

FICHE TECHNIQUE

4 Jours en vallée de la Clarée

Réf : 16-RQ17

Date : du jeudi 17 mars au dimanche 20 mars 2016

Niveau physique : Moyen + Niveau technique : ΔΔ

Type de terrain : Moyenne montagne avec quelques pentes raides mais non exposées

DVA / pelle et sonde obligatoire.

Nombre de personnes : 6 (y compris l'organisateur)

Ouverture des inscriptions : le jeudi 12 Novembre 2015



Transport

ALLER : Intercité de nuit pour Briançon le mercredi 16 mars 2016 à 21h23.

Arrivée à Briançon à 8h30

Transfert en minibus à Névache

RETOUR : Intercité de nuit pour Paris le Dimanche 20 mars 2016 à 20h23

Arrivée à Paris Austerlitz lundi 21 mars à 7h40

(Attention les horaires 2016 ne sont pas encore disponibles sur le site de la SNCF. Il s'agit des horaires pratiqués généralement sur cette ligne. La ligne Paris-Briançon n'est pas concernée par les projets de suppression de certains intercités de nuit)

Niveau technique et physique

Terrain moyenne montagne. Quelques pentes raides, mais non exposées.

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

Séjours itinérant ne convenant pas aux débutants. Etapes de 6 heures et 1000 m de dénivelés maximum. **Bonne condition physique demandée.**

Programme

Jeudi 17 mars

Montée depuis Névache au refuge du Ricou – l'après-midi : Lacs Laramon et lac du Serpent

Montée au Ricou : + 550 m / 7 kms, Montée aux lacs : + 350 m / 2.5 kms et descente

Vendredi 18 mars

Transfert au refuge du Chardonnet – L'après-midi : col du Raisin

Transfert au Chardonnet : - 250 m / + 400 m / 3.5 Kms

Col du Raisin : + 450 m / 2 Kms, et descente sur le refuge

Samedi 19 mars

Matin : Col du Chardonnet

Après-midi Transfert au refuge de Buffère par Casse Pinière ou par la vallée selon nivologie

Col du Chardonnet : + 450 m / 3.5 kms et descente

Traversée sur Buffère par Casse Pinière : + 182 m / - 330 m / 3.5 kms

Par la vallée : - 500 m / + 350 m / 7 kms

Dimanche 20 mars

Col de Buffère & descente sur Névache par la vallée ou en traversée par la porte de Cristole selon nivologie

Col de Buffère : + 361 m / 3kms

Traversée par la porte de Cristole : + 200 m / - 1000 m / 6.5 kms

Par la vallée : descente du col de Buffère au refuge, puis - 500 m / 4.50 kms

L'organisateur se réserve le droit de modifier le programme pour toutes raisons de sécurité (météo & nivologie en particulier) et selon le niveau des participants

Dépenses à prévoir

3 ½ pensions en refuges : 124 € (39 € + 42 € + 43 €)

Minibus A/R Briançon – Névache : 22 €

CAF : Frais administratifs raquettes : 17 €

Total à payer à l'inscription 163 € (sans le train, chacun est libre de son transport jusqu'à Briançon)

Une régularisation en + ou – sera faite en fin de séjour

Les refuges peuvent fournir les piqueniques du midi (en plus). Pas de ravitaillement possible durant les 4 jours (*les piques niques coûtent en moyenne 10 €*)

Petit déjeuner du jeudi matin à la charge de chacun (à Briançon ou Névache)

Repas du dimanche soir avant de reprendre le train à la charge de chacun (à Névache ou Briançon)

Equipement de sécurité obligatoire :

Chaque participant doit être équipé d'un DVA d'une pelle, d'une sonde, et doit savoir s'en servir.

Le Club peut vous le fournir moyennant une contribution de 13€. Prévenez le secrétariat à l'avance et **emportez un jeu de 4 piles "bâtons" 3A.**

Dans le cas où ce matériel serait épuisé au Club, il faudrait aller en louer à La Haute Route, 33 Bd Henri IV, 75004 Paris, tel : 01 42 72 38 43

N'oubliez pas le sifflet (indispensable en cas de brouillard)

Papiers d'identité

Carte du CAF en cours de validité

Raquettes et vêtements

- **Raquettes** ajustées aux chaussures & deux bâtons avec rondelle à neige
- **Se méfier des raquettes de location.** *Bien vérifier l'état avant de partir*
- *Privilégier des raquettes avec **sangles à crémaillère** pour la tenue des chaussures*
- **Chaussures** de moyenne montagne à tige montante, imperméables et plusieurs paires de chaussettes de rechange
- **Vêtements** - *d'une manière générale essayez d'éviter les capes de pluie peu pratiques en forêt, ou par grand vent. Privilégier un équipement étanche complet : veste imperméable + pantalon déperlant ou sur pantalon + housse de sac à dos*
- guêtres ou pantalon avec guêtres intégrées
- Bonnet – lunettes de soleil
- gants imperméables + sous gants + une paire de gants de rechange dans le sac
- sous-vêtement chaud (de préférence en fibre évacuant la transpiration)
- vêtement chaud (type veste polaire)
- vêtements imperméables et coupe-vent
- gourde ou thermos
- Housse de sac à dos
- frontale ou lampe de poche
- lunettes de soleil et crème solaire
- petite pharmacie personnelle
- chaussures légères pour le gîte et le train
- couverture de survie (une mince suffit)
- **Pour les refuges :**
- drap-sac obligatoire (il y a des couvertures)
- nécessaire de toilette (douches incertaines)

Cartes

IGN Top 25 : 3535 OT Névache – Mont Thabor