

# LA TRAVERSÉE DE CHARTREUSE

Du 21 au 28 février 2009

Niveaux SO / ▲▲ / A

Édition du 30 septembre 2008



## PRESENTATION

Le massif de Chartreuse s'étend entre **GRENOBLE** et **CHAMBERY**. Des falaises abruptes, des sommets qui dépassent 2000 m, des forêts profondes, des rivières au cours tourmenté, constituent le décor d'un territoire riche de son histoire, de sa culture et de ses traditions. En hiver, le terrain est idéal pour la raquette. L'itinéraire sera cependant résolument alpin, avec des cols à franchir, des sommets (faciles) à gravir, des plateaux d'altitude à parcourir. Nous randonnerons dans la zone de silence du monastère de la Grande Chartreuse, dans la réserve naturelle des Hauts de Chartreuse, et découvrirons des villages et des hameaux accueillants.

**Niveaux SO / ▲▲ / A** : niveau physique **SO**utenu parce qu'il s'agit d'une randonnée itinérante de 8 jours, en portant ses affaires, en montagne enneigée, et parce que les journées étant courtes à cette époque, il importe de tenir un horaire. Niveau technique **▲▲** parce que les pentes, en général modérées, présentent ponctuellement des passages raides, mais non exposés, qu'il ne faut pas craindre d'affronter (surtout à la descente). Terrain **Alpin** nécessitant le port du matériel de sécurité individuel ARVA, pelle, sonde.

**Esprit de la randonnée** : Vous savez donner libre cours à votre curiosité et à votre imagination au moins autant qu'à vos talents de marcheur. Le groupe laisse derrière lui une belle trace de préférence à un champ de labour. Marcher devant, oui pour faire la trace, mais pas d'échappée !

MERCI DE BIEN VOULOIR ME CONTACTER AVANT DE VOUS INSCRIRE.

## PROGRAMME

☞ *Les itinéraires pourront être ajustés en fonction des conditions nivo-météo et de la forme des participants. Les durées de marche indiquées correspondent à des conditions de neige « moyennes ». En général, elles incluent les petites pauses, mais pas le pique-nique et... les exercices de recherche de victimes d'avalanche.*

### J1 – SAMEDI 21 FEVRIER : LE MONT SAINT-EYNARD

Après regroupement à l'arrivée du train à **GRENOBLE** (10h49), transfert au **col de Vence** (780 m), à 9 km au nord de la ville, point de départ de la randonnée.

Une bonne montée en forêt conduit au **fort du Saint-Eynard** (1360 m), impressionnant belvédère dominant de plus de 1000 m le « Y grenoblois » formé par l'Isère et le Drac. L'itinéraire continue le long de la **crête du mont Saint-Eynard**, dominant la vallée de l'Isère (Grésivaudan), avec sur l'autre rive la chaîne de Belledonne. Enfin, il descend à travers bois sur **LE SAPPEY-EN-CHARTREUSE** (1000 m), petite station familiale qui accueillit en 1907 le premier concours de ski du Dauphiné.

☞ 4 h, ↗ 650 m, ↘ 430 m, 7 km, 🏠 Le Sappey-en-C.

### J2 – DIMANCHE 22 FEVRIER : AUTOUR DE CHAMECHAUDE

Par un bel itinéraire passant par le **col de l'Emeindras**, nous gagnons le **habert de Chamechaude** (1570 m), niché au pied de la face est du pic de Chamechaude (2082 m), point culminant du massif. Les haberts sont d'anciens logis de bergers, entretenus et d'accès libre. Puis nous redescendons pour une traversée dans le **bois de Sarcenas** se terminant au **COL DE PORTE** (1300 m).

☞ 6 h, ↗ 820 m, ↘ 490 m, 13 km, 🏠 Col de Porte

#### Cartes

IGN Top 25 n° 3334 OT, 3333 OT

#### Topos et guide

Didier Richard *Randonnées à raquettes en Isère*  
*Balades à raquettes autour de Grenoble*  
Gallimard *Parc naturel régional de Chartreuse*

#### Sites Internet

<http://www.parc-chartreuse.net/>  
<http://www.pedibus.org/>

### J3 – LUNDI 23 FEVRIER : MONTFROMAGE ET CHARMANT SOM

L'itinéraire commence par rejoindre la **crête de la Balme de l'Air** et le **Montfromage** (1662 m). Plus loin sur la crête, l'**oratoire d'Orgeval** est une des bornes qui marquaient autrefois la limite du territoire des moines chartreux. De là, nous montons en aller-retour sur le **Charmant Som** (1867 m, prononcer son), qui offre une belle vue panoramique. Enfin, la descente nous fait passer par des hameaux typiquement chartroussins jusqu'à **SAINT-HUGUES-DE-CHARTREUSE** (900 m), petite station de ski de fond. Son église abrite un musée d'art sacré contemporain.

☞ 7 h, ↗ 570 m, ↘ 1010 m, 17 km, 🏠 St-Hugues-de-C.

