



# טיולים יצירתיים בקבוצות קטנות

## טרק מון בלאן

מאסיב המון בלאן, ממוקם במשולש הגבולות בין צרפת, איטליה, ושווייץ, וזהו רכס ההרים הגבוה באירופה (פרט לקווקז, שמהווה את הגבול עם אסיה). רוב תחביבי הטבע שאנו מכירים הומצאו או פותחו לרמתם הנוכחיים ברכס זה. כאן צעדו ראשונים האלפיניסטים אל פסגותיו המושלגות במהלך המאה ה-19. כאן קמה תרבות הבקתות הידועה בעולם, כשבקתות רועים פשוטות התחלפו לאיטן לבקתות מטיילים בהן ניתן להניח את הראש מדי ערב. חופשות ההליכה הראשונות של אירופאים שיצאו מארצם, אחרי מלחה"ע ה-2, היו לכאן. וכל אלו, בצדק גדול. מכל נקודה בשביל אפשר להביט לנוף אדיר של קרחונים, עמקים ירוקים, או פסגות משוננות. שבילי ההליכה נוחים מאד ודרוכים היטב. בקתות המטיילים ערוכות בתפריט חם

ומזין ונוף משגע. ולמרות שזהו אחד המסלולים הפופולריים בעולם – עדיין יש בו מספיק מרחב ונפח כדי להרגיש לבד אל מול אותם נופים. חוויה אלפינית אמיתית!

### יום 1 – מתחממים בין הקרחונים

נצא בטיסת בוקר ישירה לג'ניבה, וממנה נצא בהקפצה לעיירה ההררית שמוני, שמהווה מרכז יציאה לטיולים ברכס זה. שמוני עיירה קטנטנה ותיירותית, אך יש בה קסם שקשה להסביר. אולי אלו הקרחונים שיורדים אליה מכל הר, מערכת הרכבלים הענפה שמשרתת את גולשי הסקי בחורף, ואותנו בקיץ, או המטיילים והמטפסים שמתהלכים ברחובותיה עם גרזני קרח כדבר שבשגרה... בכל אופן, נתארגן בעיירה החמימה, ונצא ממנה ברכבל לכיוון התצפית Brevent, ממנה ניתן לראות את לשונות הקרחונים יורדות מטה אל העמק של שמוני, מדובר באחת התצפיות היפות באירופה. מהתצפית נרד לכיוון אגם יפה, ונבלה כמה שעות בגובה של כ-2500 מ', מתרגלים שוב לנעלי הטיולים, לפני המסע הארוך.

כ-5 ק"מ, עליה וירידה של כ-250 מ'.  
לינה בבית מלון בעיירה שמוני.

### יום 2 – מתחילים במסע!

באוטובוס המקומי, נעלה לכיוון קצה העיירה. וממנה, נעלה ברכבל נוסף, ל"Col de balme", ("קול" = אוקף, פאס, מעבר הרים). זהו הגבול בין צרפת לבין שווייץ, וממנו ניתן לראות עד אגם אמוסון השווייצרי בצפון. מהאוקף נלך על קו הרכס, נרד בירידה תלולה לכיוון עמק "הענקים", שהכוונה בשם



היא לקרחונים האדירים השיורדים אליו. מהעמק נעלה לתוך היער, ל-Col de forclaz, כפר רועים קטנטון, ובליבו – אכסניה. לינה באכסניה בכפר בתנאי מעונות, כ-8 ק"מ, עליה של כ-200 מ' וירידה של כ-600 מ'.

### יום 3 – Col de forclaz - Champex

טיול בהרים, במיוחד באלפים, הוא לא דבר קל כל כך. העליות ארוכות, הירידות תלולות, והשבילים רק בחלק קטן מהזמן באמת מישוריים. היום נרגיש זאת כבר יותר טוב... מהכפר, נעלה דרך היער אל ערבות המרעה של Alp Bovine, אזור זה מתאפיין בחוות חקלאיות קטנטנות, חלקן מדי פעם מוכרות מצרכים להולכים בדרך, חלקן נטוש, וחלקן, כמו כאן, עדיין מייצרות חלב וגבינות. מהערבות נרד לכיוון אגם Champex. זהו אזור מלא קסם, שבליבו אגם כחול ועיירה שלווה נטועים להם בין הרים גבוהים ומושלגים. את הלילה נעביר בבית מלון בסמוך לאגם.

כ-16 ק"מ, עליה של כ-700 מ', וירידה של 750 מ' לינה בבית מלון בעיירה.

