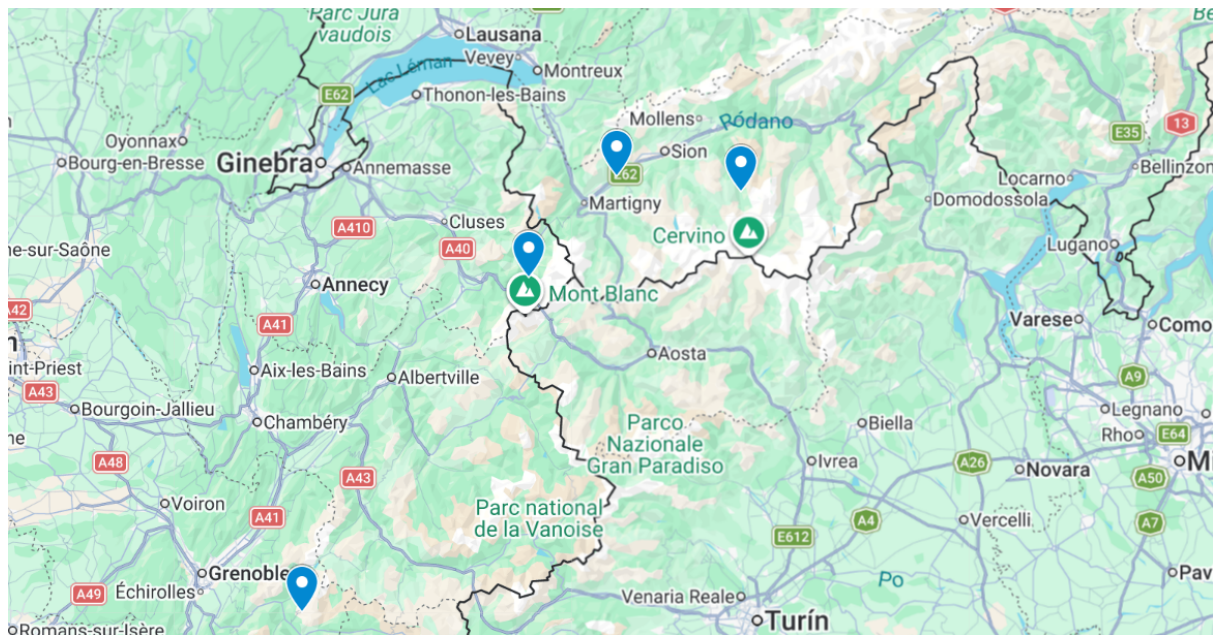




DE ALPE-D'HUEZ A ZINAL



Cumbre Bishorn

DIA 1 L'ALPE-D'HUEZ [Ubicacion](#)

Comenzamos el viaje en los macizos de los ecrins el estacionamiento se realiza en la misma estación de pistas sin inconveniente para estacionar en camper durante el día y desde aquí comenzamos la ruta. Es una ruta perfecta para combinar con una estancia en camper en Alpe d'Huez, ya que permite alcanzar un mirador de alta montaña sin necesidad de realizar pasos técnicos y ofrece algunas de las mejores

panorámicas del macizo de los Ecrins. la ruta se realiza íntegramente por las pistas de la estación escogiendo el horario de tarde una vez clausurada la estación para evitar aglomeraciones y conflictos [RUTA AQUI](#).



