

Retour en Chartreuse

du samedi 29 au dimanche 30 septembre 2018



Une petite escapade en Chartreuse, pour goûter au charme du début de l'automne.

Au programme : 2 jours et 2 sommets dominant des falaises calcaires, de jolis points de vue, des alpages bucoliques, et le charme d'un massif à la fois tout près et si loin de l'atmosphère des villes.....

Programme :

Samedi 29 septembre (J1) :

Rendez-vous à la gare de Grenoble à 10h45 (*voir rubrique Transports ci-dessous*).

Tram puis Bus pour le col de Porte (1320m), au pied du sommet de Chamechaude, point culminant du massif.

Nous partons à pied en face, pour rejoindre la crête de la Pinéa (1771m), le Mont Fromage (1662m), et continuons le sentier de crête jusqu'au sommet du Charmant Som (1867m), d'où on peut voir le monastère de la Grande Chartreuse.

Nous descendons vers St Pierre de Chartreuse, soit par le chemin des dalles, soit par Grand Pleyنان.

Dénivelé +900m, -1200m, 5h30 de marche environ.

Nuit à l'hôtel au village de Saint Pierre de Chartreuse (795m).

Dimanche 30 septembre (J2) :

Si la météo est favorable, nous partons à l'ascension du sommet du Grand Som (2026m), magnifique belvédère sur l'ensemble du massif, avec vue plongeante sur le monastère de la Grande Chartreuse. Nous redescendons sur Saint Pierre ou sur La Corrierie, où nous reprenons le bus pour Grenoble en fin d'après-midi.

Dénivelé +1300m, - 1200m, 7h30 de marche environ.

En fonction des conditions, nous pourrions choisir plutôt de monter au sommet de Chamechaude (2082m) ou bien de rejoindre Saint Laurent du Pont (480m), par le couvent de la Grande Chartreuse et le col d'Arpison (1490m).

Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisatrice 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 la météo, et pour d'autres raisons de sécurité. Les participants devront avoir le niveau demandé.

Cartographie : carte IGN n°3334 OT Massif de la Chartreuse Sud

Niveau physique : Moyen+. L'étape du samedi comporte peu de dénivelé (= moins de 1000m), mais il y a un peu de distance et nous ne débiterons la randonnée qu'en fin de matinée. Il faut donc pouvoir faire l'étape et arriver à notre hébergement du soir à une heure raisonnable. Cette sortie est donc accessible aux randonneurs entraînés et habitués au portage de leurs affaires. Elle est cependant également adaptée à une première découverte de l'itinérance en montagne, et les nouveaux inscrits sont les bienvenus. Il est cependant nécessaire d'avoir de l'endurance et une bonne condition physique, entretenue par une pratique sportive régulière, d'être motivé-e, et d'avoir tout l'équipement nécessaire.

Niveau technique : ▲▲

Cette sortie se déroule sur des sentiers de moyenne montagne souvent balisés, mais sur un terrain varié, par endroits caillouteux ou rocheux, avec quelques pentes raides, et de courts passages demandant de l'attention, certains pouvant être glissants par temps humide. Il est nécessaire d'être bien chaussé.

Equipement :

Indispensable : **chaussures de montagne montantes** et imperméables à **semelles crantées type Vibram**, déjà rôdées mais pas usées, une **paire de bâtons de marche**, un sac à dos contenant toutes vos affaires, **gourde(s) ou poche à eau contenance totale 2 litres**, **sifflet** (léger, en plastique), **lampe frontale**, chaussettes et affaires de rechange, protection contre le soleil, le froid, le vent et la pluie (**chapeau, crème solaire, lunettes de soleil, polaire, veste, bonnet, gants, vêtement de pluie**, guêtres, sur-sac), votre **carte du CAF**, votre carte Vitale, une couverture de survie, **2 pique niques et en-cas**, boules Quiès (chambres partagées), affaires de toilette minimum (drap sac et serviette de toilette inutiles), pharmacie et médicaments personnels, forme et bonne humeur en quantité illimitée.
Faites un sac le plus léger possible, nous ne partons que 2 jours.

Utile : appareil photo, téléphone portable (attention le réseau n'est pas garanti sur l'ensemble du parcours), argent en espèces pour les boissons et extras.

Transports: le transport est libre. Cette sortie est cependant adaptée aux horaires de transports en commun suivants depuis l'Île de France :

- **Aller le samedi 29/09** : plusieurs possibilités d'horaires au départ de Paris le samedi matin, à votre convenance. Il reste des prix raisonnables sur le TGV départ Paris Gare de Lyon 7h52, **arrivée Grenoble 10h41**, heure d'arrivée à laquelle nous nous adapterons. (sauf bien sûr si tout le monde arrive plus tôt !)
Il y a aussi un bus de nuit (Ouibus) départ Paris Bercy 23h35, arrivée à 7h00 à Grenoble (29€ à ce jour).
- **Retour le dimanche 30/09** : le tarif le moins cher est à ce jour dans le TGV **départ Grenoble 21h16**, arrivée Paris Gare de Lyon 00h13. Vous pouvez choisir de repartir plus tôt pour une arrivée plus tôt à Paris, sachant que nous serons à la gare de Grenoble vers 19h00/19h15.
Et il y a aussi un bus de nuit (Ouibus), départ de Grenoble 22h10, arrivée à Paris Bercy le lundi matin à 5h55.

Hébergement :

Nuit et petit déjeuner en hôtel (chambres collectives, lits individuels), dîner dans un restaurant du village. Les repas du midi (2 jours) seront tirés du sac. Il y a peut-être des possibilités de ravitaillement à Saint Pierre de Chartreuse. Ce point sera précisé aux inscrit-e-s quelques jours avant le départ.

Coût prévisionnel : **68€**, à régler à l'inscription.

Cette participation comprend : l'hébergement et le petit déjeuner à l'hôtel, le dîner du samedi soir au restaurant, les transports depuis et vers la gare de Grenoble, la contribution aux frais de fonctionnement du club).
Il ne comprend pas : les transports jusqu'au lieu de rendez-vous et retour, les pique-niques du midi, les boissons et extras divers, le dîner du dernier jour (repas du soir du dimanche 29/09, à Grenoble ou dans le train).

Inscriptions :

Vous pouvez faire votre demande d'inscription dès la parution de cette fiche technique, la validation des inscriptions débute le **jeudi 20 septembre 2018**.

Pour être inscrit-e vous devrez avoir réglé le montant de la sortie et avoir reçu l'accord de l'organisatrice. Procédez de préférence par demande d'accord en ligne lors du processus d'inscription.

N'hésitez pas à me demander des précisions si vous le souhaitez (contact via le [Kifaikoi](#))

A bientôt sur les sentiers de Savoie !