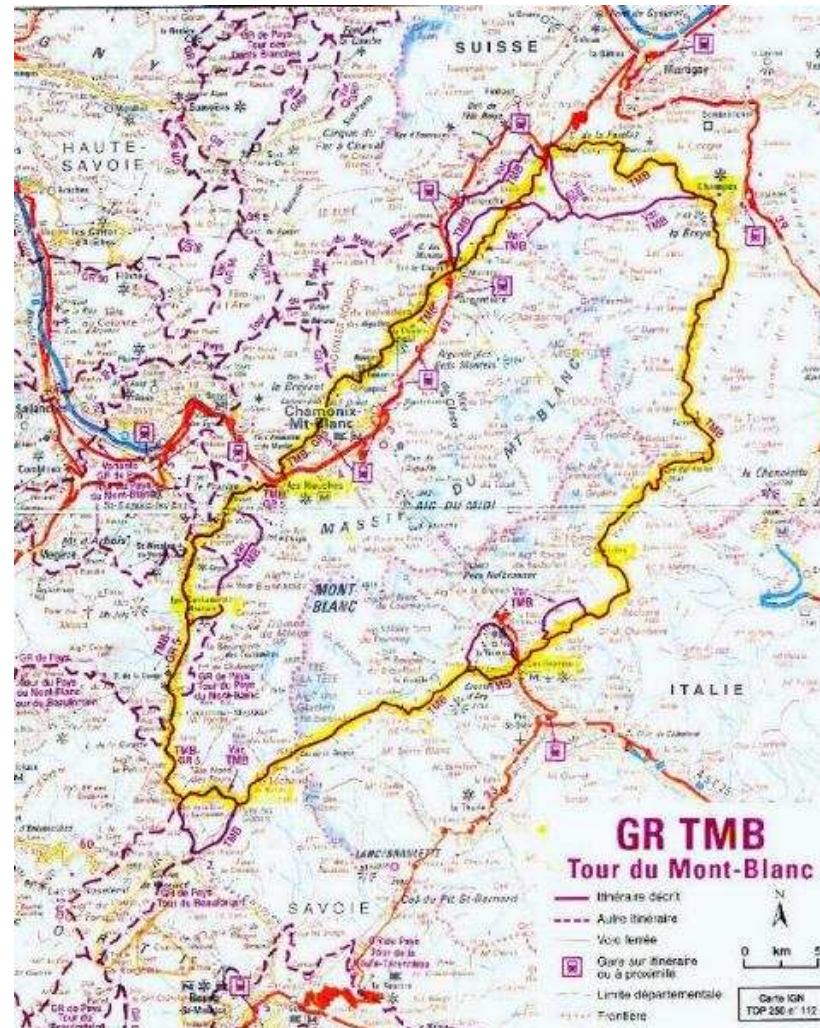


TOUR DU MONT BLANC

Par Simon Dubuis
août 2002



La veille : Mercredi 14 août

Étape : Paris - Les Houches

Départ : 22h30

Arrivé : 8h30

22h, je suis dans le train, dans ma couchette, tout va bien, demain matin je serai au pied du Mont Blanc. Merde, une alerte à la bombe ! Ca commence bien, 45 minutes de retard !

1^{er} jour : Jeudi 15 août

Etape : Les Houches - Bellevue - Col de Voza - Bionnassay - Champel - Tresse - Contamines

Départ : 10h00

Arrivé : 14h35

Temps de marche : 4h25

Dénivelé positif : 790 m

Dénivelé négatif : 648 m

Dénivelé absolu : 1438 m

Le réveil dans le train couchette est difficile, j'ai un peu mal au dos, mais bon, j'ai passé une nuit plutôt correcte. Je suis enfin arrivé, c'est l'heure du grand départ.

Je passe environ 45 minutes aux Houches le temps d'aller à l'office du tourisme et de m'acheter une carte globale du Mont Blanc. Et enfin 10h ! J'attaque le TMB, depuis le temps que j'attends ça, j'avais prévu de partir à midi, j'ai donc 2 heures de rab. Le début se passe pas mal, j'avance assez vite (par rapport aux temps indiqués dans mon bouquin). Mais vers midi du côté de Bionnassay, j'ai dû louper le petit chemin qui allait vers la gauche, pas grave ça me rallonge qu'un tout petit peu ;o). Au col de Voza, j'arrive au même moment que le petit train du Mont Blanc, et dire que je viens de monter jusqu'ici à pied alors qu'il y a une gare. J'arrive à Contamine à 14h35 et j'ai les épaules complètement explosées par ce sac à dos qui pèse une tonne !

