



# OBJETIVO MONT BLANC

**Esquí de montaña**

**muntania**   
Tu agencia de viajes

## ÍNDICE

|     |                                       |    |
|-----|---------------------------------------|----|
| 1   | Presentación .....                    | 1  |
| 2   | El destino .....                      | 2  |
| 3   | Datos básicos .....                   | 3  |
| 3.1 | Nivel físico y técnico requerido..... | 3  |
| 4   | Programa .....                        | 4  |
| 4.1 | Programa resumen .....                | 4  |
| 4.2 | Programa detallado .....              | 5  |
| 5   | Precio. Incluye/No incluye .....      | 7  |
| 5.1 | Incluye.....                          | 7  |
| 5.2 | No incluye .....                      | 7  |
| 6   | Más información .....                 | 7  |
| 7   | Puntos fuertes.....                   | 11 |
| 8   | Otros viajes similares .....          | 11 |
| 9   | Contacto .....                        | 11 |

## 1 Presentación

Te proponemos unos días de **esquí de montaña** en el valle de **Aosta** y de **Chamonix-Mont-Blanc**, con un objetivo: conquistar la cima del **Gran Paradiso** y del **Mont Blanc** (4.810 m) con esquís, en lo más alto de los Alpes.

Iniciaremos el viaje con la conquista del **Gran Paradiso** que nos servirá como aclimatación para próximas aventuras de mayor envergadura.

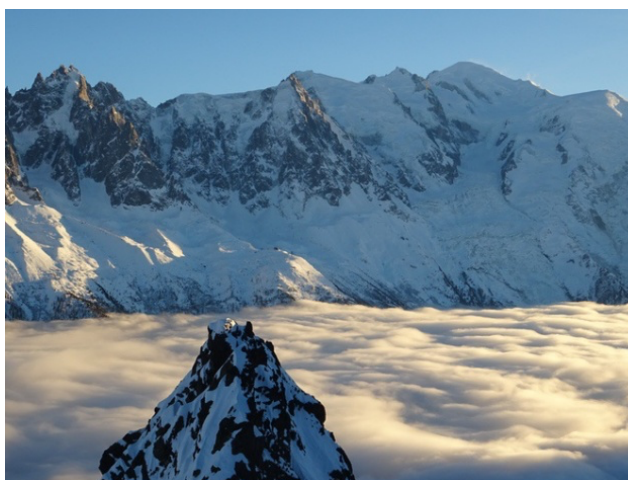
Cambiando de valle, desde **Chamonix**, nos adentraremos por el **Glaciar de Bossons** para alcanzar la cumbre del **Mont Blanc**. Deslizarnos con nuestros esquís por estas laderas es uno de los mayores placeres que ofrece esta montaña.

## 2 El destino

El macizo del **Mont Blanc** forma parte de los llamados **Alpes Grayos**, en el sector de los Alpes del noroeste. Se extiende por Francia (Saboya), Italia (Piamonte y el Valle de Aosta), y Suiza (Valais occidental). Su cumbre más alta es la que le da nombre, el **Mont Blanc**, que con sus 4.810,45 metros (según la última medición oficial de 2009) es la montaña más alta de Europa occidental.

El nombre del macizo del **Mont Blanc** está fuertemente ligado al del **valle de Chamonix**. De hecho hablar de Chamonix y del Mont Blanc es hablar de la historia del alpinismo. Se considera que el alpinismo nació en este valle cuando Horace-Bénédict de Saussure ofreció una suma de dinero considerable a aquel que encontrara un camino practicable hasta la cima del Mont Blanc, conocida como la Montaña Maldita. Fueron el guía **Jacques Balmat** y el doctor **Michel Paccard** los que en 1786 se llevarían no solo el dinero sino también el nombre de la montaña, pues el rey de Cerdeña, soberano de Piamonte y Saboya autorizó al guía a llamarse Jacques Balmat dit le Mont Blanc.

