



Tour Monte Rosa

Suíça e Itália

9 dias



falarcom@aventurax.pt

www.aventurax.pt

+351 919191219



Duração: 09 dias

Grupos de 6 a 14 Participantes de origem internacional

Idade mínima recomendada: 14 anos

Durante nove dias, dos quais sete de caminhada, vamos percorrer os trilhos que nos levam a conhecer o Monte Rosa. O seu pico mais alto, pico Dufour, com quatro mil seiscientos e trinta e quatro metros, fazem com que esta montanha seja a segunda mais alta dos Alpes e a montanha mais alta da Suíça. Disse Leonardo da Vinci que,

“Nenhuma montanha tem uma base tão alta”.



Preço:

Valor : 1890 euros

Valor do seguro: 65 euros

Suplemento quarto individual (2 noites hotel):
84 euros

O suplemento individual é cobrado sempre que a inscrição seja feita de forma singular.

Suplemento época alta: Jul +Eur 100, Ago +Eur 140.

Condições de Pagamento

50 % do valor da viagem + valor do seguro na inscrição

50 % a 90 dias da realização da viagem



falarcom@aventurax.pt



www.aventurax.pt



+351 919191219

Inclui:

- 7 dias de trekking, guiados, por Guia Certificado de Montanha Francês, Parceiro da Aventura X, com excelente conhecimento da zona.

(Os percursos apresentados podem ser alterados devido às condições meteorológicas, ou devido ao desempenho do grupo)

- 6 noites em refugio de montanha
- 2 noites em Hotel, Grächen
- 8 pequenos - almoços
- 7 almoços em regime de pic-nic durante os percursos
- 6 jantares sem bebidas incluídas
- Transfer de bagagem entre refúgios carrinha, (max 11 kg, não é permitido malas rijas)



Não está incluído:

- Voos

(Preço médio dos voos 200 euros)

- Extras
- Bilhete Teleférico
- Transferes Terrestres

(Geneve - Grächen ; Grächen - Geneve e Zermatt - Grächen)

(Estamos disponíveis para ajudar na aquisição de voos e transportes terrestre em caso de necessidade)

- Equipamento individual
- Despesas pessoais como bebidas,
- Seguro de viagem (Valor do seguro: 46 euros)
- Suplemento quarto individual (2 noites hotel em Grächen): Eur 84 .

O suplemento individual é cobrado sempre que a inscrição seja feita de forma singular.

- Suplemento época alta: Jul +Eur 100, Ago +Eur 140.





Tour Monte Rosa

Durante nove dias, dos quais sete de caminhada, vamos percorrer os trilhos que nos levam a conhecer o Monte Rosa.

O seu pico mais alto, pico Dufour, com quatro mil seiscentos e trinta e quatro metros, fazem com que esta montanha seja a segunda mais alta dos Alpes e a montanha mais alta da Suíça.

Disse Leonardo da Vinci que "Nenhuma montanha tem uma base tão alta".

Há quem pense que o seu nome, Monte Rosa, é devido aos tons de rosa que a montanha ganha ao nascer e pôr do sol.

É verdade que fica colorida de rosa, e é um momento único que vamos ter oportunidade de admirar, mas o seu nome deve-se a a um dialeto local da zona onde se situa.

Durante uma semana vamos percorrer os caminhos do Tour du Mont Rose, caminhos que nos levarão a descobrir vales e bosques de cortar a respiração dada a gigantesca beleza natural que por aqui se pode contemplar.

Do lado Italiano estes vales não nos vão deixar indiferentes.

Mas do lado suíço a imensidão dos glaciares, e a dimensão das suas montanhas de gelo, que contrastam com as gigantes agulhas rochosas.

Fazem-nos parar várias vezes para contemplar e sentir a vida a acontecer.

Será uma aventura entre prados verdejantes, lagos de água verde esmeralda, numa semana entre os caminhos das montanhas e das aldeias características deste lugar.

Aqui respira-se montanhismo e sente-se a brisa fresca da montanha.

Vamos conhecer lugares remotos, que só a pé e de mochila às costas se consegue chegar.

E lá há melhor maneira de conhecer um lugar?

A Suíça tem mais de quarenta e oito montanhas com mais de quatro mil metros, e esta é a maior delas todas.

Nesta nossa aventura a paisagem muda a cada passo, e irás sentir que algo também muda dentro de ti.

Haverá dias em que parece que as vistas te paralisam, e quando a montanha fica rosa, aí rendes-te ao momento.

