

A LA RENCONTRE DES ROIS MAGES DE NEVACHE A MODANE

du Mercredi 9 mars au dimanche 13 mars 2011

11-RQ27

Organisateur : Jean François MESLIN : 06 76 51 38 60

A avoir impérativement dès le départ de Paris :

raquettes à neige avec fixation à plaque articulée pour usage en haute montagne (type TSL205-225/-325/405-425) ajustées aux chaussures et une 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)
un ARVA (Appareil de Recherches des Victimes d'Avalanche), sonde et pelle à neige.
(location possible au CAF IDF, réservation auprès du secrétariat, ou bien à la Haute Route. Vous vérifierez le fonctionnement de l'ARVA avec vos propres piles neuves avant le départ de Paris).

Inscription dès le 25 Janvier au secrétariat du CAF IdF, 12, rue Boissonade - 75014 - Paris.

L'inscription est libre : pas d'accord de l'organisateur exigé.

La raquette à neige ne requiert pas une grande pratique mais une bonne forme physique est indispensable.

Niveau physique	: moyen	Transport	: libre
Niveau technique	: $\Delta\Delta$	Budget prévisionnel	: 180 €
Type	: itinérant avec portage	Hébergement en $\frac{1}{2}$ pension.	
Terrain	: alpin		

Nota: Impérativement amener sa carte du Club Alpin.

Budget : Coût global, hors transport, de l'ordre de **180 Euros**, à verser lors de l'inscription. Ce coût comprend les frais administratifs du CAF, le petit déjeuner et le taxi à Briançon, l'hébergement en $\frac{1}{2}$ Pension ainsi que la participation au transport de l'organisateur. Il ne comprend pas les boissons et les pique-niques du midi.

Participants: 8 participants y compris l'organisateur

Transport: Train à la charge de chacun prix en **LOISIR** de l'ordre de 120-140 € aller retour

ATTENTION départ de la gare d'Austerlitz retour par la gare de Lyon

Aller: Mercredi 9 Mars: Paris Gare d'Austerlitz, rendez-vous à 21h30 devant l'entrée de la voie du train.

Paris Austerlitz / Briançon : départ Paris: 22 h 03 - arrivée Briançon 08 h 31 (Train 5795)

Retour: Dimanche 13 Mars: **Modane / Paris Gare de Lyon (direct)**

Modane / Paris Gare de Lyon : 15 h 58 > 20 h19 (Train 6414)

le jeudi 10 Mars

Après le petit déjeuner, nous prenons un taxi pour nous rendre à Névache (env. 1 600 m) , point de départ de notre randonnée. Nous remontons le torrent de Roubion, admirons les cheminées des Fées (1 923 m) jusqu'aux chalets des Thures (2 105 m) et gagnons le col du même nom (2 194 m) . Peu après celui-ci, la vue sur la Vallée Étroite, 400m plus bas, et sur les pointes Gaspard, Melchior et Balthazar, en face, est magnifique. Une descente raide en forêt nous amène dans la vallée, au refuge I Re Magi (1 790m) (italien, mais situé sur le territoire français !).

5h de marche, 600 m de dénivelé positif, 500 m de dénivelé négatif

Dans la vallée étroite, à Névache , au pied du Mont Thabor et des Rois Mages, sur le passage du GR5 et GR57, se trouve le refuge "I Re Magi", à 1790 m d'altitude. Il est doté de 40 places en chambres et dortoirs, avec douches et eau chaude à chaque étage.

Chalet de montagne **I RE MAGI** 0039 368 917 952 Mme Rosalba e Renato NERVO

Le Vendredi 11 mars

Nous remontons toute la Vallée Étroite, en passant par le Pont de la fonderie (1 897 m) guidés par le Grand Seru (2887m). Au bout de la vallée, nous obliquons à l'ouest pour accéder au refuge du Mont Thabor. Nous y sommes vers midi, ce qui nous laisse le temps de faire une ballade aux alentours dans l'après-midi (les possibilités sont nombreuses).

6h15 de marche, 1080 m de dénivelé positif.