Je marche encore une heure le temps d'aller au camping (je suis aussi passé par l'office du tourisme avant) N'étant plus à Contamine même, je me suis avancé de 30 minutes pour demain. Arrivé au camping, il faut encore monter la tente, pffff, puis la douche un coup d'oeil sur la carte pour demain, une p'tite bouffe et dodo.

(Camping : 7,5 €)

2^{ème} jour : Vendredi 16 août

Étape : Contamines - Notre Dame de la Gorge - Chalet du Nant Borrant - La Balme - Col du Bonhomme - Croix du Bonhomme - Col des Foures - Chalets des Tufs - Ville des Glaciers - Chalets des Mottets

Départ : 7h20

Arrivé : 17h30

Temps de marche : 8h40

Dénivelé positif : 1687 m

Dénivelé négatif : 967 m

Dénivelé absolu : 2664 m

Quelle nuit ! D'abord à 22h30, un énorme boum, qui résonne dans les montagnes, c'est un feu d'artifice avec sons et lumières pour le 15 août ! La poisse, et après ça, celui de la tente d'à côté a ronflé aussi fort qu'un marteau piqueur.

Ce matin, levé à 6h30 puis il faut plier la tente toute mouillée par la rosée. Je suis en plein forme pour attaquer la journée, il faut bien, j'ai 1500 m à monter d'un coup, c'est mon plus gros dénivelé positif du tour. J'atteins enfin le col du Bonhomme vers 11h (où je prends mon temps pour manger), la montée a été dure, le soleil cogne fort, mais je suis toujours en avance sur les temps, j'avais prévu 4h35 de marche pour venir ici et je l'ai fait en 3h50. Mais je vais vite perdre cette avance, j'ai oublié de comptabiliser une étape "la Croix du Bonhomme", je pensais pouvoir la contourner mais non, ça m'a fait perdre 50 minutes. Et c'est pas fini, j'avais pas vu qu'il y avait deux cols des Foures, le Nord et le Sud et bien sur je me suis planté. Je devais prendre le Sud puis redescendre vers les chalets, mais j'ai continué vers le col des Foures Nord, plus d'une heure de perdue. Enfin presque, parce qu'on a une belle vue de là bas, de plus le point culminant du TMB se trouve au col des Foures Sud à 2665 m et comme je suis allé au Nord, plus haut, je suis monté à 2756 m.

Pour regagner le temps perdu, je cours un peu dans la descente vers les chalets Tufs, Ahhhhh, quelle connerie, mon genou gauche a lâché sous le poids du sac !! J'ai mal dés que je pose le pied à terre, la douleur est horrible, à faire hurler un mort, il me faut un temps fou pour faire cette foutue descente. J'arrive enfin à 17h30 au chalet de Mottets complètement naze après une journée de 10h.

Le refuge est plutôt sympa, comme on imagine le bon vieux refuge. Au souper (où je fais enfin un bon repas, ça change des sandwiches), je me retrouve avec 7 autres personnes qui viennent toutes du Nord comme moi, c'est la table des Ch'ti ;o) (à cette table, il y a Marie, Guy et Marc, qui seront également pas très loin de moi dans le dortoir, des prénoms à retenir pour plus tard)

(Refuge en demi-pension : 28,50 €)

3^{ème} jour : Samedi 17 août

Etape : Chalets des Mottets - Col de Seigne - Alpe inférieur - Refuge Elisabetta - Lac de Combal - Alpe supérieur - Lac Chécroui - Col Chécroui - Plan Chécroui - Dolonne - Courmayeur - Tronchey

Départ : 7h30

Arrivé : 17h45

Temps de marche : 8h00

Dénivelé positif : 1394 m

Dénivelé négatif : 1635 m

Dénivelé absolu : 3029 m

J'ai pas beaucoup dormi cette nuit, il y avait encore un ronfleur à côté de moi, enfin j'avais surtout besoin de reposer mes jambes et mon genou.

