



Monte Rosa Classic

10 sommets de 4000m en 5 jours

Lundi 5 juillet au vendredi 9 juillet 2010

10 sommets du Mont-Rose accessibles à partir des cabanes situées sur le versant sud du massif... et servant d'excellentes pâtes: le pasta-tour par excellence!

Grâce au téléphérique du Petit Cervin (3817m), au départ de Zermatt, on accède aisément à l'étage très alpin du Mont-Rose, dont les sommets de 4000m se succèdent sans avoir de trop gros dénivelés à gravir. Breithorn, Castor, épaule du Lyskam, Pyramide Vincent, Balmenhorn, Roccia Nera, Ludwigshöhe, Parot, Pointe Marguerita et Zumstein seront les vôtres durant 5 journées de durée moyenne, durant 5 à 6 heures en moyenne, alternées de succulents plats de pâtes apprêtées à l'italienne. Quelques parcours d'arêtes s'avèrent aériens mais se domptent aisément par une approche de difficulté progressive. Aucune aptitude à l'escalade n'est nécessaire. En cas de mauvais temps empêchant le passage par les sommets, le guide se réserve le droit de modifier le programme proposé ci-dessous en rejoignant les cabanes par les bas. L'acclimatation à l'altitude se fait de manière progressive, avec des nuits aux environs de 3500m, si bien que la nuit à la cabane Marguerita (4559m) ne pose pas de problème particulier.



Pour randonneurs dotés d'une bonne condition physique et capables de marcher en crampons, sans grosse expérience d'alpiniste.



Programme

Jour 1: Zermatt – Breithorn - Rif. Guide Ayas

Rencontre à 7h30 devant l'office du tourisme de Zermatt, contrôle du matériel et déplacement par les remontées mécaniques jusqu'au Petit Cervin (3817m). Ascension du Breithorn (4164m) puis descente et traversée jusqu'au refuge des guides d'Ayas (3425m). Repas de mi-après-midi, nuit et demi-pension en refuge. 5 à 6h de progression pour 450 m de dénivellation positive et 750m de descente. Tel. refuge: +39 0125 30 80 83

Jour 2: Rif. Guide Ayas - Castor - Rif. Quintino Sella

Départ à l'aube pour l'ascension du Castor (4221m) puis traversée du sommet jusqu'à l'épaule du Felekjoch (4061m), avant de rejoindre la cabane Quintino Sella (3585m) pour le repas de midi. 4h à 6 h pour 800m de dénivellation positive et 640m de descente. Repas de midi, nuit et demi-pension en cabane. Tel. Quintino Sella: +39 0125 366 113

Jour 3: Rif. Quintino Sella - Naso del Lyskam - Rif. Mantova

Ascension matinale de l'épaule du Lyskam (4272m), descente sur le glacier de Lys oriental puis remontée au sommet de la Pyramide Vincent (4245m). Descente jusqu'au refuge Citta di Mantova (3498m). Repas de midi, nuit et demi-pension en refuge. 7h à 8h pour 945 m de montée et 1000 m de descente. Tel. Mantova: +39 0163 78 150

Jour 4: Rif. Mantova - Capana Margherita par 5 sommets

Balmenhorn 4194m - Corno Nero 4321m - Ludwigshöhe 4342m - Parrot 4335m - Capana Margherita 4559m: l'ascension de cinq 4000m d'affilée est un des moments forts de la semaine, avec pour couronnement la nuit à la plus haute cabane des alpes (4559m) qui se trouve être en même temps la Signalkuppe. 6h à 7h pour 1500m de montée. Nuit et demi-pension en refuge, le meilleur petit déjeuner de la semaine! Tel. Margherita: +39 0163 91 039

Jour 5: Capana Margherita - Zumseinspitze - Zermatt:

Départ après le lever du jour de la cabane Margherita, ascension dans la foulée de la Pointe Zumstein (4563m) et longue descente du glacier de Grenz jusqu'à la cabane Mte Rosa (2795m), pause de midi et descente à Zermatt ... par une remontée du glacier jusqu'au train du Gornergrat, à Rotenboden 2815m. Retour en train à Zermatt puis en plaine.

Descriptif technique

Matériel:

- Sac à dos 30 l minimum, crampons munis d'antibottes, baudrier d'encordement, 1 mousqueton à vis, 1 cordelette de 3m, 6 à 8mm de diamètre max., 1 autre de 1m, chaussures de haute montagne à semelle rigide (pour crampons) et haute tige.
- Guêtres, piolet et 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 (exigé dans les cabanes).
- Recommandé: carte de membre du CAS, argent Suisse et Euro, carte d'identité, abonnement demi-prix CFF.

Matériel à ne pas prendre:

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

Pique Nique personnel

Petit ravitaillement pour les encas. Les repas de midi (spaghettis ou minestrone) se prennent en cabane et son compris dans le forfait. Bouteille thermos incassable de 0.8 l minimum.

Prix par personne		
Monte Rosa classic 5 jours pour 4 personnes	CHF	1350.-
Arrhes payables à la réservation	CHF	900.-
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 la pension complète en cabane (repas de midi, nuit, petit déjeuner et repas du soir). Transports publics, remontées mécaniques ou taxi et dépenses personnelles (boissons) exclues.

Remboursement en cas d'annulation :

Sont retenus en cas d'annulation avec rajout des frais annexes réels:

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=k001&lang=f&TTSUSERID=www>

Note importante

La montée en haute altitude (3817m) s'effectue en téléphérique durant le premier jour. Il est essentiel que vous soyez en bonne santé, sans sensibilité particulière ou cardiaque, et que vous passiez quelque temps en altitude avant le début de la semaine, ne serait-ce que la nuit précédente. Sans annonce explicite, le guide admet que ces impératifs de santé ne présentent pas de problèmes connus de votre part. L'hébergement se fait dans des cabanes du CAI. Veuillez vous assurer d'être au bénéfice d'une assurance de rapatriement valable en Italie.