

Michel LOHIER

LA ROUTE DES GEANTS 1ere partie (Val d'Aoste - Italie)

14 au 21 aout 2010

Code : 10 RW 77

Niveau : Moyen
niveau montagne ▲ ▲

édition du 27 mars 2010

Le tracé de la Haute Route (Alta Via) n°1 passe au pied des massifs les plus élevés : le Mont Rose, le Cervin et le Mont Blanc; ce qui lui vaut son surnom de "route des géants". De Gressoney-Saint-Jean à Oyace, en passant d'une vallée latérale à l'autre, la Haute Route n°1 offre, en plus des vues splendides sur les sommets que convoitent de légendaires cordées d'alpinistes, des témoignages uniques d'architecture rurale, comme les constructions traditionnelles Walser de la Vallée de Gressoney et de la haute vallée d'Ayas. Le parcours redescend presque à chaque étape dans le fond de la vallée, où nous pourrons profiter du confort des villages.

Samedi 14 aout:

Rendez vous à 16h à Gressoney Saint Jean à l'arrêt du bus « Gressoney Centre ».
Installation sur place, balade de mise en jambes,

Dimanche 15 aout:

Randonnée en boucle dans la vallée de Gressoney

5h Montée: env 800 m Descente : env 800 m

Lundi 16 aout:

Gressoney (1405 m), Col Pinter (2777 m), Cuneaz, Refuge Vieux Crest (1935 m)

5h15 M : 1372 m D: 842 m

Mardi 17 aout:

Refuge Vieux Crest, refuge Ferraro, refuge vieux guide Frachey, St Jacques (1689 m), refuge Grand Tournalin (2535 m)

4h15 M : 846 m D : 246 m

Mercredi 18 aout:

Refuge Grand Tournalin, Col de Nannaz (2773 m), Cheney, Valtournenche (1520 m)

4h40 M : 238 m D : 1253 m

Jeudi 19 aout:

Valtournenche, refuge Barmasse (2157 m).

L'après midi, montée au lac du Mont Dragon (2740 m), retour au refuge.

2h35 + 3h30 M : 637 m D : 000 m

Vendredi 20 aout:

refuge Barmasse, Fenêtre d'Ersa, Fenêtre de Tsan (2736 m), refuge de Cuney (2652 m)

7h05 M : 1251 m D : 756 m

Samedi 21 aout:

Refuge de Cuney, col de Vessonnaz (2793 m), Oyace (1360 m)

5h30 M : 428 m D : 1716 m

Possibilité de poursuivre la Alta Via n° 1 en suivant le programme 10RW78. Dans ce cas le dimanche constituera une journée de repos.

Pour les participants terminant à Oyace : Transfert le **Dimanche 22/08** de bon heure par autocar pour Aoste, correspondances successives pour Courmayeur et Chamonix. Train pour Le Fayet et correspondance pour Paris. Une alternative consiste à rejoindre Turin par le train depuis Aoste puis Paris.

COMMENT SE RENDRE AU LIEU DE RENDEZ VOUS ?:

Transport aller-retour depuis Paris à la charge de chaque participant

Voyage Aller (horaires à vérifier): TGV le samedi matin à 7h42 à Paris Lyon pour Turin Porta Susa, arrivée 13h17, correspondance à 13h35 pour Pont Saint Martin, arrivée à 14h38 puis correspondance par un autocar à 14h50 pour Gressoney, arrivée à 16h.

COTE HEBERGEMENTS : Principalement en refuge, quelquefois en hôtel ou gîte d'étape toujours en demi-pension ou en prenant le dîner au village.

EQUIPEMENT NECESSAIRE :

sac à dos, chaussures de montagne à tige montante et semelle Vibram, gourde 1 litre mini, vêtement chaud en fibre polaire ou pull-over, vêtement de pluie, lampe électrique pour la dernière demi heure de certaines étapes, stop tout, chaussures légères pour le soir, vêtements de rechange, effets de toilette, pharmacie personnelle, carte du CAF à jour de cotisation, un chèque pour régler le solde exact en fin de randonnée ...

Bureaux : 12 rue Boissonade 75014 PARIS – Adresse postale : 5 rue Campagne Première 75014 PARIS

Téléphone : 01 42 18 20 00 – Télécopie : 01 42 18 19 29 – Courriel : accueil@clubalpin-idf.com

Site internet : www.clubalpin-idf.com

Association loi 1901, affiliée à la Fédération Française des Clubs Alpains et de Montagne

Agrément tourisme AG 075 95 0054 – Siret 784354 482 00043 – APE 926C

RAVITAILLEMENT :

Possibilité de se ravitailler à Gressoney et Valtournenche, ou de commander la veille des piques niques dans les hébergements.

CARTES ET TOPOS :

cartes:

Topo guide Alta via n°1 disponible à la maison du Val d'Aoste

PARTICIPATION AUX FRAIS : 410 €

L'estimation comprend :

- l'hébergement, les repas en demi – pension, le transport routier Chamonix - Gressoney
- les frais de préparation, le défraiement du transport de l'organisateur, les frais administratifs du Club Alpin Français d'Ile de France.

Ne comprend pas : le transport entre Paris et Pont Saint Martin et retour depuis Oyace, les boissons au cours et en dehors des repas, les achats personnels.

Nombre de participants: 10 (y compris l'organisateur).

Inscription auprès du secrétariat à partir du 1^{er} avril et jusqu'au 24 juillet 2010 dans la limite des places disponibles. Arrhes à verser à l'inscription : 150 € à l'ordre du CAF Ile de France.

Le complément de 260 € est à régler avant le 24 juillet 2010 **sans rappel de notre part.**

Le CAF propose une assurance annulation, se renseigner au secrétariat.

La randonnée se déroule en moyenne montagne sur des sentiers mais à plusieurs reprises à travers des éboulis. Le terrain n'étant pas vraiment plat, n'hésitez pas à vous entraîner auparavant en participant à des randonnées dominicales ou mieux de week-end.

Il n'y a pas de réunion préparatoire mais il conviendra de me contacter au moment de votre inscription j'aurai sûrement 2 ou 3 détails supplémentaires à vous communiquer.

Mes coordonnées téléphoniques : 02 32 51 90 15 ou à défaut 06 12 62 14 53

Mon adresse e-mail : m.lohier@orange.fr

Bureaux : 12 rue Boissonade 75014 PARIS – Adresse postale : 5 rue Campagne Première 75014 PARIS

Téléphone : 01 42 18 20 00 – Télécopie : 01 42 18 19 29 – Courriel : accueil@clubalpin-idf.com

Site internet : www.clubalpin-idf.com

Association loi 1901, affiliée à la Fédération Française des Clubs Alpains et de Montagne

Agrément tourisme AG 075 95 0054 – Siret 784354 482 00043 – APE 926C