

## La Haute Route des Escartons

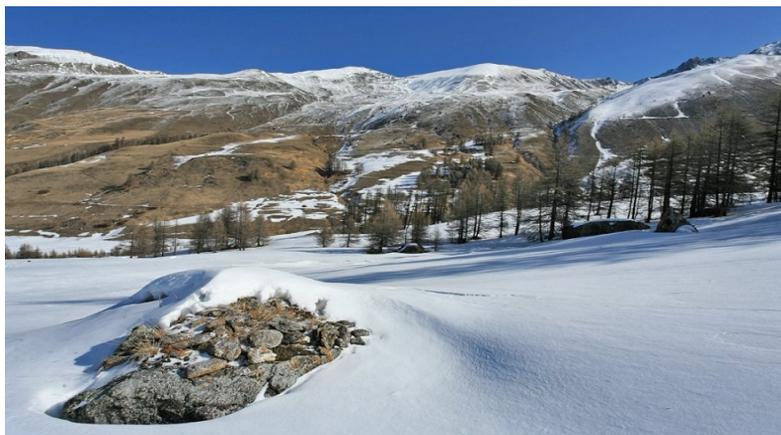
Du 13 mars au 21 mars 2010

Organisation : Alain CHANGENET

niveau M □ □ : 6 places

Terrain alpin

référence 10-RQ??



Une traversée de légende à travers le Queyras et le Briançonnais nous conduira aux portes de la Vanoise à travers l'ancienne république des Escartons. Notre parcours emprunte les itinéraires qui reliaient entre elles ses différentes vallées.

Cette traversée de 9 jours en portant son sac, en montagne enneigée, nécessite d'être en bonne forme physique. Globalement, les pentes sont modérées et ne présentent pas de difficultés techniques particulières. Toutefois, l'itinéraire peut présenter des passages de descentes raides mais non exposés qu'il faudra affronter.

Nous évoluons en terrain alpin donc il est impératif d'être équipé du matériel de sécurité individuel classique : ARVA, pelle et sonde.

Cartographie :

*IGN Top 25 : 3535OT, 3536OT, 3537 ET et 3637 OT*

*Alpes sans frontières n°10 Briançon - Sestrières*

Je tiens tout particulièrement à remercier Michel DURAND-GASSELIN pour ses précieux conseils et informations.

Départ vendredi 12 mars et retour dimanche 21 mars 2010

Rendez-vous en gare SNCF de Montdauphin-Guillestre à l'arrivée du train devant le kiosque à journaux.

## **Programme prévu :**

*Le programme n'est pas contractuel. Les itinéraires pourront être ajustés en fonction des conditions nivo/météo et de la forme des participants.*

**jour -1 - 12 mars 2010 :** voyage (train Paris Grenoble TGV 6911 départ de Paris gare de Lyon à 09h46 puis Grenoble - Montdauphin-Guillestre TER 85617 départ 14h13 arrivée 17h44. Transfert au gîte à Molines.

Gîte Les Arolles (04 92 45 89 50)

### **jour 1 – 13 mars 2010 : La Rua de Molines en Queyras - Montbardon**

+660/-940 12km - 6h

Grande classique au menu : Le Sommet Bucher d'où autrefois, on surveillait l'arrivée de l'ennemi. Pour y arriver, on traverse le Rif de l'Adroit de de la Rose puis le Col des prés de Fromage. On doit revenir au col avant de se diriger vers le plateau de Fontantie et de descendre par des vallons boisés à Montbardon.

Gîte Le Cadran solaire (04 92 46 70 78)

### **jour 2 – 14 mars 2010 : Montbardon – Brunissard**

+830/-560 12km - 6h

Après une raide descente et la traversée du Guil, nous montons vers le hameau de Villargaudin. On chemine ensuite en balcon avant de descendre vers le joli village d'Arvieux et de rejoindre Brunissard.

gîte Les bons enfants (04 92 46 73 85)

### **jour 3 – 15 mars 2010 : Brunissard – Refuge Napoléon**

+1095/-535 16km - 8h

En passant par le vieux hameau Les Maisons puis le lac de Roue, on rejoint le col du Trochet par la crête de Glaisette (si la météo le permet...). Puis en cheminant sous la Casse Déserte, on rejoint le col d'Izoard puis le refuge.