### יום 4 – Champex – Fennerete – refuge Bonnati

אחרי בוקר נינוח מול האגם, נעלה על אוטובוס מקומי, ונחצה אל val Ferret השוויצרי בנסיעה. העמק מלא בעיקר בבתי נופש, עם גינות קטנות ופרחוניות. הנסיעה תארך כחצי שעה, ועם האוטובוס ניסע לקצה העמק, וממנו נתחיל בעליה ארוכה אך מתונה, אל grand Col de ferret, שהוא הגבול בין שוויץ לאיטליה, וממנו יורד Val Ferret האיטלקי, וממנו ניתן לראות רכס המון בלאן הנמשך עד האופק. מהאוכף, נרד בירידה תלולה במיוחד לבסיס העמק, ונעלה שוב על הצלע המזרחית שלו. נלך מעל העמק כמה שעות, עד שנגיע לבקתת בונטי המעולה, שקרויה על שם וולטר בונטי, מטפס הרים איטלקי אגדי.

הבקתה היא אחת מהבקתות הנעימות באזור, וידועה בזכות ארוחות הערב הצמחוניות (והאיטלקיות!) הטובות שלה. בבקתה נישן בחדרים קטנים, בהם ישנן 4 מיטות בכל חדר. לבקתה זו אין אפשרות להביא את התיקים הגדולים. השירותים והמקלחות הינם משותפים לכל הבקתה. זה זמן נהדר להכיר מעט יותר מתרבות הטיול במון בלאן, בבקתה נראה משפחות, מטיילים בודדים, וקבוצות כמונו. זו הזדמנות לשבת ולשתות כוס יין, לקשקש עם חבר מזדמן על המסלול שהיה, או היום שיהיה, וכו'... הבקתות מהוות חלק תרבותי חשוב בטיול.

כ-17 ק"מ, עליה של כ-1200 מ' ויריד של כ-800 מ'. לינה בבקתת "בונטי".

### יום 5 – refuge Bonnati - Courmayeur



## טיולים יצירתיים בקבוצות קטנות

היום נמשיך מעל עמק ה-Val Ferret, וממנו נעבור לתצפיות שכבר הרבה יותר קרובות למון בלאן עצמו, ועל עמק ה-Val Venni.

נתחיל בעלייה לאזור שאינו נמצא על השביל המוכר, אלא מהווה עמין "ואיריאנט" של השביל. לאורך הטיול, נשתמש כמה פעמים בשבילים עוקפים או שונים מהמסלול הקלאסי, על מנת לגוון את הנוף ולהגיע למקומות יפים יותר מאלו שעל המסלול המקובל. בוריאנט שנבצע, נחצה שני עמקים, שבהם הסיכוי לראות מרמיטות או את יעל ההרים האלפנית גבוהים במיוחד. מהעמק השני, נעלה עוד קצת, על מנת לרדת על רכס ה-Mont de la Saxe. זו שלוחה ארוכה שכל כיוון אליו נביט, התצפית תהיה נהדרת. מהרכס נרד לכיוון בקתה קטנה היושבת בנוף, לארוחת צהריים, וממנה בירידה ארוכה ותלולה עד לעיירה האיטלקית Courmayeur.

זוהי עיירת נופש צנועת מימדים, מעין "אחות תאומה" לשמוני, רק בגוון איטלקי. פיצות וגלידה איטלקית מעולה, ולא עוד חמאה וקרואסון... חיים קשים.

כ-16 ק"מ, עלייה של 700 מ', ירידה של כ-900 מ'.  
לינה בבית מלון בעיירה.

### יום 6 – Courmayeur – refuge Des Mottets

אחרי כמה ימים אלפיניים לא קלים (למי שהבחינה/ה בשינויי הגבהים), לפנינו יום יחסית יותר נינוח. הזדמנות טובה קצת להרפות את השרירים, ולהתכונן לאקורד הסיום של המסע בהרים.

נצא באוטובוס מקומי פנימה, אל Val Venni, ונתהלך בעליה מתונה בעמק עד refuge Elisabetta, שגם הוא, קרוי על שם אליזבטה סולדיני, מטפסת הרים איטלקית ידועה. נשתה קפה איטלקי אמיתי אחרון, כי מכאן, נעלה ל-Col de Seigne, תצפית מרהיבה, וגם הגבול בין איטליה לצרפת. העליה מתונה יחסית ואינה קשה במיוחד, בטוח בהשוואה לימים הקודמים שלנו, ומהאוכף נרד בירידה מתונה יחסית עד ל-refuge Des Mottets, בקתה יפה בלב "עמק הקרחונים". בבקתה זו נישן בתנאי מעונות (חדר גדול ובו כ-15 אנשים ישנים), כשהשירותים והמקלחות משותפים.

