

**Club Alpin Français Ile-de-France (tél. 01 42 18 20 00)**

**Randonnée 08-RW05 / 21 au 27 octobre 2007 / L'automne au pays du Mont Blanc**

**Organisateur : François Degoul, 54 rue des CAILLOTS, 93100 MONTREUIL**

**Tél + répondeur : 01 48 58 71 94**

**E-Mail via le KIFAIKOI, accessible depuis la page de garde du site.**

### **INSCRIPTIONS A PARTIR DU MARDI 5 JUIN**

**Cadre général et difficultés :** randonnée itinérante et en étoile près du Mont Blanc (cartes IGN 3530 OT, 3531 ET et 3630 OT), de part et d'autre de la **vallée de Chamonix**.

Cette dernière offre des avantages pratiques avec ses nombreux gîtes et sa desserte régulière par le petit train et les bus. Surtout, elle procure au randonneur le spectacle à la fois grandiose et harmonieux des sommets, avec le contraste entre les dômes neigeux amplement étagés de part et d'autre du Mont Blanc et, toutes proches, les pyramides dentelées des Aiguilles de Chamonix, mêlant neige et roc, contraste auquel fait écho vers le nord le mamelon blanc de la Verte flanqué de l'obélisque du petit Dru.

Le programme proposé permet d'observer le massif et ses glaciers sous différents angles et d'en découvrir la faune et la flore, bien protégées par la **Réserve Naturelle des Aiguilles Rouges** : les bouquetins se laissent volontiers approcher, et la **saison** pare la végétation de **couleurs somptueuses** : les mélèzes passent à l'ocre et les pieds de myrtilles au rouge sur un fond de blancheur plus audacieux qu'en plein été.

La fin octobre présente d'autres avantages : moins de coups de soleil, de transpiration, d'eau à porter qu'en pleine saison, mais avec quelques contreparties : nuit tombant dès 18h30 (heure d'été), risques accrus de gelées matinales et de grésil, voire de neige, pouvant obliger à différer un projet ou à y renoncer, habits chauds à prévoir, même si en octobre le temps dans la région est beaucoup plus beau qu'en été et le réchauffement climatique très sensible. Par ailleurs l'automne, saison préférée des autochtones, laisse planer dans cette région sur fréquentée en août une indicible **tranquillité** : la nature semble se préparer au sommeil hivernal et l'on se trouve quasi seuls dans les gîtes et refuges, ce qui permet de réserver au dernier moment, d'où la souplesse du programme en fonction de la météo. Contrepartie : moins de services disponibles (remontées mécaniques, magasins...), les refuges d'altitude étant fermés et ceux de la vallée pas tous ouverts.

Le programme ici proposé offre également une initiation à la montagne en altitude modérée (800 à 2600m) et reste à la portée de tout bon randonneur habitué aux dénivelés : moyenne journalière de 800 à 1000m de montées avec maximum de 1300 m, rythme modéré proche de 350 mètres de dénivelé à l'heure en montée et 600m en descente, parcours journaliers de 4 à 7h. Nous évoluerons en terrain le plus souvent facile, mais inévitablement pentu : certains passages exigent qu'on ne s'écarte pas de l'itinéraire et / ou peuvent paraître impressionnants. Ces données correspondent dans la cotation CAF à un **niveau** physique **moyen** et à un niveau technique **2 triangles**.

Deux types de sorties sont prévues :

- **étapes itinérantes** : deux au maximum, train ou bus offrant une alternative.
- **sorties « en étoile »** à partir des gîtes avec un sac allégé et offrant à chacun en alternative une journée de liberté pour se reposer, monter en téléphérique à l'Aiguille du Midi (3800m, 37 E aller et retour), voir Chamonix...

\*\*\*

**Programme indicatif** : Les indications ci-dessus concernant la difficulté maximale des étapes (durée, dénivelés, difficulté technique) seront respectées. En revanche la **souplesse** du programme ne permet pas de s'engager sur un emploi du temps précis, pour diverses raisons :

- D'abord de brèves promenades non prévues à l'origine peuvent être organisées à partir d'un gîte, notamment si l'on arrive un peu tôt, ou si l'on décide de cumuler des sorties brèves.
- Ensuite des raisons techniques, notamment la météo, peuvent amener à supprimer une ou plusieurs sorties envisagées ou à les remplacer par d'autres. Les randonnées en étoile proposées sont ainsi données à titre indicatif, mais non limitatif, ce qui permet des choix en fonction des circonstances et préférences du groupe.

