

# Le pays d'en haut 07-RQ15

*Oberland - Suisse*



**Jeudi 17 - Dimanche 20 Mai 2007**  
**Ascension, 4 jours**

## ***Raquettes alpines, pour aller ailleurs, autrement.***

Organisateur : Bruno REBOUL

Eiger, Monch, Jungfrau, Finsterahorn une couronne de sommets prestigieux entoure l'Oberland bernois souvent au dessus de 4000 mètres.

En son cœur les plus grands glaciers des Alpes offrent un jardin glacière suspendu qui sera pour nous un magnifique terrain raquettable.



Je vous propose de découvrir cet espace mythique au rythme de la raquette à neige, en progressant encordés, crampons et piolet jamais bien loin dans le sac.

En route pour le pays d'en haut.

De Paris à BettmerAlp

### **Car couchettes des skieurs**

Mercredi 16 Mai Paris porte d'Orléans RDV : a préciser avec le secrétariat

Jeudi 17 Mai BettMerAlp dépose bus

### **Benne de BettmerAlp.**

BettmerAlp se situe au Sud Est du massif de l'Oberland.

Le soleil se lèvera à 5h53.

Jeudi :  
montée au  
refuge  
Konkordia  
(2850m)



Depuis la benne à BettmerAlp nous monterons N nous descendrons NE afin de passer l'épaule Est de l'Eggishorn et gagner le lac Wordensee. Puis direction W pour prendre pied sur l'immense glacier Grosser Aletschgletcher que nous remonterons par l'itinéraire 53c en rive gauche jusqu'à Konkordia platz. De là nous grimperons au refuge du même nom par les célèbres échelles.

Durée hors pause : 7 à 8h, le soleil se couchera à 20h54

Dénivelé +900 m, -250 m

Cartes Suisses 25 000° 1269 Aletschgletscher, 1249 Finsteraarhorn et 50 000° Skitour 264S Jungfrau

1<sup>er</sup> nuit en refuge :  
Konkordia Hutte CAS  
(2850m)



Prévoir :

- Petit dej solide au sortir du bus, nous essaierons de trouver une boisson chaude mais nous devons démarrer rapidement
- Vivre de course
- 4 piques niques midi adaptés à la neige (J V S D)
- Drap sac pour les nuits en refuges

Attention au poids dans le sac ! Prenez seulement l'essentiel.

Demi pension dans les refuges du Club Alpin Suisse

<http://www.konkordiahutte.ch/>

Vendredi :  
Grunhornlucke 3280m  
Lotchenlucke 3240m

De Konkordia Platz nous montons en aller retour vers l'est au Grunhornlucke, puis remontée plein ouest du Grosser Aletschfirn vers le col Lotchenlucke d'où nous gagnons le refuge CAS Hollandia.

Durée hors pause : 7 à 8h,

Dénivelé +1120m, -580m

Cartes Suisses 25 000° 1249 Finsteraarhorn et 50 000° Skitour 264S Jungfrau

2<sup>eme</sup> nuit en refuge :  
Hollandia Hutte CAS  
(3240m)



Plus petit que Konkordia, le refuge Hollandia est situé un peu au dessus du col du Lotchenlucke, au pied de l'Abeni Flue avec une vue superbe sur le Sattelhorn.

<http://www.hollandiahutte.ch/>

Samedi : Abeni Flue  
3962m en A/R

Nous partons nord dans la pente au dessus du refuge pour trouver ensuite un faux plat montant qui s'incline vers l'est avant de se redresser pour gravir l'Abeni Flue par l'arrête Sud Est (2h30). Descente par le même itinéraire.

Durée hors pause : 5h

Dénivelé +850m, -850m

Cartes Suisses 25 000° 1249 Finsteraarhorn et 50 000° Skitour 264S Jungfrau

3<sup>eme</sup> nuit en refuge :  
Hollandia Hutte CAS  
(3240m)

Nous retrouvons Hollandia et son balcon sur le Lochental.

Dimanche : descente par  
le Lochental (Blaten  
1540m)

Belle descente par le glacier à l'Ouest du refuge Hollandia dans la vallée du Lochental. Nous retrouvons le bus à Blatten (Attention il y a 2 Blatten, il bien s'agit ici de celui du situé dans le Lochental)

Durée hors pause : 4h à 5h

Dénivelé -1700m

De Blatten à Paris

Je vous propose de manger tous ensemble probablement sur le chemin du retour lors d'une halte du bus des skieurs (à la charge de chacun).

**Car couchettes des skieurs**

Dimanche 20 Janv. RDV : selon indications du jeudi

Lundi 21 Mai Paris porte d'Orléans vers 5h30

Raquettes + battons

Il faut de bonnes raquettes à plaques mobiles (Type Technica ou TSL) et une paire de battons de marche télescopiques équipés de rondelles à neige

ARVA Pelle sonde obligatoires



Un équipement complet ARVA Pelle Sonde par participant est requis.

