

Cime d'Entrelor (Val de Rhêmes)

Randonnée en raquettes 11-RQ15
Avec Jean-Charles Ricaud (☎ 06 72 20 85 29)
Du samedi 9 au dimanche 10 avril 2011
Niveau physique : sportif
Niveau technique : ▲▲▲▲
Terrain : alpin
Type : itinérant avec portage
Transport : car-couchettes
Budget prévisionnel : 220 €
Ouverture des inscriptions : 8 février 2011



Présentation

L'accès à la Cime d'Entrelor (3426m), pointe centrale du chaînon séparant le Val de Rhêmes du Valsavarenche, impose un gros dénivelé. En récompense, elle offre l'une des plus belles descentes de tout le Val d'Aoste, dans une neige poudreuse qui comblera même les raquettes !

Transport

Le transport se fait en car-couchettes :

- Aller (dans la nuit du vendredi 8 au samedi 9 avril) :
Paris - place du Général Leclerc, départ vers 22h (l'heure exacte sera précisée le moment venu) → Rhêmes-Notre-Dame (Italie)
- Retour (dans la nuit du dimanche 10 au lundi 11 avril) :
Rhêmes-Notre-Dame (Italie) → Paris - place du Général Leclerc, arrivée vers 5h30.

Programme

Samedi 9 avril : De Rhêmes-Notre-Dame nous nous engageons dans un agréable mélézin, jusqu'aux chalets d'Entrelor, marquant l'entrée dans le vallon homonyme. Deux itinéraires sont possibles pour remonter celui-ci, orienté au sud-est et potentiellement bien ensoleillé : le premier passe par les chalets de Plan di Feye puis rejoint le Col de Pertcha à 3148m ; le deuxième passe sur le glacier d'Entrelor. La Cime est atteinte après une dernière pente assez raide sur une cinquantaine de mètres. Le panorama sur le Val de Rhêmes et sur le Valsavarenche y est somptueux ! Superbe descente, par le même itinéraire.

⇒ *Durée : 9h30. Dénivelé cumulé : +1710m / -1710m.*

Dimanche 10 avril : Après la grosse journée de la veille, celle-ci est beaucoup plus tranquille ! Nous faisons une petite boucle passant par les alpages de Chaussettaz puis le vallon de Sort, juste au dessus de Rhêmes-Notre-Dame.

⇒ *Durée : 4h30. Dénivelé cumulé : +730m / -730m.*

Équipement

Vêtements :

- Casquette chaude ou bonnet
- 1^{ère} couche haut (sous-vêtement / T-shirt à manches longues)
- 2^{ème} couche haut (polaire)
- 3^{ème} couche haut (veste imperméable)
- Gants (deux paires : une légère et une grosse)
- 1^{ère} couche bas (sous-vêtement type carline) (éventuellement)
- 2^{ème} couche bas (pantalon imperméable)
- Chaussettes (grosses)
- Chaussures de montagne imperméables
- Guêtres (si pas intégrées au pantalon)
- Chaussons (pour les hébergements)

Équipement :

- Sac à dos (permettant d'y fixer les raquettes)
- Raquettes à neige

- Bâtons de marche avec rondelles neige
- Lampe frontale
- Crampons
- Piolet

Sécurité :

- Ensemble ARVA (avec piles neuves) + sonde + pelle (peut être loué au club au prix de 12 € pour la sortie)
- Couverture de survie
- Sifflet

Petite protection :

- Lunettes ou sur-lunettes de soleil
- Crème solaire
- Protège-lèvres
- Petite pharmacie personnelle

Toilette :

- Trousse de toilette
- Serviette

Boire, manger :

- Gourde ou thermos
- Couteau-fourchette-cuillère
- Pique-niques du midi (en prévoir 2)
- En-cas énergétiques (éventuellement)

Orientation, cartographie :

- Carte L'Escursionista "Valgrisenche – Val di Rhêmes – Valsavarenche ovest" (éventuellement)
- Boussole (éventuellement)
- Altimètre (éventuellement)

Divers :

- Boules Quiès (éventuellement)
- Drap-sac
- Sac(s) plastique
- Papier hygiénique
- Dans le portefeuille : carte d'identité, carte CAF, quelques espèces, quelques chèques, carte bancaire
- Appareil photo (éventuellement)
- Téléphone portable (éventuellement)

Inscription

Nombre de places : 4, y compris l'organisateur.

Accord de l'organisateur exigé : **oui (veuillez me contacter avant de vous inscrire).**

Les inscriptions se feront à partir du 8 février 2011, mais vous pouvez envoyer votre bulletin dès la parution de cette fiche.

Le budget indiqué en première page comprend :

- le transport aller-retour en car-couchettes (120 €),
- le petit-déjeuner du samedi matin,
- l'hébergement à Rhêmes-Notre-Dame, en demi-pension,
- le dîner du dimanche soir,
- les frais d'inscription (10 €),
- la contribution au développement de l'activité (4 €),
- la participation aux frais de l'organisateur.

Il ne comprend pas :

- les repas de midi, boissons et en-cas divers,
- la location éventuelle de matériel.

Ce budget ne pouvant être qu'estimatif, les comptes seront soldés individuellement à la fin de la sortie.



Vous voulez davantage de précisions ?

Les informations générales concernant les niveaux, les modalités d'inscription, etc. sont disponibles sur le site internet du club (<http://www.clubalpin-idf.com/randonnee/raquettes.html>) ou auprès du secrétariat (12 rue Boissonnade, 75014 Paris, ☎ 01 42 18 20 00). Mais il est préférable de me contacter si vous souhaitez avoir des informations plus précises sur cette sortie, si vous souhaitez avoir des conseils sur le matériel, les vêtements, etc.

À bientôt !

