

Refuge de Miage (Etapa 1 del Tour de Mont Blanc)

Dia: 8-9 de Juny

Hora: 10:00

Punt de trobada: Estació de tren de Les Houches

Ja tenim el bon temps aquí i s'ha d'aprofitar! Aquest cop us proposem fer la primera etapa del Tour de Mont Blanc, fent nit al Refuge de Miage. Aquesta sortida permet moltes combinacions diferents i per tant permet màxima flexibilitat perquè tothom s'ho pugui adaptar al seu gust.

Detalls de la sortida:

Dissabte 8 de Juny

Sortirem cap a les 10h des de les Houches per pujar +900m en 8km fins el Col de Voza. Des d'allà, continuarem 2km per pla fins al peu de la glacera de Bionassay on tornarem a enfilem-nos durant 3 km uns +400m fins el punt més alt de la sortida: el Col de Tricot a 2.127m. Un cop aquí, ja només ens queda baixar -500m en 2km i ja serem al Refuge de Miage.

Opció estalvi en km i desnivell: agafar el telefèric de Bellevue i t'estalvies la meitat de quilòmetres i gran part de la pujada. Bonus: podeu començar l'excursió un parell d'hores més tard per enganxar als caminaires que venim des d'abaix abans d'arribar a la glacera de Bionassay.

Opció neu / mal temps: Si trobem que hi ha massa neu al Col de Tricot, podem agafar la ruta clàssica del Tour de Mont Blanc passant per Le Champel per arribar al refugi.

Opció 1 dia: per aquells que no vulguin quedar-se al refugi, es pot continuar 5km més fins al poble de Les Contamines per tornar ja a casa.

Al refugi tenim 4 opcions de pernoctació:

1. Acampar gratuïtament amb tenda pròpia a un lloc habilitat al costat del refugi. Té WC públic i una font d'aigua. Qui vulgui pot sopar (20 euros) i/o esmorzar (10 euros) al refugi. Temperatures previstes: 7-15C.
2. Mitja pensió al refugi dormint en dormitori compartit de 4, 8, o 18 persones.
Preu: 70 euros per persona. 45 euros si son menors de 12 anys.
3. Mitja pensió al refugi en habitació privada.
Preu: 80 euros per persona. 55 euros si son menors de 12 anys.
4. Mitja pensió en chalet privat.
Preu: 90 euros per persona. 55 euros si son menors de 12 anys.

* Mitja pensió inclou dormir, sopar, i esmorzar.

Cadascú és responsable de fer la seva pròpia reserva al refugi.

Per fer la reserva i per més info: <https://www.refugemiage.com/>

Crearem un grup de whatsapp amb els interessats en quant es publiqui l'excursió per poder facilitar el compartir reserves.

Diumenge 9 de Juny

Després d'esmorzar tranquil·lament, baixarem cap a Les Contamines. Primer pujarem +180m durant el km 1, per després baixar-ne -600m durant 4 km més. Un cop a Les Contamines, anirem a buscar el bus que ens portarà fins a l'estació de tren de St. Gervais-les-Bains, on ens despedirem per tornar a casa.

Detalls clau:

Dia 1: 15 km, +1.300m, -730m

Dia 2: 5 km, + 180m, -590m.

Opció telefèric (Dia 1): 6 km, +500m, - 600m.

Opció neu (Dia 1): 12km, +1.200m, -400m. Punt més alt: 1.650m.

Opció 1 dia: 20km, +1.500m, -1.300m

Transport

- Cotxe privat fins a St. Gervais-les-Bains: 1h des de Ginebra, 1h40 min des de Lausanne. Possibilitat de compartir cotxe.
- Tren fins a St. Gervais-les-Bains: 1h45 min des de Ginebra, 3h des de Lausanne.
- Tren St. Gervais-les-Bains – Les Houches: 30 min.
- Bus Y84 Les Contamines – St. Gervais-les-Bains: 30 min. Horaris: <https://www.laregionvoustransporte.fr/media/2654/download?inline=inline>

Atenció, no tornem a Les Houches! Recomano deixar el cotxe a l'estació de tren de St. Gervais i agafar allà el tren de les 9:28h cap a Les Houches (30 min).