Si vous n'en être pas équipé vous ne prenez par le départ de la sortie.

Le club peut vous en fournir un pour une contribution à l'achat d'équipements collectifs de 10€, sinon vous pouvez louer un pack sécurité (ex [www.lahauteroute.com](http://www.lahauteroute.com))

**Equipement glacier obligatoire**



Equipement individuel pour la progression sur glacier :

- Piolet
- Crampons réglés sur les chaussures avant le départ
- Baudrier
- 2 cordelettes de 5 mm pour les autobloquants
- Un mousqueton à vis poire sur le baudrier
- Une broche à glace avec un mousqueton à vis
- 2 mousquetons simples

Groupe de 7 personnes

6 participants maxi + l'encadrant : le nombre de place dans le bus est limité.

Condition météo et condition de neige



Ce programme n'est pas contractuel. L'itinéraire pourra être modifié en fonction des conditions de neige, de glacier et des conditions météo, ou même interrompu si nécessaire.

## Budget prévisionnel par personne



|  |          |
|--|----------|
| Transport en bus prix prévu                | 150,00 € |
| Benne (30 FRS)                             | 20,00 €  |
| Demi pension refuge CAS (60 + 60 + 60 FRS) | 120,00 € |
| Frais admin CAF                            | 12,00 €  |
| Contribution raquette                      | 6,00 €   |

TOTAL *prévu* par personne 308,00 €

Montant à régler à l'inscription **280,00 €**

Chacun amène pique-niques, petit dej jeudi et vivre de course. Un ajustement est effectué en fin de circuit en fonction des dépenses réelles (en plus et en moins).

## Inscriptions



### CAF Ile de France

Raquettes à neige

Ad physique : 12 rue Boissonade

Ad postale : 5 rue campagne première

75014 PARIS

01 42 18 20 00

Accord préalable pour inscription : OUI

**6 participants max.**

**Licence club nécessaire.**

## Informations



### Espace membre sur le site CAF idf

<http://www.clubalpin-idf.com/EspaceMembre/>

Port 06 71 24 56 67

bruno.reboul@laposte.net

Réunion préparatoire : NON

## Niveau

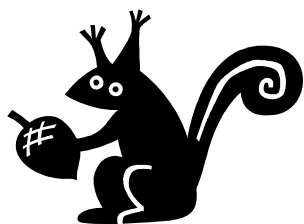
### Niveau 4 : terrain glacière & altitude

Une bonne condition physique est nécessaire (300m / h avec les raquettes), l'altitude doit être prise en compte.

La difficulté de progression dépend des conditions de neige que nous trouverons.

***L'accord de l'encadrant est nécessaire pour cette sortie***

A prendre pour la sortie



Nous partons « tout équipés » sac au dos

#### A porter sur soi au départ :

- Un paire de chaussures à semelles rigides (moyenne ou haute montagne)
- Chaussettes montagne (pas de coton)
- Sous vêtements chaud (fibre évacuant la transpiration) = couche 1
- Une polaire 200g = couche 2
- Pantalon montagne (pas de coton donc pas de Jean) = couche 2
- Vêtement imperméables respirant : Veste de montagne et sur pantalon = couche 3
- Un sac à dos léger (40 / 50l) permettant de fixer les raquettes, doublé à l'intérieur d'un grand sac poubelle de jardin
- Baudrier avec équipement glacier

#### A porter dans le sac au départ :

- Une paire de raquettes réglées sur les chaussures avant le départ
- Une paire de bâtons équipés de rondelles neige
- Piolet & crampons
- **Pas de sacs en plastiques** (supermarché) éventuels pour l'étanchéité des chaussures : nous chausserons les crampons
- **Guêtres ou sur bottes**
- Bonnet, gants, lunettes de soleil, crème solaire et stick lèvres
- **Gants et lunettes de soleil de rechange** (ou masque de ski)
- **Sifflet** (brouillard)
- **Chaussettes de montagne de rechange** (pas de coton)
- Un petit change chaud isolé dans sacs plastiques
- Drap sac pour le refuge, boules Quiès isolé dans sacs plastiques
- Eventuellement chaussons très léger pour le refuge
- Petite pharmacie perso et mouchoirs en papier dans sac plastique
- Piles de rechange pour l'ARVA (2 x LR6)
- Couverture de survie
- Piques niques et vivres de courses isolés dans sacs plastiques
- Couteau + sifflet + crayon à papier et 1 feuille
- **Carte CAF et carte d'identité**
- **Frontale**
- Gourde
- ARVA + Pelle + sonde (Pelle accessible instantanément)
- Téléphone portable si disponible
- GPS pour ceux qui le souhaitent (me demander les routes par mail)



Mise à jour du 19-05-2007  
Bruno Reboul – [bruno.reboul@laposte.net](mailto:bruno.reboul@laposte.net) 06 71 24 56 67