כ-13 ק"מ, כ-500 מ' עלייה, כ-700 מ' ירידה.  
לינה בבקתה בתנאי מעונות.

### יום 7 - refuge Des Mottets – refuge nant Borrant

שני ימי ההליכה האחרונים, והמרשימים לפנינו. עם בוקר נרד בעמק הקרחונים, בין כפרים קטנים ומשקים חקלאיים, עד לכפר הקטן La Chapieux, ומהכפר, נעלה כ-900 מ' (!) עד לבקתה היושבת במרפסת נופית בלתי רגילה, ליד מעבר ההרים Col de la Croix du Bonhomme, כאן גם מצטרף אלינו, השביל המפורסם החוצה את כל האלפים האירופאים – ה-GR5. נעצור בבקתה לארוחת



## טיולים יצירתיים בקבוצות קטנות

צהריים קלה, וממנה נרד לעמק ה- Val montjoie. העמק ירוק ומלא במים. ואנחנו נעצור בבקתה נהדרת, מעט מעל העמק, ללילה אחרון בבקתה בטיול זה.

כ-19 ק"מ, ירידה של כ-600 מ', עליה של כ-900 מ'.  
לינה בבקתה בתנאי מעונות.

### יום 8 – refuge Nant Borrant – Les Houches - Chamonix

והנה הוא בא, היום האחרון והיפה והמאתגר ביותר. נקום מוקדם יחסית, ונרד לכיוון העיירה Les Contamines. בסופר המקומי נקנה מעט גבינות טובות ונקניקים, ונעלה ממנה על הדרך עד ל-Col de Tricot, ממנו נוכל לראות את כל הדרך עד ל-Col de Balme (מיום 2 – זוכרים?). בדרך נעבור עוד שתי בקתות, וכהרגלנו, כמה תצפיות נפלאות על האזור. ממעבר ההרים נרד לעמק שופע מים, נחצה בו גשר הימלאיה גבוה, וממנו נעלה לאתר הסקי Bellevue. בדרך נוכל גם לראות את רכבת המון בלאן הידועה, שנבנתה באמצע המאה הקודמת, ומטפסת באיטיות מאות מטרים רק על מנת להביא תיירים בקלות רבה יותר אל הרכס. מאתר הסקי, נרד ברכבל לעיירה לה-אוש, וממנה באוטובוס מקומי, ניסע חזרה לשמוני. לבית המלון. השלמנו את ההקפה והמסע הרגלי נגמר. עייפים אך מלאי גאווה נוכל להסתובב ברחובות העיירה, ולראות מטיילים נרגשים לקראת ה-"Col" הראשון שלהם.

כ-16 ק"מ, עליה מצתברת של כ-1350 מ', ירידה של כ-600 מ'.  
לינה בבית מלון בשמוני.

### יום 9 - אל ראש הרכס

יום מעט שונה לפנינו. בכל טיול, אנו מנסים לשלב גם את התרבות המקומית. בין אם זה השוק במרקש בטרק במרוקו, או ארמון אלהמברה בטרק בדרום ספרד. אבל מהי התרבות המקומית באלפים? ובכן, כאן התשובה המתבקשת הינה – אלפיניזם. נקום הבוקר מעט מאוחר מהרגיל, בכל זאת, מגיע לנו. ונעלה ברכבל ייחודי משמוני, עד ל-"מחט הצהריים" - Aiguille du Midi. הרכבל, שנבנה לראשונה כבר בשנות ה-60 של המאה הקודמת, מטפס יותר מ-2500 מ' (מרחק אנכי) עד לגובה של 3842 מטרים (!). למעלה ישנן מרפסות תצפית רבות, ואני נשוטט בינהן, נשתה קפה, ונתארגן להתנסות של כמה שעות, בסגנון טיול אחר ממה שאנו מכירים. בדרך כלל, בארץ ובחו"ל, הספורט בו אנו עוסקים נקרא "Hiking", כעת, נתנסה ב-"mountaineering", ספורט זה כולל דוקרני שלג, חבלים, רתמות, וסגנון הליכה אחר. אפשר לומר שאלפיניזם זהו ענף של mountaineering (למרות שישנם גם שיגידו שמדובר בדברים זהים). נתהלך בסיוע ציוד והדרכה מקצועית בין הפסגות, ואחרי הצהריים נרד חזרה לעיירה. לערב צרפתי אחרון בהחלט.

