniquement aisés, qu'un agréable circuit permet de relier entre les deux hauts lieux d'alpinisme. La montée progressive des deux premiers jours permet une bonne acclimatation à l'altitude ainsi qu'un rappel des techniques glaciaires de base. Pour alpinistes débutants dotés d'une bonne condition physique .



Un premier jour au départ de Zermatt permet de monter prudemment en altitude tout en revoyant les techniques d'encordement et de marche en crampons. Le second jour permet de rejoindre la Täschhütte par un décor sauvage et peu fréquenté. Suivent trois ascensions des 4000m séparant Zermatt et Saas-Fee: l'Alphubel 4206m, l'Allalinhorn 4027m par l'arête de Hohlaub et enfin le Strahlhorn 4190m . Le franchissement de l'Adlerpass permet un retour inédit sur Zermatt. Les journées affichent 6 heures de marche au minimum, sur glaciers et en terrain mixte aisé.

Pour alpinistes peu expérimentés dotés d'une bonne condition physique et souhaitant passer une semaine entière en haute montagne.

françois perraudin

guide et photographe
Rue de Prarreyer Nr. 53

CH - 1947 Prarreyer

T +41 27 565 25 65

M +41 79 680 02 33

fperraudin@dransnet.ch

Programme

Vendredi 6: Zermatt – Fluhalp par le glacier de Findelen

Rencontre à 9h30 devant l'office du tourisme de Zermatt (1616m), contrôle du matériel et montée à pieds à la pension d'altitude de Fluhalp (2607m), par le glacier de Findelen où se déroulent des exercices d'encordement, de marche en crampons et de sauvetage crevasses. Nuit et demi-pension en pension. 4h00 pour 1200m d'ascension et 200m de descente. Tel. +41 (0)27 9672597

samedi 7: Fluhalp - Pfulwe - Täschhütte

Journée d'acclimatation à l'altitude par le franchissement du col du Pfulwe (3155m) en direction du Rimpfshorn et descente dans le vallon sauvage de Chli Längflue pour remonter à la cabane de Täsch (2701m). 5h de progression pour 950 m de montée et 850m de descente. Nuit et demi-pension en cabane. Tél. cabane: +41 (0)27 9673913

dimanche 8: Täschhütte - Alphubel - Britanniahütte

Montée à l'aube au Col Alphubeljoch (3762m) puis ascension glaciaire du premier 4000m, l'Alphubel (4206m) par son versant E. Descente au Mittel Allalin par l'Alphubeljoch et l'arête du Feechopf (3888m); descente en Métro Alpin jusqu'à Felskinn (2991m) et traversée à la cabane Britannia 3030m). Nuit et demi-pension en refuge. 6 à 8h pour 1700m de montées et 850m de descentes. Tel. de la cabane: +41 (0)27 9572288

lundi 9: Britanniahütte - Allalinborn - Britanniahütte

L'ascension en terrain mixte de l'arête E de l'Allalin (4027m), dénommée Hohlaubgrat est une alternative esthétique et peu fréquentée pour escalader ce sommet. La descente jusqu'au restaurant de Mittel Allalin s'effectue par l'itinéraire classique connu. 6h seulement pour 1100m de dénivellation positive et 600m de descente. Nuit et demi-pension au même refuge.

mardi 10: Britanniahütte - Strahlhorn - Zermatt:

Belle journée glaciaire avec l'ascension du Strahlhorn (4190m) par l'Adlerpass, retour au même col et descente sur la station supérieure de la télécabine de Blauherd (2578m). Retour à Zermatt en remontées mécaniques. 7 à 8h pour l'ascension 1200m de dénivellation positive et 1650m de descente. 8 à 9h de marche en tout.



Descriptif technique

Matériel:

- Sac à dos 30 l minimum, baudrier d'encordement, 1 mousqueton à vis, 1 rallonge avec 2 mousquetons, 1 cordelette de 4m, 6mm de diamètre
- Chaussures de haute montagne à semelle vibram rigide.
- piolet et crampons avec antibottes
- Lampe frontale.
- Habits de montagne appropriés (système de 3 couches avec pull thermo-respirant, polaire et coupe-vent) , bonnet, gants chauds, lunettes de glacier, habits de rechange personnels (pas trop!)
- Crème solaire, médicaments personnels.
- Léger sac de couchage en toile.
- Recommandé: carte de membre du CAS, argent Suisse, abonnement demi-prix CFF.

Matériel à ne pas prendre:

Sac de couchage en duvet, pantoufles d'escalade. Gros nécessaire de toilette (pas ou peu d'eau dans les cabanes)

Pique Nique personnel

Petit ravitaillement pour les encas. Bouteille thermos incassable de 0.8 l minimum.

Prix par personne		
3 x 4000m aisés en 5 jours pour 4 personnes	CHF	1300.-
Arrhes payables à la réservation	CHF	850.-
Le paiement des arrhes induit l'acceptation explicite des clauses de ce descriptif et des conditions générales de l'Association Suisse des Guides, qui font foi: http://www.4000plus.ch/index.php?id=153&L=1		

Le prix comprend :

L'encadrement d'un guide de haute montagne et demi-pension en cabane (nuit, petit déjeuner et repas du soir). Les transports publics, remontées mécanique et dépenses personnelles (boissons en cabanes) sont exclus.

Remboursement en cas d'annulation :

Les arrhes ne peuvent être remboursées, après déduction des frais annexes réels, que dans les proportions suivantes:

Annulation 60 à 31 jours avant le début de la course : 25 % des honoraires

Annulation 30 à 11 jours avant le début de la course : 50 % des honoraires

Annulation 10 jours ou moins avant le début de la course : 100% des honoraires

La compagnie d'assurance Elvia propose une assurance annulation coûtant 4% des frais de séjour. Plus d'informations sur:

<https://montreal.online-travel.ch/elvia/cgi-bin/elvia.cgi?ttsaction=EVL&tarif=ko01&lang=f&TTSUSERID=www>

Note importante

Nombre de participants par guide: quatre pour des raisons de sécurité. Le guide se réserve la possibilité de modifier l'itinéraire prévu en fonction des capacités des participants et/ou des conditions météorologiques ou d'enneigement. Un déplacement dans un autre massif peut même être envisagé en cas de météo franchement défavorable. L'hébergement se fait dans une cabane du CAS.