

ALPINISME

# ASCENSION DU GRAND PARADIS ET DU MONT BLANC EN 5 JOURS

---

Ascension du Gran Paradiso et du Mont Blanc  
en 5 jours depuis Chamonix



# FRANCE



---

Grimpez deux grands sommets des Alpes lors d'un programme de 5 jours avec un guide spécialisé en haute montagne : Gran Paradiso (4 061 m) et Mont Blanc (4 808 m), par Goûter ou la route 4000.



## MOIS RECOMMANDÉS

MAY, JUNE, JULY, AUGUST, SEPTEMBER



## PRIX

À partir de **2.850€** /personne

Réductions pour groupes







# Points forts

---

- ASCENSION DE 2 QUARANTE-HUIT MILLE EN 5 JOURS
- RATIO GUIDE 2:1 POUR LE MONT BLANC ; 4:1 POUR LE GRAN PARADISO
- MONT BLANC PAR GOÛTER OU PAR LA ROUTE 4000
- DEPUIS CHAMONIX AVEC DES REFUGES DE HAUTE MONTAGNE.

# Groupe privé

100% personnalisable

À partir de (Personnes)	Catégorie	Disponibilité	Nb. jours	Prix/pers.
✘ Pas de groupes privés disponibles, uniquement groupes ouverts				

Voyagez avec votre famille ou groupe d'amis.

\*Confirmer la disponibilité à [info@b4experience.com](mailto:info@b4experience.com) / +34 613 03 77 00 / [www.b4experience.com](http://www.b4experience.com)

# Groupe ouvert

*Partagez l'expérience avec d'autres voyageurs*

Détails du voyage	Dates	N° jours	Places disp.	Prix par pers.
Gran Paradiso + Montblanc Gouter	30 juil. 2026	5	1	2.850€
Gran Paradiso + Montblanc Gouter	26 août 2026	5	1	2.850€

\*Confirmer la disponibilité à [info@b4experience.com](mailto:info@b4experience.com) / +34 613 03 77 00 / [www.b4experience.com](http://www.b4experience.com)



## Inclus

- Guide de Haute Montagne UIAGM avec une vaste expérience dans la zone
- Ratio guide 2:1 pour le Montblanc ; jusqu'à 4:1 pour le Gran Paradiso
- 1 nuit en demi-pension au refuge Vittorio Emanuele II
- Tous les frais du guide (nourriture, refuges et extras)
- Gestion des réservations dans les refuges
- Conseils techniques et matériel
- Bus Les Houches depuis/vers Chamonix

Dans le programme Montblanc - Route Goûter :

- 1 nuit en demi-pension au refuge Tête Rousse
- 1 nuit en demi-pension au refuge Goûter
- Train aller-retour depuis le Nid d'Aigle

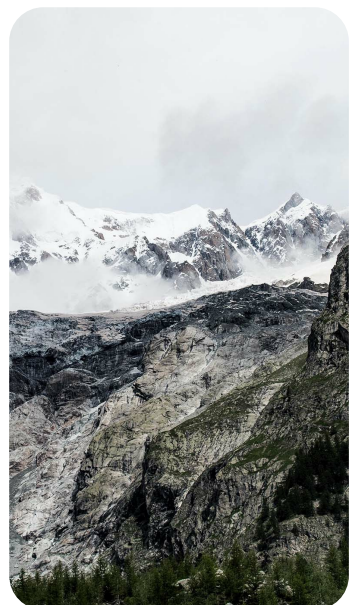
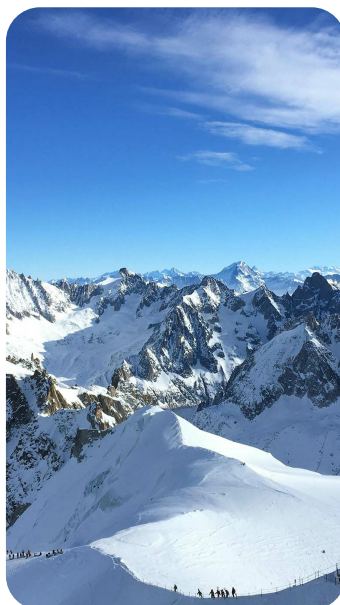
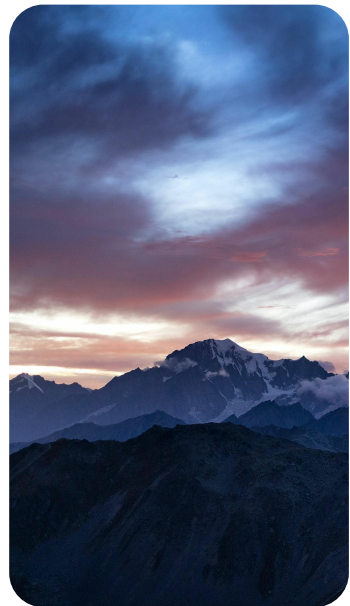
Dans le programme Montblanc - Route 4000s :

