

Injustement qualifié de "4000 des Dames", le Bishorn est un sommet techniquement facile, mais qui demande de bonnes qualités de marcheur : la montée à la cabane, l'ascension et surtout la descente sont longues. Le Bishorn attire chaque jour de beau temps de nombreux visiteurs.

Rendez-vous à 10h00 au centre de Zinal : <https://goo.gl/maps/fiDH79e5ogQ2>

PROGRAMME AU JOUR LE JOUR

Jour 1 : Zinal - montée à la cabane Tracuit 3256 m

Longue montée par de bons chemins à la cabane Tracuit, 3256 m. Nuit en dortoir à la cabane de Tracuit.
+1600 m. 5 heures de marche.

Jour 2 : Ascension du Bishorn 4153 m - Cabane Tracuit - retour à Zinal

Ascension du Bishorn, par un grand glacier et des pentes régulières. Retour par le même itinéraire à la cabane, puis à Zinal. Longue descente depuis Tracuit. Séparation à Zinal vers en milieu d'après-midi.
+900 m -2500 m. 8 à 10 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 Très bon marcheur habitué aux randonnées en montagne. Une première expérience de la marche en crampons est recommandée mais pas indispensable. L'altitude du refuge et du sommet n'est pas négligeable.

HÉBERGEMENT En dortoir de refuge de haute-montagne gardé | www.alta-via.fr/refuges

ENCADREMENT par un guide de haute montagne | Maximum 5 personnes par guide

PHOTOS <https://www.alta-via.fr/guide/conditions-alpinisme-escalade/bishorn-tracuit.html>

DATES : de mi-juin à mi-septembre

Tarifs par personne 2025

Avec un guide en privé

Le guide juste pour vous, vous choisissez vos dates

480 € par personne si vous êtes 5

535 € par personne si vous êtes 4

645 € par personne si vous êtes 3

860 € par personne si vous êtes 2

1 . 545 € 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/0199 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
- Pension complète comprenant petit-déjeuner, pique-nique et repas du soir, depuis le repas du premier soir jusqu'à la collation de midi du dernier jour
- Hébergement en dortoir de refuge de haute montagne

Le prix ne comprend pas

- Voyage aller et retour au lieu de rendez-vous
- Boissons
- Pique-nique du premier jour
- Tout ce qui ne figure pas dans « Le prix comprend ».

Frais à régler sur place par vous-même

- Boissons
- Pique-nique du premier jour

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 pour la Suisse](#)

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

Copyright © 2025 Alta-Via.fr - Tous droits réservés



Pique-nique du premier jour	
Carte d'identité Carte Vitale & Carte européenne de maladie (si concerné)	
Assurance assistance : téléphone et n° de contrat (si assurance hors Alta-Via)	
* = disponible en location (dans le kit classique et le kit élargi):	
* Chaussures de haute montagne semi-rigides	
* Crampons avec anti-bottes (adaptés et réglés aux chaussures de montagne)	
* Baudrier avec longe + mousqueton de sécurité	
* Piolet d'alpinisme	
* Casque d'alpinisme ou d'escalade	
** = disponible en location (dans le kit élargi):	
** Bâtons télescopiques de marche (1 ou 2)	
** Guêtres	
** Sac à dos environ 25-35 litres avec fixations pour le piolet	
** Lampe frontale (légère)	
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 fournies dans les 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)	