

Le Mont-Rose est le 2ème sommet des Alpes, il culmine à 4634 m à la pointe Dufour. Moins pris d'assaut que le Mont-Blanc, il reste pourtant très convoité, attirant les alpinistes en particulier pour la beauté du paysage qui l'entoure puisque nous sommes au cœur d'une des régions les plus hautes des Alpes, avec une pléiade de sommets de plus de 4000 mètres.

Ce programme d'entraînement et d'acclimatation permet de le tenter dans les meilleures conditions, mais également de gravir en préparation des sommets classiques des Alpes comme le Breithorn ou le Pollux.

### Les points forts du séjour

Le panorama d'une des plus belles régions des Alpes. La possibilité de gravir 3 sommets dépassant 4000 m, dont le 2ème point culminant des Alpes occidentales. Le passage au refuge Monterosa, l'un des plus modernes des Alpes.

**Rendez-vous** à 12 heures devant la gare de Zermatt <https://maps.app.goo.gl/iwAPtq6MoseyjkBA>

### PROGRAMME AU JOUR LE JOUR

#### Jour 1 : Petit Cervin 3882m, Breithorn 4164m, refuge Teodulo 3317m

Traversée de Zermatt à pied pour monter au Matterhorn Paradise (Petit Cervin, 3882m) en téléphérique. Ascension du Breithorn, sommet de 4164 mètres, atteint par des pentes de neige et un glacier peu incliné. Accès en descente au refuge Teodulo. Nuit en dortoir au refuge Teodulo, 3317 m.

**+400 m -900 m. 4h30**

#### Jour 2 : Pollux 4092, refuge Teodulo 3317

Le Pollux (4092 m), atteint par une grande traversée glaciaire puis une partie de neige et rochers plus raides équipés de chaînes, est une bonne préparation mais aussi un magnifique sommet. Nuit au refuge Teodulo 3317 m.

**+/- 950 m. 7 à 8 heures**

#### Jour 3 : Zermatt, cabane Monterosa

Nous rejoignons facilement le téléphérique pour Zermatt par la descente d'un glacier facile. Accès au refuge Monterosa, par le train du Gornergrat, et la traversée du Gornergletscher. Nuit au refuge Monterosa, 2883 m.

**+500 m -900 m. 5 à 6 heures**

#### Jour 4 : Dufour Spitze, refuge Monterosa

Ascension de la Pointe Dufour (4634 m), deuxième plus haut sommet des Alpes par la voie normale. Descente au refuge. Nuit au refuge Monterosa, 2883 m.

**+/- 1800 m. 10 à 11 heures**

#### Jour 5 : Rotenboden, Zermatt

Après la traversée du glacier et la montée à Rotenboden, descente à Zermatt par le train du Gornergrat. Repas à Zermatt. Séparation vers 14 heures à Zermatt.

**+500 m -500 m. 3 à 4 heures**

*Le programme reste indicatif, le guide pourra être amené à le modifier en fonction de la forme effective des participants, des conditions de la montagne et des conditions météorologiques du moment. Lorsque la météo s'avère moins bonne que prévue, le séjour ne sera pas interrompu mais le programme sera adapté par le guide. Seul le guide encadrant le séjour est à même de décider de la réalisation et de la poursuite ou non du programme ou de l'ascension.*

**NIVEAU REQUIS** L'ascension de la pointe Dufour est d'un niveau assez difficile, avec des passages d'escalade en III et pentes/arêtes de neige/glace jusqu'à 50° d'inclinaison. Les dénivelés sont importants. Ce séjour s'adresse aux alpinistes déjà expérimentés, très bons marcheurs, habitués aux efforts de longue durée et acclimatés à l'altitude élevée. L'ascension de la pointe Dufour sera possible avec 2 personnes sur la corde du guide **seulement si** les conditions de l'arête finale sont excellentes.

**HÉBERGEMENT** En dortoir de refuge de haute-montagne, sans eau potable | [www.alta-via.fr/refuges](http://www.alta-via.fr/refuges)

**ENCADREMENT** par un guide de haute montagne. | Maximum 2 personnes par guide

**DATES** : de mi juin à mi septembre

#### Tarifs par personne 2025

##### Avec un guide en privé

*Avec un guide juste pour vous (seul ou avec vos proches ou amis), vous choisissez vos dates.*

2 . 865 € par personne si vous êtes 2

4 . 840 € seul avec le guide



*Les tarifs sont calculés à partir des informations en notre possession à la date d'édition, sur la base du cours du franc suisse. Les tarifs sont révisables jusqu'à 30 jours du départ si le taux de change varie de plus de 4%, dans la limite de 10% du montant total.*

**INSCRIPTION** en ligne [www.alta-via.fr/form/0186](http://www.alta-via.fr/form/0186) ou par mail.

Votre inscription à plus de 35 jours du départ doit être accompagnée d'un acompte de 30 % du montant total de l'inscription. Le solde devra être réglé au plus tard 35 jours avant la date de départ, sans rappel de notre part. Pour une inscription à moins de 35 jours du départ, le montant total du séjour devra être versé à l'inscription. Pour une inscription à moins de 15 jours du départ, le règlement sera réalisé par carte bancaire ou virement instantané.

