

**Organisatrice** : Marie-Hélène C  
**Contact** : Voir rubrique "kifaikoi"

**Niveau physique** : Soutenu  
**Niveau technique** : ▲ ▲

## En Beaufortain

du 09 au 14 août 2019



*Le Beaufortain, c'est la montagne comme sur les cartes postales : du bleu, celui d'une multitude de lacs, et du ciel par beau temps, du vert, celui des alpages, du brun, celui des vaches- qui font le lait pour le fameux fromage de Beaufort -, et du blanc, celui des sommets qui nous entourent, et en particulier du Mont Blanc, en point de mire sur tout le parcours....*

### PROGRAMME :

#### **Vendredi 09 août (J1) : Le décor est planté**

Rendez-vous le vendredi 09 août en gare d'Albertville à 12h45. Autocar pour le village de Queige. Petite mise en jambe pour s'élever au-dessus de la vallée, et passer une première nuit dans un cadre montagnard. Nuit en gîte d'étape en demi-pension à 1000m d'altitude, avec un premier panorama sur le Mont Blanc.

**Distance 8 à 10km, Dénivelé +400 à 500m, 2h30 à 3h00 de marche environ.**

#### **Samedi 10 août (J2) : Des cols et des lacs**

Une bonne montée d'abord en forêt, puis dans les alpages, nous conduit vers le panorama de la Roche Pourrie (2037m). Nous poursuivons par une traversée sous le Mont Mirantin, puis une montée assez raide jusqu'au col des Lacs (2251m). Du col, en cas de beau temps, nous pourrions être attiré.e.s par la Pointe de la Grande Journée (2460m) – ce qui rallongerait la nôtre d'une petite heure-, avant la descente vers les lacs Lavouet, le lac du soufflet et le col de Bathie (1889m). Notre refuge, dominant la vallée d'Arêches, est alors tout proche (1908m). Nuit en refuge en demi-pension.

**Distance 14 km, Dénivelé +1650m, - 700m, 7h30 de marche environ.**

### **Dimanche 11 août (J3) : D'autres lacs, et des sommets**

Par le Col de la grande Combe, nous découvrons le lac de Brassa (2045m), puis grimpons dans une combe sauvage vers le lac Tournant (2002m), le lac Seston (2186m), et le lac Cornu (2224m). Au col de la Forclaz (2374m), nous retrouvons le sentier qui mène au sommet du Grand Mont, sommet mythique du Beaufortin (2633m) : vue à 360° ! La descente nous offre aussi de belles vues, entre autres au belvédère du Grand Rognoux (2364m), avant le repos au refuge de l'Alpage (1970m), avec vue sur le lac de Saint Guérin. Nuit en refuge en demi-pension. **Distance 16km, Dénivelé + 1000m, - 900m, 6h30 de marche environ.**

En cas de grande forme et de grand beau temps, nous pourrions, après le sommet du Grand Mont, redescendre par le col de la Louze et les lacs de la Tempête (+ 500m, - 500m, + 1h30 de marche environ).

### **Lundi 12 août (J4) : encore des lacs ! ou la vue sur le Mont Blanc ?**

Descente par la forêt jusqu'au lac de Saint Guérin (1570m) et sa passerelle himalayenne. De là, nous pourrions, soit monter vers les 5 lacs de la Forclaz (2131m), si nous n'y sommes pas passés la veille, soit monter sur la crête qui domine le grand lac de Roselend, et aller admirer la vue que nous offrent le Mont des Acrays, le Col du Couvercle (2341m) et le Mont Coin (2539m), avant de rejoindre notre refuge tout près du lac des Fées (1890m), qui veilleront sur notre sommeil. Nuit en refuge en demi-pension. **Distance 14km, dénivelé + 1050m, - 1150 m, 6h30 de marche environ**

### **Mardi 13 août (J5) : le Paradis, c'est ici ?**

Montée dans l'alpage au col de Charvetan (2209m), panorama grandiose du Crêt du Bœuf (2364m) et redescente par les alpages jusqu'au Cormet d'Arêches (2100m). Après le col du Coin (2398m), nous bifurquons vers le lac d'Amour (2248m), et rejoignons le refuge CAF de Pisset (2514m), situé dans un cadre enchanteur, au pied de la Pierra Menta. Dernière nuit de rêve en refuge en demi-pension. **Distance 12km, dénivelé + 1200m, - 600 m, 6h00 de marche environ.**

### **Mercredi 14 août (J6) : adieu vaches, alpages, petit lac et grand barrage.....**

Nous profitons de la lumière et de la quiétude matinales du lac de Pisset, que nous allons admirer depuis le col du Grand Fond avant de quitter le cadre exceptionnel du refuge, et entamons la descente par le Col de Bresson (2469m) et l'itinéraire du GR 5, dans des alpages bucoliques, avec en contrebas le lac de Roselend, jusqu'au plan de la Lai, où on retrouve la route qui longe ce grand lac de barrage. Autocar ou taxi pour Albertville. **Distance 11km, dénivelé + 400m, - 850 m, 4h30 de marche environ.**

*Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisatrice se réserve le droit de le modifier à tout moment, notamment en fonction des conditions de terrain posant danger, d'obstacles imprévus, de cohésion du groupe, de météo taquine, et pour d'autres raisons de sécurité. Les participants devront avoir le niveau demandé et l'équipement nécessaire.*



**Niveau et esprit de la sortie :** cette sortie ne présente pas de difficulté technique particulière, et le rythme permettra

d'admirer le paysage. Cependant le terrain est montagneux avec des pentes raides, et des passages caillouteux, hors sentiers ou parfois peu aisés. Cette sortie est donc accessible aux randonneurs entraînés, ayant déjà une expérience de la montagne et habitués au portage de leurs affaires pendant plusieurs jours. Les étapes pourront être adaptées en fonction des conditions météorologiques, avec un repli rapide vers les refuges en cas de mauvais temps, ou au contraire avec des options possibles par beau temps, pour profiter de panoramas exceptionnels hors des chemins balisés.

**Transport** : le transport est libre et au choix de chacun. Plusieurs TGV en provenance de l'Ile de France permettent d'arriver au rendez-vous à Albertville. Les horaires conseillés de retour seront indiqués aux inscrit.e.s. en fonction du transport retenu (bus ou taxi pour Albertville).

**Hébergements** : en gîte d'étape (1 nuit) et refuges de montagne 4 nuits), en formule demi-pension (nuitée, repas du soir et petit déjeuner). Hébergement en dortoirs collectifs avec lits superposés, couvertures ou couettes fournies (n'oubliez pas votre drap sac), douches possibles. Les repas du midi seront tirés du sac et pris sur le terrain (pas de ravitaillement possible en cours de parcours ; les refuges proposent des pique-niques - en supplément, compter de 8 à 12€ -).

#### Equipement :

► **Indispensable** : un sac à dos contenant toutes vos affaires, des **chaussures de montagne montantes, à semelles crantées** « type Vibram », imperméables, déjà rodées mais pas usées, une **paire de bâtons de marche**, gourde(s) ou poche à eau (contenance totale 2 litres), **sifflet** (léger, en plastique), **lampe frontale**, chaussettes et affaires de rechange, protection contre le soleil, le froid, le vent et la pluie (**chapeau, crème solaire, lunettes de soleil, polaire, veste coupe-vent, bonnet, gants, vêtement de pluie**, sur-sac), une **couverture de survie**, vêtement chaud type polaire, **drap sac** pour la nuit, mini serviette et affaires de toilette, boules Quiès (pour les nuits en refuges), papier toilette, pharmacie et médicaments personnels, votre **carte vitale** et **votre carte du CAF**, forme et bonne humeur.

► **Utile** : papiers d'identité, argent en espèces pour les boissons et extras

► **En option** : appareil photo, jumelles, téléphone portable (attention il y a des zones « sans réseau » en montagne, et il n'est pas toujours possible de recharger ses appareils dans les refuges...)

Faites un sac le plus léger possible, nous porterons nos affaires pendant plusieurs jours, et il y a du dénivelé !

#### Inscriptions

- **Nombre de places : 6** (y compris l'organisatrice)
- **Validation des inscriptions le jeudi 04 avril 2019**

Vous pouvez faire votre demande d'inscription dès la parution de cette fiche technique, la validation des inscriptions débute le **jeudi 04 avril 2019**. Pour être inscrit.e, vous devrez avoir **réglé le montant de la sortie** et avoir reçu **l'accord de l'organisatrice**. Procédez de préférence par demande d'accord en ligne lors du processus d'inscription.

Les places seront attribuées à partir du mardi 05 février selon les règles de priorités du club.

Si vous vous inscrivez à plus d'un mois du départ, vous pouvez souscrire une assurance annulation, voir le détail dans le processus d'inscription et demander le dépliant au Club

- **Coût prévisionnel : 295 €.**

Ce montant, à verser à l'inscription, comprend : l'hébergement en demi-pension (5 nuits), les transports au départ d'Albertville et retour, les frais de fonctionnement du club (21€), et les frais d'organisation (cartes, courrier). Il ne comprend pas : le transport jusqu'au lieu de rendez-vous et retour, les repas du midi et les vivres de courses, les boissons, extras et dépenses personnelles, ni le dîner éventuel du dernier soir.

- **Pour en savoir plus** : cartes IGN 25/000 n° 3532 OT

***A bientôt sur les sentiers de Savoie !***