

« LE TOUR DU VIGNEMALE » (RANDONNÉE-CAMPING)

Pont du Jeudi 14 au Dimanche 17 juillet 2011 - Itinérant niveau So ▲▲

Organisateur : Pascal BAUD, tél. 01 30 45 29 01 - 06 80 35 51 42 - pascal-baud@wanadoo.fr

A cheval sur la « frontière sauvage », le Vignemale, nommé Comachibosa par les Aragonais, est avec ses 3298 m le plus haut sommet français des Pyrénées. Sa cime n'a été officiellement vaincue qu'en 1837. Au départ de Cauterets nous nous contenterons modestement, mais sportivement, d'en faire le tour afin de contempler toutes ses faces.



Face Nord du Vignemale depuis les Oulettes de Gaube

Niveau requis : soutenu et ▲▲ (voir définitions sur le site du Caf Idf) ; pour randonneurs-campeurs habitués au portage de leurs effets personnels sur des étapes de 6 à 9 heures effectives de marche par jour sur et hors sentiers montagnards pouvant être vertigineux avec passages de névés possibles (altitude 913 à 2734 m) et accoutumés aux contraintes du bivouac (manque de confort, marche plus longue pour trouver un terrain adapté, intempéries, poids du sac, froid nocturne lié à l'altitude...).

La totalité du trajet est d'environ 65/70 km, 3500 m de dénivelée montante (répartis sur les 3 premiers jours), 4900 m de dénivelée descendante.

Notez bien que vous devrez porter toute votre nourriture nécessaire jusqu'au dimanche matin et qu'il peut faire très froid.

Description du parcours : à titre indicatif, modifiable selon le niveau du groupe, les aléas d'itinéraires et la météorologie.

La découpe précise des étapes n'est pas figée.

1^{ère} étape

Jeudi 14 juillet.

La petite ville thermale de Cauterets sera notre point de ralliement. Nous prendrons le téléphérique du Lys qui surplombe le vallon de Cambasque (ou éventuellement un taxi) pour nous épargner une longue dénivelée, lac d'Ilhéou, col de la Haugade puis selon le temps qui nous reste nous passerons soit par les lacs, soit par le pont du Cayan pour le Pla de la Gole ; recherche d'un lieu de campement.

2^{ème} étape

Vendredi 15 juillet.

Montée au lac puis au col d'Arratille, passage en Espagne, descente dans la Valle de Ara, San Nicolas de Burajuelo, recherche d'un lieu de campement ou éventuellement camping officiel si on ne peut pas faire autrement.

3^{ème} étape

Samedi 16 juillet.

Montée au col de la Bernatoire où passent les transhumances de vaches, barrage d'Ossoue, refuge Baysse-lance, hourquette d'Oussoue, Oulettes de Gaube. Installation du camp.

4^{ème} étape

Dimanche 17 juillet.

Descente le long du Gave de Gaube, Pont d'Espagne, arrivée à Cauterets, terme de notre randonnée, déjeuner facultatif au restaurant où nous pourrions déguster les spécialités régionales, car pour Lourdes puis TGV pour Paris.

Inscription : vous pouvez vous inscrire auprès du secrétariat ou sur le site du CAF Ile-de-France **dès la diffusion de cette fiche** en retournant un bulletin d'inscription et un paiement de 13 € pour les frais administratifs.

Ouverture officielle des inscriptions le mardi 5 avril selon modalités en vigueur. 10 participants environ y compris l'organisateur.

Budget : les transports et toutes les dépenses sur place sont à votre charge (environ 10 € pour le téléphérique à Cauterets, pauses bistrot, hébergement éventuel en cas de mauvais temps, peut-être le camping à San Nicolas, restaurant du dimanche midi, etc).

Prévenir le secrétariat dès que possible en cas de désistement (pensez aux candidats en liste d'attente).



Vue à 360° depuis le sommet

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

En train depuis Paris prévoir billet SNCF aller/retour Paris/Cauterets via Lourdes selon détail ci-dessous.

Rendez-vous facultatif mercredi 13 juillet à 22h40 sous le tableau des départs de la salle intérieure à Austerlitz, puis à Lourdes le 14 juillet à 07h46.

Rendez-vous officiel à Cauterets jeudi 14 juillet à 09h10. Dispersion du groupe à Cauterets dimanche 17 juillet à 15h30.

HORAIRES SNCF préconisés

Ceux-ci sont communiqués à titre indicatif car non officiels à la parution de cette fiche technique.
Il vous appartient de les vérifier par vous-mêmes auprès de la SNCF.

Trajet aller :	Mercredi 13 juillet		
	Paris Gare d'Austerlitz	départ 23h10	Train Lunéa n° 4055
	Lourdes (le 14 juillet)	arrivée 07h46, départ 08h15	Car CRM
	Cauterets	arrivée 09h10	

Voir aussi variante pour l'aller : **TGV de nuit** (notamment en cas de suppression du train de nuit, cas de plus en plus fréquent).

Trajet retour :	Dimanche 17 juillet		
	Cauterets	départ 15h30	Car CRM
	Lourdes	arrivée 16h30, départ 17h10	TGV n° 8583
	Paris Gare Montparnasse	arrivée 23h20	

Équipement (liste non exhaustive) : sac à dos de 60 litres environ, bonnes chaussures de montagne étanches, vêtements contre la pluie et le froid, bâtons de marche, guêtres, tente légère, sac de couchage performant, matelas mousse ou autogonflant, réchaud, matériel de cuisine, gourde(s) pour 2 à 3 litres, produit purificateur d'eau, lampe (frontale), pharmacie personnelle, protections contre les ampoules, votre carte d'adhésion au Caf, de la monnaie pour les petites dépenses (bar, restaurant, ...).

Cartes facultatives : IGN TOP25 n° 1647 OT et 1748 OT pour la partie française uniquement et/ou Rando Éditions n° 24 au 1/50.000 pour la totalité du trajet.

Nourriture : il n'y a que des ravitaillements sommaires sur le parcours, le mieux est de prévoir dès le départ tous vos repas du jeudi matin au dimanche matin ; prenez des aliments lyophilisés et énergétiques si vous voulez limiter le poids.

Nota : chaque participant devra être autonome en matériel et nourriture.

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

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 Alpins et de Montagne

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