Chamonix ostenta el título de **municipio más alto de Francia** (el centro de la ciudad está a 1.035 metros) y el valle es uno de los destinos naturales más visitados del mundo. Durante todo el año Chamonix es un ir y venir de gentes de todo el mundo, la mayoría de paso para disfrutar de unos días de esquí, alpinismo, senderismo o de cualquier otra actividad de montaña.



El **Valle de Aosta** es una fantástica región rodeada de inmensas montañas, donde encontraremos desde primitivas murallas y fortalezas feudales, a una variada fauna de gamuzas, águilas reales, marmotas, etc., que la convierten en lugar idílico para practicar deportes al aire libre, o disfrutar de su rica artesanía de madera y piedra, y su sabrosa gastronomía donde no faltaran sus quesos, vinos, el Genépy o el típico café a la valdostana.



### 3 Datos básicos

Destino: Macizo del Mont Blanc (Francia, Italia, Suiza) y el valle de Aosta.

Actividad: Esquí de Montaña.

Nivel físico/técnico requerido: C/B.

Duración: 4 días de actividad.

Época: de abril a finales de mayo.

Grupo mínimo-máximo: 1-2 personas.

#### 3.1 Nivel físico y técnico requerido

Se requiere un buen estado de forma para afrontar desniveles importantes y exigentes, tanto por la altitud de su recorrido, como por los metros de desnivel que se hacen en cada jornada. Buen nivel de esquí y estar habituado al uso de crampones y piolet.

| Nivel físico requerido para esta actividad |                                                                                                                     |
|--------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>A</b>                                   | Forma física normal, practica deporte de vez en cuando<br>Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 800 m        |
| <b>B</b>                                   | Forma física buena, con hábito de hacer deportes aeróbicos.<br>Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.200 m |
| <b>C</b>                                   | Forma física muy buena.<br>Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.500 m                                     |

#### Algunas aclaraciones del nivel físico requerido

El nivel físico exigido lo marca el desnivel máximo acumulado a lo largo de una jornada.

El nivel físico exigido no lo marca la etapa con mayor desnivel, lo marca el promedio medio de todas las jornadas que componen la actividad.

El ritmo de progresión se hace más constante y con descansos más cortos a medida que pasamos del nivel A al nivel C. En ningún caso, es necesario ir corriendo para realizar cualquier actividad en ninguno de los niveles.

| Nivel técnico requerido para esta actividad |                   |                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>A</b>                                    | EM/S1-S2          | Sin experiencia o con poca experiencia en esquí de montaña que, aunque bajan en paralelo en pista tienen dificultades en los descensos fuera de pista |
| <b>B</b>                                    | EB/S2-S3          | Ya iniciados con dominio del paralelo en pendientes de hasta 35 °                                                                                     |
| <b>C</b>                                    | EB-EMB<br>BAJO/S4 | Con experiencia, esquián en cualquier pendiente no extrema (hasta 35°-40°) mediante distintas técnicas de descenso                                    |
| <b>D</b>                                    | EMB/S4-S5         | Con experiencia que esquián en cualquier pendiente (hasta 45°) dominando el salto de colas                                                            |

#### Algunas aclaraciones del nivel técnico requerido para esta actividad.

En la mayoría de nuestras actividades es necesario tener un nivel B. EB/S2-S3.

La letra del nivel físico no coincide con la letra del nivel técnico.

Experiencia previa en esquí de montaña. Menos que se indique lo contrario, en todas las actividades es necesario tener experiencia previa. Además, según el itinerario, se indicará la obligación de tener experiencia de algún tipo de actividad parecida.

Únicamente salidas destinadas a tener un bautismo en esquí de montaña o cursos de iniciación al esquí de montaña no serán necesario experiencia previa.