Panorámica desde la Estación

DIA 2 CHAMONIX MONT BLANC [Ubicacion](#)

Chamonix-Mont-Blanc es uno de los destinos de montaña más emblemáticos de Europa y la cuna del alpinismo moderno. Situado en la Alta Saboya, en los Alpes franceses, a los pies del majestuoso Mont Blanc (4.810 m), combina naturaleza, aventura y un ambiente alpino único durante todo el año. destino de referencia para practicar escalada, alpinismo, trail running, bicicleta de montaña, vías ferratas y parapente. Uno de sus principales atractivos es el teleférico de l'Aiguille du Midi, que asciende hasta los 3.842 metros de altitud ofreciendo unas vistas espectaculares del macizo del Mont Blanc. Muy cerca se encuentra el famoso Mer de Glace, el glaciar más grande de Francia, accesible mediante el histórico tren cremallera de Montenvers. El centro de Chamonix conserva el encanto de un auténtico pueblo alpino, con calles peatonales llenas de tiendas especializadas en montaña, restaurantes, cafeterías donde pase la mañana y recomiendo hacer dicha vista antes de comenzar la actividad y seguir la aclimatación para lo que viene.



Vistas desde Planpraz

Una de las mejores vistas del macizo del Mont Blanc sin necesidad de realizar una ruta técnica. Sendero perfectamente señalizado. Posibilidad de continuar hacia Le Brévent (2.525 m) para quienes quieran una jornada más exigente. Ideal para combinar con una estancia en camper en Chamonix, [. RUTA AQUI](#)

DIA 3 SAILLON [Ubicación](#)

Siguiente parada ya en territorio Suizo La Vía Ferrata Farineta se encuentra en Saas-Grund, en el cantón del Valais (Suiza), muy cerca de Saas-Fee, una de las zonas alpinas más famosas del país.

La Farineta es una vía ferrata espectacular que asciende por una pared rocosa sobre el valle de Saas. Durante el recorrido se disfrutan impresionantes vistas de los glaciares y de numerosos picos de más de 4.000 metros, como el Dom (4.545 m), el pico más alto situado íntegramente en Suiza.

Es una ferrata muy bien equipada, con grapas, peldaños, puentes y varios tramos verticales que la hacen entretenida y aérea, sin llegar a ser extremadamente técnica. [RUTA AQUI](#) Cabe destacar que en Suiza se debe pernoctar en Zonas habilitadas para realizar la vía es posible estacionar unas 3 horas aproximadamente con paradas.



Via ferrata Farineta

DIA 4 ZINAL [Ubicación](#)

Tras unos días de aclimatación por fin el gran reto del viaje la ascensión al Bishorn desde Zinal la ruta se divide en dos jornadas la primera se asciende al refugio de Tracuit y la segunda jornada más extenuante se asciende a la cumbre y se desciende a la base El Bishorn (4.153 m) es uno de los cuatromiles más accesibles de los Alpes y una excelente opción para quienes desean iniciarse en el alpinismo de alta montaña. Situado en el cantón del Valais (Suiza), forma parte de los Alpes Peninos y ofrece una ascensión glaciaria relativamente sencilla, con unas vistas espectaculares sobre picos emblemáticos como el Weisshorn o el Zinalrothorn.



Zinal

La ruta normal comienza en el Refugio de Tracuit (Cabane de Tracuit, 3.256 m), al que se accede desde el pueblo de Zinal tras una larga caminata de aproximación.

La ruta no presenta especiales dificultades salvo el terreno expuesto y los mas de 1500 m positivos de desnivel , en la parte final hay una pequeña ferrata que facilita el acceso al refugio donde se inicia a la madrugada siguiente la ascensión a la cima del Bishorn [RUTA AQUI](#)



Panorámica Ascensión al refugio

DIA 5 TRACUIT- BISHORN [Ubicacion](#)

Desde el refugio, el itinerario atraviesa el glaciar de Turtmann y asciende de forma progresiva hasta la amplia cima del Bishorn, donde se disfruta de una panorámica de 360° sobre algunos de los paisajes más impresionantes de los Alpes suizos. El

Bishorn está considerado uno de los mejores cuatromiles para iniciarse en el alpinismo glaciar. Aunque técnicamente no presenta grandes dificultades, requiere experiencia en progresión sobre glaciares, conocimientos de seguridad y material específico. Su espectacular entorno, la ascensión desde el histórico Refugio de

