



TOUR MONT BLAC

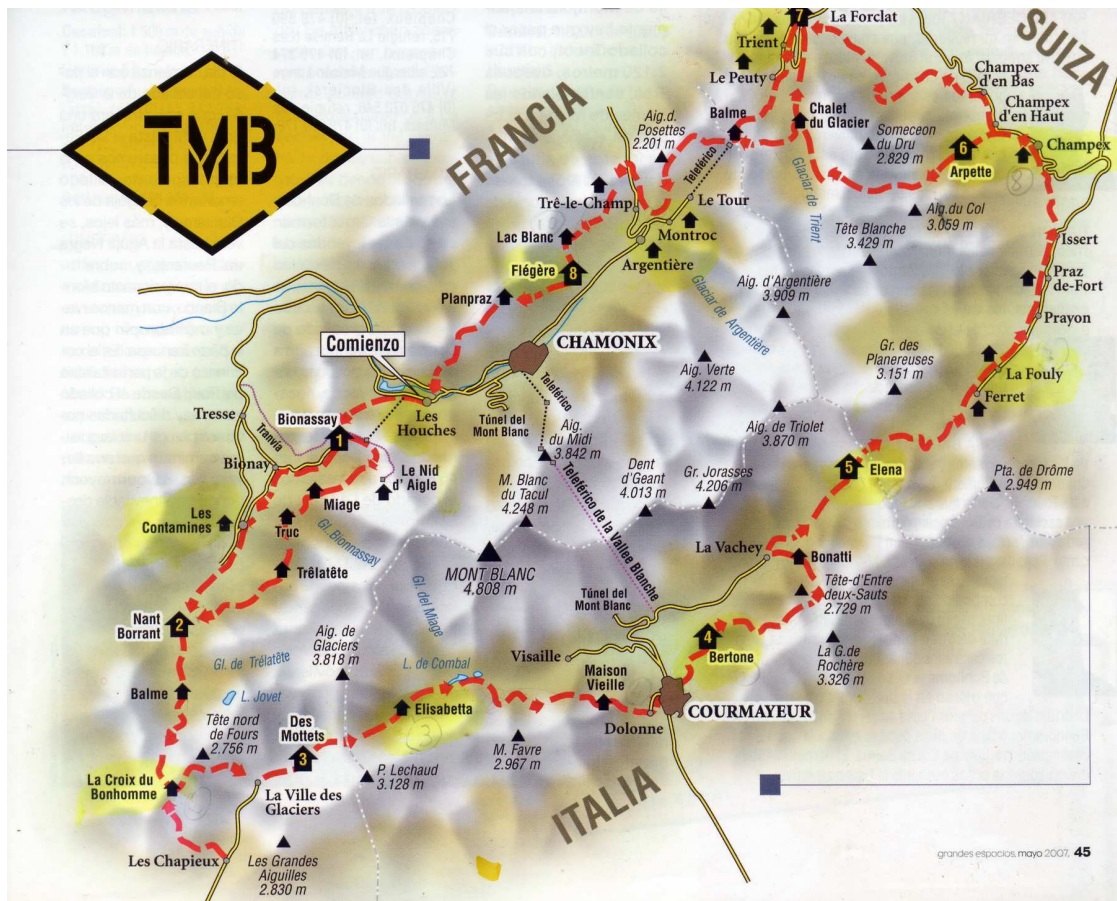
✓ Sarrera:

Alpeetako zeharkaldi ezagunetarikoa bat dugu hau, tartean Frantzia, Italia eta Suiza zeharkatzen ditu, zeharkaldia zirkularra da eta edozein zentsutan egiteko modukoa, nahiz eta jende gehienak erlojuaren orratzen kontrakoa egin.

Hasiera leku edo puntu desberdinetatik egin daiteke, gure kasuan Las Houches (Chamonix) izan zen abia eta helmuga puntua.

Zeharkaldi guztien bezala zaila da esatea norberaren gaitasun fisikoa ezagutzeke zenbat egunetako martxa izan daiteken, guk kontatuko dugu gure esperientzia, 11 etapa.

✓ Mapa orokorra



✓ Guk egindako etapak :

- 1 etapa : Les Houches – Miage
- 2 etapa : Miage – Nant Barran – La Croix de Bonhome
- 3 etapa : La Croix de Bonhome – Col Fours – Mottes – Ref Elisabeta
- 4 etapa : Ref Elisabeta – Courmayeur – Ref Bertone
- 5 etapa : Ref Bertone – La Vachey – Ref. Elena
- 6 etapa : Ref. Elena – Col Ferret – Ferret - La Fouly
- 7 etapa : La Fouly – Praz de fort – Champex – Ref Arpette
- 8 etapa : Ref Arpette – Col Arpette – Chalet de Galcier – Trient
- 9 etapa : Trient – Le Peuly – Col Balme – Ref. Balme – Ref Lac Blanc
- 10 etapa : Ref Lac Blanc – Ref Flegere – Ref Belachat
- 11 etapa : Ref Belachat – Les Houches

✓ Beharreko Mapak

Zeharkaldi guztia oso ondo dago markatuta, dena den ondo datoz bertako mapak, guk erabili genituen:

- 1.- 3531 ET (St-Gervais) 1:25.000, IGN frantzea
- 2.- 3630 OT (Chamonix) 1:25.000, IGN frantzea

Bi hauekin ia guztia hartzen da, falta da hiru bat orduko tarte bat Courmayer eta Ref. Elena bitartekoa. (Hau italiako mapa batekin egiten da)

✓ Liburu - aldizkariak

- **Tour del Mont Blanc** izeneko liburua, Ediciones Desnivel argitaletxekoa, oso ondo dago.



- **Grandes Espacios** aldizkaria, Zenb:122, 2007ko Maiatzekoa



✓ **Web Orrialde batzuk :**

- <http://www.cairn-fr.com/>
- <http://www.terra.es/personal2/rafa.marin/index.html>
- <http://www.circuitsderando.com/tmb/camprefg.php>
- <http://www.auberge-le-cret.com/>
- <http://www.cdrp74.fr/gr/heberg-tmb.html#contamines>
- <http://haute-savoie.ialpes.com/refuges/gite-mont-blanc.htm>

✓ **Mendizaleak (Informazio gehiago)**

Nati Balenciaga / Juan Mari Sasigain (2007), jumasaide@wanadoo.es

Rosa Gamindez / Jose M^a Rubio (2009), urubio@euskalnet.net

Marije Urien / Ina Larrañaga (2009), inal@irakasle.net

Bergara 2009 ko Iraila