

Dernier 3000 avant l'automne ?

22 et 23 septembre 2007

Organisateur : Michel GOLLAC

Une ambiance de haute montagne entre alpages et glaciers. Deux vallées aux visages contrastés mais également séduisants : la Haute-Tarentaise et la Haute-Maurienne. Et deux splendides points de vue, si la météo est avec nous (elle le sera !) : le dernier 3000 de l'été, le premier 3000 de l'automne.

PROGRAMME

Samedi 22 : l'été finit en beauté. Rendez-vous à 7 h 45 en gare de Bourg Saint Maurice. Accès possible en partant de Paris-Austerlitz la veille à 22 h 25 par train couchettes. Transfert en taxi à Val d'Isère. En quittant cette grande station, nous remonterons d'abord les vallées de la Calabourdane et des Fours, modelées par l'érosion glaciaire. Après être passés au refuge du Fond des Fours, nous gagnerons le col des Fours (2 976 m), puis le **Pélaou Blanc (3 135 m)**. Panorama sur la Vanoise, le Mont Blanc et sur tous les sommets qui ferment la Haute Tarentaise et la Haute Maurienne. Lac glaciaire, vallons sauvages et, si nous sommes en avance, petits sommets en option agrémenteront notre descente en Maurienne, jusqu'à **Bonneval**. Ce village, admirablement préservé, nous accueillera pour la nuit.

Dimanche 23 : un automne éblouissant. Un itinéraire complexe, offrant de magnifiques vues sur les falaises et les glaciers suspendus de l'Albaron (3 637 m), nous conduira au sommet de l'**Ouille du Midi (3 042 m)**. La vue sur le vallon glaciaire des Evettes est extraordinaire. Les sommets neigeux de la frontière franco-italienne sont tout proches, dominés par la Grande Ciamarella (3 676 m). La descente par le même versant est intéressante ; mais, en cas d'excellente météo et de grande forme, nous préfererons peut-être descendre sur le versant des Evettes, pour admirer plus longuement ce cirque, composé comme un retable baroque. Transfert en taxi à Modane. Possibilité de prendre un TGV à 19h20, arrivant à Paris-Lyon à 23h15.

Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisateur se réserve le droit de le modifier à tout moment, notamment en fonction des conditions météorologiques, de l'enneigement éventuel ou de la forme du groupe.

Inscription

Au plus tard le 8 septembre, au secrétariat du CAF Ile-de-France, 12, rue Boissonade, 75014 Paris, avec versement d'un acompte de **90 euros**, correspondant au montant estimé de la participation aux frais. Référence : randonnée **07-RW 91**.

La participation aux frais ne comprend pas les frais de transport de Paris à Bourg Saint-Maurice et de Modane à Paris, le dîner du dimanche, ni, en principe, les boissons et en-cas divers. En revanche, elle comprend, outre l'hébergement, le dîner du samedi et les petits déjeuners du samedi et du dimanche, ainsi que les transports en taxi.

Quelques informations

Niveau physique très SOutenu. La première étape est assez longue et les dénivelées conséquentes. Je ne compte pas marcher très vite, mais pouvoir presser le pas si nécessaire est une sécurité, notamment en cas de mauvais temps et il ne faut pas manquer le train le dimanche soir.

<i>Etape</i>	<i>durée</i>	<i>Montée</i>	<i>Descente</i>
<i>Samedi 22</i>	8 h	1 350 m	1 400 m
<i>Dimanche 23</i>	7 h	1 300 m	1 300 m

Niveau technique ▲ ▲ ▲ : itinéraire montagnard difficile. Cette randonnée comprend de nombreux passages hors sentier, quelques pentes raides sur herbe ou cailloux, de brefs passages rocheux (sans véritable escalade). Elle convient à des randonneurs à l'aise dans le niveau ▲ ▲. La descente de l'Ouille du Midi sur le vallon des Evettes (en option) comporte des passages délicats et très exposés, ne convenant qu'à des randonneurs très expérimentés, par très bonnes conditions.

Un enneigement précoce ou le mauvais temps pourraient nous contraindre à modifier notre itinéraire. A priori, s'il fait mauvais le samedi, nous franchirons le col de l'Iseran en suivant le GR 5. Un mauvais temps exceptionnel (tempête de neige par exemple) pourrait me conduire à changer totalement la randonnée ; néanmoins je ferai en sorte que les billets SnCF non remboursables puissent être utilisés.

Hébergement, restauration

Hébergement en **refuge**. Dîner au restaurant, petits déjeuners du samedi au café. Petit déjeuner du dimanche préparé par nos soins. Déjeuners "tirés du sac".

Climat

La Tarentaise et surtout la Haute Maurienne font partie des régions les mieux abritées des Alpes du nord. Le beau temps s'y rétablit relativement vite après une perturbation. Septembre y est un mois particulièrement sec et ensoleillé. Néanmoins des journées de mauvais temps sont toujours possibles. Nous serons en altitude et il faut en tenir compte : à 2500 ou 3000 m, la neige en septembre n'a rien d'exceptionnel. Il convient donc de s'équiper en conséquence, avec des vêtements chauds, imperméables et coupe-vent. Lunettes de soleil et crème anti-UV ne sont pas moins nécessaires car le pourcentage d'heures ensoleillées sera bien supérieur à ce que nous connaissons en Ile-de-France.

Cartes et topos

IGN 1/25 000, n°3633ET.

Equipement

Indispensable

- chaussures de montagne à tige montante et semelles anti-dérapantes (type Vibram)
- vêtement chaud (type veste polaire)
- anorak imperméable et coupe-vent
- chapeau
- crème solaire
- lunettes de soleil
- gourdes ou bouteilles incassables, pouvant contenir au moins 2 litres de liquide
- sacs poubelle (le CAF protège l'environnement !)
- couverture de survie
- deux bâtons de marche *obligatoirement télescopiques* (facultatifs si vous avez un piolet)

- frontale ou lampe de poche
- sifflet (en cas de brouillard)
- sac à viande ou drap
- votre carte du CAF

Vivement recommandé

- passeport ou carte d'identité
- sacs plastique (pour emballer vos affaires en cas de grosse pluie)
- petite pharmacie personnelle
- gants
- guêtres
- chaussures légères pour le soir