### J4 – MARDI 24 FEVRIER : LE ROC D'ARGUILLE

Le chemin s'élève en forêt en direction du **col du Coq**, passe au **habert de Pravouta** (daté 1698) et se hisse sur le **Roc d'Arguille** (1768 m). Dominant les alpages, on y a une vue saisissante sur la Dent de Crolles toute proche (2062 m). La descente s'effectue par le **col des Ayes** et un paisible vallon qui conduit au hameau de **Perquelin**, d'où la petite route qui longe le Guiers Mort nous amène à **SAINT-PIERRE-DE-CHARTREUSE** (800 m). Village le plus important du massif, c'est de son ancien nom, Cartusa, que vient le nom donné à tout le massif et à l'ordre religieux qui fait sa notoriété.

☞ 7 h ½, ↗ 940 m, ↘ 1040 m, 14 km, 🏠 La Diat

### J5 – MERCREDI 25 FEVRIER : LE DESERT DE CHARTREUSE

En suivant le Guiers Mort, la **Porte de l'Enclos** fait pénétrer dans le « **Désert** ». Dominé par les falaises abruptes du Grand Som (2026 m), c'est la zone de silence du **monastère de la Grande Chartreuse**. L'ordre, fondé en 1084 par Saint Bruno fut le seul dont l'austérité ne se relâcha jamais. Nous continuons par les alpages de **Chartroussette** et de **Billon**, et après un aller-retour au **belvédère d'Arpison** (1480 m), nous atteignons les **chapelles Notre-Dame de Casalibus** et **Saint Bruno**. Elles témoignent de l'emplacement du premier ermitage, emporté par une avalanche en 1132. Au **col de la Ruchère**, nous changeons de versant pour celui du Guiers Vif, et rejoindre l'étape du jour, **LA RUCHERE** (1100 m), hameau de la commune de Saint-Christophe-sur-Guiers.

☞ 7 h ½, ↗ 980 m, ↘ 610 m, 18 km, 🏠 La Ruchère

### J6 – JEUDI 26 FEVRIER : LE PETIT SOM

L'itinéraire franchit la barrière rocheuse des Balmettes et parvient au **col de Léchaud**, d'où le **Petit Som** (1772 m) mérite le détour pour la belle vue sur son grand frère. Il passe ensuite au **col de Bovinant** (habert), qui relie le domaine de la Grande Chartreuse à la vallée des Entremonts, et s'engage dans l'austère **combe des Eparres**. En passant à l'**oratoire de Nère-Fontaine**, qui marquait de ce côté ci la limite du territoire des moines, nous rejoignons **SAINT-PIERRE-D'ENTREMONT** (650 m). Ce village a la particularité d'être partagé par le Guiers Vif entre les départements de l'Isère au sud et de la Savoie au nord. C'est ici qu'est basée l'agence de randonnée *Pedibus*.

☞ 6 h ½, ↗ 650 m, ↘ 1160 m, 13 km, 🏠 St-Pierre-d'Entremont

### J7 – VENDREDI 27 FEVRIER : LES HAUTS DE CHARTREUSE

A partir du hameau de **Saint-Même**, une longue montée dans le paisible **vallon de Pratcel** conduit au **col de l'Alpe**, puis en suivant à peu de distance la crête, au **Grand Prayet** (1843 m). En chemin, la vue s'étend d'un côté sur les hauts plateaux nord de Chartreuse, de

l'autre sur la vallée de l'Isère et la chaîne de Belledonne. Nous traversons ensuite le **plateau de l'Alpe** dans sa partie nord, en passant au **habert de l'Alpette**, et le quittons au **col de l'Alpette** pour une descente, un peu raide mais sûre, dans le cirque de **LA PLAGNE** où se trouve notre gîte, *la Ferme de l'Ours* (1100 m).

☞ 7 h ½, ↗ 1190 m, ↘ 740 m, 13 km, 🏠 La Plagne

### J8 – SAMEDI 28 FEVRIER : LA VALLEE DES ENTREMONTS

L'itinéraire remonte la **vallée des Entremonts**, en passant par quelques hameaux au pied du Mont Granier (1933 m). Après les **granges de Joigny**, il se hisse sur la **pointe de la Gorgeat** (1485 m), sommet modeste mais qui permet de jouir d'un dernier panorama sur le massif. Par un chemin empruntant les crêtes, nous entamons maintenant la longue descente vers **CHAMBERY** (270 m) avec le massif des Bauges en toile de fond.

☞ 7 h ½, ↗ 460 m, ↘ 1290 m, 20 km

## TRANSPORTS

Chacun se charge de ses billets de train aller et retour. Trains conseillés :

✓ **aller samedi 21 février :**

Paris-Lyon TGV 07h38 – 10h49 Grenoble

Autre train possible : Paris-Lyon TGV 06h45 – 09h33 Grenoble

✓ **retour samedi 28 février :**

Chambéry TGV 18h26 - 21h15 Paris-Lyon

Autres trains possibles : Chambéry *Corail* 23h18 / 23h22 - 05h59 / 05h56 Paris-Austerlitz

RENDEZ-VOUS A GRENOBLE SAMEDI 21 FEVRIER  
A L'ARRIVEE DU TRAIN (10H49).

