

## « Traversée de la chaîne de la Lauzière »

(entre Maurienne et Tarentaise)

6-7 septembre avec Céline FALISSARD

Niveau S0 - Δ Δ - Cabane - 8 places - RW96

**Niveau** : S0, Δ Δ, itinérant, portage, nuit en cabane

**Nuit en cabane** : refuge sommaire non gardé. Celui est de luxe puisque nous avons matelas (en général en mauvais état mais existant ce qui n'est pas du tout négligeable), poêle, table, panneau solaire (néon) et eau à la fontaine.

Il appartient à chacun de prévoir tous ces repas du week-end ainsi que son couchage.

**Itinéraire prévu** : Carte TOP 25 3432 ET et 3433 ET.

*Massif des Alpes françaises, il se situe en Savoie entre la rive droite de la Basse-Maurienne et la rive gauche de la vallée de la Tarentaise, culminant à 2829 m. Géologiquement rattaché à la chaîne de Belledonne, de part son orientation nord / sud, il se compose de deux chaînons :*



- La Lauzière à proprement parler.
- Le Grand Arc.

*Bordé à l'ouest par l'Arc, au nord et à l'est par l'Isère, il est séparé du massif de la Vanoise par le col de la Madeleine. Cependant, géographiquement parlant, il est couramment intégré à ce dernier.*

**J1** : Arrivée gare de La Léchère (ou Moutiers Salins Les Bains), petit déj puis taxi et dépose (1896m) sous le Col de la Madeleine. En route pour le Col de Sarvatan (2439m) aux pieds de la Louche Percée. Nous entamons notre traversée sud-nord de la chaîne de la Lauzière en passant par le Chalet de la Balme-de-Dessus et l'arête du Champet, pour finir au Chalet de la Vénitier (1804m), notre abri pour la nuit.

Dénivelées : environ 1200 montée et 1200 descente.

**J2** : Ascension de Mont Bellacha (2484m) qui nous promet une vue panoramique remarquable sur la Maurienne et la Tarentaise avec au loin le Granier et le Mont-Blanc.

Descente champêtre sur Aiguebelle (320m) par sentiers et routes forestières.

Dénivelées : environ 2400 en descente (attention les genoux !) et moins de 1000 en montée.

*•En cas de nécessité (météo, terrain, niveau du groupe,...) l'itinéraire pourra être modifié par l'organisateur, ce programme n'est pas contractuel.*

**Transport**: La participation financière n'inclut pas les billets de train.

Départ gare Paris Austerlitz vendredi 5 septembre 22h26 pour Moutiers Salins Les Bains (7h03).

Retour gare Aiguebelle 20h38 pour Paris avec une arrivée 23h19 via Chambéry.

**RV 22h devant le quai de départ Paris Austerlitz.**

**Equipement :**

Prévoir chacun des repas (samedi midi, dimanche matin, dimanche midi + les encas + 1,5l eau + l'équipement classique du randonneur tels veste imperméable, polaire et vêtements chauds, gants, bonnet, SAC de COUCHAGE, lampe frontale, sifflet, trousse de secours personnelle, anti-fringales, couverture de survie, lunette de soleil, chapeau et crème solaire, etc.

Compte tenu de la forte dénivelée descente le dimanche, il est conseillé d'emmener des bâtons de marche qui épargnerons un peu vos genoux !

Carte CAF **et carte d'identité.**

S'équiper de bonnes chaussures de randonnée est élémentaire...

**Pour une intégration réussie il est conseillé d'emporter sa bonne humeur ainsi que quelques petits et gros gâteaux à partager !**

**Participation aux frais d'inscription:** 60€ sur la base de 8 participants. Le montant de la participation s'explique notamment par les frais de transport, les frais administratifs, ainsi qu'une marge de sécurité.

**S'INSCRIRE :** Vous pourrez vous inscrire en envoyant le bulletin d'inscription accompagné du règlement à l'ordre du Club Alpin Français d'Ile de France.

-Par courrier : 5 rue Campagne Première, 75 014 Paris

-Ou sur place : 12 rue Boissonnade 75 014 Paris ( Métro Vavin ou Raspail, RER Port-Royal).

Demandez des renseignements si vous souhaitez souscrire une assurance annulation.



*Au plaisir de vous rencontrer !*

[celifali@free.fr](mailto:celifali@free.fr)