

**Suisse | Valais | Val d'Hérens | Mattertal**  
**Alpinisme | Grandes courses | 4000 | 3 jours**

0258

Les géants du Valais ! Les alpinistes les connaissent bien car ce sont des sommets que l'on peut voir depuis bien des endroits des Alpes. Aucun n'est facile, le départ se faisant sans remontées mécaniques, depuis le fond de la vallée. De plus, leurs voies, mêmes les plus simples, sont techniques avec des difficultés modérées mais soutenues en rocher et mixte.

Nous vous proposons de gravir certains des plus prestigieux par des voies classiques mais difficiles. Les arêtes de la Dent Blanche (4357 m), du Zinalrothorn (4221 m), l'Obergabelhorn (4063 m) et surtout du Weisshorn (4505 m) sont des escalades techniques, parfois très aériennes, et toujours longues. Vues les dénivellations, les difficultés et la longueur de chaque course, nous prévoyons de dormir une seconde nuit en refuge au retour du sommet, pour mieux répartir l'effort et pour profiter un peu plus de la montagne.

**Rendez-vous** vers 10 heures aux Haudères, à Zermatt, ou à Randa <https://maps.app.goo.gl/6kJwP4sjsBJNHPvW7>

**PROGRAMME AU JOUR LE JOUR**

**Jour 1 : Montée en cabane : cabane de la Dent Blanche 3507 m | cabane du Rothorn 3198 m | cabane du Weisshorn 2933 m**

Vérification du matériel puis longue montée en cabane. Nuit en dortoir en refuge de montagne.

**+1300 à 1600 m. 5 à 6 heures**

**Jour 2 : Les Géants de 4000 du Valais : Dent Blanche 4357 m | Ober Gabelhorn 4063 m | Zinalrothorn 4222 m | Weisshorn 4506 m**

Départ nocturne pour chacun de ses grands sommets de 4000. Retour à la cabane par le même itinéraire. Nuit en dortoir en refuge de montagne.

**+/- 900 m à 1200 m selon le sommet. 8 à 12 heures.**

**Jour 3 : Retour en vallée**

Ce matin nous laissons les alpinistes partir tôt. Lever vers 7 heures pour redescendre en vallée par l'itinéraire du premier jour. Séparation en vallée en milieu de journée.

**-1300 à 1600 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** Bonne expérience de l'alpinisme, avec plusieurs courses de niveau AD minimum déjà effectuées. Niveau d'escalade jusqu'à IV, pentes de neige/glace jusqu'à 50°. Très bonne forme physique et entraînement à la marche en montagne sur de longues durées, les parcours pouvant durer plus de 10 heures. Une acclimatation préalable à l'altitude est vivement recommandée. Suivant votre profil, une première ascension plus courte pour vérifier vos capacités sera proposée.

**HÉBERGEMENT** En refuge de haute-montagne gardé, aux installations sanitaires parfois sommaires et sans eau potable.

**ENCADREMENT** par un guide de haute montagne | Maximum 1 personne par guide

**DATES : de fin juin à début septembre**

#### Tarifs par personne 2025

##### Avec un guide en privé

*Avec un guide juste pour vous seul, vous choisissez vos dates.*

- 3 . 170 € seul avec le guide pour la Dent Blanche
- 3 . 170 € seul avec le guide pour l'Obergabelhorn ou le Zinarothorn
- 3 . 170 € seul avec le guide pour le Weisshorn



**INSCRIPTION en ligne** [www.alta-via.fr/form/0258](http://www.alta-via.fr/form/0258) 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
- 2 nuitées en dortoir de refuge de montagne en demi-pension
- Pique-niques et/ou collations de midi du deuxième et du troisième jour
- Eau minérale pendant les repas en cabane

#### Le prix ne comprend pas

- Pique-nique du premier jour (montée en cabane)
- Boissons
- Voyage aller et retour au lieu de rendez-vous (Ferpècles, Zermatt ou Randa)
- Frais de parking
- Tout ce qui ne figure pas dans « Le prix comprend ».

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

- Boissons
- Frais de parking

#### 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



### 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 <a href="#">crème AKILEÏNE® Nok</a> (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)	