

du samedi **26 août** au
samedi **2 septembre 2017**

Organisateur : Alain Zürcher
Contact : Kifaikoi



17-RW71

version 2 du 27/03/2017

Niveau **Soutenu** ▲▲
avec accord

Itinérant avec portage,
Refuges, 8 personnes

Description, niveau et esprit

Profitons de cette fin d'été pour franchir les plus hauts cols des Écrins : *Pas de la Cavale (2735m), Col de la Valette (2668m), Col de la Muzelle (2613m)*.

Nous suivrons le GR54 entre L'Argentière et Bourg d'Oisans, avec quelques beaux crochets pour découvrir la vallée de Champoléon, faire le tour de la haute vallée de la Séveraisse par Chabournéou et le Pigeonnier, monter aux Souffles par le col de Colombes au pied de l'Olan et remonter la vallée de la Bonne jusqu'au cirque de Font-Turbat.

Plusieurs beaux lacs accueilleront nos baignades : *Lautier, Muzelle, Lauvitel...*

Participation aux frais

350 €

incluant :

- les transferts en taxi et car ;
- les refuges en demi-pension ;
- la participation aux frais de l'organisateur ;
- les frais CAF.

Cette somme ne comprend pas :

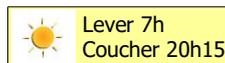
- le transport depuis Paris ;
- les pique-niques et en-cas ;
- les boissons des dîners.

Cette somme estimée sera recalculée à l'issue de la sortie. La différence éventuelle vous sera demandée ou remboursée.

Trains conseillés

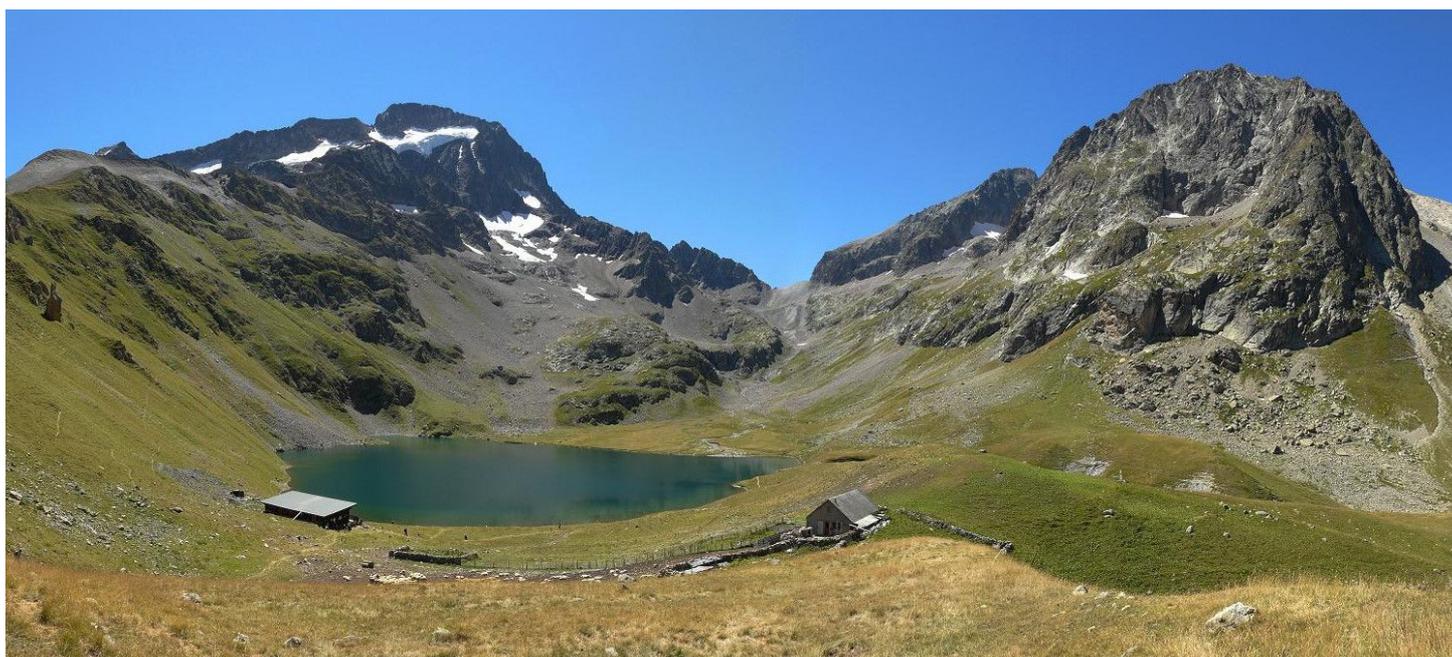
ALLER Vendredi 25 août (ouverture le 30 mars?)	départ 21h22 de PARIS AUSTERLITZ	arrivée 08h05 à L'ARGENTIÈRE LES ÉCRINS
RETOUR Samedi 2 septembre (ouverture le 2 juin)	départ 19h16 de GRENOBLE	arrivée 22h19 à PARIS GARE DE LYON

