



Raquettes en Beaufortain

22 au 24 mars 2008

avec Martine Cante et Michel Gollac

Les crêtes du Beaufortain sont autant de balcons sur le Mont Blanc. Les vieux chalets, les hameaux de charme, la disposition harmonieuse des vallées et des montagnes sauront aussi vous séduire.

PROGRAMME INDICATIF

Samedi 22 mars:

Rendez-vous dans la gare d'Albertville à 6 h 20. Départ possible de Paris-Austerlitz la veille au soir à 22 h 26 en train-couchettes.

Nous prendrons le petit-déjeuner à Albertville, puis un minibus nous emmènera dans la vallée de Hauteluce ou en direction des Saisies.

Si les conditions nivo-météorologiques le permettent, nous parcourrons les **crêtes** faciles qui séparent le **Beaufortain** du **Val d'Arly**. Très fréquentées à leur début (le chemin sera peut-être même damé), elles deviennent ensuite plus tranquilles et offrent des vues constamment renouvelées sur le Mont Blanc et les Aravis. Nous traverserons le **Mont de Vorès** (2 067 m) et le col de Véry, d'où nous nous dirigerons vers le **chalet de Colombe**. Situé en bordure des pistes de Hauteluce, mais loin des routes, celui-ci retrouve le calme le soir venu et nous profiterons de son accueil.

Si les conditions sont trop médiocres, nous nous rendrons à Colombe par un autre itinéraire.

Dimanche 23 et lundi 24 mars :

Plusieurs itinéraires en aller-retour sont envisageables à partir de Colombe. Par bonnes conditions, **nous pourrons choisir entre :**

- **L'abri des Trois Moineaux :** passage au **lac de la Girotte**, puis, par collines panoramiques et vallons solitaires, nous passons le **col du Sallestet** à 2 111 m d'altitude pour aller découvrir, d'un peu plus haut encore, au delà des grands espaces, la profonde **vallée du Doron de Beaufort**.
- **Le col de la Gittaz :** montée tout en douceur au pied des crêtes sauvages de la Cicle, arrivée au col (2 359 m) d'où nous découvrons la vallée déserte de la Gittaz et **retour tout en crête**, le Mont Joly et le Mont Blanc pour horizon, vers le **lac de la Girotte** et Colombe.
- **Le col de la Fenêtre et le tour de l'Aiguille de Roselette:** à 2 245 m, le col livre accès au haut **Val Montjoie, dans l'intimité du Massif du Mont Blanc** : la vue sur les Dômes de Miage est particulièrement remarquable. Si les conditions le permettent et si nous sommes en grande forme, quelques pentes un peu plus raides sur le versant des Contamines donnent accès à un circuit plein de variété.

Le lundi soir, descente du chalet à la route, puis, un minibus nous ramènera à Albertville. Possibilité de prendre un train-couchettes à 22 h 59, arrivée à Paris-Austerlitz le lendemain matin à 6 h 20.

Ce programme est donné à titre indicatif et n'est pas contractuel. Les organisateurs se réservent le droit de le modifier à tout moment, notamment en fonction des conditions météorologiques et nivologiques ainsi que de la forme et du niveau des participants.

Hébergement, restauration

Hébergement en gîte, en demi-pension (inclut les dîners du samedi et du dimanche, les petits déjeuners du dimanche et du lundi). Petit déjeuner du samedi en commun au café. Repas de midi « tirés du sac ».

Niveau physique soutenu. Chaque jour, de 700 à 1 200 m de montée et 15 à 17 km de distance environ selon les itinéraires. Nous randonnerons dans l'ensemble sur des pentes modérées, avec cependant quelques passages un peu raides. Durées de marche jusqu'à 8 h par jour. Marcher en raquettes étant plus fatigant que marcher en terrain déneigé, il convient d'être en **très bonne condition physique**.

