

ENDURO TOUR DU MONT-BLANC

À partir de
715 €/pers
4 jours / 3 nuits

DATES 2018
Sur demande
de juin à septembre

LES + DU SÉJOUR

- *Un tour mythique*
- *Encore + de singletracks !*
- *Moins de montées*
- *Une vraie assistance technique*
- *Un petit groupe (5 à 7 pers.)*

Quatre jours de pur ride au cœur du massif du Mont-Blanc,
avec un itinéraire spécialement étudié pour l'enduro.
Navette minibus et pension complète en gîte ou refuge, gastronomie
transalpine pour recharger les batteries.

LE PARCOURS

JOUR 1 : BEAUFORT – LES CONTAMINES

D+ 600 m, D- 3200 m, 45 km

Rendez-vous à 9 h à la gare SNCF d'Albertville et transfert vers Beaufort. Au pied du massif du Mont-Blanc, le Beaufortain est « le spot enduro » du secteur. Beaucoup de sentiers naturels vraiment top entre alpages et forêts. Une bonne grimpette jusque vers 2300 m avant de rouler un trail magique, perché entre deux lacs couleur émeraude. Descente d'anthologie jusqu'au village de Beaufort (800 m). Navette sur les Saisies pour un autre run. Navette au col du Joly avant une longue et belle descente sur les Contamines. Nuit en gîte.



JOUR 2 : LES CONTAMINES – LA FOULY (SUISSE)

D+ 800 m, D- 3500 m, 45 km

Descente sur Saint-Gervais avant un transfert en vallée de Chamonix, puis direction Le Tour où les remontées mécaniques nous aident à rejoindre le col de Balme et la frontière franco-suisse. Descente d'anthologie sur le village de Trient.

Montée au col de la Forclaz par le fond de la vallée de Trient. Descente jusque dans les vignes et les pêcheurs de la vallée de Martigny. Transfert à la petite station de ski de Champex-le-Lac. Superbe descente sur le Val Ferret suisse. Transfert et nuit en gîte à la Fouly.

JOUR 3 : LA FOULY – COURMAYEUR (ITALIE)

D+ 1300 m, D- 1800 m, 36 km

Par une piste d'alpage, nous grimpons facilement jusqu'au refuge de la Peule (2300 m). De là, ascension finale avec quelques poussettes jusqu'au Grand Col Ferret (2537 m) qui marque la frontière italo-suisse.

Ambiance haute montagne garantie face au glacier du mont Dolent. Descente technique dans le Val Ferret italien, avant de remonter sur un single mythique en balcon, face aux Grandes Jorasses. Récupération à la glace italienne et nuit sur Courmayeur.

JOUR 4 : COURMAYEUR – VALLÉE DE LA TARENTAISE

D+ 600 m mini, D- 3000 m environ, 45 km environ

Depuis Courmayeur, transfert au mythique col frontière du Petit-Saint-Bernard (2188 m) puis longue descente sur Bourg-Saint-Maurice. Suivent quelques runs sur les meilleurs trails de la région. Surprise !!!

Retour à Albertville vers 17 heures.

IMPORTANT : Le programme n'est donné qu'à titre indicatif. Il faudra nous adapter aux aléas de la météo et aux conditions de la montagne et des participants. En dernier ressort, le moniteur reste seul décideur du programme, qu'il peut modifier en raison d'impératifs de logistique et de sécurité.





INFOS PRATIQUES

LE TERRAIN. Les montées s'effectuent le plus souvent sur des chemins 4x4 et les descentes sur des petits sentiers de montagne. Quelques zones de poussage ou portage. L'altitude maximale est de 2537 mètres au Grand Col Ferret, et la minimale de 600 mètres.

LE NIVEAU DEMANDÉ. *Physique* : Être capable de réaliser des dénivelés positifs journaliers de plus de 1500 m, et cela sur plusieurs jours. *Technique* : Maîtriser parfaitement son freinage, savoir aborder des passages raides, choisir une trajectoire idéale à vitesse très lente, franchir des petits obstacles, bien connaître ses limites sur les passages engagés.

