

TMB / Tour du Mont Blanc**11 dias – 7 dias de trekking****Dificuldade: média+****[INSCRIÇÃO](#)**

Mont Blanc Trekking

Tour do Mont Blanc, ou TMB, é um trekking de referência no mundo, imperdível para os amantes de montanha e caminhada. Passa por 3 países (França, Itália e Suíça) e o campo-base da viagem é a incomparável Chamonix, capital mundial da vida ao ar livre, com todo charme, hospitalidade e praticidade do estonteante chalé Alaya. O trekking acontece em terreno alpino sem dificuldades técnicas, mas ainda assim é reservado para quem tem experiência de caminhadas longas. São em médio 6h de caminhada e quase 1000m de subida e 1000m de descida por dia. A grande diferença com outros trekking famosos é o conforto dos refúgios: cardápio farto e muito saboroso, dormitório limpo e aconchegante, banhos quentes, carta de vinhos “nacionais”, wifi... Para nosso maior bem estar, encontramos todos os dias (menos um) nossos pertences a noite nos refúgios (bagagem de tamanho e peso limitados). Ainda assim cada um carrega a sua mochila com pique-nique do dia e roupas para todas as condições meteorológicas: o terreno é alpino e o tempo pode mudar rapidamente.



Itinerário:

Dia 1: Saída de São Paulo com destino à Genebra.

Dia 2: Chegada em Genebra e traslado para Chamonix, 1h de viagem.

Dia 3: Dia em Chamonix:

City Tour, subida de teleférico opcional mas imperdível (não incluso) para Aiguille du Midi 3846m. Preparação do trekking, últimos ajustes, checagem dos equipamentos.

Dia 4: Caminhada preparatória: O objetivo é verificar o equipamento e preparar todos os participantes. Uso Possível de teleférico (não incluso) A tarde, opcional de vôo duplo de parapente.

Dia 5: 7h. Subida 1300m / Descida 800m.

Traslado de van (1h) até Notre Dame de la Gorge (1167m) com a sua linda igreja de arquitetura típica. Início do trekking pelo dia mais puxado. Subida agradável pela via romana e em seguida bem íngrime até Plan des Dames e o col du Bonhomme (2329m).

Travessia em direção do col de la Croix du Bonhomme (2439m) por um belo caminho com vista para o maciço de Beaufortin. Descida até o Chapieux (1549m) e pernoite no abrigo La Nova.

Dia 6: 6h. Subida 800m / Descida 600m

Traslado (15 minutos) de Chapieux até ville des Glaciers (1789m). Visita da fábrica de queijo Beaufort. Subida até col de la Seigne (2516m) fronteira da Itália com panorama da elegante Aiguille des Glaciers. Visita de um centro de interpretação ambiental na descida para o lago Combal (1970m). Subida até o belvedere do Chécrouit com fabulosa vista da face Sul do Mont blanc. Pernoite no refúgio Maison Vieille (1956m).

Dia 7: 5h Subida 1000m / Descida 800m

Nesse dia carregaremos nossos pertences para 2 dias de caminhada já que a noite não encontraremos as malas. Descida para Courmayeur (1200m), a Chamonix italiana. Visita do charmoso vilarejo e almoço na cidade (não incluído). Subida de tarde até o refúgio Bertone por uma linda trilha na floresta de pinheiros. Pernoite no refúgio Bertone (2200m), encantador povoado alpino com casinhas de pedras em frente ao Mont Blanc.

Dia 8: 7h Subida 1000m / Descida 1100m

Saída cedo do refúgio Bertone para um inesquecível nascer do sol no Mont Blanc. A trilha acompanha a aresta frente à toda cadeia do Mont Blanc. Descida até Planpincieux (1642m) e transfer de van (20 minutos) para Arnava (1769m). Subida forte e entrada na Suíça pelo Grand col Ferret (2537m). Linda e longa descida para chegar no pequeno vilarejo de la Fouly (1400m).



Dia 9: 6h Subida 700m / Descida 700m

Transfer de van até vilarejo de Trient (1516m). Subida para o col de Balme (2100m) por uma linda floresta e voltamos para a França e o vale de Chamonix! Descida para Trélechamps (1417m) pela Aiguillette des Posettes com imponente vista dos glaciares do Tour e de Argentière. Pernoite no refugio Boerne.

Dia 10: 7h subida 900m / descida 800m

Subida pela trilha da reserve des aiguilles rouges até o famoso Lac Blanc com visual panorâmico sobre todo o maciço do Mont Blanc ao longo da subida. Uma das vistas mais lindas de todos os Alpes. Descida até La Flegère para concluir com classe o nosso TMB.

Transfer até o Chalet Alaya.

Dia 11: Dia Extra em caso de tempo ruim. Livre em Chamonix.

Dia 12: transfer para Genebra e embarque para São Paulo.

Conforme as condições, o guia pode adaptar, modificar ou até cancelar a programação.

