

du **samedi 25** au

dimanche 26 juin 2016

Organisateur : Alain Zurcher
et sur le terrain : Xavier L.

Contact : Kifaikoi



16-RW66

version du 06/05/2016

Niveau **Soutenu +** ▲▲

Itinéraire avec portage

Refuge

8 personnes

Description, niveau et esprit

Grâce au train de nuit pour Bourg-Saint-Maurice, deux journées de solstice d'été nous permettront de profiter des **paysages panoramiques de Haute-Tarentaise** et des **sites classés du hameau du Monal** (photo ci-dessus) et du **Vallon du Clou**. Nous marcherons souvent **en balcon face au Mont-Pourri**, dominés par sa masse impressionnante. Nous alternerons **forêts et alpages fleuris** et croiserons plusieurs petits lacs.

Ce sera du *soutenu contemplatif*, avec pauses photos et pourquoi pas baignades, sur un itinéraire sans difficulté technique sauf en cas d'enneigement tardif.

Repas et hébergement

Nous pique-niquerons le midi. Nous dormirons dans le cadre rustique du **Refuge du Monal**, et y dînerons **en terrasse face au Mont-Pourri**.

Participation aux frais

180 €	<ul style="list-style-type: none"> l'aller-retour en train couchettes depuis Paris ; la demi-pension au refuge ; les deux transferts en taxi ; les frais CAF et la participation aux frais de l'organisateur.
incluant :	
n'incluant pas :	<ul style="list-style-type: none"> vos pique-niques ; le petit déjeuner de samedi et le dîner de dimanche soir.



Le faible prix des billets de train achetés à l'avance est compensé par le prix élevé du refuge du Monal et des transferts en taxi. Cette somme estimée est en principe définitive, mais sera recalculée à l'issue de la randonnée. Le solde vous sera demandé ou remboursé.

Transport

Aller vendredi 24 juin 22h25 à Paris Austerlitz (RV à l'entrée du quai 15' avant)	> Bourg-Saint-Maurice samedi 25 à 07h40
Retour dimanche 26 juin 20h24 à Bourg-Saint-Maurice	> Paris Austerlitz lundi 27 à 06h19

Parcours

Nouveaux dénivelés SRTM3 V2 lissés sur 5 points
avec seuil de 5m par visugpx :

J1	samedi	La Savonne > Le Monal	→ 23,5 km	↑ 1335 m	↓ 1220 m	⌚ 7 h
-----------	--------	-----------------------	-----------	----------	----------	-------

Après un petit déjeuner pris dans le train et/ou à l'arrivée, transfert en taxi pour la Savonne, déjà à 1770m. Au passage, nous nous arrêtons pour admirer les **maisons à colonnes** et les **chapelles des hameaux de la Mazure et du Miroir**.

Après une incursion dans le vallon encaissé du torrent de la Louïe Blanche, nous passons à la Vacherie et au refuge du **Ruitor**. Nous montons au **lac Noir** et redescendons vers le refuge de l'Archeboc à la Motte. De là, le tranquille GR de Pays de la Haute-Tarentaise nous conduit **en balcon**, face au **Mont-Pourri**, jusqu'au **hameau classé du Monal**, dont nous jouissons dans la quiétude du soir après le départ de ses nombreux visiteurs.

1500 m 1530 m

J2 dimanche Le Monal > Le Villaret du Nial → 25,3 km ↑ ~~1465 m~~ ↓ ~~1490 m~~ ⌚ 8 h

Vallon du Clou

Nous montons explorer le beau **vallon classé du Clou** jusqu'au **lac Noir** et au **lac du Clou**. Nous reprenons ensuite notre parcours en **balcon** vers le sud, toujours sur le versant est, face donc au **Mont-Pourri** et au **Dôme de la Sache** puis au-dessus du **lac du Chevril** face à **Tignes**.

Au chalet puis au ruisseau de la Davie, nous choisissons, en fonction de l'heure et des conditions météorologiques entre plusieurs sentiers rejoignant notre point d'arrivée directement ou en restant en balcon plus haut et plus longtemps.

Un taxi nous ramène à Bourg-Saint-Maurice où nous avons peut-être le temps de dîner rapidement, sinon ce sera dans le train.

*Ce programme indicatif n'est pas contractuel. Les **temps de marche** sont estimés et dépendront du groupe. Le **parcours** peut être modifié à tout moment, notamment en fonction des aléas des transports, du terrain, de la météo, du groupe, de l'intérêt des paysages et pour toute raison de sécurité.*

Équipement

À ne pas oublier :

- Vos pique-niques et en-cas.
- Bâtons **très** fortement recommandés (aussi pour votre **sécurité** lors des passages éventuels de névés et torrents).
- Drap-sac.
- Sac à dos de 20 à 35 litres.
- Protection pour le soleil (lunettes, crème).
- Frontale légère.
- Couverture de survie.
- Vêtements pour affronter les orages et le froid éventuels.

Afin de ne pas trop vous charger :

- Limitez le rechange aux seuls sous-vêtements.
- Bannissez le coton, qui garde l'humidité et est long à sécher.
- N'apportez aucun vêtement que vous ne puissiez superposer.
- Vérifiez la météo avant de partir.

Exemple d'équipement complet pesant moins de 7 kg avec alim, eau, bâtons etc. :			
MARCHER ET PORTER	1475	SE NOURRIR	195
sac à dos 20 à 35 litres	1000	poche à eau à tuyau 2L	150
bâtons	475	couteau suisse	35
		cuillère	10
DIVERS	340	VETEMENTS	790
papiers, carte CAF, CB, espèces	50	chapeau ou casquette	100
appareil photo et étui et batterie	200	polaire à col camionneur	250
téléphone mobile	80	coupe-vent imperméable et respirant	300
stylo	10	chaussettes (1 paire de rechange)	70
HYGIENE	155	slip (1 rechange)	30
mouchoir	5	maillot de bain	40
savon	50	POIDS TOTAL SANS ALIM	4260
serviette et gant	60	eau	1500
brosse à dents	10	nourriture	600
papier toilette	30	POIDS TOTAL AVEC ALIM	6360
SECURITE ET CONFORT	400	SUPPLEMENT PLUIE ET/OU FROID	535
frontale avec piles bouton lithium	45	housse de pluie sac à dos	140
sifflet	10	surpantalons de pluie	215
couverture de survie et étui	65	bonnet	60
pharmacie (dont pastilles pour l'eau)	150	gants	60
crème solaire	50	tour du cou ou écharpe	60
lunettes soleil, étui et cordelette	80	POIDS TOTAL SI PLUIE ET FROID	6895
DORMIR	115		
drap-sac en soie	110		
bouchons d'oreille	5		

Inscription

L'inscription est possible **dès maintenant** en ligne ou auprès du secrétariat. Elle sera prise en compte après réception de votre règlement. Les places seront attribuées à partir du **15 avril 2016**, selon l'ordre de priorité officiel du club.

En cas d'annulation de votre part, vous serez partiellement remboursé après la sortie, en fonction de la récupération ou non des arrhes et dépenses engagées pour vous. Si vous souhaitez être (peut-être) mieux remboursé, souscrivez à l'assurance annulation. Consultez en ligne les [conditions d'inscription](#) aux sorties.

Vous devez avoir le niveau demandé et
l'endurance nécessaire pour tenir la distance et le dénivelé,
 et avoir randonné à ce niveau au cours des mois précédents.
Venez faire connaissance lors d'une sortie du dimanche !