Треккинг вокруг Монблана

Уровень подготовки

Специальная подготовка не требуется

от 273 213 руб. (2 680 Euro)

Ближайшая дата: **28 августа - 5 сентября**

9 дней / 8 ночей

Другие даты:

26 июля - 3 августа

8 - 16 сентября 2026

Менеджер тура

Щёкотов Андрей

Телефон: **+7(495)229-50-70 (доб. 167)**

Мобильный: **+7 977 292 03 48**

E-mail: **agent2@alpindustria-tour.ru**

Золотые треки мира

Массив Монблан - это семь долин Франции, Италии, Швейцарии и 71 ледник. На маршруте вас ждет красивейший снежный гребень Бионасэй (Bionnassay), стены Гран Жорасс (Grandes-Jorasses), вершины Эгюий дю Тур (Aiguille du Tour), Эгюий Верте (Aiguille Verte), Дрюс (Drus) - всего более 400 вершин. Сам Монблан возвышается над долинами почти на 3 километра.

План путешествия

Перелет в Женеву или Милан, переезд в Шамони. Размещение в отеле. Брифинг с гидом.

Шамони - Ле Тур - Кол де Бальм - Триент

• Длина маршрута: около 15 км (если идти пешком из Шамони, добавляем ещё 10–12 км).

• Набор высоты: ~900 м. • Спуск: ~800 м.

• Время в пути: 5–7 часов. Маршрут:

Утром вы либо садитесь на автобус из Шамони в Ле Тур (около 30 минут), либо, если хотите размяться и почувствовать себя частью старой школы, идёте пешком - через Монрок, Аржантьер, мимо ледника Аржантьер. Пешком из Шамони до Ле Тур - это полноценный день, поэтому чаще выбирают автобус. Из Ле Тура начинается подъём на Кол де Бальм (Col de Balme, 2191 м) - красивый, но достаточно пологий перевал, с которого открываются шикарные виды на ледники Монблана. Граница Франции и Швейцарии проходит прямо по перевалу. Здесь можно заскочить в старый, но атмосферный Refuge du Col de Balme - старомодное горное убежище, где подают скромную еду и есть приветы из прошлых десятилетий: деревянные лавки, вид на Альпы и обязательный суп дня. Далее начинается спуск в долину Швейцарии. Вариантов несколько, но самый классический маршрут идёт через Альпаже Эмагн (Alpage des Herbagères) и дальше вниз к деревушке Триент. Долина Триента уютная, зелёная, немного пасторальная - кажется, что попал в открытку, но с привкусом настоящей горной жизни: стада коров с колокольчиками, запах сена, швейцарские домики с красными ставнями. Ночлег в Триенте. Атмосфера в Триенте расслабленная: это место, где вы действительно чувствуете, что вышли из Франции и вошли в другую страну. Если повезёт, услышите альпийские роги на закате (да-да, они тут бывают). Ужин, ночь в приюте (6-12 местные комнаты)

Триент - Бовине - Шампе Лак

• Протяжённость: ~15 км (без учёта автобуса).

• Набор высоты: ~850 м. • Сброс высоты: ~700 м.

• Время в пути: 5–7 часов (в зависимости от погоды, формы группы).

Старт маршрута - прямо из деревни, по указателям на Bovine. Дальше начинается плавный подъём по лесной тропе. Первые километры

проходят под защитой хвойного леса, где тропа петляет между корнями и мхом, а иногда приходится перепрыгивать через небольшие ручьи. Атмосфера умиротворяющая - никакой суеты, только ритм шагов. Примерно через час-два подъёма лес начинает редеть, и вы выходите на альпийские луга. Это место называют альпаж Бовине (Alpage de Bovine). Пейзаж резко меняется: вокруг вас - холмистые пастбища, разбросанные камни, вдалеке шумит маленький водопад, а над вами - огромные массивы скал и ледников. Летом здесь пасутся коровы - настоящие швейцарские красавицы с огромными колоколами на шеях. Иногда прямо на пастбище работает небольшой сезонный ресторан Bovine Alpage Refuge. В нём можно выпить чашку кофе, съесть кусок пирога или тарелку супа. Еда простая, но вкусная, а вид на долину Роны и швейцарские Альпы завораживает. Классическая швейцарская идиллия. Далее маршрут плавно набирает высоту, проходя по каменистым тропам. Никаких технически сложных участков тут нет, но если погода переменчивая (а такое в Альпах случается часто), то может быть прохладно и ветрено. Иногда тропу пересекают ручьи, а летом в этих местах часто можно встретить сурков, которые свистят, предупреждая о приближении людей. На одном из участков - шикарный вид на ледники Гран-Комбен и на дальние пики Валле-д'Аоста. После перевала начинается длинный, но приятный спуск по мягким травяным склонам. Тропа плавно ведёт вниз, снова заходя в лес. По мере спуска появляются первые домики, и вскоре тропа выходит к озеру Лак де Шампе (Lac de Champex) - жемчужине этого этапа. Озеро небольшое, но очень живописное: бирюзовая вода, отражения сосен и заснеженных вершин, деревянные шале на берегу, лодочки, плавающие у пристани. Летом здесь можно даже искупаться (если вы не боитесь ледяной воды), или просто посидеть на скамейке у воды с мороженым в руке. Вечер в Шампе Лак. Шампе Лак - это тихий швейцарский курорт, который выглядит как открытка: цветочные клумбы, ухоженные домики, горные шале, чистый воздух. По сути, это одно из самых уютных мест на всём TMB. Шампе Лак - отличное место, чтобы расслабиться после долгого дня. Вечером можно посидеть в кафе с видом на озеро, заказать тарелку фондю или попробовать tarte aux abricots (пирог с абрикосами) - настоящий швейцарский must-try. Ну а если будет желание, можно заглянуть в местный мини-маркет - купить немного швейцарского шоколада и сыра, потому что дальше начинается путь в Италию, и вкусы снова сменятся. Ужин, ночь в приюте (6-12 местные комнаты)