Étapes



	distance (km)	dénivelé positif (m)	dénivelé négatif (m)	durée (h)	parcours	
J1	19,2	+1395	-945	6h30	depuis les Albrands (<i>transfert en taxi</i>), par le Pas de la Cavale	Pré de la Chaumette
J2a	8,3	+350	-350	2h	OPTION au départ : boucle vers Champoléon	
J2b	14,1	+1300	-1075	5h30	par les cols de la Valette, Gouiran et Vallonpierre	Chabournéou

	distance (km)	dénivelé positif (m)	dénivelé négatif (m)	durée (h)	parcours	
J3	22,4	+1370	-1985	8h	par la cabane du Pis, le refuge du Pigeonnier et le lac Lauzon	Clot Xavier Blanc
J4	17,2	+1400	-880	6h	par la Chapelle en Valgaudemar ( avant le déjeuner) puis le col de Colombes	Souffles
J5	19,2	+1550	-1420	7h	par le col de la Vaurze et le Désert en Valjouffrey	Font Turbat
J6	19,2	+1350	-2190	7h45	par le Désert et le col de Côte-Belle  ravitaillement possible au gîte de Valsenestre	Le Béranger à Valsenestre
J7a	8,5	+1300	-515	5h	par le col et le lac de la Muzelle	La Muzelle
J7b	4,5	+500	-500	2h15	OPTION à l'arrivée : AR point de vue de Roche Percée	La Muzelle
J8	20,3	+500	-1890	6h30	par le col du Vallon et le Lac Lauvitel	car pour Grenoble à 16h40 (?)



Équipement

À ne pas oublier :

- **3 pique-niques ***.
- **Drap-sac.**
- **Bâtons** très fortement recommandés.
- Sac à dos de 30 à 40 litres.
- Protection pour le **soleil** (lunettes, crème).
- Couverture de survie.
- Chaussures avec une bonne accroche et tenant bien la cheville.
- Vêtements pour affronter les possibles intempéries.

Afin de ne pas trop vous charger :

- Limitez le rechange aux seuls sous-vêtements.
- Prenez un rechange unique, nous ferons des lessives sommaires !
- Bannissez le coton, qui garde l'humidité et est long à sécher.
- N'apportez aucun vêtement que vous ne puissiez pas superposer.

* La plupart des refuges vendent des pique-niques (environ 10€), à réserver à l'avance.

NB : peu de refuges proposent des douches.

Exemple d'équipement complet pesant moins de 7 kg avec alimentation et eau :	
MARCHER ET PORTER	1250
sac à dos 35 litres	1250
<i>bâtons (475g) non inclus dans le poids porté</i>	
DIVERS	340
papiers, carte CAF, CB, chèques, espèces	50
appareil photo et étui et batterie	200
téléphone mobile	80
stylo	10
HYGIENE	155
mouchoir	5
savon	50
serviette et gant	60
brosse à dents	10
papier toilette	30
SECURITE ET CONFORT	390
frontale avec piles bouton lithium	45
sifflet	10
couverture de survie et étui	65
pharmacie et pastilles pour l'eau	150
crème solaire	50
lunettes soleil et étui	70
DORMIR	115
drap-sac en soie	110
bouchons d'oreille	5
<i>tongs en option</i>	
SE NOURRIR	195
poche à eau à tuyau 2L	150
couteau suisse	35
cuillère	10
VETEMENTS	1820
chapeau ou casquette	100
polaire à col camionneur	250
coupe-vent imperméable et respirant	300
housses de pluie sac à dos	100
guêtres stop-tout	85
surpantalon de pluie	215
bonnet	60
gants	60
tour du cou ou écharpe	60
chaussettes (1 paire de rechange)	70
slip (1 rechange) (<i>aussi maillot de bain</i>)	30
chemisette ou tee-shirt (1 rechange)	130
pantalon ou short (1 rechange)	360
POIDS TOTAL SANS ALIM	4265
eau	1500
nourriture	900
POIDS TOTAL AVEC ALIM	6665

Inscription

La demande d'accord et l'inscription sont possibles dès maintenant en ligne ou auprès du secrétariat. Votre inscription sera prise en compte après réception de votre règlement. Les places seront attribuées à partir du **11 avril 2017**, selon l'ordre de priorité officiel du club.

En cas d'annulation de votre part, vous serez remboursé selon le barème communiqué lors de votre inscription. Si vous souhaitez être mieux remboursé (avec une franchise), souscrivez à l'assurance annulation. Consultez en ligne les [conditions d'inscription](#) aux sorties du club.



Ce programme indicatif n'est pas contractuel. Les temps de marche sont une estimation.

Le parcours peut être modifié à tout moment, notamment en fonction des aléas des transports, du terrain, de la météo, du groupe et pour toute raison de sécurité.

Vous devez avoir le niveau demandé et avoir randonné à ce niveau

(au moins à la journée mais avec du dénivelé) au cours des mois précédents.