- 2 nuits en demi-pension au refuge Cosmiques.
- Téléphérique jusqu'à l'Aiguille du Midi.

## Non inclus

- Transport jusqu'au point de départ
- Matériel personnel d'escalade
- Assurance voyage/annulation : optionnelle mais recommandée (nous pouvons la gérer)
- Assurance secours : obligatoire (nous pouvons la gérer)
- Pourboires (optionnel)
- Tout ce qui n'est pas décrit dans la section « INCLUS ».







# Itinéraire

## Jour 1 : Chamonix – Refuge Vittorio Emanuele II

Rencontre avec le guide à Chamonix et transfert routier vers la vallée du Gran Paradiso, en Italie. Depuis le fond de la vallée, nous commencerons l'approche à pied jusqu'au refuge Vittorio Emanuele II, une montée confortable qui permet une entrée progressive dans l'univers alpin. Dîner et nuit au refuge.

**Hébergement : Refuge de montagne**

**Repas : dîner.**

## Jour 2 : Ascension du Gran Paradiso (4 061 m) et retour à Chamonix

Départ à l'aube pour monter au Gran Paradiso, l'un des quarante-huit mille les plus accessibles et esthétiques des Alpes. Après avoir atteint le sommet, descente dans la vallée et retour à Chamonix le même jour. Cette journée offre une excellente combinaison d'expérience alpine, d'altitude et de rythme avant la partie Mont Blanc.

**Hébergement : non inclus**

**Repas : petit déjeuner.**

## Jour 3 :

### Si l'itinéraire choisi est la route de Goûter :

Nous prendrons d'abord le téléphérique de Les Houches, pour rejoindre le train du Mont Blanc, qui nous mènera jusqu'au Nid d'Aigle à 2 372 mètres, point de départ de notre ascension. La marche jusqu'aux abords du refuge Tête Rousse (3 200 m) ne présente pas de difficulté.

### Si l'itinéraire choisi est la route des 4000 :

Depuis Chamonix, nous prendrons le téléphérique jusqu'à l'Aiguille du Midi (3 840 m). De là, nous irons au refuge des Cosmiques, où nous dînerons et irons nous coucher tôt, car il faudra se lever à l'aube.

**Hébergement : Refuge de montagne**

**Repas : dîner.**



#### **Jour 4 :**

##### **Si l'itinéraire choisi est la route de Goûter :**

À partir de ce point, la montagne devient raide et montre sa partie la plus dangereuse. En quittant le refuge de Tête Rousse et après environ 30 minutes, nous devons traverser rapidement le grand couloir descendant du sommet, le couloir de Goûter. De là, nous suivons une paroi verticale avec des pierres instables et des tronçons avec câble de sécurité, qui nous conduira au balcon même du refuge de Goûter, à 3 817 mètres.

##### **Si l'itinéraire choisi est la route des 4000 :**

Lors de cette journée clé pour l'acclimatation, nous partons du refuge des Cosmiques à l'aube pour monter au Mont Blanc du Tacul (4 248 m). Cette montée, en plus d'offrir des vues spectaculaires sur le massif, permet de s'entraîner sur terrain glaciaire, d'avancer encordés et de pratiquer la progression avec crampons et piolet en altitude. Après le sommet du Tacul, nous redescendons au refuge des Cosmiques pour nous reposer, bien nous hydrater et préparer l'équipement pour l'ascension finale du lendemain.