Курмайор - Rifugio Monte Bianco

• Длина маршрута: ~12–14 км (в зависимости от варианта).

• Набор высоты: ~700–800 м.

• Спуск: ~300 м.

• Время в пути: 4–6 часов, в зависимости от маршрута.

Из центра Курмайора (1225 м) вы выходите в сторону деревушки Вилла Нув (La Villa Nouva) или чуть выше - Планпинсю (Planpincieux). Подъём начинается почти сразу, тропа крутая, лесная, но идти приятно: воздух прохладный, пахнет сосной и смолой, а из-за деревьев время от времени выглядывает массив Монблана. Через пару часов подъёма вы выходите к Rifugio Bertone (1989 м). Это уютная хижина с видом на всю долину Валле-д'Аоста. Здесь обязательно стоит сделать паузу: выпить кофе, съесть яблочный пирог, послушать, как гремят камнепады на Гранд-Жорас, и просто перевести дух. От Bertone маршрут продолжает идти по балконной тропе - это один из самых красивых участков TMB. Тропа плавно идёт вдоль склона, практически без резких подъёмов и спусков, открывая панорамные виды на Монблан, Гранд-Жорас, ледник Мьяж и всю цепь альпийских гигантов. В районе Арп-Нуав (Arp Nouva) или чуть раньше тропа начинает плавно спускаться. На развилке вы уходите вправо, к шоссе, ведущему на перевал Малый Сен-Бернар, и вскоре доходите до Rifugio Monte Bianco (1700 м). Это старый, но уютный приют с классическим итальянским гостеприимством. Просторная терраса, простые, но вкусные блюда: паста, полента, местный сыр и бокал вина. Атмосфера расслабленная, как будто вы в гостях у старых друзей. Вечер в Rifugio Monte Bianco (6-12 местные комнаты). Вечером - горячий душ (если повезёт, с видом на закат над Монбланом), ужин в приюте (обычно суп, паста, мясо, десерт) и разговоры с такими же треккерами. За окнами - тьма и звёзды, а завтра - продолжение пути в сторону Франции.

Refuge Robert Blanc - Col des Fours - Refuge de Nant Borrant

• Протяжённость: ~15 км

• Набор высоты: ~600 м

• Спуск: ~1300 м

• Время в пути: 6–8 часов

• Сложность: высокая - требует хорошей физической подготовки и уверенности на сложных участках

После ночёвки в уединённом приюте Refuge Robert Blanc (2750 м), расположенном в высокогорной зоне, вы начинаете день с подъёма к Col des Fours (2665 м). Тропа проходит через каменистые участки и снежники, требуя осторожности и внимания. Перевал Col des Fours и спуск к Refuge de la Croix du Bonhomme С перевала Col des Fours открываются захватывающие виды на окружающие горы и ледники. Далее начинается спуск к Refuge de la Croix du Bonhomme (2443 м), где можно сделать короткую остановку для отдыха и перекуса. Спуск к Refuge de Nant Borrant От Refuge de la Croix du Bonhomme начинается длинный спуск через Col du Bonhomme (2329 м) и далее по живописной долине. Тропа проходит через альпийские луга, мимо пастбищ и ручьёв, постепенно спускаясь к Refuge de Nant Borrant (1460 м). Вечер в Refuge de Nant Borrant. Refuge de Nant Borrant - уютный приют, расположенный в лесистой зоне, предлагает комфортные условия для отдыха после насыщенного дня. Здесь вы сможете насладиться традиционной савойской кухней и поделиться впечатлениями с другими путешественниками. Ночь в 6-12 местных номнатах.