Tracuit y las vistas privilegiadas del Weisshorn (4.506 m) lo convierten en una montaña imprescindible para cualquier amante de los Alpes suizos. [RUTA AQUI](#)



Cumbre del Bishorn

MATERIAL NECESARIO VIAJE – ALPES FRANCO SUIZOS



Material de montaña

Perfecto para:

- Chamonix
- Planpraz
- Zinal
- Saas-Fee
- Rutas de senderismo por el Valais

Obligatorio

- Mochila 35-45 L
 - Bastones de trekking
 - Botas de montaña impermeables
 - Zapatillas de trekking ligeras
 - Ropa técnica transpirable
 - Forro polar
 - Plumífero ligero
 - Chaqueta impermeable (Gore-Tex o similar)
 - Pantalón largo técnico
 - Calcetines técnicos
 - Gorra
 - Gorro fino
 - Gafas de sol categoría 3-4
 - Crema solar SPF 50+
 - Protector labial
 - Guantes finos
 - Buff
 - Frontal
 - Botiquín
 - Manta térmica
 - Navaja multiusos
 - GPS o móvil con mapas offline
 - Agua (2-3 litros)
 - Comida energética
-



Material de alta montaña

Necesario para:

- Bishorn

Material obligatorio

- Mochila 40-50 L
- Botas semirrígidas o rígidas compatibles con crampones
- Crampones
- Piolet
- Casco de alpinismo
- Arnés
- Cuerda (si no se va con guía)
- Mosquetones HMS
- Cintas y cordinos
- Polainas
- Guantes impermeables
- Chaqueta térmica
- Plumífero
- Pantalón impermeable
- Gafas de glaciador categoría 4
- Protector solar SPF 50+
- Termo

Importante: Aunque sea verano, en los Alpes Suizos los glaciares mantienen nieve y hielo durante toda la temporada. Para cualquier ascensión glaciador es imprescindible llevar el material adecuado y tener experiencia o contratar un guía.



Equipo de vía ferrata

Necesario para:

- La Farineta (Saas-Grund)

Material obligatorio

- Arnés homologado
- Disipador de ferrata
- Casco
- Cabo de reposo

- Guantes de ferrata
- Mochila pequeña (20-30 L)
- Agua
- Botiquín

Recomendable



Trail running

Para:

- Chamonix

Material

- Zapatillas de trail
 - Chaleco de hidratación
 - Soft flasks
 - Bastones plegables (opcional)
 - Gorra
 - Gafas
 - Cortavientos
-



Material para camper

Imprescindible

- Documentación del vehículo
- Seguro
- Chalecos reflectantes
- Linterna
- Cable CEE
- Adaptador eléctrico
- Manguera de agua
- Calzos
- Mesa y sillas
- Cocina
- Nevera
- Botiquín

- Papel químico WC
 - Herramientas básicas
 - Compresor portátil
 - Panel solar portátil (opcional)
 - Power Station
-



Ropa recomendada (2 semanas)

- 6 camisetas técnicas
- 2 camisetas térmicas
- 3 pantalones cortos
- 2 pantalones largos técnicos
- 1 pantalón impermeable
- 1 forro polar
- 1 plumífero ligero
- 1 chaqueta impermeable
- 1 chaleco ligero (opcional)
- 7 pares de calcetines técnicos
- Ropa interior
- Pijama
- Gorra
- Gorro fino
- Guantes finos
- Guantes impermeables

Documentación

- DNI o pasaporte
- Carné de conducir
- Tarjeta Sanitaria Europea
- Seguro de montaña con rescate
- Reservas de refugios (Tracuit, etc.)
- Tarjetas bancarias
- Dinero en efectivo (francos suizos)
- Permisos o reservas de actividades (si fueran necesarios)

Esta lista está pensada para un viaje de una **semana por los Alpes Suizos**, combinando **senderismo, alta montaña, vías ferratas**,.