

## FICHE TECHNIQUE

### **Solstice d'été dans le massif de Belledonne – Réf : 13 – RW 59**

**Date : 22 et 23 juin 2013**

**Niveau : M+ ▲▲**

**Nombre de personnes : 8 (y compris l'organisatrice)**

**Date d'ouverture des inscriptions : le vendredi 22 mars**

*Fin juin, c'est la période des fleurs en montagne ... et les plus beaux lacs de Belledonne en prime ...*

#### Vendredi 21 juin :

**Le voyage jusqu'à Chambéry est à la charge et à l'initiative de chacun.**

A titre indicatif, il y a un départ de train de nuit de Paris-Austerlitz à 23h12, arrivée à Chambéry à 5h09 le samedi matin.

Il est possible aussi de partir plus tôt dans la journée et de dormir à Art Hôtel (juste en sortant de la gare à gauche), tél : 04 79 62 37 26

#### Samedi 22 juin :

Nous pourrions prendre le petit déjeuner tous ensemble à Art Hôtel à 5h15 (prévenez-moi si cela vous intéresse, je réserverai).

Puis, un taxi nous prendra à 6h15 pour monter dans le massif de Belledonne.

Randonnée au départ du parking de la Souille, col de la Sitre, lac du Crozet, col de la Pra, refuge de la Pra. +1250m ; - 600m.

Nuit en demi-pension au refuge CAF de la Pra.

#### Dimanche 23 juin :

Lacs Roberts, Col de Lessines Le Petit Van, Col de la Botte, Lac 1917, Roche Béranger.

+ 700 m ; - 1000 m.

Taxi de Chamrousse pour Grenoble.

TGV pour Paris à 19h14, arrivée à Paris Gare de Lyon à 22h23. Les billets de TGV de retour sont déjà achetés et compris dans le prix.

*Cette randonnée est accessible à toute personne en bonne condition physique, pratiquant régulièrement la randonnée en montagne. Elle se déroule dans des terrains pierreux et accidentés. Il peut exister des torrents à franchir à gué ou des névés, mais jamais dangereux. Le programme pourra être modifié en fonction des conditions météorologiques et du niveau des participants.*

Matériel à emporter :

*Toutes les affaires devront être dans un sac à dos de 30 à 40 L que nous porterons au complet samedi et dimanche. Il faudra donc veiller à n'emporter que le strict nécessaire.*

Équipement de randonnée en montagne (protection contre le soleil, la pluie, le froid)

Chaussures de randonnée en moyenne montagne.

Bâtons de marche obligatoires (névés, pierriers)

Gourde.

Lunettes de soleil.

Chapeau de soleil ou casquette.

Crème solaire.

Habits de rechange pour le soir avec sandales légères.

Drap-sac très léger

Affaires de toilette avec serviette.

Bouchons d'oreilles éventuellement (contre les ronflements... des autres)

Lampe de poche.

Deux pique-niques de midi et des en-cas.

Carte du CAF.

Carte (à titre indicatif) :

IGN : 3335 OT

Dépense totale à prévoir : **145 €** par personne.

Cette somme comprend : Le billet de TGV de retour, tous les transports en taxi, la nuitée en refuge en demi-pension, les frais du CAF île de France, une participation au transport de l'organisatrice.

Cette somme ne comprend pas : Le voyage aller simple jusqu'à Chambéry, le petit déjeuner à Chambéry, les deux pique-niques de midi, les en-cas.

Verser **145 €** à l'inscription à l'ordre du Club Alpin Français d'île-de-France.