

# Pelvoux Ailefroide



(AZMT24 – AZMT25 – AZMT26 – AZMT27 – AZMT28)

*C'est cette ambiance que nous vous invitons à découvrir au travers de trois courses mixtes et superbes : la Pointe du Sélé, l'Ailefroide et l'inoubliable et royale traversée du Pelvoux. Un séjour qui vous permettra d'acquérir une maîtrise appréciable de l'alpinisme et une autonomie notable.*

## TOPO 5 jours

**J1-** rendez-vous à 9 h au gîte le Montbrison aux Vigneaux. Montée au refuge du Sélé. Marche en terrain varié, **école de neige et glace sur le glacier du Sélé**. Révision des techniques de sécurité neige et glace. Nuit au refuge du Sélé- 2500 m.

↗1000m

**J2- pointe du Sélé – 3557 m** : excellente course pour un travail technique en terrain mixte. Nuit au refuge du Sélé.

↗1000m ↘1000m

**J3- Ailefroide orientale – 3848 m** : course taillée sur mesure pour épanouir le talent de l'alpiniste. Nuit au refuge du Sélé.

↗1350m ↘1350m

**J4- du refuge du Sélé au refuge du Pelvoux** : nous en profiterons pour affiner en terrain varié ce fameux pied montagnard. Nuit au refuge du Pelvoux- 2750 m.

↗520m ↘800m

**J5- Le Pelvoux en traversée -3946 m** : une course que l'on n'oublie pas, la plus belle du massif des Ecrins. Montée par le glacier de l'Homme et le couloir Coolidge, puis descente jusqu'à Ailefroide par le glacier des Violettes.

↗1200 m ↘ 2450 m –Course de 9h/10h

**NB : Ce programme n'est donné qu'à titre indicatif. Pour des raisons évidentes de sécurité, le guide peut à tous moments modifier l'itinéraire ou interrompre le séjour d'un participant n'ayant pas le niveau requis pour sa propre sécurité et celle des autres, ou bien annuler le séjour pour cause de très mauvais temps. Les participants ne pourront prétendre à aucun remboursement sauf dans le dernier cas.**

## RENDEZ -VOUS

A 9 h 00 au gîte le Montbrison aux Vigneaux ; Séparation le dernier jour vers 17 h au même endroit .

## LES NIVEAUX

Technique ↗↗↗ maîtrise indispensable du cramponnage en neige et glace. Pentas pouvant atteindre 30 à 35°. Passage rocheux en III, III+. Capacité à évoluer en autonomie sous la conduite d'un guide.

Physique \* \* \* \* / \* \* \* \* pour le Pelvoux

8 à 9 h de marche par jour, sur terrain haute montagne pouvant exiger un effort cardiaque et musculaire significatif. Une préparation physique conséquente est indispensable.

Portage 🧡🧡🧡 affaires personnelles ( éviter le surplus) + vivres de courses pour plusieurs jours ( env. 2 Kgs)

## CONSEIL

Très bonne condition physique. L'Ailefroide, la traversée du Pelvoux ne sont pas des courses difficiles, mais de grande ampleur, nécessitant ténacité et motivation. **Avoir déjà pratiqué le cramponnage est indispensable**

## CARTOGAPHIE - BIBLIOGRAPHIE

IGN massif des Ecrins n° 241 au 1/25 000.

Les 100 plus belles courses de l'Oisans de Gaston Rebuffat chez Denoël

## N° DE TELEPHONE UTILE

En cas d'urgence message à Azimut ☎ 04.92.23.07.24, ou en refuge

## HEBERGEMENT pendant le séjour

J1/J2/J3	Refuge du Sélé ☎ 04.92.23.39.49	J4	Refuge du Pelvoux ☎ 04.92.23.39.47
----------	---------------------------------	----	------------------------------------

## HEBERGEMENT AVANT ET APRES

en vallée de Vallouise

Office du Tourisme de Vallouise ☎04.92.23.36.12 site Internet: www.paysdesecrins.com

Gîte le Montbrison ☎04.92.23.10.99 Fax : 04.92.23.07.24

Hôtel de la gare à l'Argentière ☎ 04.92.23.10.02

## COUCHAGE

Un sac en drap + 1 taie d'oreiller (hygiène).

