

Une Tierce en Queyras

Avec Jean Dunaux (à contacter par le Kifaikoi sur le site du Club)



Randonnée en raquettes en étoile

Du 20 au 22 février 2015

Niveau physique soutenu

Niveau technique $\Delta \Delta$

Hébergement en gîte confortable

Transport libre

Nombre de places 6 (dont l'organisateur)

Participation aux frais : 140 €

Inscription à partir du 10 décembre 2014

Accord préalable obligatoire

Présentation

Le Queyras jouit d'un climat particulier, qui mêle es aractéristiques méditerranéennes et alpines : l'ensoleillement est très important et il y fait beau 300 jours par an. Voici trois virées sur deux jours et demie, raquettes aux pieds, au confluent des torrents du Mélezet et du Cristallan. L'hébergement confortable se situe 200m au-dessous du village Ceillac, un peu plus isolé des autres vallées et c'est un gage de tranquillité.

Transport

Le transport est libre et à la charge de chacun mais la sortie sera calée sur les horaires des trains suivants :

- Aller jeudi 19 février
Paris Gare d'Austerlitz 21h 22 arrivée Montdauphin Guillestre 07h 50.
Autocar de Ceillac le vendredi matin 8h30 arrivée au gîte à l'Aval à 9h00
- Retour dimanche 22 février
Autocar du gîte à l'Aval 14h00 arrivée 14h35 Montdauphin
TER de Montdauphin 15h10 arrivée 18h39 Valence Ville
TGV de Valence Ville 18h49 arrivée 21h19 Paris Gare de Lyon

Programme

Vendredi 20 février le Vallon et le Col Trochet, la porte de l'Ubaye

Dépose des sacs et transfert pour Ceillac.

Le Pied du Mêlez (1 690m), le Pré de Chaurionde (1 950m), Col de Tronchet (2 221m), retour en sens inverse jusqu'à Ceillac.

Transfert au gîte.

+970m –1030 m de dénivelée, 6 heures et demie de marche environ.

Samedi 21 février le col d'Estronques et la Tête Jaquette, panoramique sur St Véran

Transfert pour Ceillac (1 640m), le Villard (1 820m), maisons du Rabinoux (1 950m), col des Estronques (2 651m), et selon conditions tête de la Jaquette (2 757m) et sa vue sur le mont Viso et Saint Véran, descente par le même chemin (un grand moment dans la neige fraîche).

+1 015m –1 015m de dénivelée, 6 heures de marche environ.

Selon conditions, transfert où retour au gîte en raquettes (+1 heure 30).

Dimanche 22 février le Vallon des Pelouses

Depuis le gîte (1 431m), chemin dans la forêt, Bas de Quigoulet (1 611m), route forestière jusqu'à 1 870m, Vallon des Pelouses, bergerie d'Andrez (2 250m), retour par le même chemin

+830m –830m de dénivelée, 4 heures de marche environ.

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

La participation aux frais (à régler à l'inscription) comprend l'hébergement en demi-pension au Petit Chalet à L'Aval, les frais d'inscription et d'organisation, deux transferts du gîte à Ceillac (et un retour). Ne sont pas compris les en-cas et boissons diverses, transport SNCF, autocar Montdauphin - L'Aval (12 euros Aller/Retour)

Matériel indispensable :

- 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
- sous-vêtements chauds haut et bas, T-shirt manches longues et/ou chemise, chaussettes chaudes (avec rechange)
- 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)
- 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) avec 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 Montdauphin-Guillestre

- Une paire de raquettes à neige avec fixation à plaque articulée pour usage en montagne 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 Club peut vous ce matériel moyennant une contribution de

13€. Prévenez le secrétariat à l'avance et emportez un jeu de 4 piles "bâtons" 3A.

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

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 !