**Hébergement : Refuge de montagne**

**Repas : petit déjeuner + dîner.**

#### **Jour 5 : Sommet du Mont Blanc (4 808 m) – Chamonix**

##### **Si l'itinéraire choisi est la route de Goûter :**

Vers 2 heures du matin, nous prendrons le petit déjeuner pour pouvoir partir vers le sommet une heure à une heure et demie plus tard. Nous monterons l'Aiguille du Goûter à 3 863 mètres et le Dôme du Goûter à 4 304 mètres. À l'aube, nous serons approximativement près du refuge Vallot pour affronter la dernière partie de l'ascension par l'arête des Bosses. Nous arriverons entre 9 et 10 heures du matin au sommet du Mont Blanc. Nous ferons la descente en suivant le même parcours, en passant par le refuge de Goûter et en retournant à Chamonix. Nous descendrons jusqu'au Nid d'Aigle où nous prendrons le train, puis le téléphérique qui nous ramènera à Chamonix.

##### **Si l'itinéraire choisi est la route des 4000 :**

Nous nous lèverons très tôt le matin et commencerons à monter le Mont Blanc du Tacul (4 218 m). En traversant le col du Mont Maudit (4 465 m), nous suivons la pente prononcée qui mène au col de Brenva. Les premiers rayons du soleil teinteront de rouge chaud les cinq cents mètres qui nous séparent du sommet du Mont Blanc (4 808 m). La descente se fera par la voie de Goûter, arrivant – si tout va bien – à Chamonix en début d'après-midi. Le Mont Blanc fera alors partie de notre expérience alpine.

**Repas : Petit déjeuner.**

## **Politique de paiement et d'annulation**

**Réservation initiale :** Pour garantir votre place, un acompte de 30 % du montant total du voyage est demandé au moment de la réservation.

**Paiement final :** Le solde, équivalant à 70 % du montant total, doit être réglé au plus tard 60 jours avant la date de départ.

**Extras :** Les coûts supplémentaires du voyage, comme les assurances, les vols ou d'autres services optionnels, doivent être payés intégralement au moment de la réservation.

**Assurance annulation :** Le client peut souscrire une assurance annulation voyage pour obtenir le remboursement intégral des sommes versées (selon ses conditions).

L'utilisateur final peut renoncer au voyage contracté, avec droit au remboursement des sommes versées, sauf pénalités indiquées, mais doit en outre régler à l'Agence les montants indiqués ci-dessous une fois le voyage confirmé. Si le voyage ne se réalise pas faute d'un nombre minimum de participants, le client peut conserver le crédit pour de futurs voyages ou demander le remboursement intégral de la réservation.

### **Politique d'annulation 3 :**

- REMBOURSEMENT COMPLET JUSQU'À 24H APRÈS L'ACHAT
- Jusqu'à 60 jours avant le voyage, remboursement de 100 % du montant du voyage.
- Jusqu'à 45 jours avant le voyage, remboursement de 50 % du montant du voyage.
- Pour des délais inférieurs à ceux de la politique d'annulation, aucun remboursement ne sera effectué sur le montant déjà versé.

\*Des frais de gestion de 250 € s'appliquent.

\* Aucuns frais d'annulation des réservations déjà émises ne seront remboursés. Si d'autres frais non remboursables ont déjà été émis, ceux-ci ne seront pas non plus remboursés et seront déduits du montant à verser.

\*Le coût d'annulation des vols émis est de 100 % du montant.

Off Trail S.L. agit comme organisateur de ce voyage combiné. Pour les départs programmés ouverts, la réalisation du voyage nécessite un minimum de 2 personnes inscrites confirmées, l'information au voyageur étant transmise via le portail client lorsque ce minimum est atteint pour pouvoir confirmer le départ. En cas de non-atteinte du nombre minimum indiqué, l'organisateur pourra annuler le voyage et en informer le voyageur dans le délai légal applicable pouvant aller jusqu'à 20 jours calendaires avant le départ. Pour les départs privés ou les voyages sur mesure, le programme est considéré comme confirmé dès l'acceptation de la réservation, puisqu'il s'agit d'un voyage conçu spécifiquement pour le nombre de personnes indiqué dans le contrat et avec un prix ajusté à cette configuration. En cas d'annulation pour non-atteinte du minimum exigé, le voyageur aura droit au remboursement intégral des sommes versées, sans compensation supplémentaire.

