

CAF ILE DE FRANCE
COMMISSION RANDONNEE
TEL: 01 53 72 88 00

FICHE PROGRAMME RANDONNEE
Saison 2006

Week End R du 24 au 25 juin 2006

Le refuge de la Balme étant déjà complet , la randonnée « Des Contamines à Beaufort » devient (toujours dans le Beaufortain) d'Arêches à Notre Dame de Briançon

Organisateur : Laurent et Agnès METIVIER

Adresse: 23 avenue des Rosiers 91800 BRUNOY **Tel Domicile :** 01 60 46 44 12

E mail :agnes.metivier2@tiscali.fr

Nombre de participants : 6

Reunion préparatoire : contacter un des responsables au téléphone la semaine précédente

Rendez-vous sur place: Gare d'Albertville le samedi matin à 6H17 pour prendre un minibus pour Arêches (billets de trains à prendre par les participants)

Retour prévu à Paris le dimanche soir à 22h30 de la gare de Notre Dame de Briançon- prévoir une réservation TGV à partir d'Aix les bains .

Coût prévisionnel à régler à l'inscription **65€**

comprenant la ½ pension, le car pour Arêches et les frais d'organisation et administratifs

Niveau : Randonnée montagne niveau 3 : itinéraire sur sentier et hors sentier (névés possibles en début de saison-

Hébergement : refuge de la Coire (2059 m) en demi-pension
Prévoir deux pique-niques

Itinéraire : Carte Top 25 Beaufortain

Samedi Arêches(1032m) –col du Pré(1703 m)- Roche Parstire (2108 m) - Mont des Acrays (2173 m)- Col du Couvercle - Plan de la Marmotte- refuge de la Coire

Environ 1400 m de dénivelé (crête avec nombreuses montées et descentes)

Dimanche : Crêt du Bœuf (2384m) – Pointe de Riondet (2357 m) – col de la Louze (2119m) – lacs de la Tempête – grande pointe de Bizard (2507 m) – Croix de Sécheron – Grand Glaize – Notre Dame de Briançon. (ou descente par la Grande Maison à partir du col de la Louze suivant conditions)

Dénivelé environ 1100 m de montée et 2500 m de descente- étape longue

Cet itinéraire est susceptible d'être modifié selon la météo, les conditions de la montagne et le niveau physique et technique des participants.

Matériel : piolet (toujours en début de saison), crampons (selon enneigement : à vérifier avant le départ)
chaussures de montagne étanches,
lunettes de soleil, gants, lampe frontale.