

Traversée de la Chartreuse

du 28 juin au 3 Juillet 2021



Massif réputé, la Chartreuse est emblématique des Préalpes à plusieurs titres, notamment célèbre de par l'installation au XI^e siècle des moines de l'ordre des Chartreux et de la construction de son très beau monastère. C'est également le relief de sa géographie qui le caractérise avec ses sommets tels que le Granier, Le Charmant Som, petit som et grand Som, ainsi que le culminant Chamechaude (2082), enfin, la non moins célèbre boisson spiritueuse au secret bien gardé !

Sortie avec Accord préalable de l'organisateur

Technique : Δ Δ peu difficile.

Physique : **Moyen +.**

Nombre de personnes : 6 (organisateur compris)

Date d'ouverture des inscriptions : 18 mars 2020.

Hébergement : gîte d'étape, gîte communal, hôtel.

Transport : Train à la charge de chacun, lieu de rendez-vous ; gare de Grenoble lundi 29 juin à 11h00.

Aller : lundi 29 juin 2021 : Paris GdL (TGV 6905) 7h43-10h44, Grenoble (45€).

Retour : Dimanche 04 juillet 2021 : Direct ; Chambéry (TGV 6976) 15h16-18h42 (45€). (Remarque ; il y a un train quasiment toutes les heures, avec correspondance)

{Les infos horaires/tarifs sont celles connues au moment de la rédaction de la fiche et peuvent évoluer dans le temps, donc à vérifier attentivement}

Inscription : Coût global, hors transport train, de l'ordre de 384 Euros.

Ce coût inclut les nuitées en ½ pension, les frais administratifs du CAF, une participation aux frais de l'organisateur (hébergement). Les repas du midi sont tirés du sac (prévoir 3 pique-niques mini). Versement de 384€ à l'inscription ou en 2 fois, 200€ à l'inscription et de 184€ à régler 30 jours avant le départ. Ce coût n'inclut pas le transport train A/R à la charge de chacun, les extras, les boissons et les pique-niques du midi.

Programme

L'objectif de cette sortie est de découvrir un superbe massif dans un esprit de convivialité et d'échanges avec un goût pour la marche en montagne.

J1. Le Sappey en Chartreuse

Après avoir franchi l'Isère, nous montons dans la forêt de la Tronche puis atteignons le fort du Saint-Eynard qui offre une très belle vue sur le massif de Belledonne, la vallée du Grésivaudan et Grenoble. Ravitaillement au village.

16 km, + 1360 - 580.

J2. St Pierre de Chartreuse

Journée en forêt domaniale de la grande Chartreuse, nous passons au pied du charmant Som, ceux qui le souhaitent pourront monter au sommet (env. 130m de dénivelé en +). Ensuite, nous rejoignons St Pierre pour notre étape. Ravitaillement au village. 20 km, + 890 - 1070.

J3. St Christophe de Guiers

Après quelques kilomètres, nous arrivons au monastère de la grande Chartreuse, il ne se visite pas, mais un accueil/musée nous permet de nous informer sur (histoire de l'ouvrage. L'ensemble bâti est remarquable et offre un très beau point de vue sur les sommets du Grand et du Petit Som.

14 km, + 1150 - 800.



Monastère de la grande Chartreuse

J4. St Même

Descente vers St Pierre d'Entremont puis remontée pour atteindre le cirque de St Même pour notre étape, puis nous pourrions aller observer cette enclave géologique et ses cascades. Ravitaillement à St Pierre. 13 km + 440 – 740.

J5. Le Désert Entremont

Belle montée jusqu'à l'Alpettaz, puis vue sur le versant sud du granier, poursuite vers Epernay et son musée de l'ours pour rejoindre le Désert. 17 km + 1270 – 840

J6. Chambéry

Sabot de Vénus

Une dernière journée dans ce bel écrin de verdure de la Chartreuse avec en face de nous le Granier puis sentier par la crête du Pelleyer pour redescendre aux alentours de Chambéry. 19 km, + 640 - 1400.

J7. Retour vers Chambéry jusqu'à la gare à la convenance de chacun, environ 2,5km.

Equipement :*Pour la randonnée :*

- bonnes chaussures de randonnée à semelles type Vibram (pas neuves), bâtons obligatoires,
- vêtements efficaces contre la pluie + couvre sac à dos.

De façon générale, éviter le coton qui retient l'humidité près du corps et sèche difficilement.

- privilégier les vêtements techniques (fibres creuses évacuant la transpiration),
- sweat ou veste polaire, veste de montagne facultative, polaire et coupe-vent peut suffire,
- 1 pantalon de toile, 1 shorts, 2 T-shirts technique, chaussettes de randonnée (prévoir rechange),
- 1 chapeau de soleil, 1 foulard, 1 bonnet et 1 paire de gants, 1 sifflet.

Pour l'étape

- tenues de rechange et chaussures légères (genre tongs), bouchons d'oreilles, affaires de toilette, serviette technique (light), lampe de poche ou lampe frontale drap sac en soie.

Et aussi :

- 1 paire de lunettes de soleil, gourde + poche à eau pour une capacité de 2.0 litres au total,
- 1 couteau pliant type couteau suisse + couverts + gobelet, papier hygiénique, mouchoirs papier.
- 1 pochette étanche pour contenir vos papiers et valeurs,
- 1 petite pharmacie personnelle (à adapter en fonction ses besoins médicaux) : pansements stériles prédécoupés, antiseptique local à usage externe (plaies), élastoplaste (préventif) et double peau (ampoules), antalgique type paracétamol, crème solaire pour la peau et aussi pour les lèvres.

Carte CAF obligatoire.

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.

Inscription :

1. Auprès du secrétariat du CAF Ile de France à partir du 18/03/2021. L'inscription n'est effective qu'après le versement de 384€. Il existe une assurance annulation, contacter le secrétariat du CAF pour plus de renseignements. Date limite d'inscription le 24/06/21. **Cartographie:** carte IGN 1/25 000 ; n° 3333 OT et 3334 OT.

2. Dispositions Covid-19 :

Ne participez pas si vous, avant le départ vous présentez des symptômes du COVID 19 (fièvre, toux, maux de tête ou de gorge, perte de goût et de l'odorat...) ou êtes un cas contact.

Consignes à respecter (consignes actuelles, peuvent évoluer à la date du départ, restez informé):

- chaque participant doit apporter son masque et son gel hydroalcoolique,
- le port du masque est obligatoire dans les transports collectifs et les gares,
- lavez-vous les mains en sortant des transports avant le début de la sortie, et régulièrement pendant la sortie,
- respectez les consignes données par l'organisateur au départ ou au cours de la sortie.

En cas de non respect, l'organisateur est en droit de vous refuser au départ ou de vous exclure ensuite.