Siempre es necesario tener experiencia en esquí de pista y dominar el paralelo en cualquier tipo de pendiente en una estación menos que se indique lo contrario.

| Escala Blachère según el nivel técnico del esquiador |                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>EM</b>                                            | Esquiador medio que se desenvuelva por pendientes moderadas y amplias de hasta 25º                                                |
| <b>EB</b>                                            | Buen esquiador, capaz de afrontar pendientes de 30º-35º y nieves difíciles                                                        |
| <b>EMB</b>                                           | Muy buen esquiador, hasta en pendientes de 40-45º, con pasos expuestos y nieves de todo tipo                                      |
| <b>EE</b>                                            | Esquiador excelente: capaz de afrontar pendientes de hasta 50º, con pasajes obligatorios algo expuestos y con nieves de todo tipo |
| <b>EX</b>                                            | Esquiador extremo, capaz de afrontar pendientes de más 50º, con pasajes obligatorios muy expuestos y con nieves de todo tipo      |

| Escala Traynard |                                                                                                                                                       |
|-----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>S1</b>       | Terrenos poco inclinados con facilidad para el giro. Zonas muy adecuadas para la iniciación en el fuera de pista                                      |
| <b>S2</b>       | Terrenos poco inclinados o moderada inclinación (hasta 25º) pero con amplitud para el giro y sin obstáculos.                                          |
| <b>S3</b>       | Pendiente moderada (hasta 35º). Sin dificultad en todo tipo de nieve. Descensos que se pueden considerar accesibles a esquiadores buenos o muy buenos |
| <b>S4</b>       | Pendiente mantenida superior hasta 45º en terreno con poca exposición y entre 35º-40º en terreno expuesto, estrecho y obligado.                       |
| <b>S5</b>       | Pendientes muy fuertes, inclinación superior a los 45º-50º, terreno muy obligado y con exposición. ¡Prohibido caerse!                                 |
| <b>S6</b>       | Inclinación mantenida superior a los 50º en terreno expuesto o más de 55º en terreno poco expuesto.                                                   |

## 4 Programa

A continuación, puede ver el **Programa resumen** (objetivo de la jornada y desniveles) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

### 4.1 Programa resumen

Día 1. Encuentro en **Chamonix**. Descripción de itinerario, etapas y revisión de material.

Alojamiento en el Valle de Chamonix.

Día 2. Jornada de aclimatación. **Valle Blanco y noche en el refugio de Torino** (3.335 m). Noche en altura.

Desnivel+: +950m Desnivel – 1.250 m.

Día 3. **Refugio Torino- Col d'Entrevés-Aiguille du Midi**

Desnivel+: +950m Desnivel – 450 m.

Alojamiento en Valle de Chamonix.

Día 4. **Refugio de Grands Mulets** (3051m.)

Desnivel + 600 m.

Alojamiento en el refugio.

Día 5. **Ascensión al Mont Blanc** (4810m)

Alojamiento en Valle de Chamonix.

Desnivel: +1800m, Desnivel –2400m

Día 6. Viaje de regreso.

\*Las dos jornadas de aclimatación pueden modificarse por otras en función de la experiencia, meteorología e interés de los participantes.

## **4.2 Programa detallado**

Día 1. Encuentro en **Chamonix. Descripción de itinerario, etapas y revisión de material.**

Alojamiento en el Valle de Chamonix.

Día 2. Jornada de aclimatación. Valle Blanco y noche en el refugio de Torino (3.335 m). Noche en altura.

Primera jornada en montaña. Ganaremos altura de forma cómodo utilizando el teleférico de la Aiguille du Midi. Bajaremos disfrutando de este bello rincón de los Alpes esquiando hasta el refugio Requin. Tras hidratarnos y alimentarnos, emprendemos el ascenso hasta el refugio Torino.

Desnivel+: +950m Desnivel – 1.250 m.

**Día 3. Refugio Torino- Col d'Entrevés-Aiguille du Midi**

Continuaremos en altura para unir el refugio Torino con la Aiguille du Midi. No iremos de forma directa por la línea más corta si no que aprovecharemos la jornada para perder unos metros antes de afrontar el ascenso hasta la Aiguille du Midi.

Desnivel+: +950m Desnivel – 450 m.

