

**Sortie RQ10**

**Soumis à l'accord de l'organisateur  
Contact par le Kifaikoi sur le site web du Club**

## **Raquettes en Champsaur-Valgaudemar du 11 au 13 février 2012**

**avec Jean Dunaux**

Trois sorties en raquettes à neige à partir de notre gîte à l'entrée de la vallée du Valgaudemar, au sud Grenoble dans le Parc National des Ecrins.

C'est une région à l'ensoleillement généreux et à l'enneigement généralement abondant.

### **Samedi 11 février**

Départ TGV Paris Gare de Lyon 7h 37 arrivée Grenoble à 10h 40.

Transfert par véhicule de location sur Aspres les Corps et dépose des sacs au Gîte de La Grange de Brudour (Vallée du Valgaudemar).

Transfert à Saint Firmin : Les Préaux (1 300m), Col des Préaux (1 470m), Col de l'Esparcelet (1 5010m), Maison forestière des Vachers (1 520m), Col des Préaux, belvédère de La Côte (1 545m), retour sur l'Ubac  
+520m –520m de dénivelée, 4 heures de marche environ.

### **Dimanche 12 février**

Transfert aux Richards (1 570m, vallée du Champsaur), traversée du torrent du Brodou, col du Palastre (2 200m), sommet du Palastre (2 278m), Croix du Palastre (2 240m), en option le Soleil Bœuf (2 570m)  
710m –710m de dénivelée, 5 heures de marche environ (option + 1heure et demie).

### **Lundi 13 février**

Transfert à Saint Maurice (Vallée du Valgaudemar) : Ubac (1 000m), torrent de Prentiq, forêt de sapins, Chalets de Prentiq (1 350m), Prés du Sellar (1 442m), Col de la Bataille (1 780m), retour sur l'Ubac  
+800m –8000m de dénivelée, 4 heures et demie de marche environ.

Transfert pour la gare SNCF de Grenoble

TGV départ de Grenoble 19h 20 arrivée 22h 25 Paris Gare de Lyon

*Ce programme est indicatif et peut être modifié ou adapté si nécessaire par l'organisateur en fonction de différents aléas, notamment météorologiques.*

Niveau Moyen  $\Delta\Delta$

Activité hivernale la plus abordable, la randonnée en raquettes à neige ne requiert pas une grande pratique mais une bonne forme physique est indispensable.

Groupe de 8 participants comprenant l'organisateur.

cartes IGN 3337 OT et 3437 OT

**Inscription à partir du mardi 8 novembre 2011 après accord obtenu de l'organisateur.**

Prix indicatif de 250 € (base 5 participants) à verser à l'inscription (possibilité deux chèques) comprenant :

- l'hébergement en demi-pension au Gîte de La Grange de Brudour
- les frais d'inscription et d'organisation
- la location d'un véhicule 5 places, pour les transferts et la garantie d'autonomie (enneigement, météo, transports en commun restreints).

Non compris : en-cas et boissons diverses, transport SNCF.

#### **Matériel indispensable :**

- rechanges, pull & chaussures légères pour le soir, nécessaire de toilette dont serviette, drap housse (sac à viande) ou sac de couchage, bouchons d'oreille
- tous médicaments personnels, avec ordonnance médicale

#### **Équipement pour la randonnée en montagne enneigée :**

- sous-vêtements chauds haut et bas, T-shirt manches longues et/ou chemise
- chaussures de moyenne ou haute montagne à tige montante et semelles rigides anti-dérapant (type Vibram) confortables et de bonne imperméabilité (en cas de doute prévoir des sacs en plastique pour les protéger)
- chaussettes chaudes (avec rechange)
- guêtres
- gants de montagne imperméables et résistants (prévoir des gants de rechange)
- un bonnet pouvant couvrir les oreilles, une cagoule
- veste imperméable (Goretex) et sur pantalon imperméable
- veste polaire et/ou doudoune, foulard
- sac à dos pour la randonnée (30-40 litres suggéré), avec fixations raquettes
- gourdes et thermos
- couvre-sac (ou cape de pluie)
- couverture de survie (modèle plastifié), sifflet en cas de mauvais temps
- lunettes de soleil (cat. 3 minimum), protections latérales suggérées
- crème écran total, stick lèvres
- canif, fourchette et/ou cuillère, gobelet, sacs plastiques
- lampe frontale
- un sac pour les affaires qui resteront au refuge pendant les randonnées.

#### **A avoir impérativement à l'arrivée à la gare de Grenoble :**

- **Une paire de raquettes à neige avec fixation à plaque articulée pour usage en montagne (type TSL 305-325/405-425) ajustées aux chaussures et une paire de bâtons de marche dotés de rondelles neige**

*(location possible à La Haute Route, 33 bd Henri IV, 75004 Paris, tél. 01 42 72 38 43)*

- **Un DVA (Détecteur de Victimes d'Avalanche), sonde et pelle à neige (location possible au CAF IdF, réservation auprès du secrétariat).**

**Il est impératif de vérifier le fonctionnement du DVA en le munissant de piles neuves, avant le départ de Paris.**

**Le CAF propose une assurance annulation, qui garantit le remboursement en cas d'annulation pour cause imprévisible. Pensez à y souscrire lors de l'inscription !**