## MATERIEL (liste non exhaustive donnée à titre indicatif)

<u>Pour la tête</u> Bonnet, casquette. Foulard ou Buff. lunettes de soleil + une paire de rechange.	<u>Pour le corps</u> Sous-vêtements thermiques ( carline, polaire) Veste en polaire Veste Gore Tex
<u>Pour les mains</u> Gants chauds Eventuellement sous gants en soie	<u>Pour les jambes</u> Pantalon de montagne, guêtres
<u>Pour les pieds</u> Chaussettes de randonnée. Chaussures de montagne (semelles Vibram si possible) 1 paire de tennis	<u>Divers</u> Lampe frontale. Appareil photo Gourde isotherme (éventuellement), couteau Crème solaire + Serviette & Trousse de toilette

Sac de voyage à laisser au gîte

Sac à dos 50 l

## MATERIEL TECHNIQUE

Crampons, baudrier, piolet, casque, 1 anneau de corde de 2.80m en 8 ou 9 mm, 1 descendeur avec 2 mousquetons à vis.

\* Si vous en possédez un ARVA , veuillez nous le signaler.

Si vous n'avez pas le matériel, nous pouvons le louer pour vous, voir bulletin de réservation

## PHARMACIE PERSONNELLE

Vos médicaments habituels, jeu de pansements adhésifs, compeed, compresses désinfectantes, complexe poly vitaminé, médicaments contre la douleur ( aspirine ou équivalent ). Eventuellement antibiotique à large spectre, traitement anti-diarrhéique ( immodium/ercéfuryl) flagyl, spasfon

**PRIX : 800 €**

Le prix comprend : l'organisation, la 1/2 pension, la casse - croûte de midi, l'encadrement par un guide de haute montagne, le prêt du matériel collectif de sécurité

Le prix ne comprend pas : **les transports sur place, les boissons**, la location éventuelle de matériel ( chaussures, crampons, baudrier, piolet), les frais personnels, votre assurance personnelle de responsabilité civile et individuelle accident ainsi que l'assurance annulation/rapatriement.

## REGLEMENT

Acompte de 30 % à l'inscription + le paiement de l'assurance si vous la souscrivez. Le solde 15 jours avant le départ sans rappel de notre part.

## ACCES

 ➤ votre itinéraire sur : [www.viamichelin.fr](http://www.viamichelin.fr) ou sur [www.mappy.fr](http://www.mappy.fr)

Info route : CRIR LYON ☎ **04 78 53 33 33**

CRIR Marseille ☎ 04 91 78 78 78

Col du Lautaret ☎ 04 92 24 44 44

- Par le Nord : **autoroute jusqu'à Grenoble**, puis prendre stations de l'Oisans, Vizille - Bourg d'Oisans direction Briançon/Gap, à Prelles prendre direction les Vigneaux, Vallouise, le gîte est juste en face de la mairie-école.
- Par le Sud : **Autoroute jusqu'à la Saulce**, puis direction Briançon, à l'Argentière - la Bessée, prendre la direction Vallouise/ les Vigneaux, à 5 kms juste après le garage Renault prendre la route à droite direction Briançon, le gîte est à 500 m.



## Gare SNCF de l'Argentière-Les Ecrins.

Réservation et information sur Internet [www.sncf.fr](http://www.sncf.fr) info vente ☎ 08.36.35.35.35 - info voyageur ☎ 04.92.23.10.27

Trains directs depuis Paris (Paris-Briançon, train de nuit) , arrêt en gare de l'Argentière-Les Ecrins

Des navettes ou taxis peuvent vous permettre de rejoindre facilement les Vigneaux.

Info : Les courriers transalpins ☎ 04 92 23 13 87

## Dernières recommandations avant le départ

- laisser nos coordonnées à vos proches
- vérifier l'équipement demandé
- vérifier les piles d'appareil photo/caméra
- emporter une carte d'identité ou passeport en cours de validité
- des espèces, votre CB pour vos achats personnels et les boissons en refuge
- Votre n° de contrat et les coordonnées de votre assureur si vous n'avez pas souscrit d'assurance auprès d'Azimut

## LOCATION MATERIEL

Si vous n'avez pas le matériel, afin de vous éviter d'avoir du matériel à transporter, nous pouvons le louer pour vous auprès d'un magasin de sport sur Vallouise, voir bulletin de réservation

Prix Location 5 jours sur Vallouise (\*Tarif 2006 fourni à titre indicatif pouvant subir des variations)

Chaussures de montagne: > cuir : 30 € > plastique : 28€

Crampons anti-bottes : 27 €

piolet : 17 €

Baudrier : 23 €

Casque : 17 €

# COUPON RESERVATION MATERIEL

à retourner 15 jours avant le départ

par fax au 04.92.23.07.24 ou Email : [info@azimut-montagne.com](mailto:info@azimut-montagne.com)

**Séjour : FREA 06**

**PELVOUX AILEFROIDE**

**DATE :**

**du**

**au**

**NOM :**

**PRENOM :**

**Téléphone :**

**JE DESIRE LOUER :**

Chaussures   
Piolet   
crampons   
Baudrier   
Casque

Pointure :

Taille :

Poids:

Chèque réservation matériel  
à l'ordre du magasin de sport