FORMALITÉS. Le raid se déroulant sur trois pays, vous devez vous munir impérativement de votre carte d'identité ou de votre passeport en cours de validité.

HÉBERGEMENT. Nuit en gîte ou refuge de montagne. Chambres sous forme de petits dortoirs. Couvertures et couettes fournies. Drap de sac ou sac à viande à prévoir.

NOURRITURE. Dîner et petit-déjeuner pris au gîte ou refuge. Pour le midi, un pique-nique sera fourni à chacun, tous les matins. L'accent est souvent mis sur la cuisine locale montagnarde.

TRANSPORT DES BAGAGES. Vos bagages seront transportés par le véhicule d'assistance et devront se limiter à un sac de voyage par personne. Le véhicule transportera également une caisse à outils permettant de couvrir les petits problèmes techniques et de retaper les montures le soir venu.

ASSISTANCE MÉDICALE. Nous transportons une pharmacie qui est étudiée pour couvrir les premiers soins et les désagréments classiques de ce type de raid à VTT. Vous devez toutefois vous munir d'une petite pharmacie personnelle (*liste ci-dessous*). Nous ne disposons, dans la pharmacie, d'aucun médicament.

Pharmacie personnelle : Vos médicaments habituels (si vous êtes en cours de traitement), crème solaire, papier hygiénique et briquet pour sa destruction, petit rouleau d'élastoplast et double peau (type Compeed), collyre neutre, compresses, désinfectant, sparadrap. Un traitement contre les diarrhées et problèmes digestifs est un plus.



VOTRE MATÉRIEL

Partir avec un vélo parfaitement révisé et en bon état, c'est mettre toutes les chances de son côté pour réussir son voyage.



LE MATÉRIEL CYCLE INDIVIDUEL À PRÉVOIR

- 1 VTT typé all-mountain, enduro tout suspendu de préférence
- prévoyez une révision des freins à disque avant le départ et deux jeux de plaquettes
- 1 patte de dérailleur adaptée à votre modèle de cadre
- 3 chambres à air
- 1 kit réparation rustines+colle
- 2 paires de plaquettes de frein
- 1 mini-pompe
- 1 couteau
- 1 câble de dérailleur arrière

AFFAIRES PERSONNELLES

Pour le soir :

- sac à viande (ou drap de sac) pour s'isoler des couvertures dans les hébergements
- lampe frontale
- un pantalon léger et tenue complète chaude de rechange
- une deuxième paire de chaussures ou sandales
- trousse de toilette + serviette

Pour la journée :

- 1 casque, obligatoire
- 2 tenue manches et jambes courtes (short cuissard + maillot)
- 1 tenue manches et jambes longues en cas de temps froid
- bonnet et gants longs
- 1 couche chaude type polaire
- 1 veste imperméable
- 1 sac à dos d'environ 15 à 20 litres pour mettre vos affaires de la journée
- chaussures: privilégiez des semelles souples, plus confortables dans les portages.
- hydratation : prévoir une capacité d'1,5 litre minimum

PRIX / DATES

« RAID ENDURO VTT AUTOUR DU MONT-BLANC »

4 jours et 3 nuits : **715 € / personne.**

5 participants minimum

Notre prix comprend : L'encadrement, la pension complète (du midi du J1 au midi inclus du J4), le transport des bagages, l'assistance technique, les remontées mécaniques au programme.

Notre prix ne comprend pas : Votre acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous. Les boissons et encas personnels, votre assurance individuelle, votre vélo et votre équipement personnel, et en général tout ce qui n'est pas mentionné dans « notre prix comprend ».

DÉPARTS EN 2018

Sur demande de juin à septembre

Si vous désirez arriver la veille du départ ou repartir le lendemain du dernier jour, nous pouvons vous communiquer quelques adresses d'hébergement.

EPIC Singletrack



PHOTOS PIERRE BOULONNAIS

CONTACT

 EPIC SINGLETRACK - MTB TRIP

 PIERRE BOULONNAIS
Moniteur de VTT

Mail : pierreboulonnais@yahoo.fr

Tél : +33 (0) 73 34 31 70