День 8
Форкла

Refuge de Nant Borrant - Les Contamines - Col du Tricot - Les Houches

• Дистанция: ~18–20 км

• Набор высоты: ~950 м

• Сброс высоты: ~1200 м

• Время в пути: 7–9 часов (в зависимости от темпа и погоды)

Утренний завтрак в приюте: классическая савойская история - багет, масло, джем, кофе. Простенько, но тепло и атмосферно. Начинаете спуск по живописной лесной тропе в сторону Les Contamines. Этот участок - легкий и приятный: идете через лес, мимо пастбищ, слышите звон колокольчиков коров и шум ручьев. Через 1,5–2 часа - уютная деревушка Les Contamines-Montjoie (1160 м) с магазинами, кафе и возможность докупить что-то вкусное на ужин или перекус. Из Les Contamines начинается довольно длинный, но живописный подъём: Сначала идете через лес и долину к Chalets de Miage (1559 м) - идеальное место для короткой паузы: свежий пирог с черникой, кофе, деревянные столы под открытым небом, потрясающие виды на ледники. Затем начинается крутой подъём на Col du Tricot (2120 м). Это один из лучших видов на маршруте: ледники Bionnassay нависают прямо перед вами, а долина внизу кажется игрушечной. Вершина Col du Tricot - отличный момент для фото, перекуса и просто наслаждения пейзажем. После перевала начинается длинный, но относительно простой спуск: Проходите мимо Refuge de Bellevue (1800 м), где можно

сделать паузу. Возможен вариант с сокращением пути: спуститься к станции Bellevue и сесть на канатную дорогу до Les Houches. Если хочется пройти полностью пешком - идёте вниз по лесной тропе до Les Houches (1000 м). Из Les Houches до Шамони можно добраться:

• Пешком (ещё 1,5–2 часа вдоль реки через тропу Petit Balcon Sud).

• На автобусе или поезде (20–30 минут, удобнее всего).

Финиш - в Шамони. Усталость в ногах, но счастье в глазах.
Размещение в отеле

Переезд в Женеву или Милан. Вылет домой.

В стоимость тура входит

все трансферы на маршруте по программе (на общественном транспорте) ;
проживание в горных приютах по маршруту (многоместные комнаты);
услуги русскоязычного гида Альпиндустрии
групповая аптечка

Проживание/отели

Размещение в Шамони в отеле по вашему выбору, 2 ночи.(можем помочь с выбором и бронью)
На маршруте (6 ночей) размещение в горных приютах.
Горячий душ, туалет на этаже, комнаты на 4-16 человек.
Мы стараемся бронировать небольшие комнаты на 4-8 чел.

В стоимость тура не входит

авиаперелет Москва-Женева-Москва
трансфер в Шамони
проживание в Шамони (3 ночи, 2 первые и последняя)
питание в приютах по маршруту (дополнительно оплачивается , 160 евро + напитки)
медицинская страховка для треккинга;
французская виза и консульский сбор

Безопасность

Маршрут проходит по хорошим тропам, технически не сложный. С любой точки маршрута можно связаться со спасателями. В любой из дней можно сойти с маршрута без больших сложностей и вернуться в Шамони или Сэн Жэрвэ.

Необходимые документы

Загранпаспорт и шенгенская виза.

Нить маршрута

Шамони - приют Nant Borrant (1459 m.) - пр. Le Balme (1706 m.) - пр. du Bonhomme (2443 m.) - пер. Col des Fours (2665m.) - пер. Col de la Seigne (2516 m) - пр. Elisabetta Soldini (2195 m.) - пр. Bertone (1989 m.)- пер. Col du Sapin (2436 m) - пер. Col entre deux Sauts (2524 m) - пр. Elena (2062 m.) - пер. Grand Col Ferret (2537 m)- пр. Ferret (1700 m) - пр. Relais d Arpette (2665 m) - пер.Col de la Forclaz (1528 m) - пр.Relais du Mont Blanc (1297 m) - пер. Col de Balme (2191 m) - Chamonix (1000 m) - Шамони.

Транспорт

трансферы по программе треккинга - общественный транспорт (автобус).

Питание

питание в приютах за дополнительную плату (160 евро за 6 приютов)

Медицина

Аптечка первой помощи имеется у гида, практически везде на маршруте есть телефонная связь.

Погода

В долинах до +30 днем, не ниже +15 ночью; в горах на перевалах может быть + 5, ночью не ниже +5.

Предполагаемые дополнительные траты

питание днем (или "перекус") во время треккинга - от 3-до 20 евро/день;
питание в приютах от 160 евро (6 дней полупансион);
питание днем (или "перекус") и вечером в кемпинге - от 10 до 30 евро/день.

Снаряжение