O Monte Rosa, não é a montanha mais alta dos Alpes, contudo a sua gigantesca brutalidade de dimensão e a sua envolvimento com os glaciares fazem deste lugar algo indescritível



Intenerário de Julho a Setembro



Dia 1: Chegada a Geneve - Transfer para Granchen Apanhamos o avião e seguimos rumo à Suíça. Chegando a Genève é hora de apanhar o comboio ou autocarro que nos levará a Granchen, esta viagem entre as montanhas é simplesmente avassaladora. Pernoita em pousada na vila de Granchen
Pernoita em Hotel na cidade de Granchen

Dia 2, Primeiro dia de Caminhada, Granchen - Saas Fee

Granchen, local onde começa o nosso trilha, aquele que nos levar à volta do Monte Rosa. O dia não podia começar de melhor maneira, seguimos o trilha que é uma verdadeira "varanda" para a montanha, aqui os picos tem mais de 4000 metros de altura. A vista do vale de Rhone e de Saas não deixa ninguém indiferente. Esta noite iremos conhecer a Vila de Saas Fee.

Percurso: +653M / -1000M / 6H30
Pernoita em Refúgio de Montanha

Dia 3, Segundo dia de Caminhada, Saas Fee - Macugnaga

Ascensão ao lago Mattmark e depois a lendária passagem de Monte Moro (2868 m), uma ligação muito antiga entre Saas e Macugnaga.

Uma passagem utilizada pelo povo Walsers.

A aldeia de Macugnaga está aninhada sob a impressionante face nordeste do Monte Rosa.

Percurso: +653M / -1000M / 6H30
Pernoita em Refúgio de Montanha



falarcom@aventurax.pt



www.aventurax.pt



+351 919191219



Dia 4: Terceiro dia de caminhada, Macugnaga - Alagna

Subimos pelo vale de Quaraxxa até à passagem de Turlo (2738 m), caminhamos ao longo das encostas sul do Monte Rosa. A nossa descida através das pastagens abertas de Alesia leva-nos a Alagna, outro lugar pitoresco e remoto no vale de Aosta. Aqui respiramos tranquilidade!

Percurso: +1431M / -1163M / 6 horas

Pernoita em refúgio de montanha

Dia 5: Quarto dia de caminhada, Alagna- Gressonney

Caminharemos no Vale d'Otro para descobrir as aldeias tradicionais de Walser e os seus pastos. Uma vez alcançado o desfiladeiro Olen (2881 m), estaremos no vale de Gressoney com o Liskamm (4527m) como pano de fundo. Que cenário! Durante este dia passaremos pelos prados e vales alpinos, os tons de verdes e castanhos aqui são únicos.

Percurso: +1727M / -524M / 5H30

Pernoita em refúgio de montanha

Dia 6 : Quinta dia de caminhada, Gressonney- Val d'Ayas

Seguimos pelos esplêndidos prados de St Anna, que nos conduzem até ao colo de Bettaforca (2617m), mesmo abaixo de Castor e Pollux, um par de picos gémeos.

Descida ao vale do Ayas, com uma paisagem panorâmica: entre diferentes picos e glaciares, o Matterhorn!

Percurso: +850M / -900M / 5H30

Pernoita em refúgio de montanha

Atenção no dia seguinte não há acesso as bagagens deverás levar contigo tudo o que necessitas para as próximas 48 horas



falarcom@aventurax.pt



www.aventurax.pt



+351 919191219



Dia 7: Sexto dia de Caminhada, Val d'Ayas - Rifugio Theodulo Um belo dia com glaciares, lagos glaciares azuis profundos, belos prados alpinos para chegar a Cima blanche pass (2982 m). Estamos acima de Breuil Cervinia, a famosa estância de esqui, um último esforço para chegar à cabana de Theodulo (3317 m). Vamos dormir aos pés do Matterhorn.