Au carrefour de la Maurienne, de la Vallée Étroite et de Névache, un site isolé dans une combe "haute montagne" adoucie par la présence des lacs Ste Marguerite et Peyron. Le refuge du Thabor est situé à 2502 m d'altitude et permet d'accéder aux courses d'alpinisme autour du Massif du Thabor, dont le fameux Mont Thabor culminant à plus de 3000m. Mais également la pointe des sarrasins ou la traversée Nevache-Modane.

Refuge du club alpin du **Mont-Thabor** dortoirs de 5 à 10 places (pas d'eau pour les sanitaires au printemps, donc pas de douche, toilettes sèches)

Gardiens : 06 34 13 18 30 Fanny & Simon Teppaz refuge : 04 79 20 32 13

Le Samedi 12 Mars : Boucle autour du refuge du Mont Thabor

Selon la météo nous ferons par exemple :

- le Mont Thabor en Aller /retour (Altitude 3178m) ,
- la crête par le Col des Bataillères et le Col des Roches
- le tour par le Col du Peyron et le Col du cheval blanc

Environ 5-6h de marche, 500-800m de dénivelé avec sac léger (boucle)

Le Dimanche 13 mars

Nous montons au col des Bataillères (2 797) m en Aller/retour, environ 2 h de montée. Puis depuis le refuge, selon les conditions, nous choisissons la rive droite ou la rive gauche de la vaste Combe des Roches, en aval de laquelle se situe le goulet de la Losa. Nous poursuivons, soit par la piste forestière, soit par le GR5, vers le Lavoir dominé par

d'anciennes fortifications (1 923 m), puis longeons le ruisseau du Charmaix jusqu'au viaduc du même nom (1 150 m) jusqu'à Modane gare (1 058m) , 4 h de descente

6h00 de marche, 300 m de dénivelé positif 1 600 m de dénivelé négatif

Itinéraire prévu: *(Le programme n'est pas contractuel mais donné à titre indicatif. L'organisateur se réserve le droit de le modifier, notamment en fonction des conditions météorologiques)*

Cartographie IGN 1/25.000: 3530 OT

Vêtements :

- △ Casquette chaude ou bonnet
- △ 1ère couche haut (sous-vêtement / T-shirt à manche longue)
- △ 2ème couche haut (polaire)
- △ 3ème couche haut (veste imperméable)
- △ Gants (deux paires : une légère et une grosse)
- △ 1ère couche bas (sous-vêtement type carline) (éventuellement)
- △ 2ème couche bas (pantalon imperméable)
- △ Ceinture
- △ Chaussettes (grosses)
- △ Chaussures de montagne imperméables
- △ Guêtres (si pas intégrées au pantalon)
- △ Poncho pluie
- △ Chaussons (pour le gîte)

Orientation, cartographie :
(éventuellement)

- △ Cartes IGN 3535OT
- △ Boussole
- △ Altimètre

Equipement :

- △ Sac à dos (permettant d'y fixer les raquettes)
- △ Raquettes à neige
- △ Bâtons de marche avec rondelles neige
- △ Lampe frontale

Sécurité :

- △ Couverture de survie
- △ Sifflet
- △ ensemble ARVA (avec piles neuves) +sonde+pelle

Petite protection :

- △ Lunettes ou sur-lunettes de soleil
- △ Crème solaire
- △ Protège-lèvres
- △ Petite pharmacie personnelle

Toilette :

- △ Trousse de toilette
- △ Serviette

Boire, manger :

- △ Gourde ou thermos
- △ Couteau-fourchette-cuillère
- △ Pique-niques du midi (en prévoir 3)
- △ En-cas énergétiques (éventuellement)

Divers :

- △ Drap-sac
- △ Sac(s) plastique
- △ Papier hygiénique
- △ Dans le portefeuille : carte d'identité, carte CAF, espèces, quelques chèques, carte bancaire, billets de train
- éventuellement**
- △ Boules Quiès
- △ Appareil photo
- △ Téléphone portable
- △ Carnet + crayon