

En Haute Ubaye en raquettes du 29 décembre 2007 au 01 janvier 2008

avec Jean Dunaux

Un séjour au bout de la vallée de l'Ubaye, en frontière du Queyras et du Piedmont Italien, bien loin du tourisme de masse et de la montagne mécanisée. Trois jours et demi de randonnée en raquette à la découverte des paysages sauvages entre 2 000 et 2 500 mètres d'altitude, au milieu de sommets dépassant les 3 000 mètres.

Vendredi 28 décembre

Départ de Paris Gare d'Austerlitz 22h 05 pour Montdauphin Guillestre arrivée 8h 01

Samedi 29 décembre

Petit-déjeuner à l'arrivée. Transfert sur Fouillouse (1900m), au pied du Brec de Chambeyron. Montée par le Bois de l'Eyssilloum et traversée du Vallon Grand pour le Col de Mirandol (2433m). Retour sur Fouillouse et transfert sur Maljasset.
+ 530m –530m de dénivelée, 5 heures de marche environ.

Dimanche 30 décembre

Remontée du Vallon de Mary au départ de Maljasset (1910m), Bergerie Inférieure de Mary, Bergerie Supérieure de Mary et montée au col de Mary (2614m) suivant conditions. Retour sur Maljasset.
+ 800m –800m de dénivelée, 6heures 30 de marche environ.

Lundi 31 décembre

Transfert pour Fouillouse. Remontée par le Vallon de Plate Lombarde pour le Col de Vallonet (2524m) sous le Brec de Chambeyron. Retour sur Fouillouse et transfert sur Maljasset.
+ 630m –630m de dénivelée, 6heures de marche environ.

Mardi 01 janvier

C'est une nouvelle année qui commence : remontée de la vallée de l'Ubaye pour le Plan de Parouart (2060m). Retour sur Maljasset.
+150m –150m de dénivelée, 3heures de marche environ.

Transfert sur la gare SNCF Montdauphin Guillestre

TER départ de Montdauphin 14h 59 arrivée 18h 27 Valence Ville
TGV départ de Valence Ville 18h 54 arrivée 21h 15 Paris Gare de Lyon

Ce programme est indicatif et peut être modifié ou adapté si nécessaire (et possible) par l'organisateur en fonction de différents aléas, notamment de nivologie et météorologie.

Niveau Moyen ΔΔ

Une pratique de la raquette à neige n'est pas requise mais une bonne forme physique indispensable.

Groupe de 6 participants comprenant l'organisateur.

Cartes IGN 3538 ET & 13637 OT

Inscription à partir du mardi 18 septembre au secrétariat du CAF IDF, 12 rue Boissonade 75014 Paris, après accord obtenu de l'organisateur

Prix indicatif de 260 € (base 6 participants) à verser à l'inscription, comprenant :

- ✓ l'hébergement en demi-pension au gîte CAF de Maljasset
- ✓ les frais d'inscription et d'organisation
- ✓ la contribution "raquette" destinée à la formation des cadres
- ✓ tous les transferts du programme

Il ne comprend pas les repas du midi, le petit-déjeuner à l'arrivée à Montdauphin, en-cas et boissons diverses, ni le transport SNCF.

Matériel indispensable :

- ✓ rechanges, pull & chaussures légères pour le soir, nécessaire de toilette dont serviette, drap housse (sac à viande) ou sac de couchage, boules Quies
- ✓ tous médicaments personnels, avec leur ordonnance médicale

Equipement pour la randonnée en montagne enneigée :

- ✓ sous-vêtements chauds haut et bas, T-shirt manches longues et/ou chemise
- ✓ chaussures de moyenne ou haute montagne à tige montante et semelles rigides anti-dérapantes (type Vibram) confortables et bonne imperméabilité (en cas de doute prévoir des sacs plastiques pour les protéger)
- ✓ chaussettes chaudes (avec rechange)
- ✓ guêtres
- ✓ gants de montagne imperméables et résistants (prévoir gants de rechange)
- ✓ un bonnet pouvant couvrir les oreilles, une cagoule et éventuellement un masque de ski en cas de tempête de neige.
- ✓ veste imperméable (Goretex) et sur pantalon imperméable
- ✓ polaire et/ou doudoune, foulard
- ✓ un sac à dos (40 litres suggéré) pour la randonnée avec fixations pour les raquettes
- ✓ gourdes et thermos
- ✓ couvre-sac (ou cape de pluie)
- ✓ couverture de survie (modèle plastifié), sifflet en cas de mauvais temps ou brouillard
- ✓ lunettes de soleil (cat. 3), protections latérales suggérées
- ✓ crème écran total, stick lèvres
- ✓ canif, fourchette et/ou cuillère, gobelet, sacs plastiques
- ✓ lampe frontale
- ✓ un sac pour les affaires qui resteront au gîte dans la journée.

A avoir impérativement à l'arrivée à la gare de Montdauphin (pas de location sur place) :

- ✓ **raquettes à neige avec fixation à plaque articulée pour usage en montagne (type TSL 225) ajustées aux chaussures et paire de bâtons de marche munis de rondelles neige (location possible à La Haute Route, 33 bd Henri IV, 75004 Paris, tél. 01 42 72 38 43)**
- ✓ **un ARVA (Appareil de Recherche des Victimes d'Avalanche), sonde et pelle à neige (location possible au CAF IdF, réservation auprès du secrétariat), vous vérifierez le fonctionnement de l'ARVA avec vos propres piles neuves avant le départ de Paris.**