## Liste du matériel

### VÊTEMENTS FONCTIONNELS :

- Veste Gore-Tex ou imperméable et respirante
- Pantalons imperméables pour la pluie
- Veste chaude : doudoune ou, de préférence, primaloft (car elle supporte l'eau)
- Polaire légère
- T-shirts à manches courtes à séchage rapide
- Pantalons élastiques, un peu plus épais, pour les jours ou nuits plus froids
- Pantalons de type trekking
- Ensemble pantalon et t-shirt thermique
- Sous-vêtements et vêtements de rechange

### MATÉRIEL D'ESCALADE :

- Crampons
- Harnais d'escalade
- 3 mousquetons de sécurité
- 1 sangle de 120 cm
- Piolet de 55 à 66 cm de long
- Casque d'escalade
- Si vous ne possédez pas de matériel d'escalade personnel, vous pouvez le louer à Chamonix. Jetez un œil à ce magasin de location.

### TÊTE :

- Casquette légère pour courir
- Bonnet en laine
- Tour de cou
- Masque de ski

### MAINS :

- Gants fins en polaire
- Gants en cuir
- Gants ou moufles thermiques haute résistance

### PIEDS :

- 2 paires de chaussettes de ski en mérinos : 1 fine et 1 épaisse
- Chaussures de trail légères ou chaussures de randonnée (ce que vous portez habituellement en montagne) Chaussures d'alpinisme
- Guêtres (uniquement si vos chaussures ne les ont pas intégrées)

### SACS À DOS :

- Sac à dos de montagne de 30 litres
- Petit sac de voyage (pour documents et portefeuille)

### MATÉRIEL DE REFUGE :

- Sac de couchage en soie (obligatoire dans tous les refuges)
- Bouchons pour les oreilles

### ACCESSOIRES :

- Lampe frontale et batterie ou batteries de rechange
- Crème solaire, baume à lèvres et après-soleil

### À MANGER / BOIRE :

- Gourde ou thermos, minimum 1 litre. Si vous choisissez un sac type Camelbak, gardez à l'esprit que le tube peut geler, il est donc recommandé d'emporter une bouteille auxiliaire
- Snacks, fruits secs, gels, hydratation et barres énergétiques suffisantes, barres protéinées, mélange de fruits secs, comprimés de magnésium et suppléments de récupération

### ÉQUIPEMENT DE VOYAGE :

- Vêtements décontractés
- Carte d'identité ou passeport, visa, argent liquide, documents d'assurance, carnet de vaccination
- Serviette en microfibre
- Trousse de premiers secours et médicaments
- Couverture thermique
- Téléphone portable et montre avec suivi d'itinéraire
- Powerbank, appareil photo, câbles de charge, écouteurs, perche à selfie...





# FAQs

## **Combien de jours dure le programme Gran Paradiso + Mont Blanc et quel est l'itinéraire ?**

Le programme dure 5 jours et combine deux ascensions emblématiques des Alpes : 2 jours au Gran Paradiso et 3 jours au Mont Blanc. Le jour 1, rencontre à Chamonix, transfert dans la vallée du Gran Paradiso et montée au refuge Vittorio Emanuele II. Le jour 2, ascension du Gran Paradiso (4 061 m) et retour à Chamonix. Le jour 3, début de la partie Mont Blanc qui peut se faire par Goûter ou par la route 4000. Prévoit deux nuits en refuge et retour à Chamonix le jour 5.

## **Quels sont les avantages de faire le Gran Paradiso avant le Mont Blanc ?**

Monter d'abord le Gran Paradiso est une excellente façon de s'acclimater et de préparer le corps avant d'affronter le Mont Blanc. Cela permet de passer une nuit en refuge, de progresser en altitude, de faire un sommet de plus de 4 000 mètres et de gagner en confiance avec le rythme alpin du voyage. Cette combinaison améliore l'adaptation à l'altitude, aide à arriver en meilleure condition pour la partie Mont Blanc et augmente les chances de succès au sommet. De plus, elle rend l'expérience beaucoup plus complète en reliant deux grands quarante-huit mille alpins en un seul voyage.

## **Quelles sont les différences entre la route de Goûter et la route 4000 pour monter au Mont Blanc ?**

Les deux itinéraires atteignent le sommet du Mont Blanc (4 808 m), mais présentent des différences notables dans leur approche. La route de Goûter est la plus classique et la plus fréquentée : physiquement exigeante, mais avec une moindre difficulté technique. Elle nécessite de traverser le Grand Couloir (zone à risque d'éboulements), de monter sur un sentier rocheux et de progresser sur un glacier ouvert jusqu'au sommet. En revanche, la route Cosmiques-4000s est plus alpine et technique, car elle traverse des glaciers complexes et des sommets intermédiaires comme le Mont Blanc du Tacul et le Mont Maudit. Elle inclut des passages exposés, des pentes plus inclinées et des sections avec cordes fixes, ce qui nécessite une plus grande expérience préalable avec crampons et piolet. De plus, la route Cosmiques forme un itinéraire circulaire, montant d'un côté et descendant par la route de Goûter, tandis que cette dernière est linéaire. Le choix dépend de votre expérience, de votre acclimatation et du type d'aventure recherché.

