

Randonnée : Un aperçu du massif de Belledonne

Code : RE 12
Niveau : Moyen
Dates : 24-31 juillet 2004

Randonnée semi-itinérante

Programme :

Chamrousse est une station de ski aux environs de Grenoble. On y va par le car depuis la gare de Grenoble

Samedi : arrivée à Chamrousse : rendez vous des participants au Chalet du Club Alpin dans l'après midi

Dimanche et lundi : 2 randonnées de découverte des environs de Chamrousse (en étoile)

Mardi : départ pour un refuge CAF isolé (randonnée itinérante où vous porterez votre sac, une journée de marche)
le Refuge de la Pra (pension complète)

Mercredi et jeudi : 2 randonnées en étoile selon la météo

Vendredi retour sur Chamrousse

Samedi : séparation du groupe

Hébergement :

En chalet CAF puis refuge CAF

Equipement :

Nous sommes à la limite entre la moyenne et la haute montagne (beaucoup plus de pierres que d'arbres). Il convient de prévoir le froid et le mauvais temps.

Le terrain impose de bonnes chaussures de randonnée et une couple pied-chaussure qui se connaisse bien au point de se supporter mutuellement. Il faut aussi une seconde paire de chaussure pour l'hébergement. Pensez aussi à un sac à viande à emmener au refuge.

Enfin, le sac à dos ne devra pas être trop chargé (10kg seulement sont souhaitables avec une gourde d'un litre ½ d'eau au moins).

Niveau recommandé :

Cette randonnée s'adresse à des randonneurs moyens. La durée de marche est de niveau moyen : 350m de dénivelé / heure, 1000 à 1200 m de dénivelé / jour. Toutefois, il importe d'avoir une bonne condition physique et d'être capable de renouveler chaque jour, cet effort d'intensité moyenne et les conditions météorologiques peuvent impliquer de devoir accélérer le rythme pour arriver avant l'orage

Prix approximatif 350^E qui comprend:

La ½ pension à Chamrousse et la pension complète au refuge de La Pra ainsi que les frais administratifs (secrétariat C.A.F) et d'organisation (téléphone, courrier, photocopies, cartes, voyage de l'organisateur). Il ne comprend pas: le voyage Aller-Retour. Je n'ai pas encore le prix de la pension au refuge et j'ai fait une approximation que je pense être large

Renseignements et Inscription :

Inscription auprès du Secrétariat du C.A.F à partir du 1^{er} avril 2004. L'inscription n'est effective qu'après le versement de : **150** Euros. Le solde vous devra être versé au CAF avant le 24 juin. Inscription au secrétariat jusqu'au 24 juin 2004 dans la limite des places disponibles

La réunion préparatoire aura lieu (rendez vous au C.A.F.12 Rue Boissonnade Paris) le jeudi 24 juin à 19 h 00
Votre présence à cette réunion, sauf empêchement majeur, est indispensable..

Nombre de participants : 8 y compris l'organisateur

Pour le coté pratique de l'organisation de la randonnée, je vous saurais gré de bien vouloir me téléphoner au moment de l'inscription

G. Corthier