Niveau technique ΔΔ : **Itinéraire peu difficile**, empruntant des pentes parfois raides, mais peu exposées. Cette sortie est accessible avec un peu d'expérience de la montagne, et à condition d'avoir le niveau physique requis. Il est conseillé d'avoir déjà chaussé les raquettes.

Terrain alpin : Bien que les itinéraires choisis ne soient pas spécialement avalancheux, et même si nous tiendrons le plus grand compte des prévisions nivologiques, le risque d'avalanche ne peut être totalement exclu sur les itinéraires que nous emprunterons. Outre le matériel de sécurité, ceci impose de se conformer aux consignes des organisateurs et d'être prêt à renoncer à tout moment à l'itinéraire prévu si la sécurité l'exige.

Climat

Moins exposé aux perturbations que le Mont Blanc, mais plus que la Vanoise : tel est le Beaufortain. Incertaine en fond de vallée, la neige y est à peu près assurée en altitude vers la mi-mars. Quant au temps que nous aurons, il est tout à fait imprévisible.

Carte

IGN 1/25 000, n°3531OT.

Inscription

A partir du 20 décembre 2007 et **au plus tard le 8 mars 2008**, au secrétariat du CAF Ile-de-France, 12, rue Boissonade, 75014 Paris, avec versement du montant prévu de la participation aux frais, soit **165 €**. Cette somme comprend le transport aller et retour en mini-bus Albertville-Hauteluce, les nuits au gîte en demi-pension (dîners et petits déjeuners inclus), le petit-déjeuner du samedi matin, une contribution au développement des activités du CAF d'Ile-de-France, une participation au transport des organisateurs et à leurs frais d'organisation. Elle ne comprend pas le voyage aller-retour jusqu'à Albertville, le repas du vendredi soir, le repas du lundi soir, les trois pique-niques de midi, les boissons et en cas divers.

Equipement indispensable

- raquettes munies de plaques mobiles, ajustées aux chaussures. Des raquettes adaptées au terrain montagne sont indispensables : attention en particulier si vous êtes débutant et si vous louez vos raquettes
- deux bâtons adaptés à la marche sur neige et, si possible, télescopiques
- chaussures de moyenne ou de haute montagne à tige montante et semelles rigides anti-dérapantes (type Vibram), imperméables (en cas de doute, prévoir au moins des sacs plastique pour les protéger et des chaussettes de rechange)
- guêtres
- gants et sur-gants ; sous-gants en plus si vous êtes frileux.
- passe montagne
- sacs à dos avec sangles pour les raquettes
- chaussettes et sous-vêtement chauds (de préférence en fibre évacuant la transpiration)
- vêtement chaud (type veste polaire)
- vêtements imperméables et coupe-vent (type anorak + sur-pantalons)
- gourdes ou bouteilles incassables
- sacs poubelle (le CAF protège l'environnement !)
- couverture de survie (pas de panique : c'est prévu pour ne pas servir, ça pèse quelques grammes et ça coûte quelques euros)
- nourriture pour les déjeuners
- votre carte du CAF
- sacs plastique (pour emballer vos affaires en cas de grosse pluie)
- frontale ou lampe de poche
- lunettes de soleil et crème solaire
- masque de ski
- petite pharmacie personnelle
- ARVA, pelle et sonde** (si vous n'en avez pas, le Club vous en fournira, moyennant une contribution de 10 euros à l'achat d'équipements collectifs)
- un sifflet (indispensable en cas de brouillard)

et pour le gîte :

- « sac à viande » ou drap de lit
- nécessaire de toilette avec serviette
- bouchons d'oreille ou beaucoup de patience pour supporter les ronflements des autres.
- chaussures légères

Attention ! Le premier jour nous porterons nos affaires sur le dos pendant la journée. Il faudra donc n'emporter que le nécessaire et exclure tout bagage à main. Les deux autres jours, nous pourrons laisser des affaires au gîte pendant la journée. Il faudra cependant les redescendre à la route le lundi soir.