

# Sur le fil des Aravis en randonnée alpine

du vendredi 5 juillet 2024 au dimanche 7 juillet 2024

Organisateurs : <a href="#">Solenne Billard, Solène Roux</a>	Niveau : <b>Soutenu</b> ▲▲▲
Avec accord : <b>Oui</b>	Itinérant avec portage
Effectif maximum : <b>6</b>	bivouac

Cette jolie randonnée alpine\* itinérante nous fera (re)découvrir la chaîne des Aravis, ses cols, crêtes épurées et vallons sauvages. Tous les ingrédients sont réunis pour une belle aventure: du bivouac, des passages hors-sentiers, des vues vertigineuses et des discussions endiablées (on compte sur vous!).



\*randonnée alpine : itinéraires souvent hors-sentiers et/ou sur des terrains escarpés, passages courts d'escalade facile, parcours d'arêtes, pentes raides herbeuses et/ou rocheuses. (source FFCAM)

## Niveau et esprit

Cette sortie s'adresse à des randonneurs aguerris souhaitant pratiquer sur des terrains techniques. La difficulté réside plus dans le terrain et le portage, moins dans le rythme de marche (10 à 15km de marche par jour, 500 à 1300m de D+ par jour).

**Prérequis:** ne pas avoir le vertige, avoir le pied sûr et de l'expérience en randonnée avec portage en milieu montagnard (▲▲ ou T3).

## Participation aux frais

**200 €**

**Incluant :** le transport, le repas du 1er soir, les frais d'organisation (carte), les frais administratifs.

**N'incluant pas :** les autres repas (pique-niques, repas du soir, petits-déjeuners), les en-cas et boissons.

## Transport

**Car couchette**

**Aller** : Départ le 04/07 rdv 21h00 pour départ à 21h30 de Porte d'Orléans

**Retour** : Retour le 08/07 entre 5h15 et 5h30 à Porte d'Orléans

## Hébergement et repas

Les nuitées se feront en bivouac.

Petits-déjeuners, en-cas et repas du midi amenés par les participants.

Repas du soir : 1er jour en refuge ; 2e jour amené par les participants ; 3e jour au choix (sorti du sac ou restaurant au Grand Bornand : non compris dans le coût de la sortie).

Eau : nous chercherons des bivouacs proches de sources d'eau (pastilles ou filtres à prévoir).

## Programme

**J1 : Col de la Colombière > Refuge de la pointe Percée-Gramusset. 12 km +1300m -800m en 6 à 7h** de marche effective.

Objectif de la journée : rejoindre le refuge de la Pointe percée par l'itinéraire sauvage de la Pointe d'Almet (2232m) - hors sentier et pentes herbeuses.

<https://www.camptocamp.org/routes/179045/fr/pointe-d-almet-arete-w> (itinéraire suivi partiellement)

<https://www.altituderando.com/Pointe-d-Almet-2232m-petite-boucle-par-le-col-des-Annes> (itinéraire suivi partiellement)

Bivouac près du refuge de Gramusset où nous prendrons un bon repas chaud.

**J2 : Refuge de la pointe Percée-Gramusset > lac de Tardevant. 10 km +1100m -1000m en 5 à 6h** de marche effective.

Montée au Col des Verts par son lapiaz sous la Pointe percée : de là nous rejoindrons le vallon des Fours versant sud avant de remonter sur le fil des Aravis par le Passage de la Grande Forclaz et l'Ambrevetta.

<https://www.camptocamp.org/routes/50124/fr/col-des-verts-face-s-du-col-de-verts-et-passage-de-la-forclaz> (itinéraire suivi partiellement)

Bivouac près du lac de Tardevant.

**J3 : lac de Tardevant > Le Grand Bornand. 15 km +550m -1750m en 6 à 8h** de marche effective.

Traversée aérienne entre crêtes et pierriers de la Combe de Tardevant au Trou de la mouche.