#### Le prix comprend

- Encadrement par un guide de haute-montagne
- Train et remontées mécaniques au départ de Zermatt
- 4 nuitées en dortoirs de refuges de montagne
- Pension complète durant le séjour (demi-pension et petit-déjeuner aux refuges, pique-niques de midi), depuis le repas du premier soir jusqu'au midi du dernier jour

#### Le prix ne comprend pas

- Pique-nique du premier jour
- Eau minérale et boissons
- Voyage aller et retour au lieu de rendez-vous
- Frais de parking à Täsch
- Tout ce qui ne figure pas dans « Le prix comprend ».

#### Frais à régler sur place par vous-même

- Pique-nique du premier jour
- Eau minérale et boissons
- Frais de parking à Täsch

#### ASSURANCES à prévoir [Info Assurances](#)

Il est **fortement conseillé de posséder une assurance couvrant les frais d'annulation**. Il est **obligatoire d'être couvert en assistance, rapatriement, recherche et secours** pour participer à nos séjours et voyages : il appartient au participant de vérifier, en préalable à son inscription, les risques pour lesquels il est déjà couvert.

### ASSURANCES PROPOSÉES PAR ALTA-VIA

- **Assistance - rapatriement - recherche et secours en montagne** : 1,5% du montant de l'inscription 
- **Assurance annulation** (pour causes graves seulement, ne couvre pas l'interruption de séjour) : 4,5% du montant de l'inscription 

**ANNULATION / RÉOLUTION DU CONTRAT** Le voyageur peut résoudre le contrat à tout moment avant le début du séjour, moyennant le paiement de frais de résolution prévus : [www.alta-via.fr/cdv](http://www.alta-via.fr/cdv)

**FORMALITÉS ADMINISTRATIVES ET SANITAIRES** Carte nationale d'identité ou passeport valide pour la durée du séjour.

[Informations pour la Suisse](#)

## Matériel utile et conseillé - Documents Raid glaciaire - alpinisme d'été

Copyright © 2024 [Alta-Via.fr](http://Alta-Via.fr) - Tous droits réservés



<b>Pique-nique du premier jour</b>	
Carte d'identité   Carte Vitale & Carte européenne de maladie (si concerné)	
Assurance assistance : téléphone et n° de contrat (si assurance hors Alta-Via)	
<b>* = disponible en location (dans le kit classique et le kit élargi):</b>	
<b>* Chaussures de haute montagne semi-rigides</b>	
<b>* Crampons avec anti-bottes (adaptés et réglés aux chaussures de montagne)</b>	
<b>* Baudrier avec longe + mousqueton de sécurité</b>	
<b>* Piolet d'alpinisme</b>	
<b>* Casque d'alpinisme ou d'escalade</b>	
<b>** = disponible en location (dans le kit élargi):</b>	
<b>** Bâtons télescopiques de marche (1 ou 2)</b>	
<b>** Guêtres</b>	
<b>** Sac à dos environ 25-35 litres avec fixations pour le piolet</b>	
<b>** Lampe frontale (légère)</b>	
Lunettes de glacier (classe 4 recommandée)   Masque de ski (pour les sommets à plus de 4000 mètres)	
Gros gants chauds imperméables + petits gants en fibre synthétique ou cuir	
Bonnet chaud   Tour de cou   Casquette ou bob	
Pantalon de montagne épais déperlant ou pantalon fin + collant	
Sur pantalon étanche au vent et à la pluie	
Pull-over chaud ou veste en fibre polaire ou veste soft-shell	
Veste doudoune fine et légère	
Veste fonctionnelle étanche à la pluie et au vent avec capuche enveloppante	
Tee-shirt / chemise à manches longues technique et respirant	
Chaussettes de montagne techniques	
Crème solaire + Crème de protection pour les lèvres	

Bandes adhésives et éventuellement crème AKILEÏNE® Nok (prévention des ampoules)   Médicaments personnels	
Papier toilette / mouchoirs en papier / lingettes	
Gourde ou Thermos ou poche à eau (suivant froid et altitude)	
Vivres de course (barres de céréales, énergétiques ou chocolatées, fruits secs)	
Sac plastique pour protéger les effets dans le sac en cas de pluie	
Pour le refuge, un kit de toilette le plus léger possible : petite brosse à dent, mini tube dentifrice, serviette compacte en microfibres	
Drap-sac de couchage (existe en soie 110g, polyester 260g, coton 400g ou en laine 400g) pour dormir dans les couvertures ou couettes des refuges	
Protection d'oreiller (un simple carré de tissu ou linge léger suffit, ou un pull/veste/tee-shirt)	
Sous-vêtements de rechange (à limiter pour raison de poids du sac)	