

Organisateur

Michel Durand-Gasselín
06 70 24 73 86

07-RQ17

AU PAYS DU VIGNEMALE

Du 14 au 21 avril 2007

Niveau 3

Edition du 19 janvier 2007

1 – PRESENTATION

8 jours de randonnée semi-itinérante dans les Hautes-Pyrénées, sous la domination du plus haut sommet des Pyrénées françaises, le Vignemale (3300 m). Dans une première partie, basés au refuge Wallon, nous parcourons la région du Marcadau, avec ses bosquets de pins et ses cuvettes lacustres, ses combes et ses plateaux, entourés par un cirque de montagnes frontalières. Dans une deuxième partie, basés au refuge des Oulettes de Gaube, nous approcherons les murailles sombres et vertigineuses du grand seigneur des lieux.

Niveau 3 : quotidiennement 5 à 7 h de marche, 800 à 1200 m de dénivelé cumulé à la montée, sur des pentes pouvant présenter des passages raides. Outre les raquettes et le matériel habituel de sécurité (ARVA, pelle, sonde), nous emporterons crampons et piolet. Nous rejoindrons les refuges en portant toutes nos affaires. Cette sortie s'adresse donc à des randonneurs **pas** nécessairement chevronnés, **mais** en bonne condition physique, **et** n'appréhendant pas les pentes enneigées.

MERCI DE ME CONTACTER AVANT DE VOUS INSCRIRE.

2 – PROGRAMME

☞ *Le programme, indiqué dans ses grandes lignes, sera adapté en fonction des conditions nivo-météorologiques.*

Carte IGN TOP 25 n° 1647 OT.

J1 – Samedi 14 avril : le refuge Wallon

Rendez-vous à Lourdes à l'arrivée du train couchettes (07h57).

Transfert à Cauterets. Après un petit-déjeuner, nous rejoignons le refuge Wallon (alt. 1865 m), *a priori* par la vallée du Marcadau, ou par quelque variante plus sauvage selon l'enneigement.

J2 à J5 – Du dimanche 15 au mercredi 18 avril : le haut Marcadau

Exemples de randonnées « à la journée » :

- La Cardinquère (sommets ouest, 2509 m) et les lacs de l'Embarat et du Pourtet, un concentré de toutes les merveilles du Marcadau.
- Autour de la Huchole, par le vallon secret du Pouey Trénous et le col de Pouey Laou (2640 m) où se dévoile tout le cirque du haut Marcadau.
- Les cols de la Fache (2664 m) et/ou du Marcadau (2541 m), sur la crête frontalière avec l'Aragon, occasion de voir le contraste entre les deux versants.
- Le pic de Cambalès (2965 m), par les lacs d'Opale et un superbe vallon suspendu ; du sommet, la vue porte jusqu'au Balaïtous à l'ouest dans un panorama circulaire de qualité.

J6 – Jeudi 19 avril : le refuge des Oulettes de Gaube

Le vallon d'Arratille nous conduit au col homonyme sur l'arête frontalière (2528 m), et après une courte descente dans la vallée du Rio Ara, nous remontons au col des Mulets (2591 m) pour rejoindre la vallée du gave des Oulettes de Gaube, et son refuge (2151 m).

J7 – Vendredi 20 avril : vers le Vignemale

Une approche du massif par la Hourquette d'Ossoue (2734 m) et l'ascension du Petit Vignemale (3032 m) si les conditions s'y prêtent. De ce « 3000 », on côtoie l'étréscillant glacier d'Ossoue et l'austère face est du « grand » Vignemale, tandis que la vue porte jusqu'à Gavarnie au sud-est. Retour au refuge de Gaube.

J8 – Samedi 21 avril : le retour

Retour à Cauterets :

- soit classiquement par la vallée des Oulettes de Gaube et son grand lac gelé niché dans un site bucolique,
- soit plus hardiment (et enneigement permettant) par le col d'Arraillé (2583 m), le lac d'Estom et la vallée de Lutour.

Transfert à Lourdes, dîner (nous disposons de 2 h) et séparation à la gare.

3 – TRANSPORTS

Chacun s'occupe de ses billets de train :

- **aller vendredi 13 avril** :
Paris-Austerlitz *Corail Lunéa* 23h14 - 07h57 Lourdes
ou Paris-Montparnasse *TGV* 22h45 - 06h50 Lourdes
 - **retour samedi 21 avril** :
Lourdes *Corail Lunéa* 22h29 - 07h10 Paris-Austerlitz
- ☞ *Tarifs Prem's et Découverte séjour possibles.*

Les transferts prévus au programme sont inclus dans la participation aux frais.

4 – EQUIPEMENT

Voir aide-mémoire in fine.

Habillement pour la randonnée hivernale en montagne enneigée. Portez particulièrement l'attention sur la protection des extrémités :

- **Les pieds**, avec des chaussettes chaudes (prévoir rechange), des chaussures de montagne d'une bonne imperméabilité et des guêtres pour empêcher la neige de rentrer dedans.
- **Les mains**, protégées par des gants de montagne, qui se composent en général d'un gant intérieur amovible en fibre polaire ou laine et d'un gant extérieur imperméable et résistant.
- **La tête**, protégée du froid par un bonnet pouvant couvrir les oreilles, complété si nécessaire par la capuche de la veste de montagne ; un masque de ski (jaune-ambre) est très apprécié en cas de chute de neige ou de brouillard (amélioration du contraste).

