

TRAIL RUNNING

TOUR DES POINTS FORTS DU MONTBLANC AVEC NÚRIA PICAS

Courez sur les meilleurs sentiers du Montblanc
accompagné d'une légende de l'UTMB®



B4Experience

FRANCE



Vivez une semaine inoubliable de trail running sur les meilleurs tronçons du Tour du Montblanc, accompagné de Núria Picas avec un petit groupe de seulement 7 personnes. Hébergement dans un chalet de montagne à Les Houches, pension complète et itinéraires guidés chaque jour.

Voir le programme sur le web

<https://b4experience.com/montblanc-highlights-tour-with-nuria-picas>



MOIS RECOMMANDÉS

JULY



PRIX

Dès 1.550€ / pers.

Réductions pour groupes





Highlights

- COUREZ AVEC NÚRIA PICAS SUR LES SENTIERS DE L'UTMB®
- DÉCOUVREZ DES PAYSAGES ALPINS SPECTACULAIRES CHAQUE JOUR
- CONFORT DANS UN CHALET EXCLUSIF EN PENSION COMPLÈTE
- PERFECTIONNEZ VOTRE TECHNIQUE DE TRAIL RUNNING SUR TERRAIN RÉEL.

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 vos amis.

*Contactez-nous pour vérifier la disponibilité via info@b4experience.com / +34 613 03 77 00 / www.b4experience.com

Groupe ouvert

Partagez l'expérience avec d'autres voyageurs

Catégorie	Dates	Nb. jours	Places dispo.	Point de départ	Prix / pers.
Tour Mont Blanc Núria Picas trailrunning	14 juil. 2026	6	5	Chamonix	1.550€
Tour Mont Blanc Núria Picas trailrunning	19 juil. 2026	6	5	Chamonix	1.550€

**Contactez-nous pour vérifier la disponibilité via info@b4experience.com / +34 613 03 77 00 / www.b4experience.com*



Inclus

- Guide Núria Picas, gagnante de l'UTMB®
- Groupe réduit de seulement 7 personnes.
- 6 itinéraires de trail running.
- Ateliers pour améliorer votre technique de trail.
- 5 nuits en chalet à Les Houches, Chamonix.
- Pension complète : petit-déjeuners, déjeuner pique-nique et dîners.
- Transferts privés internes chaque jour.
- Pack de bienvenue.
- Voiture de soutien pour incidents et transferts.
- Conseils techniques et matériel avant le voyage.

Non inclus

- Vols et/ou transferts à Chamonix (nous pouvons les gérer)
- Assurance voyage / accident / médicale / évacuation (nous pouvons les gérer)
- Pourboires (optionnel)
- Tout ce qui n'est pas inclus dans la section « INCLUS ».



Itinéraire

JOUR 1 : ARRIVÉE À LES HOUCHES ET ÉTAPE PROLOGUE

Arrivée au chalet à Les Houches et sortie tranquille l'après-midi pour acclimater le corps à l'environnement alpin. Nous réalisons l'étape « prologue » (Chamonix - Les Houches), notre premier contact avec les sentiers de la vallée et les vues spectaculaires du Montblanc.

Distance : 8 km · Dénivelé positif : +200 m.

Hébergement : Chalet

Repas : Dîner.

JOUR 2 : LES HOUCHES – LES CONTAMINES (FRANCE)

Étape variée traversant forêts denses et prairies alpines, avec panoramas continus sur le massif. On passe le Col de Voza et descend dans la vallée de Les Contamines.

Distance : 22,5 km · Dénivelé positif : +1 400 m

Hébergement : Chalet
Repas : Petit déjeuner + Pique-nique + Dîner.

JOUR 3 : LES CONTAMINES – LES CHAPIEUX (FRANCE)

Journée exigeante et de haute montagne. Ascension des mythiques Cols du Bonhomme et de la Croix du Bonhomme, pour finir dans la belle et reculée vallée de Les Chapieux.

Distance : 19 km · Dénivelé positif : +1 350 m

Hébergement : Chalet

Repas : Petit déjeuner + Pique-nique + Dîner.

JOUR 4 : COURMAYEUR – LA PEULE (ITALIE – SUISSE)

Journée reine du voyage. Depuis Courmayeur, ascension au refuge Bonatti et passage par le Grand Col Ferret vers les vallées suisses verdoyantes. Étape alpine aux paysages imposants.

