

Escapade montagnarde à Aussois (Maurienne)

du samedi 3 juin 2023 au dimanche 4 juin 2023

Organisateur : Bernadette P.	Niveau : Moyen+ ▲▲
Avec accord : Oui	Itinérant avec portage
Effectif maximum : 10	Refuge

En ce début juin, nous rejoindrons le refuge du Fond d'Aussois, facile d'accès depuis Aussois, par une belle boucle au-dessus des alpages.

Suivant l'enneigement, nous irons, le dimanche matin, sac léger au col d'Aussois et qui sait, accéder à un 3000 facile avant de redescendre à Aussois par un autre itinéraire.

Mise en jambe de début de saison, accessible à tout randonneur un peu entraîné à la marche en montagne.



Niveau et esprit

Fin de printemps en Savoie, quand tout est encore verdoyant et que les marmottes toutes folles sortent de leur trou avec leurs petits.

Nous serons sur l'adret, le versant ensoleillé de la montagne, et nous pourrons profiter des premiers rayons.

Le niveau est M+ mais pour ceux qui le veulent des suppléments sont envisagés, voir dans le détail du programme.

Il restera sans doute un peu de neige mais rien de méchant vue l'exposition.

Participation aux frais

206 €

Incluant : le transport AR depuis Paris, l'hébergement en demi-pension en refuge, une participation aux frais d'organisation.

N'incluant pas : le petit déjeuner du samedi matin (compter 10-12 €), les repas de midi pris en pique-niques que vous apporterez (possibilité d'acheter au refuge un sandwich pour le dimanche), les en-cas et boissons consommées au refuge ou au bar du village, le dîner du dimanche soir.

Tarif jeunes : le tarif pour les jeunes de moins de 26 ans est seulement 165 €

Transport

En car couchettes au départ de Paris

Aller : Vendredi 2 juin au soir, RV Porte d'Orléans au Monument du Général Leclerc à 20h30 pour un départ à 21h.

Retour : Lundi 5 juin vers 5h30 Porte d'Orléans pour le premier métro ou tramway.

Prévoir un petit duvet léger, des bouchons d'oreille et un masque pour le car couchettes (vous pourrez laisser ce petit duvet dans le car pendant le WE)

Hébergement et repas

Nuit dans un refuge FFCAM à 2350 m d'altitude en demi-pension. (nuit, dîner et petit déjeuner compris). Nous dormirons en dortoir.

Eau potable au refuge et sur le parcours avec des pastilles.

Programme

J1 : Aussois > Refuge du Fond d'Aussois. 8 km +1000m / - 200m (option + 300 / - 300 et 6 km)

A l'arrivée du car et après un petit déjeuner (des précisions seront apportées sur ce point aux inscrits avant le départ) nous partons du joli village savoyard de Aussois, avec toutes nos affaires pour les deux jours, en direction du lac de barrage de Plan d'Aval. Nous rejoindrons ensuite le Col du Barbier puis le plateau du "Mauvais Berger". De là suivant la forme et la météo nous pourrions nous rendre au sommet de Roche Moutche (2700 m) en aller-retour.

Nous poursuivons ensuite notre randonnée jusqu'au refuge du Fond d'Aussois à 2350 m. Le refuge est situé au bord du (bruyant) torrent de Saint-Benoît dans un très joli vallon.

J2 : Refuge du Fond d'Aussois > Aussois. 15,5 km +850 m / - 1650 m

Sac léger nous nous rendons au curieux col d'Aussois en aller-retour le matin et qui suit à la Pointe de l'Observatoire (3016 m) si la météo est clémente et si la neige a fondu. Puis nous redescendons à Aussois par un autre chemin que la veille.

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 du terrain, d'obstacles imprévus, des transports, du groupe, de la météo et pour toute raison de sécurité. Les participants doivent avoir le niveau physique et technique demandé ainsi que l'entraînement correspondant.

Équipement

Si besoin des précisions seront données aux inscrits peu de temps avant le départ.

Papiers

- Carte CAF, pièce d'identité,
- Carte bancaire internationale si besoin ou espèces,
- Coordonnées téléphoniques de l'encadrant.

Marche et portage

- Chaussures de moyenne montagne avec une bonne accroche,
- Bâtons recommandés,
- Sac à dos de 30 à 40 litres,
- Gourde ou poche à eau à tuyau de 2 litres.

Alimentation

- 2 pique-niques, encas, eau pour la première journée,
- Couteau pliant, fourchette, cuillère, gobelet (à voir individuellement)

Hygiène

- Effets de toilette, petite serviette. (pas sûr que la douche soit ouverte et sans doute payante)

Vêtements

- Chemisette ou tee-shirt,

- Pantalon ou short,
- Tenue de rechange,
- Chapeau ou casquette.

Pluie ou froid

- Polaire, coupe-vent imperméable et respirant,
- Vêtement de pluie,
- Surpantalon de pluie si besoin,
- Guêtres "stop tout",
- Housse de pluie du sac à dos,
- Bonnet, gants, tour du cou ou écharpe,
- Grand sac plastique si besoin de laisser des affaires dans un gîte ou un refuge.

Sécurité

- Petite pharmacie personnelle, pastilles pour purifier l'eau,
- Sifflet, couverture de survie,
- Téléphone mobile et chargeur,
- Crème et lunettes de soleil,
- Lampe frontale.

Nuitées

- Drap-sac,
- Bouchons d'oreille (selon le confort recherché),
- Sandales.
- Masque pour les yeux

Modalités sanitaires

Chacun devra être en mesure de s'aligner sur les règles sanitaires en vigueur au moment de la sortie.

Inscription

Sauf mention contraire sur la page de la sortie, la demande d'inscription est possible dès maintenant en ligne ou auprès du secrétariat. Elle ne sera effective qu'après réception de vos règlements ou paiements en ligne. Vous devez impérativement effectuer tous les paiements demandés à l'inscription y compris les paiements différés.

Les places seront attribuées à partir du **jeudi 20 avril 2023** selon les [règles de priorité](#) du club.

Vous pouvez vous faire remplacer ou annuler votre inscription à tout moment avant le début de la sortie, moyennant les frais spécifiés dans les [conditions d'annulation et de remboursement](#). À plus de 30 jours du départ, vous pouvez en outre souscrire une assurance annulation pour couvrir ces frais, à l'exclusion d'une franchise et du montant de cette assurance.