Ces réserves faites, notre programme s'inscrira dans le cadre suivant :

**Rendez-vous le dimanche 21 octobre sur le quai de la gare de Saint-Gervais à l'arrivée du train de nuit à 8h28** (horaire à confirmer); nous prendrons le petit déjeuner avant de nous mettre en route.

Nous partagerons nos six nuits entre les trois **hébergements** suivants :

- du dimanche 21 au mardi 23: Chalet-refuge Michel Fagot, aux **Houches**, au centre du village; tél : 04-50-54-42-28. Ravitaillement aux Houches.
- du mardi 23 au soir au vendredi 26: au gîte Le Moulin aux Frasserands, près de la gare de **Montroc**; tél. : 04-50-54-05-37. Ravitaillement à **Argentière**, à 20 minutes à pied.
- du vendredi 26 au sam 27: soit encore au Moulin, soit un peu plus haut à quinze minutes à pied à La Boërne, à Trélechamps, tél. 04-50-54-05-14. Des précisions seront données lors de la réunion préparatoire quelques semaines avant le départ.

**On peut accéder aux gîtes à pied, en s'aidant ou non des transports en commun.**

Ainsi le 21 octobre, on peut partir à pied de la gare de Saint-Gervais-le Fayet pour gagner Servoz par un cheminement en balcon passant à la belle église du **Plateau d'Assy**, la section Servoz - les Houches pouvant être effectuée soit en train, avec arrivée aux Houches en début d'après-midi, soit à pied si l'on souhaite arriver vers 17 heures après avoir marché 6 heures et parcouru 20km avec 1000m de montées cumulée et 600m de descente.

Pour l'accès au Moulin de Montroc, il peut être préférable d'utiliser le train plutôt que de cheminer sur les sentiers de la vallée avec le sac à dos plein, de manière à réserver la journée pour une randonnée en étoile plus en altitude si le temps le permet.

**A partir des Houches (1000m)** sont proposées les promenades **en étoile** suivantes :

- Col de la Forclaz - le **Prarion (1969m, très beau belvédère)** - Col de Voza (environ **5h30**).
- la Flatière - **Aiguillette des Houches (2285m, très beau belvédère)** - le Christ roi (**7 heures, 1300m de montée et autant de descente**).

**A partir de Chamonix (1040m, aisément accessible en train ou bus depuis les Houches ou Montroc)** Le Circuit du **Chapeau** par la **tête des Prapators (1844m)** offre une vue plongeante sur la Mer de Glace, une petite boucle complémentaire permettant d'observer les pittoresques **gorges de l'Arveyron**, torrent issu du glacier. Cette promenade demande un peu d'attention (fortes pentes sous le sentier) et prend **6h** environ.

**à partir de Montroc ou Trélechamps (1400m)** mentionnons les randos suivantes:

- le circuit du **Lac Blanc** monte en écharpe par un sentier balcon de Trélechamps (**1400m**) vers l'Aiguillette d'Argentière (1894m), site dominé par la muraille rocheuse des Chéserys, que l'on

franchit par de grandes échelles aménagées, la première, bien pentue et assez longue, pouvant impressionner les novices. De là, une montée coupée de replats conduit au lac Blanc (**2354m**), site recherché pour sa position **panoramique** face au massif. Le sentier du retour par les Deviets évite la majorité des échelles et permet d'observer les **bouquetins**. Une descente assez raide ramène à Trélechamps. Temps total de marche : **6 h**.

- **Le Rocheray** : ce sentier ménage de belles **vues sur les faces Nord** de l'Aiguille Verte et des sommets adjacents. Nous parvenons à **2100m** au-dessus du couloir du Rocheray, où l'on peut voir débouler des **chamois**. Du point 1457 un aller et retour d'une heure un quart mène à la Pierre à Bosson, point de vue qui, à l'entrée des moraines, surplombe la partie basse du glacier d'Argentière. Temps total de marche **4h15 ou 5h30** selon parcours.

- Aller et retour dans la **sauvage et solitaire vallée de Tré-les-eaux**, avec des passages aménagés un peu vertigineux dans les parois rocheuses. On ne peut monter jusqu'au Col des Eves qui ferme la vallée, car un aller et retour intégral demanderait une dizaine d'heures, mais il semble possible d'atteindre, vers **2300m**, un beau point de vue sur le glacier qui fait face.

- Circuit des **marmottes**, de la Flégère (1877m, facilement accessible d'Argentière ou Trélechamps) à Planpraz (**2000m**) par les **Alpages de Charlanon**. De Planpraz, longue descente sur Chamonix (**1040m**) et retour en train : **6h** de marche environ.