Cela n'exclut pas de se voir sur le quai à Paris, ou dans le train.

Le transfert du premier jour est inclus dans la participation aux frais.

## 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 confortables et d'une bonne imperméabilité, 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 (prévoir une deuxième paire plus légère) 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 est très apprécié en cas de chute de neige ou de brouillard (de préférence jaune-ambre pour améliorer le contraste).

Il importe aussi de se protéger :

✓ **Les yeux**, avec des lunettes de soleil catégorie 3 munies de protections latérales.

✓ **Le visage** avec une crème écran total et un stick lèvres.

Enfin, 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 ; location possible à la Haute Route,

33 bd Henri IV, 75004 Paris, Tél. 01 42 72 38 43.

- ✓ **ARVA** (appareil de recherche des victimes d'avalanche), **sonde** et **pelle à neige** ; cet ensemble 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. Celui-ci est normalement fourni avec les piles, mais vous devez emporter un **jeu de piles de rechange**. Ce matériel peut aussi être loué à la Haute Route.
- ✓ **Couverture de survie** (modèle plastifié) et **sifflot** (peut être utile en cas de brouillard).

**POUR LE RESTE, ATTENTION AU SUPERFLU, VOUS DEVREZ PORTER VOTRE SAC PENDANT 8 JOURS ! AU DEPART, SANS L'EAU ET LES RAQUETTES, IL NE DEVRAIT PAS PESER PLUS DE 7 OU 8 KG.**

## HEBERGEMENT, RESTAURATION

Hébergement en gîte d'étape et hôtel, dîner et petit-déjeuner inclus. Certains repas et petits déjeuners seront pris au restaurant indépendamment du gîte.

- ✓ **Drap-sac** (sac à viande) obligatoire pour les gîtes d'étape.

Pique-niques et en-cas à la discrétion de chacun. Ravitaillement possible au Sappey-en-Chartreuse (J1), à Saint-Pierre-de-Chartreuse (J4) et à Saint-Pierre-d'Entremont (J6).

## NOMBRE DE PLACES, INSCRIPTION

Nombre de places : 8, organisateur compris.

Inscription au CAF Île-de-France avec mon accord, à l'aide du bulletin d'inscription accompagné de la participation aux frais. A plus d'un mois du départ, vous

pouvez valider votre inscription avec un acompte de **110 €** selon les modalités suivantes :

- ✓ **Paiement par chèque** : deux chèques, l'un du montant de l'acompte sera encaissé à l'inscription, l'autre du montant du solde (**250 €**) sera encaissé un mois avant le départ.
- ✓ **Paiement par carte bancaire** de l'acompte au secrétariat du club et remise d'un chèque du montant du solde qui sera encaissé un mois avant le départ.

Ouverture des inscriptions **mardi 14 octobre**, mais vous pouvez me contacter dès parution de la fiche technique.

Précisez votre adresse Internet, ou vérifiez que le club possède bien la bonne. Mettez au besoin votre profil à jour dans l'Espace Membre.

## PARTICIPATION AUX FRAIS

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

Le budget ne comprend pas les transports aller et retour, les pique-niques, en-cas et boissons en dehors des repas, la location de matériel, et d'une manière générale les dépenses personnelles. Les adhérents des associations CAF hors Île-de-France doivent acquitter un supplément de droits 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 (~40 l) permettant d'y fixer les raquettes
- Couvre-sac (ou cape de pluie)
- Paire de bâtons de marche avec rondelles neige
- Raquettes avec fixation à plaque articulée
- Ensemble ARVA, pelle, sonde, et un jeu de piles de rechange
- Couverture de survie (modèle plastifié)
- Sifflot
- Lampe frontale
- Gourde, thermos
- Gobelet
- Canif

### VÊTEMENTS ET CHAUSSURES

- Sous-vêtements haut et bas
- T-shirts, chemises manches longues
- Pantalon

- Ceinture
- Chaussettes
- Chaussures de montagne
- Guêtres
- Tenue du soir (rechanges)
- Chaussures légères
- SE PROTÉGER DES INTEMPÉRIES, DU SOLEIL**
- Veste imperméable
- Surpantalon imperméable
- Polaire
- Bonnet
- Gants de montagne
- Casquette
- Foulard
- Lunettes de soleil catégorie 3 avec protections latérales
- Crème écran total, stick lèvres
- DIVERS**
- Drap-sac (sac à viande)
- Serviette, gant de toilette

- Trousse de toilette
- Papier hygiénique
- Mouchoirs
- Boules Quiès
- Pharmacie personnelle
- VIVRES**
- Pique-niques et en-cas
- Friandises
- PAPIERS**
- Carte nationale d'identité
- Carte CAF
- Quelques espèces (dépenses perso)
- Quelques chèques
- Carte bancaire
- Billets de transport
- ET ...**
- Appareil photo
- Carnet, crayon
- Lecture
- Lunettes de vue