Distance : 27 km · Dénivelé positif : +1 950 m

Hébergement : Chalet

Repas : Petit déjeuner + Pique-nique + Dîner.

JOUR 5 : CHAMPEX-LAC – VALLORCINE (SUISSE – FRANCE)

Traversée dynamique entre lacs et forêts suisses, franchissant le Col de la Forclaz. Idéal pour courir avec fluidité, profiter de l'environnement et savourer le flow des sentiers alpins. Distance : 26 km · Dénivelé positif : +1 700 m

Hébergement : Chalet

Repas : Petit déjeuner + Pique-nique + Dîner.

JOUR 6 : COL DES MONTETS – CHAMONIX (FRANCE)

Dernière étape pleine d'émotion. Ascension à la Flégère avec vues inoubliables et descente vers Chamonix. Une journée parfaite pour célébrer la semaine vécue.

Après la dernière étape, il est temps de faire le check-out. Fin de la traversée.

Distance : 15 km · Dénivelé positif : +800 m

Repas : Petit déjeuner + Pique-nique + Dîner.

Politique de paiement et d'annulation

Politique de réservation et d'annulation

Réservation initiale : Pour garantir votre place, un paiement initial de 30% du montant total du voyage est requis au moment de la réservation.

Paiement final : Le reste, équivalent à 70% du total, doit être payé au plus tard 60 jours avant la date de départ.

Extras : Les frais supplémentaires du voyage, tels que assurances, vols ou autres services optionnels, doivent être réglés intégralement au moment de la réservation.

Assurance annulation : Le client peut souscrire une assurance annulation de voyage pour récupérer le montant total payé (selon les conditions de l'assureur).

Droit de rétractation : L'utilisateur final peut se désister du voyage souscrit, avec droit au remboursement des sommes versées, sauf pénalités indiquées. De plus, une fois le voyage confirmé, il devra payer à l'Agence les montants détaillés ci-dessous. Si le voyage n'a pas lieu faute d'un minimum de participants, le client pourra conserver le crédit pour des voyages futurs ou demander le remboursement intégral du montant versé.

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

Annulations moins de 45 jours avant : le paiement déjà effectué ne sera pas remboursé

*Des frais de gestion de 250 € s'appliquent

*Les frais d'annulation de réservations déjà émises ne seront pas remboursés. Si d'autres coûts non remboursables ont déjà été effectués, ils ne seront pas non plus remboursés et seront déduits du montant total.

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

Liste du matériel

VÊTEMENTS FONCTIONNELS

- Veste Softshell (coupe-vent, déperlante, légère) pour activités normales ou Hardshell (Gore Tex imperméable) uniquement en cas de très mauvais temps
- Pantalons légers imperméables
- Veste chaude : duvet ou de préférence Primaloft (car résiste mieux à l'eau)
- Polaire légère
- Shorts et tshirts techniques (à séchage rapide)
- Sous-vêtements.

TÊTE

- Casquette légère pour courir
- Bonnet en laine
- Tour de cou
- Lunettes de soleil

MAINS

- Gants fins en polaire
- Bâtons de trekking

PIEDS

- Chaussettes
- Chaussures de trail
- Sandales/claquettes/chaussures supplémentaires pour le quotidien.

SACS À DOS

- Gilet de trail running.

ACCESSOIRES

- Lampe frontale et batterie(s) de rechange
- Crème solaire, baume à lèvres et after sun.

NOURRITURE / BOISSON

- Système d'hydratation minimum 1 L (Camelbak, gourde ou bouteille souple)
- Snacks, fruits secs, gels, hydratation et suffisamment de barres énergétiques, barres protéinées, mélange de fruits secs, comprimés de magnésium et compléments de récupération.

ÉQUIPEMENT DE VOYAGE

- Vêtements informels
- Carte d'identité ou passeport, argent liquide, documents d'assurance.
- Serviette
- Trousse de premiers soins et médication
- Couverture thermique
- Téléphone portable et montre avec trace des parcours
- Écouteurs, livres...

FAQs

Quel climat puis-je attendre ?

En été, le climat dans les Alpes peut varier. On peut s'attendre à du beau temps, mais aussi à des pluies ou des changements rapides. Il est essentiel d'emporter des vêtements techniques et d'être préparé à des conditions variables.