Refuge Napoléon ( 04 92 21 17 42)

### **jour 4 – 16 mars 2010 : Refuge Napoléon - refuge Mautino**

+600/-750 14km - 6h

Une descente en forêt vers Le Laus puis Cervières nous amène dans la vallée de la Ceyreverette. On chemine vers le col de Bousson pour rejoindre en Italie la Capanna Mautino.

refuge Mautino (00 39 348 369 1127)

### **jour 5 – 17 mars 2010 : refuge Mautino – La Vachette**

+250/-1000 14km - 6h

Par le Clos Foiron, le col de la Bercia, le lac Rascia et le col de la Sonnaille, on rejoint la France au col de Montgenèvre puis après la traversée calme du bois de Sestrières, le chemin du Facteur nous amène à la Vachette.

gîte Le Duranceau ( à' 92 21 19 57)

**jour 6 – 18 mars 2010 : La Vachette - Névache**

+350/-100 16km 6h30

Nous remontons la Vallée de de la Clarée et traversons Val-des-Prés et Plampinet avant de rejoindre notre gîte, l'ancien Grand Hotel de Névache.

Gîte La Découverte (04 92 21 18 25)

**jour 7 – 19 mars 2010 : Névache – Les Granges de la Vallée Etroite**

+610/-440 9km 4h

Depuis la Chapelle des Ames, nous remontons le torrent de Roubion vers Les Thures puis le Col des Thures. Pour finir, une descente raide dans les mélèzes nous conduit au refuge qui nous accueille le soir.

Refuge Re Magi (00 39 349 611 2920)

**jour 8 – 20 mars 2010 : Les Granges de la Vallée Etroite – Refuge du Thabor**

+750/-0 8km 3h30

Petite (mais très belle) journée pour rejoindre le refuge du Thabor par la Vallée Etroite

Refuge du Thabor (04 79 20 32 13)

**jour 9 – 21 mars 2010 : Refuge du Thabor – gare de Modane**

+0/-450 12km 4h30

Que de la descente aujourd'hui pour rejoindre Modane. Nous descendons par La Losa puis Le Lavoir avant de retrouver la civilisation.

**Retour à Paris** : Départ de la gare de Modane 16h04 TGV 6414 pour Paris gare de Lyon arrivée 20h19.

Dispersion en gare de Modane.

## **Equipement :**

Tout en restant conscient du fait que l'ennemi, c'est le poids vous pourrez préparer votre sac en vous inspirant de cette liste type :

### **MATERIEL ET ACCESSOIRES**

- Sac à dos permettant d'y fixer les raquettes
- Couver-sac (ou cape de pluie)
- Raquettes à neige avec fixation à plaque articulée
- Paire de bâtons de marche avec rondelles neige
- Ensemble ARVA (piles neuves+rechange), pelle, sonde
- Couverture de survie (modèle plastifié)
- Sifflet
- Lunettes de soleil (cat. 3) avec protections latérales
- Masque de ski
- Gourde et/ou thermos
- Canif
- Lampe frontale

### **VÊTEMENTS ET CHAUSSURES**

- Sous-vêtements chauds haut et bas
- T-shirt manches longues et/ou chemise
- Pantalon
- Ceinture
- Chaussettes chaudes
- Chaussures de montagne (très bonne imperméabilité)
- Guêtres
- Recharges pour le soir
- Chaussons (pour le refuge)

### **SE PROTÉGER DES INTEMPÉRIES, DU FROID, DU SOLEIL**

- Veste imperméable
- Surpantalon imperméable
- Polaire ou doudoune

### **DIVERS**

- Crème solaire
- Stick lèvres
- Pharmacie personnelle
- Drap-sac (sac à viande)
- Serviette, gant de toilette
- Trousse de toilette
- Papier hygiénique
- Mouchoirs
- Boules Quiès

### **VIVRES**

- Pique-nique du jour et en-cas
- Gâteries personnelles

### **PAPIERS**

- Carte nationale d'identité
- Carte CAF
- Quelques espèces (dépenses perso, ~10€ / jour pour pique-nique, pot, gâteries...)
- Quelques chèques
- Carte Bleue Visa
- Billets de train

### **ET ...**

- Appareil photo
- Carnet, crayon
- Lecture
- Lunettes de vue
- Téléphone portable

## **Carte CAF obligatoire.**

**PARTICIPATION AUX FRAIS et INSCRIPTION : 450€ à régler lors de l'inscription**

La participation financière ne comprend pas les voyages en train (Paris – Montdauphin-Guillestre et Modane - Paris).

Inscription en déposant un bulletin d'inscription accompagné du règlement à l'ordre du Club Alpin Français d'Île de France.

Par courrier : 5 rue Campagne Première, 75 014 Paris

Ou sur place : 12 rue Boissonade 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 !**

**N'hésitez pas à me demander des précisions :**

**En m'écrivant : [alain.changenet@orange.fr](mailto:alain.changenet@orange.fr)**

**En m'appelant (tel : 06 89 15 03 02)**