Percurso: +1500M / -466M / 6 h Pernoita em refúgio de montanha (Neste dia não há acesso as bagagens)

Dia 8: Sétimo dia de Caminhada, Rifugio Theodulo - Zermatt - Granchen

Depois da passagem de Theodulo, estamos agora de volta aos Vales Suíços. Descida a Trockensteg e Zermatt com o Monte Rosa e o mítico Matterhorn como pano de fundo, cenário inesquecível, a primeira parte do percurso em cima do Glaciar. Este é daqueles dias que não se esquece mais. Existe a possibilidade para quem pretender neste dia, pagando um valor extra, fazer a subida ao Breithorn (4164 M) Após o percurso acabar em Zermatt, transfer para Granchen

Percurso: -1645M / 5 H, Pernoita em pousada na vila de Granchen Pernoita em Hotel Granchen

Dia 9: último dia de programa

O dia de dizer adeus aos Alpes, e às montanhas que ficam para lá para todo sempre, ao contrário de nós. De comboio regressamos a Genève para apanhar o voo para Portugal



falarcom@aventurax.pt



www.aventurax.pt



+351 919191219

Outras Informações

- **Grupos:**

Este é um grupo de um mínimo de 6 e um máximo de 14 participantes, o grupo é de origem Internacional, o que torna esta viagem mais enriquecedora.

Nada como trocar experiências com outras culturas.

O guia que acompanhará o grupo será um Guia Francês, Parceiro Aventura X credenciado e com excelente conhecimento da zona.

- **Alojamento**

Na primeira e ultima noite de programa as dormidas são em hotel / Pousada na cidade de Granchen, Suíça..

As restantes noites são em refúgios de Montanha, quartos com camas tipo beliche e partilhados com outros Participantes.

No ultimo refúgio não existe a possibilidade de tomar banho, nem se tem acesso as bagagens

- **Refeições**

. Nesta nossa viagem estão incluídas as seguintes refeições:

- 8 pequenos - almoços
- 7 almoços em regime de pic-nic durante os percursos
- 6 jantares sem bebidas incluídas

(os dois jantares em Chamonix não estão incluídos)

No caso de haver alguma restrição alimentar o Participante deverá informar a Aventura X aquando do preenchimento da ficha de inscrição.

- **TRAVELLER**

Atenção que este programa destina-se a Participantes com alguma experiência e boa preparação física pois as etapas são longas, expostas e com desníveis diários acentuados.

Os percursos apresentados podem ser alterados devido às condições meteorológicas ou desempenho do grupo

. Obrigatório botas

- **Transfere**

Nesta nossa aventura nem os transferes nem os voos estão incluídos.

Estamos totalmente disponíveis para ajudar na planificação e aquisição dos mesmos.

Atenção que nesta viagem só podes levar 11 kgs de bagagem , na hora de comprar o voo tem esta informação em atenção para tomares a decisão que tipo de mala associas ao teu voo.

.





Material a levar, dia a dia,

Mochila de 30 a 40 Litros minimo

Saco do lixo para colocar dentro da mochila no caso de teres duvidas da sua impermeabilidade.

Casaco de chuva , ou capa de chuva ou poncho de chuva

Boné , chapéu ou fita para cabelo

Par de luvas

Calças de chuva tipo Gore - Tex

1,5 L de água minimo

Oculos de sol

Talhares, copo , prato ou caixa de plástico (pic-nic)

papel higiénico biodegradável + saquinhos de plastico

Barras energéticas + Frutos secos

Kit Primeiros socorros (Spray muscular + penso de bolhas + analgésico)

Protetor solar

Bastões de Caminhada

Botas de caminhada (apesar de haver hoje em dia boas sapatilhas para pratica desportiva de caminhada , botas são sempre uma opção mais segura)

****Atenção na escolha da mochila para o dia a dia.**

O pic-nic é para ser transportado pelos Participantes





Bagagem

Peças de reposição (roupa técnica)
Roupa confortável para a noite Saco de Cama ou Lençol Cama Estojo de higiene Pessoal Toalha de banho chinelos Sabonete e Shampoo Biodegradável Kit primeiros socorros Cartão Cidadão ou passaporte válido Boa Disposição

**
Atenção que nesta nossa aventura são permitidos no máximo 11 kgs de bagagem.

Não são permitidas malas rijas

A bagagem é transporta por carrinha





Pontos de Interesse:

- O encanto da aldeia de Saas Fee
- Conhecer Zermatt, a vila que respira montanha
- Lagos alpinos entre verdes prados, Florestas de abetos e cumes nevados.
- Aldeias remotas de chalets de madeira
- Passagem de colos lendários: Monte Moro, Turlo, Théodulepass, Passo di Verra, Cima Blanche
- A aldeia de Macugnaga no sopé da imensa face do Monte Rosa (4634m)
- A visão magnífica dos Monte Cervin (4478m) e Liskamm(4527m)
- Caminhada no Glaciar