Si las condiciones son buenas y no es demasiado tarde, disfrutaremos de nuevo del descenso del Valle Blanco pero en esta ocasión no nos quedaremos en el refugio Requin, acabaremos bajando bastante más (sumando unos 2.500 metros más de desnivel de descenso).

Alojamiento en Valle de Chamonix.

**Día 4. Refugio de Grands Mulets (3051m.)**

Cogeremos el teleférico de Aiguille du Midi hasta su estación intermedia en Plan de l'Aiguille 2.310m. Cruzaremos el **Glaciar de Bossons** y tras una exigente subida llegaremos **al Refugio de Grands Mulets**.

Desnivel + 600 m.

Alojamiento en el refugio.



#### Día 5. **Ascensión al Mont Blanc (4810m)**

Saldremos del **Refugio de Grands Mulets** hacia el **Glaciar de Bossons**, ganando poco a poco metros a la montaña. Una vez que alcancemos el **refugio-vivac Vallot** a 4360m continuaremos por la arista cimera hasta la cumbre del **Mont Blanc**.

Descenso por la misma ruta hasta Chamonix.

Alojamiento en Valle de Chamonix.

Desnivel: +1800m, Desnivel -2400m



#### Día 6. **Viaje de regreso.**

\*Las dos jornadas de aclimatación pueden modificarse por otras en función de la experiencia, meteorología e interés de los participantes.

## 5 Precio. Incluye/No incluye

Precio:

- 1.350 € por persona (ratio 1 guía/2 clientes).
- 2.345 € por persona (ratio 1 guía/1 clientes).

Precio opción exprés: día de aproximación al refugio Grands Mulets y día de cima

- 890 € por persona (ratio 1 guía/2 clientes).
- 1.590 € por persona (ratio 1 guía/1 clientes).

### 5.1 Incluye

- Servicio de guía de alta montaña.
- Gestión de reservas.

Alojamiento en **Chamonix** a la carta. Rogamos nos comuniquen qué tipo de alojamiento quieren y se lo gestionamos.

Muntania Outdoors gestionará todas las reservas así como durante la semana cualquier cambio que se pueda dar del programa previsto.

### 5.2 No incluye

- Billete de avión a Ginebra (aprox. 200-250 €). Posibilidad de gestión por parte de Muntania Outdoors (30 euros por gastos de gestión).
- Viaje de ida y vuelta aeropuerto-Chamonix (aprox. 70 €). Muntania Outdoors le gestiona el transfer.
- Gastos de alojamiento, manutención y teleféricos de los participantes y del guía (más económicos para los guías).
- Nada que no esté especificado en el apartado "incluye".

## 6 Más información

### Nivel físico y técnico requerido para este viaje

Itinerario para iniciados y rodados en el esquí de montaña. Se requiere un buen estado de forma para afrontar desniveles exigentes y en altura y tener soltura tanto en la técnica de ascenso como descenso. Las pendientes por las que se baja no son extremas, pero sí que requiere dominar el paralelo y tener soltura haciendo vueltas maría. Puede parecer que los desniveles no son muy acusados, pero no olvidemos que se nota la altura y además hay algunas etapas que se pasan varios collados siendo rompe piernas.

### Ropa y material requerido para esta actividad

Es importante llevar poco peso en la mochila para esquiar con comodidad, por lo que se recomienda llevar solo material ligero e imprescindible. Si no dispones de todo el material puedes alquilarlo, consúltanos.