A 7h, c'est le petit déjeuner et à 7h30 tout le monde prend la route, on se suit les uns derrière les autres, c'est très sympa et beau à voir cette file de randonneurs qui marche à l'aube. A 9h15, au bout de 1h40 de marche (au lieu des 2h35 prévues) j'arrive à la frontière France - Italie, à partir de là le paysage est magnifique ! J'ai rarement vu de si beaux paysages en montagne, je me suis assis un moment à le contempler (pas la peine de regarder mon album photos, j'en ai pas pris, un paysage comme ça, ça se mérite, alors bouge ton cul et va voir par toi-même). Il n'y a pas que le paysage qui change quand on passe la frontière, niveau politesse chez les Italiens c'est zéro, il y en a qu'un sur deux qui me répond lorsque je leurs dis "bonjour" et encore la plupart du temps, ils tirent la tronche. A midi, je me tape encore un sale sandwich avec le pain qui date de 3 jours, et même chose pour le jambon et le fromage, beurk. Après, je perds un peu de temps dans la grimpette car le soleil cogne fort, mais rien de grave et puis j'en ai gagné ce matin. Puis une longue route interminable, presque plate m'amène à la station téléphérique (que je ne prends pas bien sûr), encore une grande descente et j'arrive à Courmayeur, là où je dois dormir ce soir.

La route est affreuse, type route de 4x4, très large en zig-zag qui n'en finit pas, plein de petits cailloux, sans paysage, monotone et très pentue... et là ! Mon genou me relâche !!!!! C'est encore pire qu'hier, la douleur est insupportable, je ne peux plus poser mon pied au sol, je me sers de mes battons de marche comme de béquilles mais la douleur est toujours là. Mais il est hors de question que j'abandonne le TMB, alors je sers les dents et je continue. Il me faut un temps fou pour faire cette putain de descente, j'aurais dû prendre le téléphérique. Arrivé en bas, à Dolonne, je demande à une Mama Italienne la route pour Courmayeur, de ce que je comprends, elle me dit (en Italien) de prendre le bus, et vu que d'ici à Courmayeur, c'est de la ville et que j'ai une jambe de bois, je le prends. En plus il me dépose juste en face de l'office du tourisme, où ils me disent qu'ici, il n'y a que des hôtels à 180 € la nuit ! Pas question je dois donc reprendre le bus pour rejoindre un camping à perpette les oies dans la vallée.

Une fois installé au camping, j'examine la carte pour demain et là, deux solutions. Soit je reprends le bus vers Courmayeur (1h de perdue) et j'attaque la grosse journée que j'avais prévue, soit je pars d'où je suis à pied et je continue dans la vallée jusqu'à ce que je rejoigne la route du TMB. J'opte pour la deuxième solution, j'aurai donc seulement une journée de 3h (au lieu de 8h) et 431m de dénivelé (au lieu de 2542 m). Cela me permettra de reposer mon genou.

Petit bilan de santé du soir, j'ai : une dizaine de cloques aux pieds (dont 3 belles), des courbatures aux mollets et aux cuisses, le genou explosé, des douleurs aux hanches et aux épaules (dues au poids du sac) et un big coup de soleil dans le cou et sur les épaules.

(Camping : 6,5 €)

4^{ème} jour : Dimanche 18 août

Etape : Tronchey - Arnuva - Refuge Elena

Départ : 10h20

Arrivé : 14h45

Temps de marche : 3h00

Dénivelé positif : 431 m

Dénivelé négatif : 0 m

Dénivelé absolu : 431 m

Ce matin, j'ai fait la grasse matinée, levé à 8h et départ à 10h ! Je passe donc dans la vallée le long d'une rivière (qui dit rivière, dit moustiques, et où est ce que je me suis fait piquer, sur mon genou !!) au pied de la montagne, c'est un peu dommage, car du coup je ne passe pas par "Le Pré" et "Le col du Sapin" qui comptent parmi les plus beaux paysages du TMB. Je rejoins le circuit à Arnuva après 2h de marche, je prends tout mon temps aujourd'hui, je m'arrête très souvent pour reposer mon genou, et je m'arrête même une heure pour manger. J'en profite pour faire trempette dans l'eau, ça fait du bien aux pieds et aux genoux, mais l'eau est glacée ! Elle coule directement d'un glacier plus haut dans la montagne. Dans la dernière petite grimpe, je me fais doubler à une de ces vitesses par un groupe de 6 Espagnols à peine chargés, un vrai TGV (faut dire qu'ils ont des mollets deux fois comme les miens).