- La **vue d'avion** du **Béchar** (1780m) circuit de la demi-journée menant à un rocher dominant vertigineusement la forêt de conifères face au Mont Blanc.

**Dernier soir ( samedi 27 octobre )** : on regagne la gare de Montroc pour le train descendant à Saint-Gervais : il y arrive à 19h, ce qui permet de manger en ville avant le départ à 21h08 du train de nuit pour Paris.

\*\*\*

### **Infos pratiques :**

**Nombre de places disponibles, inscriptions et public concerné**: le groupe est limité à **8 personnes** (organisateur compris). L'inscription suppose qu'on soit prêt à adopter un rythme moyen (environ **350m de dénivelé à l'heure**) et à dormir en **dortoirs**. Ces conditions remplies, le programme est particulièrement recommandé à ceux qui veulent découvrir ou redécouvrir le pays du Mont Blanc, ou en apprécier la tranquillité automnale.

**Transports**: pour le voyage, **acheter** soi-même un **aller et retour Paris-Les Houches**, (au-delà des Houches, train gratuit avec la carte d'hôte). La solution la plus rapide est le train de nuit à l'aller comme au retour (départ de Paris le samedi 20 au soir à l'aller, départ de Saint-Gervais le samedi 27 au soir au retour). Attention : un aller de jour et un retour de nuit (ou l'inverse) ne permettent pas de bénéficier des réductions impliquant un aller et retour, car sur Paris/Saint-Gervais trains de nuit et trains de jour ne partent pas de la même gare de Paris !

Seul le voyage est à la charge des participants, les billets de train et de bus permettant de circuler dans la vallée étant gratuits.

**Hébergement en gîte ou refuge** avec dortoirs, en demi-pension (sauf aux Houches, où le gîte n'assure pas les repas, mais offre un coin cuisine et nous laissera des provisions à l'arrivée, les magasins étant fermés le dimanche); il faut **prévoir ses pique-nique** : emporter **au départ deux jours** de réserves, puis ravitaillement sur place aux Houches et à Argentière.

**Equipements à prévoir : s'alléger** (un sac 45 litres suffit), mais prévoir chaussures adaptées (montantes avec semelles vibram), protection contre la pluie, vêtements chauds (gants, bonnet, pull et polaire ou chemise de laine + gros pull + coupe-vent), sac de couchage, lampe de poche,

sifflet, lunettes de soleil, et, pour le départ, de l'eau et deux jours de pique-nique. Crème solaire et bâtons sont à envisager au gré de chacun. **Moyens de paiement** pour 5 pique-niques + 2 petits déjeuners et repas du soir à se préparer + repas du soir au restaurant le 27 + téléphérique(s) éventuel(s). On trouve un distributeur de billets à Argentière.

**Réunion préparatoire:** elle vise à se connaître, répondre aux questions, affiner le programme et conseiller sur la façon de préparer son sac.

Elle se déroulera au siège du CAF-IDF, **12 rue Boissonade 75014 PARIS, le mardi 2 octobre** à partir de **18h45**. Me contacter par téléphone à l'avance au 01 48 58 71 94, notamment si vous prévoyez un retard : le local ferme à 19h et de la salle de réunion, en sous-sol, on n'entend pas la sonnette.

**Financement et délais :** en fin de séjour chaque participant recevra d'une part un relevé de compte apurant la différence entre ce qu'il aura versé et le coût des services réglés pour lui par moi-même, et d'autre part le chèque correspondant : je prévois les frais avec une marge pour éviter les surprises, d'où l'évaluation à **220 euros**.

Ce montant couvre les frais d'hébergement et le petit déjeuner du 21 (mais non les pique-niques et repas au restaurant ou préparés par nos soins), les frais de transports en cours de randonnée (sauf hypothétiques remontées mécaniques), 16,50 E de « droits d'inscription » pour frais administratifs du CAF, et enfin le remboursement de mes frais de voyage, d'organisation et de cartographie. Les participants libelleront à l'ordre du Club Alpin Français Ile de France le chèque d'acompte de **150 E joint à la demande d'inscription** destinée au CAF, et le solde de 70 E me sera remis par chèque à mon nom lors de la réunion préalable ou envoyé à mon adresse avant le 2 octobre.

**Les inscriptions sont ouvertes au 5 juin et seront closes dès l'épuisement des places disponibles.**

A bientôt peut-être

François