לינה באותו מלון מליל אמש.

### יום 10 – טיסה חזרה הביתה.



ארוחת בוקר מוקדמת, נסיעה לג'נבה, וכבר אחרי הצהריים אנחנו שוב בקיץ הישראלי. לאן נעלמו כל הקרחונים?

**הערה חשובה:** המון בלאן הינו רכס אלפיני בלב אירופה, וכמו בכל רכס הרים, עשויים להיות בו שינויים מהירים של מזג האוויר (גשם, סופות ואפילו שלג). אנו מזמינים מקומות בבקתות ובבתי המלון לאורך הטיול, ומתכננים את מסלולי ההליכה – אך חשוב לדעת ולהבין כי מסלול הטיול עלול להשתנות בהתאם לתנאי מזג האוויר להחלטת המדריך בשטח.

**אופי הטיול:** טרק נודד באלפים האירופאים בין בקתות או עיירות קטנות. לא נעלה מעל גובה של 2500 מ' (לא יהיו בעיות נשימה או חמצן), אבל בכל יום הפרשי הגבהים יהיו גדולים, והממוצע ליום הוא כ-800 מ' בעליה מצטברת. כמו כן, גם הירידות עשויות להיות מאתגרות, שכן השבילים לעיתים תלולים או בוציים. בכל יום נלך בין 12-15 ק"מ בממוצע.

מועד הטיול	מדריך הטיול	מחיר	מס נמל	סה"כ	הנחת רישום מוקדם
28.06 – 19.06	יזהר דמטר	€2443	€52	€2495	לנרשמים עד ה-22.03 תינתן הנחה של 125 יורו לנרשמים עד 22.04 תינתן הנחה של 50 יורו
16.09 – 07.09	יזהר דמטר	2547€	€52	€2599	לנרשמים עד ה-07.06 תינתן הנחה של 125 יורו לנרשמים עד 07.07 תינתן הנחה של 50 יורו

### המחיר כולל:

טיסה ת"א – אירופה - ת"א

**תחבורה:** במהלך הטיול ניעזר במיניבוס להגעה מז'נבה, ובאוטובוסים מקומיים בסביבת העיירה שמוני. כמו כן, נעשה שימוש ברכבלים הפזורים על הרכס, שמשמשים לסקי בחורף, או לקיצור עליות בקיץ...

**לינה:** מלונות קטנים ומשפחתיים במהלך הטרק ו-3 לילות בבקתות הרים מבודדות דורמיטוריות **כלכלה:** מלאה מצהריים ביום הראשון ועד בוקר ביום האחרון.

את ארוחות הבוקר נאכל בבקתות/במלונות. אלו יהיו ארוחות בוקר צנועות יחסית לסטנדרט הישראלי, ויכללו לחם, דייסה, קפה ומיץ, גבינה/ממרחים וכו'. את ארוחות הצהריים נאכל כפיקניק



בשטח או בבקתה, ולעיתים גם במסעדות קטנות לאורך המסלול. את ארוחות הערב נאכל בבקתות, חוץ מבעיירות בהן נלך למסעדות מקומיות.  
**לינה:** מלונות קטנים ומשפחתיים במהלך הטרק ו- 3 לילות בבקתות הרים מבודדות דורמיטוריות

**המחיר אינו כולל:** ביטוח אישי ומטען, שתייה והוצאות אישיות. כל פעילות שאינה מופיעה בסעיף כלול.

**תוספת ליחיד בחדר: 250 יורו (לשלושה לילות בלבד)**

### **לתשומת לבכם:**

- קבוצה:** 12 – 20 מטיילים. מדריך ישראלי מצוות "אקו", יזהר דמטר
- מיסי הנמל והדלק נכונים ליום פרסום הטיול. במידה והמחיר ישתנה, יותאם מחיר הטיול לשינוי שהתרחש
  - תנאי תשלום ודמי ביטול - כמופיע בדף הרישום המצורף.
  - הבקתות במהלך הטרק הן צנועות.
  - למזמינים חדר ליחיד – ניתן לעשות זאת ל- 3 לילות בלבד
  - את הציוד האישי פוגשים במהלך הטרק מלבד הלילה החמישי והשביעי
  - הטיול מיועד למטיבי לכת בלבד או לאנשים בעלי כושר גופני ברמה גבוהה
  - את הציוד יעביר רכב מנהלה שבכל יום נשאיר לו את הציוד שלא ניקח איתנו. בשתי בקתות, לא תהיה אפשרות להביא את הציוד, מפאת הדרך או המרחק.