

## Raquettes en Beaufortain

11 et 12 mars 2006

Organisateur : Michel GOLLAC

*Le Beaufortain a su rester à l'écart du tourisme de masse mécanisé. Dans un environnement largement préservé de champs et de forêts, ses hameaux sont parmi les plus beaux des Alpes et la neige leur donne un charme particulier. Si les conditions le permettent, nous nous aventurerons sur les crêtes à la découverte d'une montagne vierge et de vues splendides sur le Mont Blanc.*

*En option, possibilité d'assister à la Pierra Menta, une des plus célèbres et des plus sympathiques courses de ski-alpinisme.*

### PROGRAMME

Rendez-vous vendredi 10 mars à 22 h à la gare d'Austerlitz. Départ à 22h25 pour Albertville en train-couchettes). Transfert en taxi à Arèches.

Nous adapterons notre programme aux conditions nivo-météo.

Parmi les buts de randonnée possibles :

- les hameaux de Plan Villard et des Choseaux et la **Bosse de la Légette** (1 996 m)
- le **hameau de Boudin**, le **col du Pré** (1 703 m) et, si les conditions sont bonnes, la **Roche Parstire** (2 108 m) et le **Mont des Accrays** (2 173 m)

Nous ferons un ou deux exercices de manipulation du matériel de sauvetage (Arva, pelle, sonde).

Si nous sommes suffisamment matinaux et si nous en avons envie, nous pourrions aller, le samedi ou, plutôt, le dimanche, encourager les concurrents de la Pierra Menta. Dans ce cas, nous adapterons notre journée en conséquence. En ce début de janvier, les étapes de la course ne sont pas encore connues.

Retour à Paris-Austerlitz par TGV dimanche 12 au soir à 23h52.

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

### Hébergement, restauration

Hébergement en gîte. Dîner du samedi et petits déjeuners au restaurant ou au café. Repas de midi « tirés du sac ».

**Niveau 3 raquettes.** Nous randonnerons dans l'ensemble sur des pentes modérées, avec cependant quelques passages un peu raides. Dénivelés de montée de 800 à 1 100 m chaque jour. Durées de marche de 6 à 7h environ. Marcher en raquettes étant plus fatigant que marcher en terrain déneigé, il convient d'être en bonne condition physique.

### Climat

Moins exposé aux perturbations que le Mont Blanc, mais plus que la Vanoise : tel est le Beaufortain. Incertaine en fond de vallée, la neige y est à peu près assurée en altitude vers la mi-mars. Quant au temps que nous aurons, il est tout à fait imprévisible.

### Carte

IGN 1/25 000, n°3532OT.

### Equipement indispensable

- raquettes munies de plaques mobiles, ajustées aux chaussures. Des raquettes adaptées au terrain montagne sont indispensables : attention en particulier si vous êtes débutant et si vous louez vos raquettes
- deux bâtons
- chaussures de moyenne ou de haute montagne à tige montante et semelles rigides anti-dérapantes (type Vibram), imperméables (en cas de doute, prévoir au moins des sacs plastique pour les protéger et des chaussettes de rechange)
- guêtres
- passe montagne
- sacs à dos avec sangles pour les raquettes
- sous-vêtement chaud (de préférence en fibre évacuant la transpiration)
- vêtement chaud (type veste polaire)
- vêtements imperméables et coupe-vent (type anorak + sur-pantalons)
- gourdes ou bouteilles incassables
- sacs poubelle (le CAF protège l'environnement !)
- couverture de survie (pas de panique : c'est prévu pour ne pas servir, ça pèse quelques grammes et ça coûte quelques euros)
- nourriture pour les déjeuners
- « sac à viande » ou drap de lit
- votre carte du CAF
- sacs plastique (pour emballer vos affaires en cas de grosse pluie)
- frontale ou lampe de poche
- lunettes de soleil et crème solaire
- masque de ski
- petite pharmacie personnelle
- chaussures légères pour le gîte
- ARVA, pelle et sonde** (si vous n'en avez pas, le Club vous en fournira, moyennant une contribution de 10 euros à l'achat d'équipements collectifs)
- un sifflet (indispensable en cas de brouillard)

### Inscription

A partir du samedi 7 janvier (mais vous pouvez envoyer votre inscription dès parution de cette fiche technique) et **au plus tard le 25 février**, au secrétariat du CAF Ile-de-France, 12, rue Boissonnade, 75014 Paris, avec versement du montant prévu de la participation aux frais.

Celui-ci s'élève à :

- **si vous inscrivez au plus tard le 28 janvier**, à 125 euros sans le transport Paris-Albertville et retour ou 255 euros aller-retour Paris-Albertville inclus, à votre choix
- **si vous inscrivez après le 28 janvier**, à 125 euros sans le transport Paris-Albertville et retour.

Cette participation aux frais comprend le taxi, l'hébergement, le dîner du samedi, les petits déjeuners du samedi et du dimanche, ainsi que les droits d'inscription (y compris une contribution spéciale raquettes de 3 euros) et les frais d'organisation. Elle ne comprend pas la location éventuelle de matériel, ni les repas de midi, les boissons et en-cas divers.