

Le secteur des Contamines, tout au fond du Val Montjoie, est propice à de nombreuses randonnées à skis, en partant des remontées mécaniques et du col du Joly. Face au Mont-Blanc, le choix est vaste, entre des randonnées faciles en direction du rocher des Enclaves ou du col de la Fenêtre, et des choix plus techniques, col de la Cicle, voire traversée au col des Chasseurs pour une descente plus raide.

Avantage Alta-Via

Mise à disposition du matériel de sécurité

Rendez-vous 8h00 sur le parking de la télécabine de la Gorge aux Contamines.

<https://goo.gl/maps/BmahzQ7xxT62>

Toutes les options se font au départ des remontées mécaniques des Contamines, au sommet du téléski de Roselette (2100 m).

En direction du Rocher des Enclaves (2300 m).

Pentes modérées, idéales pour une toute première approche.

+400 à 600 m. 4 à 5 h de ski.

Col de la Fenêtre (2245 m) et col de la Cicle (2377 m).

On tricote autour de ces 2 très beaux cols en fonction des envies et des conditions, avec des pentes plus raides, pour une descente assez longue sur Notre Dame de la Gorge.

+300 m à 700 m -1000m à 1500 m. 5-6 h de ski.

Traversée Cicle - Chasseurs (2550 m) :

On rejoint le col de la Cicle (variantes possibles), pour une belle traversée d'arêtes, où les crampons peuvent être utiles. Superbe descente soutenue ensuite.

+500 m à 800 m -1500 m. 5 à 7 heures de ski.

Le programme reste indicatif, le ou les guides encadrants ce séjour pourront être amenés à modifier celui-ci en fonction des conditions météorologiques, des conditions de la montagne et de la forme effective des participants.

NIVEAU REQUIS Une bonne condition physique est requise pour pratiquer cette activité sportive. Il est nécessaire de posséder un bon niveau de ski, maîtrise et contrôle de sa vitesse et de sa trajectoire, et habitude d'évoluer dans des neiges changeantes et parfois profondes.

HÉBERGEMENT Pour cette formule à la journée, nous pouvons organiser votre hébergement la veille.

ENCADREMENT par un guide de haute montagne ou un moniteur de ski | Maximum 6 personnes par guide

PHOTOS <https://www.alta-via.fr/guide/les-contamines-photos.html>

DATES : de janvier à mi avril

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.

- 132 € par personne si vous êtes 6
- 152 € par personne si vous êtes 5
- 180 € par personne si vous êtes 4
- 228 € par personne si vous êtes 3
- 324 € par personne si vous êtes 2
- 615 € seul avec le guide



INSCRIPTION en ligne www.alta-via.fr/form/0188 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
- Frais de remontées mécaniques
- **Mise à disposition du matériel de sécurité (DVA, pelle, sonde, baudrier, crampons)** pour ceux qui ne le possèderaient pas

Le prix ne comprend pas

- Voyage aller et retour au lieu de rendez-vous
- Pique nique de midi
- Matériel de ski de randonnée



Frais à régler sur place par vous-même

- Pique nique de midi

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

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

[Informations officielles aux voyageurs](#)

Matériel utile et conseillé - Documents

Ski de rando à la journée

Copyright © 2024 Alta-Via.fr - Tous droits réservés



Carte d'identité Carte Vitale & Carte européenne de maladie (si concerné)	
Assurance assistance : téléphone et n° de contrat (si assurance hors Alta-Via)	
Sac à dos environ 20-25 litres. Sauf pour les sortie faciles, le sac devrait avoir un système de fixation pour porter les skis	
* = disponible en location (en pack ou par item) :	
* Ski de randonnée ou free ride affûtés et fartés avec fixations de randonnée. Nous recommandons des skis assez larges mais légers avec fixations à inserts	
* Bâtons de ski avec de larges rondelles	
* Peaux autocollantes bien encollées et imprégnées d'imperméabilisant	
* Couteaux à neige	
* Chaussures de ski de randonnée	
* Détecteur de victimes d'avalanche DVA avec piles neuves	
* Pelle à neige / Sonde à neige	
Gourde Thermos	
Casque de ski de rando léger recommandé	
Lunettes de glacier (classe 4 recommandée) Masque de ski	
Gros gants chauds imperméables + petits gants en fibre synthétique ou cuir	
Bonnet chaud Tour de cou Casquette ou bob	
Pantalon de randonnée à ski léger + sur pantalon (étanche pluie et vent) ou pantalon épais	
Pull-over chaud ou veste en fibre polaire ou veste soft-shell	
Veste fonctionnelle étanche à la pluie et au vent avec capuche enveloppante	
Veste doudoune fine et légère	
Tee-shirt / chemise à manches longues technique et respirant	
Chaussettes de montagne ou de ski techniques	
Crème solaire + Crème de protection pour les lèvres	
Bandes adhésives (prévention des ampoules) Médicaments personnels	

Papier toilette / mouchoirs en papier / lingettes	
Vivres de course (barres de céréales, énergétiques ou chocolatées, fruits secs)	