## **Quel niveau physique et technique est nécessaire pour ce programme de 5 jours ?**

Une très bonne condition physique et une expérience préalable en montagne sont requises. Il est important d'être habitué aux longues journées, aux dénivelés soutenus et au terrain alpin. Pour la partie Mont Blanc en particulier, il est nécessaire d'être à l'aise avec l'utilisation des crampons et du piolet et de pouvoir enchaîner plusieurs jours d'effort en altitude. Le programme de 5 jours est une bonne option pour ceux qui ne sont pas totalement acclimatés, car l'ascension du Gran Paradiso aide à préparer l'organisme avant la tentative du Mont Blanc.

## **À quelle période peut-on faire ce programme ?**

L'itinéraire est généralement ouvert de fin mai ou juin jusqu'à septembre ou octobre, selon les conditions d'enneigement et l'ouverture des refuges. La meilleure période pour réaliser l'ascension est généralement en juin, juillet et septembre, lorsque les températures sont plus modérées, la neige est plus stabilisée et l'itinéraire présente de meilleures conditions de sécurité. La route 4000 n'est pas pratiquée en août (en raison du risque d'éboulements dans certaines zones), tandis que la route de Goûter est actuellement disponible uniquement pour les départs programmés en raison de la disponibilité limitée des refuges.

### **Quelle est la proportion guide/client ?**

Pour la partie Mont Blanc, la proportion est de 2 alpinistes par guide, garantissant la sécurité, une attention personnalisée et le respect de la réglementation habituelle pour ce type d'ascension. Pour la partie Gran Paradiso, le ratio peut atteindre 4 personnes par guide. Cette combinaison permet de maintenir un niveau élevé de sécurité tout en optimisant la phase d'acclimatation du programme.

### **Est-il facile d'obtenir une place dans les refuges du Mont Blanc ?**

Non. La grande popularité du Mont Blanc fait que l'obtention d'un hébergement dans les refuges de la route de Goûter (Tête Rousse et Goûter) devient de plus en plus difficile. Les réservations pour les agences professionnelles ouvrent avant Noël et s'épuisent généralement en quelques semaines pour toute la saison. Donc, si vous rêvez de monter au Mont Blanc, nous vous recommandons de ne pas attendre la dernière minute ; idéalement, pour garantir votre place à la date souhaitée, vous devez réserver 6 à 7 mois à l'avance.

### **Quel matériel et quel type de chaussures dois-je avoir ?**

Il est indispensable d'apporter des chaussures d'alpinisme adaptées, compatibles avec des crampons automatiques ou semi-automatiques. Les chaussures de trekking ou de randonnée ne conviennent pas. De plus, vous aurez besoin de matériel technique comme des crampons, un piolet, un casque, un harnais, des vêtements de haute montagne en couches, des gants, des lunettes de glacier et une lampe frontale parmi d'autres éléments. Un équipement inadapté peut empêcher la pratique en toute sécurité. Dans la section « matériel », vous pouvez vérifier la liste complète du matériel obligatoire. Avant le départ, nous proposons des conseils techniques et sur le matériel pour vérifier que tout l'équipement est correct et, si nécessaire, vous orienter sur la location ou l'achat.

### **L'hébergement en refuges est-il inclus ?**

Oui. Le programme inclut l'hébergement en demi-pension dans les refuges. La nuit du jour 2 à Chamonix n'est pas incluse.

### **Est-il obligatoire de souscrire une assurance secours ?**

Oui, l'assurance secours est obligatoire. Le secours en montagne dans les Alpes peut coûter très cher (plus de 10 000 euros), il est donc nécessaire d'avoir une assurance couvrant les secours en hélicoptère pour cette activité spécifique. Si vous avez des questions sur l'assurance secours couvrant l'activité, contactez-nous pour que nous vous conseillions.





# **Contact**

*info@b4experience.com*

*www.b4experience.com*

*+34 613 03 77 00*