- Mochila (entre 35-45 litros) con cintas porta esquís.
- Material de esquí de montaña (esquís, botas, pieles, cuchillas, bastones). Al menos una piel de foca de repuesto (recomendamos un par).
- Material de seguridad: DVA (con pilas de repuesto), pala y sonda.
- Casco, crampones y piolet.
- Arnés, cabo de anclaje y dos mosquetones de seguridad. 1 tornillo de hielo (recomendable).
- Ropa técnica para la travesía:
  - Calcetines.
  - Pantalón de esquí de montaña.
  - Camiseta térmica (primera capa). Una de recambio para el refugio.
  - Mallas de recambio para el refugio.
  - Forro polar o similar (segunda capa).
  - Chaqueta y pantalón tipo Gore-Tex (tercera capa).
  - Chaqueta de primaloft o plumas ligeras.
  - Braga para el cuello.
  - Guantes finos tipo forro polar y guantes gordos.
  - Gorro para el frío y gorra para el sol.
- Gafas de sol y ventisca.
- Frontal (pilas de repuesto).
- Saco sábana.
- Toalla muy pequeña ligera.
- Cantimplora y/o termo, mínimo 1,5 litro. En caso de optar por bolsa tipo Camelbak hay que tener en cuenta que el tubo puede llegar a helarse, recomendando llevar una botella auxiliar.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.

### **Flexibilidad de fechas**

Siempre planteamos varias salidas con varias fechas, pero también adaptamos los viajes a tu disponibilidad. Por tanto, no dudes en consultarnos si las fechas no te cuadran.

### **Hora y lugar de encuentro**

Entre 7 y 5 días antes del inicio del viaje te mandaremos información del lugar y hora de encuentro, así como del nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo. Además, mandaremos más información útil que te facilitará los preparativos finales.

### **Billete de avión**

A la hora de hacer la reserva podrás ver algunas propuestas de vuelos y el coste cuando se programó el viaje. Antes de comprar el billete comprobamos si hay mejores opciones para que te salga más económico.

Si estás interesado en que gestionemos tu billete tendrás que marcarlo en la reserva donde verás distintas opciones de vuelos. Si no ves las propuestas de vuelo, una vez confirmemos el viaje recibirás información de opciones de vuelo.

Si cuando hagamos la compra de tu vuelo, el precio de este difiere bastante de la propuesta te informaremos para que nos des tu confirmación. Con nuestros buscadores intentamos localizar la mejor opción y la más económica.

Si no nos dices nada al respecto, compraremos tu billete con una maleta en bodega. Si además quieres facturar una bolsa de esquís o únicamente facturar bolsa de esquís y no maleta, lo debes indicar cuando haga la reserva.

Respecto al transporte de esquís en el avión, recomendamos facturar únicamente una bolsa de esquís amplia, donde además pueda meter más cosas y en cabina la mochila de ataque con el resto de las cosas que no has metido en la bolsa de esquís. Según el destino de tu viaje, se puede alquilar esquís y botas y también hay tiendas para comprar ropa, guantes etc. pero es más sencillo alquilar esquís y botas que ir comprando guantes, gorro, etc.

Si la elección de asiento es gratuita elegiremos los más cómodos entre los disponibles. Si deseas un tipo de asiento específico debes indicarlo previamente. Si la elección de asiento es de pago, dejaremos esta elección a tu criterio para que puedas gestionarla posteriormente tú mismo junto con el resto de los servicios opcionales de pago.

Muntania Outdoors cobra 30 € según destino en concepto de gastos de emisión del billete en el caso de que se opte por que seamos nosotros los que la compra.

Este servicio no incluye gestiones para hacer el checking previo a tu vuelo (lo tendrás que hacer tu).

Si por cualquier motivo, ajeno a Muntania Outdoors, tuvieras que cancelar tu vuelo, será responsabilidad tuya hacer los trámites con la compañía aérea.

Si la compañía aérea cancela tu vuelo y nos da otra opción similar aceptaremos el cambio en el caso de que nos llegue la información a nosotros sin tener que consultarte y te mandaremos el nuevo horario. Si te llega a ti, es responsabilidad tuya aceptar el cambio y si no estás de acuerdo con el nuevo horario tendrás que rechazar el cambio.

Si la compañía aérea cancela tu vuelo, te haremos la devolución una vez reembolsen el dinero que costó el billete. Si la compañía aérea cancela tu vuelo y quieres reclamar, serás tú el que realices los trámites que te pidan realizar.

En el caso de que quieras que le gestionemos otro vuelo, al tratarse de una tramitación de un nuevo billete, tendrá un coste de 30 € adicionales según el destino.

