



La Dent d'Hérens, située au bout du Valpelline, compte parmi les « 4 000 » les plus isolés et les moins gravis. Le sommet fût pour la première fois conquis le 12 août 1863. Nous grimperons sur la Dent d'Hérens via la belle crête Tiefmatten.

#### Programme :

- 1er jour : Rendez-vous avec le guide de montagne au parking du barrage de Place-Moulin. D'ici, nous grimpons jusqu'au refuge Aoste où nous dormirons.  
↑ 4:00 heures - 800m
- 2eme jour : Départ très matinale vers 3h30, selon les saisons. Nous atteignons le glacier des Grandes Murailles par des sentiers. Nous les suivons en direction du col Tiefmatten et l'atteignons à l'aide de cordes fixes. Nous continuons à l'aide des cordes fixes jusqu'au sommet. La descente s'effectue par le même chemin que l'ascension.  
↑ 5-6 heures 1400m ↓ 5-6 heures 2200m

#### Informations utiles :

- Nuitée : Refuge Aoste (2780m)
- Rendez-vous : À 11h au parking du barrage de Place-Moulin ou autre à déterminer avec le guide de montagne ou le bureau.
- Prérequis : Terrains escarpés, arêtes enneigées exposées et passages d'escalade jusqu'au degré III
- Équipement : Voir la checklist ci-dessous.
- Météo : Même en été, la météo en montagne peut être extrême et nous pouvons rencontrer des chutes de neige. Nous vérifions les conditions météorologiques deux à trois jours avant la randonnée et nous vous informerons des changements utiles.
- Guide/prestations : Guide de montagne de Guidemonterosa. Peu de temps avant la randonnée, nous vous communiquerons le nom et le numéro de téléphone du guide. Pour plus d'informations, vous pouvez volontiers contacter notre bureau.

**Prestations et tarifs :**

**Prestations incluses :** Guide de montagne UIAGM pour l'ascension

**Coûts additionnels :** Nuitée au refuge en demi-pension pour les hôtes et le guide de montagne, trajets en train, boissons, déjeuner, coûts du voyage (jusqu'au lieu de rendez-vous), si nécessaire équipement et toutes les prestations non incluses.

**Tarifs :**  
1 participant : 1000,00 Euros  
2 participants : 575,00 Euros par personne

**Pour votre préparation :**

**Vêtements :** Nous conseillons des vêtements de montagne fonctionnels qui transportent bien l'humidité / principe des couches multiples pour que vous puissiez réagir aux aléas météorologiques.

**Chaussures :** Chaussures de montagne solides (pouvant être équipées de crampons)

**Provisions :** Snacks et boissons pour cette randonnée peuvent être en partie achetés au refuge.

**Sac à dos :** Le sac à dos doit être bien préparé : ne le chargez pas plus que de raison ! Vous serez surpris de constater le peu dont vous avez besoin. Des vêtements fonctionnels et un t-shirt de rechange pour le refuge devraient suffire. Plus le sac est léger, plus le trajet sera aisé. Nous conseillons un sac à dos disposant d'un volume de max. 30-40l.

**Cartes:** Valpelline e Saint Barthelemy - L'Escursionista | ESC06 | 1:25000  
Swisstopo – No. 1347 Matterhorn 1:25000  
Swisstopo – No. 283 Arolla 1:50000

**Pour plus de questions**

Nous sommes à votre disposition pour toutes questions : merci de contacter notre bureau. DE: +49 (0)89 215536560  
– Tél. CH: +41 (0)71 688-7000 – Tél. I: +39 3493674950

## Liste de l'équipement

### Vêtements

- |   |   |
|---|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> Coupe-vent et parka en Gore Tex ou matériau similaire                       | <input checked="" type="checkbox"/> Gants                             |
| <input checked="" type="checkbox"/> Pantalon de montagne ou de randonnée coupe-vent et imperméable en softshell | <input checked="" type="checkbox"/> Vêtements chauds et qui respirent |
| <input checked="" type="checkbox"/> Sous-vêtements de rechange  | <input checked="" type="checkbox"/> Chaussettes de Trekking           |
|   | <input checked="" type="checkbox"/> Bonnet / bandeau                  |

### Équipement additionnel

- |   |   |
|---|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> Lunettes de soleil avec un indice de protection élevé       | <input checked="" type="checkbox"/> Lumière frontale et évent. batterie de rechange                   |
| <input checked="" type="checkbox"/> Crème solaire et baume à lèvres                             | <input checked="" type="checkbox"/> Gourde / Thermos  |
| <input checked="" type="checkbox"/> Articles de toilette – uniquement le nécessaire / léger     | <input checked="" type="checkbox"/> Couteau de poche  |
| <input checked="" type="checkbox"/> Sac de couchage de voyage en soie si disponible             | <input checked="" type="checkbox"/> Carte d'adhésion d'une association alpine SAC / FFCAM / CAB / GAL |
| <input checked="" type="checkbox"/> Éventuellement matériel photo                               | <input checked="" type="checkbox"/> Carte d'identité  |
| <input checked="" type="checkbox"/> Éventuellement Premiers secours, à déterminer avec le guide | <input checked="" type="checkbox"/> Éventuellement boules Quies                                       |
|   | <input checked="" type="checkbox"/> Éventuellement carte régionale                                    |

### Chaussures

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Chaussures de montagne / trekking                                   | <input type="checkbox"/> Chaussures d'escalade                 |
| <input checked="" type="checkbox"/> Chaussures de montagne pouvant être équipées de crampons | <input checked="" type="checkbox"/> Éventuellement des quêtres |

### Équipement technique pour l'excursion

- |   |   |
|---|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> Baudrier                        | <input type="checkbox"/> Amortisseur d'énergie                    |
| <input type="checkbox"/> 1 x HMS mousqueton                         | <input checked="" type="checkbox"/> Casque                        |
| <input checked="" type="checkbox"/> 2 x HMS mousquetons             | <input type="checkbox"/> Sac à magnésie                           |
| <input type="checkbox"/> Dégaines                                   | <input type="checkbox"/> 1 x broche à glace                       |
| <input type="checkbox"/> Système d'assurage avec mousqueton associé | <input checked="" type="checkbox"/> Crampons antidérapants        |
| <input checked="" type="checkbox"/> 1 x anneau de sangle 120cm      | <input checked="" type="checkbox"/> Piolet                        |
| <input type="checkbox"/> 1 x anneau de sangle 60 cm                 | <input type="checkbox"/> Équipement pour cascade à glace 2 pièces |
| <input type="checkbox"/> 1,2m cordelette 6mm                        | <input checked="" type="checkbox"/> Bâtons télescopiques          |
| <input type="checkbox"/> 2,4m cordelette 6mm                        | <input checked="" type="checkbox"/> Sac à dos 30-40l              |