Descente tranquille sur le Grand-Bornand où nous reprendrons le car couchette.

<https://www.camptocamp.org/routes/190449/fr/tete-pelouse-traversee-bella-cha-grande-forclaz-visite-de-5-combes-> (itinéraire suivi partiellement)

*Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisateur se réserve le droit de le modifier à tout moment, notamment en fonction des conditions du terrain, d'obstacles imprévus, des transports, du groupe, de la météo et pour toute raison de sécurité. Les participants doivent avoir le niveau physique et technique demandé ainsi que l'entraînement correspondant.*

## Équipement

### Papiers

- Carte CAF, pièce d'identité
- Carte bancaire ou espèces,
- 1 chèque pour régler un éventuel solde,
- Coordonnées téléphoniques des encadrantes.

### Marche et portage

- Chaussures de marche avec une bonne accroche,
- Bâtons rétractables ou pliables recommandés,
- Sac à dos de 30 à 40 litres,
- Gourde ou poche à eau à tuyau de 2 litres.

### Alimentation

- 3 petits-déjeuners, 3 pique-niques, encas, 1 repas du soir,
- Eau pour la première journée,
- Réchaud, briquet,
- Popote légère pour 1 ou 2 personnes,
- Couteau pliant, fourchette, cuillère, gobelet, assiette ou bol.

### Hygiène

- Effets de toilette, petite serviette,

- Sac poubelle (pour vos déchets et ceux que nous ramasserons pour laisser les sites plus propres après notre passage)

### Vêtements

- Tee-shirt ou haut technique (première couche),
- Vêtement à manches longues de type seconde couche technique au besoin,
- Pantalon,
- Short optionnel,
- Tenue de rechange,
- Chapeau ou casquette.

### Pluie ou froid

- Polaire ou doudoune (seconde couche),
- Vêtement de pluie : veste imper-respirante ou cape de pluie (troisième couche),
- Surpantalon de pluie si besoin,
- Guêtres "stop tout" si besoin,
- Housse de pluie du sac à dos,
- Bonnet, gants, tour du cou ou écharpe,
- Collant pour la nuit optionnel.

### Sécurité

- Petite pharmacie personnelle,
- Pastilles pour purifier l'eau ou filtre à eau,
- Sifflet, couverture de survie,

- Téléphone mobile et chargeur,
- Crème et lunettes de soleil,
- Lampe frontale avec piles chargées.

## Nuitées

- Sac de couchage 0° confort,
- Matelas compact, si possible légèrement isolant,

- Tente de bivouac,
- Petit oreiller pliant ou gonflable optionnel,
- Bouchons d'oreilles (selon le confort recherché).

S'il vous manque du matériel, dites-le nous : nous verrons s'il est possible de mutualiser ou trouver des solutions de prêt, de location ou des occasions.

## Modalités sanitaires

Chacun devra être en mesure de s'aligner sur les règles sanitaires en vigueur au moment de la sortie.

## En cas d'accident grave

Si un accident grave advient lors de la sortie, il est indispensable d'avertir au plus vite les dirigeants du Club. Leurs contacts sont disponibles avec le lien suivant : <https://www.clubalpin-idf.com/contacts-urgence>.

## Inscription

Sauf mention contraire sur la page de la sortie, la demande d'inscription est possible dès maintenant en ligne ou auprès du secrétariat. Elle ne sera effective qu'après réception de vos règlements ou paiements en ligne. Vous devez impérativement effectuer tous les paiements demandés à l'inscription y compris les paiements différés.

Les places seront attribuées à partir du **jeudi 16 mai 2024** selon les [règles de priorité](#) du club.

Vous pouvez vous faire remplacer ou annuler votre inscription à tout moment avant le début de la sortie, moyennant les frais spécifiés dans les [conditions d'annulation et de remboursement](#). À plus de 30 jours du départ, vous pouvez en outre souscrire une assurance annulation pour couvrir ces frais, à l'exclusion d'une franchise et du montant de cette assurance.