

Double défi à + de 3000m !

Petit Rochebrune et Grand Glaiza

Du 2 au 3 juillet 2016

niveau : ▲▲▲ - soutenu – itinérant avec portage

Nombre de personnes : 8 (inscription soumise à accord de l'encadrant)

Date d'ouverture des inscriptions : 29/04/2016

Envie de montagne, envie de se défouler...quid d'un double défi à la frontière du Queyras et du massif des Ecrins, aux confins des terres italiennes ?

Tapis dans les montagnes du haut de leurs respectifs 3078 m et 3293 m, le Petit Rochebrune et le Grand Glaiza, nous offriront, à l'issue d'une longue et belle arête sommitale d'éboulis (ben oui forcément !) un magnifique panorama à 360° sur les sommets du Queyras, de l'Ubaye et, s'il n'est pas caché par les nuages, le Mont Viso.

PROGRAMME

J1 : Gare de Briançon, petit déj sportif avalé dans le train et gourde d'eau remplie, nous prenons un taxi pour les Fonts de Cervières. Hop, nous sommes en route pour l'ascension du Petit Rochebrune (3078m).

Attention, une partie du parcours est hors sentier et en crête plus ou moins étroite. De plus, le parcours final dans les éboulis notamment sur la sente sommitale est assez pénible et il faudra être très attentif dans la descente du sommet.

Nous serons chaleureusement accueillis en demi-pension et dortoir au refuge des Fonts de Cervières (04 92 21 32 82).

Distance étape: 12 km, durée: 6h de marche environ, dénivelée cumulée: +1017 m / -1010 m.

J2 : Après l'échauffement du samedi, nous voilà prêts pour nous engager dans la course du Grand Glaiza. Départ tôt. Objectif 3293m! Le souffle en prend un coup. Ce sommet est plus facile d'accès mais la montée en ligne de crête va nous sembler in-ter-mi-na-ble...

Puis nous descendons tranquillement sur Aiguilles via quelques superbes lacs de montagne.

Bus à 18h20 pour Montdauphin gare SNCF, ce qui nous laissera le début de soirée pour trinquer.

Distance étape: 17 km, durée: 9h de marche environ, dénivelée cumulée: +1250 m / -1850 m.

Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisateur se réserve le droit de le modifier à tout moment, notamment en fonction des conditions de terrain posant danger, d'obstacles imprévus, de cohésion du groupe, de météo taquine, et pour d'autres raisons de sécurité. Les participants devront avoir le niveau demandé et respecter les consignes de sécurité.

Coût prévisionnel : 115 € incluant la demi pension, les frais CAF, les frais de taxi et de bus, les frais d'organisation. Restent à votre charge notamment les repas des midis, les encas et boissons diverses et les transports SNCF.

RENSEIGNEMENTS

ATTENTION Niveau technique ▲▲▲ : nous sommes dans les prémisses du 3 triangles. Je suis contrainte de choisir ce niveau en raison des pierriers/éboulis sommitaux, la traversée d'une ligne de crête parfois étroite et le

fait que nous progression à haute altitude. Dans ces conditions, l'itinéraire s'adresse à des personnes habituées à la montagne.

Au regard de la définition technique ci-dessous, nous ne pouvons pas dire que le vide est «souvent présent» mais il le sera sur l'arrête sommitale. Par ailleurs, pas question de traverser des névés pentus et il n'y a pas lieu d'emmener un piolet.

Définition technique du niveau ▲ ▲ ▲ : **Itinéraire montagnard assez difficile.**

« Ces itinéraires peuvent emprunter des passages délicats et exposés : pentes très raides, pierriers ou éboulis instables, névés pentus exigeant l'usage du piolet, passages rocheux n'obligeant pas cependant à une véritable escalade. Le vide est souvent présent. Ces itinéraires demandent de l'attention et de la sûreté. Ils sont réservés à des randonneurs habitués à la montagne.

Nombreux passages délicats ou pouvant être dangereux en cas de chute et éventuellement quelques passages à la fois délicats et modérément exposés. Ni escalade (les mains servent au maximum à s'équilibrer), ni glacier, ni terrain constamment enneigé. L'organisateur peut être amené à utiliser une corde par sécurité et chaque participant doit être capable d'assurer sa sécurité sur neige avec son piolet.»

Niveau physique SO (Soutenu): Randonnée exigeant une très bonne condition physique, accessible à des personnes pratiquant régulièrement la randonnée à bonne allure en terrain accidenté ou d'autres sports équivalents. **Pas question non plus de courir, le rythme de 400m/h en montée devra être respecté. Compte tenu de l'altitude et du terrain, il vaut mieux monter/descendre tranquillement et sûrement.**

Inscription: en ligne / par courrier / auprès du secrétariat du CAF Ile de France dès la parution de la fiche technique. Validation des inscriptions à partir du 29/04/2016 selon la règle des priorités si places insuffisantes le jour de validation. Inscription effective après le versement de 115 € et la réception de l'accord de l'encadrant

Il existe une assurance annulation, se renseigner au secrétariat du CAF si besoin.

Cette sortie étant avec accord de l'organisateur vous devrez avoir reçu celui-ci pour être inscrit, y compris en la liste d'attente. Procédez de préférence par demande d'accord en ligne lors du processus d'inscription.

Horaires des trains :

ALLER: vendredi 1 juillet – départ de Gare d'Austerlitz train intercity de nuit à 21h22, arrivée à Briançon 8h31.

RETOUR: dimanche 3 juillet – départ de Montdauphin train intercity de nuit à 20h23, arrivée à Paris 7h38.

NB: Si le train de retour tarde à s'afficher, n'hésitez pas à prendre quand même votre billet aller. Au pire, je change l'itinéraire pour aller attaquer le Thabor et nous repartirons par le TGV de Oulx qui est une valeur sûre.

Repas du midi: à tirer du sac et à la charge des participants, ils seront pris sur le terrain.

Équipement et matériel à emporter: sa bonne humeur ainsi que quelques petits et gros gâteaux à partager!

Pique-niques des 2 midis + l'équipement classique du randonneur (veste imperméable, polaire et vêtements chauds, bonnet, gants, lampe frontale, sifflet, trousse de secours personnelle, anti-fringales, couverture de survie, lunette de soleil, chapeau et crème solaire, guêtres ...) + 2 litres d'eau dès le départ. Carte CAF.

Des bâtons de marche épargneront un peu vos genoux!

S'équiper de bonnes chaussures de randonnée est élémentaire...



Pour en savoir plus:

Carte TOP 25 IGN n°3536 OT et 3637 OT

Au plaisir de vous rencontrer!

celifali@free.fr