O TMB em números:

- 7 dias de caminhada
- 3 países
- 5200m de subida/4500m de descida
- 120 km

Data:

Saída garantida: **Chegar em Genebra em 8 Setembro de 2019.**

Se fizer inscrição em 2018:

Parte terrestre:

- Euros 2890,00 por pessoa em quarto duplo (nos 5 pernoites de Chamonix apenas; no TMB pernoite é em dormitório).
- Euros 3190,00 por pessoa em quarto single (nos 5 pernoites de Chamonix apenas; no TMB pernoite é em dormitório).



Se fizer inscrição em 2019:

Parte terrestre:

- Euros 3090,00 por pessoa em quarto duplo (nos 5 pernoites de Chamonix apenas; no TMB pernoite é em dormitório).
- Euros 3390,00 por pessoa em quarto single (nos 5 pernoites de Chamonix apenas; no TMB pernoite é em dormitório).

Obs: Cotação do euro comercial no dia do fechamento. Grupo mínimo 6 pessoas. Preço sujeito a alteração sem aviso prévio.

O que inclui:

- Traslado de Genebra até Chamonix e volta
- 5 pernoites com café da manhã reforçado e acesso às facilidades do chalé: wi-fi, sauna, lareira;
- 2 jantares com vinho francês sendo 1 refeição típica local (raclette) e 1 degustação de queijos e vinhos;
- 1 visita acompanhada à cidade de Chamonix;
- 7 dias de trekking com transfer, hospedagem em abrigo (dormitório), café da manhã, pique-nique e jantar (bebidas não inclusas).

O que não inclui:

- Parte aérea e taxas;
- Uso eventual de teleférico;
- Seguro viagem obrigatório.
- Gastos pessoais;
- Serviços não descritos no programa.

Aéreo:

O aeroporto de acesso à Chamonix é Genebra na Suíça. Genebra não possui vôo direto do Brasil mas sim vários vôos diários de qualquer capital européia, muitos dos participantes aproveitam a viagem para ficar 2 ou 3 dias nessas cidades, na ida ou na volta.

Para pesquisar aéreo, procurar:



- SP-Paris-Genebra: Air France ou TAM;
- SP-Londres-Genebra: British Airways;
- SP-Frankfurt-Genebra: Lufthansa;
- SP (Viracopos!)-Lisboa-Genebra: TAP;
- SP-Amsterdam-Genebra: KLM;
- SP-Zurich-Genebra: Swiss.

Guia Franco-Brasileiro:

O guia dessa viagem é um Francês bem brasileiro, Jean-Claude Razel. Alpinista de Chamonix. Lançou várias novas atividades no Brasil (arvorismo, circuito de tirolesas, Kayak-Rafting). Lidera expedições e anima treinamentos empresariais a base de atividades ao ar livre. Foi Presidente da ABETA (2008-2012) e manager da seleção brasileira penta-campeã mundial de Rafting (2007; 2009;2013; 2014; 2015).

O TMB é um trekking que exige um bom preparo físico. Uma experiência de caminhada longa é indispensável. Fundamental é preparar-se antes da viagem: caminhadas e corridas nos meses antes da saída ajudarão muito. Usar seus sapatos para não inaugurá-los no TMB também é essencial.

Pernoite: acontece em chalé de luxo em Chamonix na chegada e na saída, e em refúgios (dormitórios) durante o trekking. O refúgio está equipado com edredom e cobertor, portanto não é necessário levar saco de dormir.

Refeições durante o trekking: cafés e jantares nos refúgios (bebidas não inclusas). Todos contribuem em carregar o pique nique coletivo distribuído pela manhã pelo guia.

Refeições em Chamonix: Café da manhã incluso e 3 jantares sendo 1 raclette e uma degustação de queijo e vinho. Almoço por conta própria na cidade, onde tem inúmeras opções, desde sanduíches até restaurantes gastronômicos.

Meteorologia: O clima é alpino com potenciais mudanças muito bruscas. No geral, a temperatura é amena por ser verão. Mas na montanha, pode ser frio, pode até nevar, portanto é essencial levar roupas quentes (ver lista de material).

Documentos: Passaporte e seguro viagem obrigatórios.

Dinheiro: Euro aceito em todo lugar, cartão de crédito na maioria dos locais. Prever trocado para um drink merecido na chegada nos refúgios.

Lista de material

- Bota de caminhada de cano alto com solado aderente, já amaciada e preferencialmente impermeável.
- Mochila de volume máximo 35 litros. Será fornecido saco de plástico grande e resistente para proteger suas coisas dentro da mochila. Peso ideal para caminhar 7kg. Peso máximo 10kg.



- Lanterna de cabeça c/ pilhas novas
- Squeeze de 1,5l
- Anorak Impermeável
- 2 agasalhos tipo fleece
- Segunda pele (calça e blusa)
- 3 meias de preferência "Cool Max"
- 1 calça de caminhada tipo Suplex
- 2 camisetas de "dry fit" de manga longa e 1 de algodão
- 1 gorro e boné ou chapéu
- 1 par de luvas leve
- Óculos para sol
- Medicamentos particulares
- Filtro solar para rosto e lábios
- 1 toalha pequena
- Câmera fotográfica com capa de proteção e bateria extra (opcional)
- Bastões de caminhada (recomendável)
- Capa de mochila
- Capa de chuva