

## Hautes Vosges : autour du Hohneck



du 2 au 5 juin 2011 (week-end de l'Ascension)

avec René Boulanger (06.86.87.11.92)

Ouverture des inscriptions le 23/02/2011

Cette randonnée itinérante nous mènera de Munster à Metzeral. L'itinéraire sera varié et comportera des sentiers parfois techniques et escarpés (sentier des Roches, Wormsawald, sentier des Hirschsteine...); il faut donc être en bonne condition physique, avoir le pied montagnard et un équipement léger pour profiter au mieux de ces sites magnifiques. **Il faudra être autonome en nourriture.**

**Niveau requis** : Moyen+, pour randonneurs habitués au portage de leurs effets personnels sur des étapes de 6 à 8 heures effectives de marche par jour (sentiers faciles, sentiers techniques, hors-sentier) et accoutumés aux contraintes du bivouac (poids du sac, temps de recherche d'un terrain adapté, manque de confort, intempéries, froid nocturne ...).

**Inscription, coût** : vous pouvez me contacter puis vous inscrire **dès la diffusion de cette fiche**; paiement de 13 € pour les frais administratifs; paiement en ligne possible. Ouverture officielle des inscriptions le 23 février.

**Accord préalable obligatoire de l'organisateur avant inscription auprès du Secrétariat du CAF.**

### Programme

Donné à titre indicatif, modifiable selon le niveau du groupe, les aléas d'itinéraires et les conditions météorologiques. Les participants devront avoir le niveau demandé.

#### Mercredi 1<sup>er</sup> juin : nuitée à Colmar

Train dans la soirée. Nuit en hôtel à Colmar (prix 30,20 €/pers. Chambre + petit-déj).

**Jeudi 2 juin : Munster – lacs Noir et Blanc - lac du Forlet**

( 16,5 kms ; 6h ; D+ 1170m ; D- 470m )

Train pour Munster. Nous remonterons vers le nord pour aller admirer le lac Noir puis le lac Blanc ; puis, en passant par les Hautes Chaumes, nous irons au lac du Forlet (appelé aussi lac des Truites) pour y bivouaquer.

**Vendredi 3 juin : lac du Forlet – le Hohneck - lac de Schiessrothried**

( 16 kms ; 8h ; D+ 1040m ; D- 1160m )

L'itinéraire de cette journée passe par plusieurs sentiers difficiles : le sentier des Hirschsteine, le sentier des Roches et la montée au col de Falimont. En début de journée, nous passerons par le lac Vert, puis nous irons au col de la Schlucht en passant par le sentier des Hirschsteine, ensuite nous suivrons le sentier des Roches jusqu'à Frankental ; de là, nous irons au Hohneck via la rude montée du col de Falimont avant de descendre, via le col de Schaeferthal ou Wormspel, au lac de Schiessrothried.

**Samedi 4 juin : lac de Schiessrothried – le Schweizel - col d'Oberlauchen**

( 16,5 kms ; 6h30 ; D+ 1065m ; D- 815m )

Nous irons au lac d'Altenweiher puis nous passerons sous le Rothenbachkopf et nous continuerons vers le sud jusqu'au col de Hahnenbrunnen ; nous bivouaquerons au col d'Oberlauchen.

**Dimanche 5 juin : col d'Oberlauchen – Schnepfenriedkopf - Metzeral**

( 10 kms ; 3h30 ; D+ 190m ; D- 920m )

Nous suivrons la ligne de crêtes vers le nord jusqu'à Metzeral. Nous y prendrons le train vers 13 heures ; déjeuner à Colmar ; arrivée à Paris vers 18h30.

**Cartographie** : Cartes IGN au 1/25000 ème : Top 25 n° 3618OT, 3718OT, 3619OT, (3719OT si on va jusqu'au petit Ballon) ; j'ai commandé une carte sur-mesure à l'IGN.

**Pour se rendre sur place** : chaque participant est libre de son transport.

**Rendez-vous** : mercredi 1<sup>er</sup> juin à 19h sur le quai du départ à Paris Gare de l'Est.

**HORAIRES SNCF (se référer à la SNCF pour les horaires exacts)****Trajet aller** le mercredi 1<sup>er</sup> juin

Paris Gare de l'Est départ 19h24 TGV n° 02375

Colmar arrivée 22h11

le jeudi 2 juin

Colmar départ à 8h36 TER

Munster arrivée à 9h

**Trajet retour** : le dimanche 5 juin

Metzeral départ 13h13 TER n° 31533

Colmar arrivée 13h45, départ 15h01 TER n° 96232

Strasbourg arrivée 15h33, départ 16h11 TGV n° 02440

Paris Gare de l'Est arrivée 18h34

**Équipement** (liste non exhaustive) : sac à dos (environ 50 litres), bonnes chaussures de marche, guêtres, vêtements contre la pluie et le froid, tente légère, sac de couchage performant, matelas mousse, réchaud, matériel de cuisine, gourde(s) pour 2 litres et aussi une poche à eau de 2 litres vide, à remplir dans le cas où le lieu de bivouac se trouve éloigné d'un point d'eau, pastilles pour purifier l'eau (éventuellement), lampe (frontale), pharmacie personnelle, protections contre les ampoules, crème solaire, et votre joie de vivre !

Un conseil : pesez vos affaires ; au final, votre sac à dos (avec l'équipement, la nourriture et 1 litre d'eau) ne devrait pas peser plus que 15% de votre poids. Cf un exemple de liste d'équipement 6 kilos dans le forum « Informations » du site du CAF.

**Nourriture** : prendre vos repas du jeudi midi au dimanche matin, plus des en-cas ; si vous voulez limiter le poids : prenez des aliments lyophilisés et énergétiques. Pour ne pas perdre de temps, remplissez votre gourde ou poche à eau avant le départ.

**Chaque participant devra être autonome en matériel et nourriture**

... n'hésitez pas à me contacter pour tout renseignement complémentaire.