Combien de kilomètres et de dénivelé comporte l'itinéraire ?

Il faut être capable de courir des parcours de 20 à 30 km et plus de 1 500 m de dénivelé positif par jour pendant plusieurs jours consécutifs. Ce voyage n'est pas destiné aux débutants. Il est nécessaire d'avoir de l'expérience en montagne, savoir gérer des efforts prolongés et évoluer en sécurité sur terrain technique. Bien que exigeant, le rythme est adapté au groupe, avec un soutien logistique et un guide à tout moment.

Dois-je être un coureur élite pour participer ?

Bien sûr que non ! Il faut être en bonne forme physique et avoir une expérience préalable en courses ou traversées de montagne, mais ce n'est pas une compétition. Le groupe court ensemble, avec des arrêts fréquents pour profiter du paysage. Nous disposons également d'un véhicule de soutien logistique, disponible en cas d'incidents ou si un participant a besoin de repos ou d'un transfert ponctuel.

Combien de personnes y a-t-il dans le groupe ?

Le groupe est limité à un maximum de 7 personnes, ce qui permet une expérience proche, dynamique et très personnalisée. L'équipe est composée d'un guide (Nuria Picas) et du personnel de soutien logistique, chargé des transferts et de la cuisine.

Qu'est-ce qui distingue ce tour des autres voyages de trail ?

La combinaison d'un parcours mythique comme le TMB, la présence de Núria Picas — gagnante de l'UTMB —, l'accompagnement professionnel et la logistique soignée font de cette expérience quelque chose de vraiment unique. Certaines personnes l'utilisent comme préparation idéale pour l'UTMB, car la course a lieu seulement un mois plus tard. Mais au-delà de la performance, il s'agit de vivre une aventure humaine et alpine inoubliable, en partageant le chemin avec une référence mondiale du trail.

Quel type de nourriture est proposé ?

Le voyage inclut une pension complète : petit-déjeuner, pique-nique pour la route et dîner maison au chalet, préparé par un cuisinier. Des menus peuvent être adaptés pour les régimes végétariens ou avec restrictions si communiqué à l'avance. Maintenir une bonne nutrition pendant la traversée est essentiel pour bien performer.

Comment rejoindre Les Houches/Chamonix ?

Le moyen le plus rapide est de voler à l'aéroport de Genève (GVA), puis de prendre un bus direct pour Chamonix, qui prend environ 2 heures et propose plusieurs départs par jour. De plus, l'organisation coordonne souvent des covoiturages depuis Barcelone, une option très pratique et économique pour ceux venant d'Espagne, car les frais de voyage sont partagés et le trajet se fait en groupe.

Quel type d'hébergement est inclus dans le voyage ?

Nous logeons dans un chalet de montagne typique à Les Houches. Le groupe dispose d'un usage exclusif de l'hébergement, dans des chambres partagées, avec des espaces communs accueillants et tout le confort nécessaire.

Comment sont les trajets de chaque jour ?

Chaque jour, une étape différente du Tour du Montblanc est réalisée, en choisissant les tronçons les plus spectaculaires. Ce sont des itinéraires exigeants, mais il y a la possibilité de faire des versions plus courtes si nécessaire.

Des transferts sont-ils inclus pendant la semaine ?

Oui, chaque matin, un véhicule conduit le groupe au point de départ de la route et vient le chercher à la fin pour retourner au chalet.

Que dois-je emporter dans mon sac à dos pendant les itinéraires ?

Il est recommandé d'emporter un gilet de trail running avec seulement l'essentiel : eau, un peu de nourriture, coupe-vent, imperméable et éléments de sécurité personnelle. Une liste détaillée est fournie avant le voyage.

Puis-je participer si j'ai une blessure récente ?

Ce n'est pas recommandé. Ce voyage exige plusieurs journées intensives. Si vous traînez une blessure, il est préférable d'attendre d'être complètement rétabli.

Puis-je venir seul ou ai-je besoin d'accompagnant ?

Vous pouvez venir seul sans problème. En fait, beaucoup de personnes s'inscrivent individuellement. Vous partagerez l'expérience avec un petit groupe et des affinités.



Contact

info@b4experience.com

www.b4experience.com

+34 613 03 77 00

[Voir le programme sur le web](#)

Trail Running

info@b4experience.com / +34 613 03 77 00