Arrivé au gîte (où je retrouve les Espagnols) de bonne heure, j'ai tout le temps de me reposer pour demain, une journée qui me fait un peu peur car j'ai près de 1500 m de descente. En temps normal c'est le pied, mais là j'ai peur que mon genou relâche ! Mais bon si j'ai vraiment un problème sur la prochaine étape, c'est pas trop grave, car c'est une étape qui peut se faire en partie en bus, alors on verra tout ça demain. Le gîte de ce soir est très classe, je pense que je vais faire une bonne nuit.

Devinez qui arrive dans la soirée complètement naze, juste à côté de moi dans le dortoir, Marie, Guy et Marc, à l'inverse de moi, ils ont eu leur grosse journée aujourd'hui et leur petite hier (j'avais bien dit que je les retrouverai). Au souper, je mange avec trois autres personnes qui sont également seules, deux font le TMB et le troisième un Suisse de 79 ans qui se fait une petite balade de quelques jours ;o). Thierry (l'un des deux à faire le TMB seul) me propose de faire la montée jusqu'à la frontière Italie - Suisse avec lui demain matin, j'accepte en lui disant que je le lâcherai sûrement après, vu que ça descend et que je suis obligé d'y aller molo.

(Gîte en demi-pension : 38 €)

5^{ème} jour : Lundi 19 août

Etape : Refuge Elena - Grand col Ferret - Ferret - La Fouly - Praz de Fort - Issert - Champlex

Départ : 7h25

Arrivé : 14h20

Temps de marche : 6h30

Dénivelé positif : 886 m

Dénivelé négatif : 1482 m

Dénivelé absolu : 2368 m

La vache, je me suis pas endormi avant minuit hier soir et j'ai encore eu droit à des ronfleurs ! A 7h20, Thierry et moi prenons la route en deuxième position (juste derrière un couple d'Italiens qui marche hyper vite, on ne les reverra plus jamais, même de loin) et 5 minutes après nous, ce sont les 6 Espagnols qui lèvent le camp. Ils vont nous doubler dans la montée, au bout de 50 minutes de marche (au lieu de 2h) on atteint la frontière Italie - Suisse où l'on retrouve les Espagnols tout essoufflés, le temps d'une photo et on est reparti. On clouera sur place ces Espagnols, c'est bien beau d'avoir de gros mollets, mais faut il encore savoir s'en servir. Ce matin, les marmottes sont matinales, on va en croiser comme ça 4 ou 5. Les 1500m de descente se passent bien (quelques douleurs c'est tout), pourtant on marche d'un très bon pas, c'est que mon compagnon de route est un grand randonneur (il a de l'expérience). On arrive à Champlex à 14h20 après 6h30 de marche (au lieu de 8h), ce qui nous laisse tout le temps de trouver où dormir et de nous reposer.

Une fois le gîte trouvé (très classe), où l'on se retrouve dans la même chambre que... Marie, Guy et Marc (décidément), on va se reposer au bord du lac de Champlex. Là on recroise les Espagnols, j'y crois pas, ils ont pris le bus, les tapettes, 6 armoires à glace pas capables de faire une journée de marche. A ce moment là, je suis fier de moi, avec des mollets deux fois plus petits, un sac deux fois plus gros et un genou pété, je les ai mis dans le vent.

Au souper, Thierry me dit qu'il trouve l'étape de demain trop courte (8h), il veut qu'on continue plus loin, je lui réponds qu'on verra bien, après tout on est en Suisse, "y a pas le feu au lac".