Si eres tú el que compras tu vuelo, te rogamos nos consulte los horarios para una mejor coordinación de las horas de llegada y salida con el resto del grupo. Recomendamos que, si el viaje requiere escalas, siempre compres el billete completo bien a través de una compañía aérea que opere en todos los tramos del trayecto con sus propios aviones o con otras compañías que formen parte de la alianza de compañías a la que pertenece y por tanto la compra se haga con un solo pago. Si, por el contrario, optas por comprar un trayecto de ida o vuelta en la que hay escalas y cada escala supone una compra con distintas compañías, en caso de que una compañía cancele el vuelo o llegue con retraso impidiendo coger el siguiente vuelo, será difícil o

imposible que una compañía se haga responsable de la pérdida del siguiente vuelo. La opción de la ida con una compañía distinta a la de vuelta también puede ser una opción para encontrar mejores horarios.

### **Refugios**

Recomendamos que no cargues toda la comida de ataque (almuerzos) para toda la travesía ya que tu mochila pesará más de lo deseado. Podrás comprar los almuerzos de cada jornada en los refugios.

No es necesario llevar saco de dormir, pero si un saco sábana de seda o algodón. Importante incidir en que no es un saco, es una sábana en forma de saco muy ligera y que guardada en su funda no ocupa más que el puño de una mano. En los refugios no hace frío y nos proporcionan mantas.

En todos los refugios hay zapatillas por lo que no es necesario cargar con calzado extra.

### **Transporte aeropuerto-Chamonix.**

Te podemos gestionar el transfer del aeropuerto a la estación de autobuses de Chamonix tanto a la ida como a la vuelta. El precio del transfer es de 30-35 € por trayecto. Muntania Outdoors cobra 10 € en total por la gestión de este servicio.

### **Seguro de accidentes/viaje no incluido.**

**Es obligatorio** que dispongas de un seguro que cubra la actividad deportiva del viaje.

También te recomendamos que tengas un seguro de cancelación del viaje por si antes del viaje tienes cualquier problema que le impida viajar.

Puede adquirir un seguro de accidentes/rescate/seguro de viaje + cancelación.

Consulta los precios y condiciones de los **seguros de Iris Global, Ergo e Intermundial** que tramitamos en Muntania Outdoors : [Información de seguros](#)

### **Otras cuestiones**

La selección de los itinerarios puede sufrir cambios por motivos meteorológicos o por cualquier otra causa que haga no seguro el recorrido. En ese caso el guía del viaje buscará la mejor de las alternativas posibles.

Una vez iniciado el viaje, cualquier cambio del itinerario ajeno a Muntania Outdoors (por ejemplo, causa meteorológicos) que genere un gasto no presupuestado será asumido por los participantes. Los gastos no presupuestados extras del guía provocado por cualquier motivo forzoso será dividido entre los participantes. En caso de que, una vez finalizado el viaje, nuestros proveedores nos hagan alguna devolución ajustaremos cuentas con los participantes.

### **Enlaces de interés**

Turismo: Valle de Chamonix

## 7 Puntos fuertes

- Ascensión al **Mont Blanc** y **Gran Paradiso** con esquís.
- Grupo reducido (guía y un máximo de dos participantes).
- Formación técnica todas las jornadas.

## 8 Otros viajes similares

- Esquí de montaña y freeride en Chamonix
- Tour de los Lyskamm, Ascenso al Monte Rosa. Esquí de montaña
- Chamonix-Zermatt. La alta ruta por excelencia
- Tour del Gran Paradiso, Italia. Esquí de montaña

## 9 Contacto

Muntania Outdoors/Geographica. Grupo Global Adventure Team S.L (CICMA 4720)

+34 629 379 894 [info@muntania.com](mailto:info@muntania.com) [www.muntania.com](http://www.muntania.com) [www.geographica.es](http://www.geographica.es)

c/ de Miguel Yuste, N.º 3, 3E 28037 Madrid