Ayez impérativement les matériels suivants à l'arrivée au rendez-vous :

- **Raquettes à neige** avec fixation à plaque articulée (genre TSL 225), et paire de **bâtons de marche** munis de rondelles neige ;
- **Crampons** adaptés et réglés à vos chaussures, et **piolet** ;
- **ARVA** (appareil de recherche des victimes d'avalanche) avec piles neuves, **sonde** et **pelle à neige** ; cet ensemble (sauf les piles) peut être loué au CAF au prix de 20 € pour toute la sortie, avec un chèque de caution de 250 €. Il vous incombe d'effectuer la démarche auprès du secrétariat, et de vérifier le fonctionnement de l'ARVA avec vos propres piles.
- **Couverture de survie** (modèle plastifié) et **sifflet** (peut être utile en cas de brouillard).

Attention au superflu, vous devrez porter toutes vos affaires 3 jours. Votre sac (sans l'eau ni les raquettes) ne devrait pas peser plus de 7 ou 8 kg.

5 – HEBERGEMENT, RESTAURATION

Demi-pension en refuge CAF, couvertures fournies. Apportez un **drap-sac** et une serviette de toilette.

Les pique-niques et les en-cas sont à la discrétion de chacun. Arrivez au rendez-vous avec au moins votre pique-nique du jour ; vous pourrez ensuite le commander au refuge (7 €).

6 – NOMBRE DE PLACES, INSCRIPTION

Nombre de places : **8**, organisateur compris.
Inscription au CAF Ile-de-France après m'avoir contacté, à l'aide d'un bulletin d'inscription, en y joignant la participation aux frais. Ouverture des inscriptions **samedi 10 février**, mais vous pouvez me contacter et envoyer votre bulletin dès parution de la fiche technique.

7 – PARTICIPATION AUX FRAIS

Le budget est de **360 €** par personne, comprenant les hébergements en demi-pension, les transferts prévus au programme, le petit-déjeuner du premier jour et le dîner du dernier, les droits d'inscription, la contribution au développement de l'activité, et une participation aux frais de l'organisateur. Je solderai à la fin les comptes individuels en fonction des dépenses imputées.

Le budget ne comprend pas le transport aller-retour pour Lourdes, les pique-niques, en-cas et boissons en dehors des repas, la location de matériel, et d'une manière générale les dépenses personnelles ainsi que d'éventuels frais supplémentaires. Les adhérents des associations CAF hors Île-de-France doivent ajouter **7 €** de droit d'inscription.

Assurance : le CAF propose pour toute sortie de plusieurs jours l'assurance annulation. Celle-ci est facultative et est à régler en sus (voir avec le secrétariat).

EQUIPEMENT INDIVIDUEL

(Aide-mémoire indicatif)

MATERIEL ET ACCESSOIRES

- Sac à dos permettant d'y fixer les raquettes
- Couvre-sac (ou cape de pluie)
- Raquettes à neige avec fixation à plaque articulée
- Bâtons de marche avec rondelles neige (paire)
- Crampons adaptés et réglés aux chaussures
- Piolet
- Ensemble ARVA (piles neuves), pelle, sonde
- Couverture de survie (modèle plastifié)
- Sifflet
- Lunettes de soleil (cat. 3) avec protections latérales
- Masque de ski
- Gourde et/ou thermos
- Canif
- Lampe frontale

VÊTEMENTS ET CHAUSSURES

- Sous-vêtements chauds haut et bas

- T-shirt manches longues et/ou chemise
- Pantalon
- Ceinture
- Chaussettes chaudes
- Chaussures de montagne (très bonne imperméabilité)
- Guêtres
- Rechanges pour le soir
- Chaussons (pour le refuge)
- SE PROTÉGER DES INTEMPÉRIES, DU FROID, DU SOLEIL :**
- Veste imperméable
- Surpantalon imperméable
- Polaire ou doudoune
- Bonnet ou passe-montagne
- Gants de montagne (intérieur et extérieur)
- Casquette
- Foulard
- DIVERS**
- Crème solaire
- Stick lèvres
- Pharmacie personnelle

- Drap-sac (sac à viande)
- Serviette, gant de toilette
- Trousse de toilette
- Papier hygiénique
- Mouchoirs
- Boules Quiès

VIVRES

- Pique-nique du jour et en-cas
- Gâteries personnelles

PAPIERS

- Carte nationale d'identité
- Carte CAF
- Quelques espèces (dépenses perso, ~10€ / jour pour pique-nique, pot, gâteries...)
- Quelques chèques
- Carte Bleue Visa
- Billets de train
- ET ...**
- Appareil photo
- Carnet, crayon
- Lecture
- Lunettes de vue
- Téléphone portable