(Gîte en demi-pension : 56 Fr Suisse, 38 €)

6^{ème} jour : Mardi 20 août

Etape : Champlex - Plan de l'Au - Fermes Bovine - Col de la Forclaz - Peuty - Herbagères - Col de Balme - Tour - Montroc la Planet - Tré le Champ

Départ : 7h30

Arrivé : 15h35

Temps de marche : 7h00

Dénivelé positif : 1585 m

Dénivelé négatif : 1634 m

Dénivelé absolu : 3219 m

J'ai passé un très bonne nuit, ça change. Ce matin, on prend la route à 7h30 avec un début de parcours tranquille, mais toujours d'un bon pas, puis la difficulté arrive, une dure montée en sous bois. Ca grimpe comme ça toute la journée, puis on arrive à la frontière Suisse - France, normalement c'est la que j'avais prévu de passer la nuit. Comme il n'est que 13h40 (on a mis 5h30 au lieu de 8h) on continue vers Tré le Champs. Le vent se lève, il souffle très fort et les nuages arrivent, l'orage n'est pas bien loin mais on atteint le refuge avant qu'il n'éclate. C'est cool, on a une demi-journée d'avance par rapport à mon planning, si on marche aussi bien, on atteindra les Houches et on finira le TMB avec un jour d'avance !

On arrive dans un refuge très spécial, il faut pas être claustrophobe pour dormir ici, on est dans une chambre de 4 m² et il y a 5 lits ! Toutes les chambres sont comme ça, mais c'est quand même très sympa.

Donc demain on vise les Houches, 10h15 de marche, et il faut grimper jusqu'a 2526 m au sommet du Brévent !

(Gîte en demi-pension : 28 €)

7^{ème} jour : Mercredi 21 août

Etape : Tré le Champ - Chalet des Chésersys - La Flégère - Charlanon - Planpraz - Col du Brévent - Sommet du Brévent - Bel Lachat - Merlet - Christ Roi - Les Houches

Départ : 7h30

Arrivé : 16h00

Temps de marche : 7h30

Dénivelé positif : 1302 m

Dénivelé négatif : 1711 m

Dénivelé absolu : 3013 m

Nuit correcte, on va dire. Départ à 7h30 pour boucler le TMB, ça motive ! Mais ce matin, il y a un gros brouillard, on ne voit pas grand chose et il fait humide. La première grimpette est difficile, et soit je ralentis soit Thierry a la pêche car j'ai un peu de mal à le suivre. Une fois sorti des sous-bois, ça va mieux et à vrai dire, je suis de plus en plus motivé, surtout qu'on aperçoit le Brévent, ce qui veut dire qu'on approche de la fin, car après c'est juste de la descente. On l'atteint vers 13h30, c'est là que nos routes se séparent, Thierry décide de prendre le téléphérique pour rejoindre Chamonix puis le bus jusqu'aux Houches (il a une grosse cloque au pied, et puis il est déçu du paysage à cause du brouillard). Moi je continue la route à pied, plus que 2h40 de descente, je finirai donc le TMB seul comme je l'ai commencé. Je suis tellement content d'arriver au bout, que je descends les 1500 m de dénivelé qui me séparent des Houches en galopant comme un chamois, j'en oublie, les cloques, les courbatures, les coups de soleils... et même mon genou, j'ai qu'une hâte, c'est de finir, j'y suis presque ! Je vais tellement vite, que quand les autres randonneurs m'entendent arriver, ils s'écartent du chemin pour me laisser passer. Mais j'ai beau courir la descente me semble hyper longue, je n'en vois pas le bout, pendant ce temps je me remémore tout le parcours que j'ai fait pendant ce TMB... et là, enfin, j'arrive aux Houches à 16h00 après 7 jours de marche...

Même si j'en ai bavé par moment, pour une première expérience de ce type, c'était extra ! Entre les montagnes gigantesques, les paysages magnifiques, les randonneurs rencontrés dans les refuges, les animaux à observer... et bien sur la randonnée par elle-même, c'est vraiment un tour exceptionnel que je suis content d'avoir fait. Evidemment, c'est une randonnée que je conseille à tous ceux qui aiment la montagne et marcher (chacun à son rythme, bien sûr). Quant à moi, elle m'a motivé pour en faire d'autres, il ne me reste plus qu'à trouver la prochaine destination...