

Pic du Mas de la Grave

Vendredi 22 mars 2024 - dimanche 24 mars 2024 / 3 jours

Niveau physique : soutenu

Niveau technique : ΔΔΔ

Type : en étoile

Hébergement : refuge

Transport : libre

Participation aux frais : 190 € hors transport

Nombre de places (organisateur compris) : 5

Début de validation des inscriptions : mardi 9 janvier 2024

Accord obligatoire : oui

N.B. : si un accident grave advient lors de la sortie, il est indispensable d'avertir au plus vite les dirigeants du Club. Leurs contacts sont disponibles au lien suivant : <https://www.clubalpin-idf.com/contacts-urgence>.

Présentation

Au pays de la Meije... Notre objectif sera le Pic du Mas de la Grave, 3020 m. Nous l'adapterons aux conditions nivo-météorologiques annoncées et rencontrées. Depuis notre camp de base, le refuge éponyme tout confort, de nombreuses possibilités s'offriront à nous avec toujours la Meije et ses glaciers en toile de fond !



Le Chazelet et le Pic du Mas de la Grave
(source refuge du Pic du Mas de la Grave)

Transport

Le transport jusqu'à notre point de rendez-vous est libre et à la charge de chacune et chacun.

Point de rendez-vous : gare SNCF de Grenoble le vendredi 22 mars à 10h13 (heure d'arrivée du TGV en provenance de Paris Gare-de-Lyon).

Point de séparation : gare SNCF de Grenoble le dimanche 24 mars en fin d'après-midi.

Pour celles et ceux qui voyageront depuis la région parisienne, je vous recommande vivement de prendre les trains suivants :

- **Aller (vendredi 22 mars)**
TGV Paris Gare-de-Lyon 7h13 → Grenoble 10h13
- **Retour (dimanche 24 mars)**
TGV Grenoble 20h47 → Paris Gare-de-Lyon 23h46

N.B. : le CAF IdF et l'organisateur ne pourront pas être tenus pour responsables de la non récupération totale ou partielle des frais que vous aurez engagés pour rejoindre notre point de rendez-vous et quitter notre point de séparation en cas de changement de destination ou d'annulation de la sortie, notamment pour cause de mauvaises conditions nivo-météorologiques.

J1 : vendredi 22 mars

C'est en voiture de location que nous rejoindrons le Chazelet à la mi-journée. Nous nous mettrons alors en route, chaussés de nos raquettes à neige, pour une petite étape qui nous amènera à notre camp de base.

Distance ≈ 4 km

Dénivelé ↑ ≈ 270 m

Dénivelé ↓ ≈ 140 m

Temps ≈ 2h00

J2 : samedi 23 mars

Grosse journée en perspective, l'objectif du jour sera le Pic du Mas de la Grave si les conditions nivo-météorologiques le permettent...

Distance ≈ 13 km

Dénivelé ↑ ≈ 1150 m

Dénivelé ↓ ≈ 1150 m

Temps ≈ 8h00

J3 : dimanche 24 mars

Nous reviendrons sur nos pas du premier jour pour en aller-retour visiter le Signal de la Grave, 2446 m, via la crête de Côte Rouge. Nous pourrions également nous décider pour un chemin de crêtes très prometteur - Crête de la Buffe, la Petite Buffe, 2683 m - qui nous conduira à la voiture.

Distance ≈ 11 / 10 km

Dénivelé ↑ ≈ 750 / 940 m

Dénivelé ↓ ≈ 890 / 1070 m

Temps ≈ 6h15 / 7h45

Équipement

Matériel		Vêtements ^[2]	Boisson et vivres
Technique <ul style="list-style-type: none">✓ Bâtons télescopiques avec rondelles à neige✓ Crampons✓ Piolet✓ Raquettes à neige✓ Sac à dos (≈ 35 à 45 l) et son sur-sac (éventuellement)	Confort et hygiène <ul style="list-style-type: none">✓ Bouchons d'oreilles (éventuellement)✓ Comprimés purification eau (éventuellement)✓ Drap de sac de couchage (sac à viande)✓ Papier hygiénique✓ Petite pharmacie personnelle✓ Petite trousse de toilette et serviette de toilette (légère) Cartographie & orientation (éventuellement) <ul style="list-style-type: none">✓ Altimètre✓ Boussole✓ Carte(s) topographique(s) de la sortie✓ Récepteur GPS Divers <ul style="list-style-type: none">✓ Appareil photo (éventuellement)✓ Briquet✓ Couteau de poche✓ Crayon bois✓ Lampe frontale ^[1]✓ <u>Pochette étanche avec vos papiers d'identité, carte CAF, moyens de paiement et titres de transport</u>✓ Téléphone portable	Tête <ul style="list-style-type: none">✓ Bonnet✓ Tour de cou type Buff Haut du corps <ul style="list-style-type: none">✓ 1^{ère} couche technique respirante✓ 2^{ème} couche chaude✓ 3^{ème} couche chaude✓ Gants chauds et imperméables (2 paires) Bas du corps <ul style="list-style-type: none">✓ Pantalon de montagne✓ Chaussettes chaudes✓ Chaussures de montagne chaudes et imperméables adaptées aux crampons et aux raquettes à neige✓ Guêtres (éventuellement, selon autres équipements bas-du-corps) En fond de sac <ul style="list-style-type: none">✓ Chaussettes et sous-vêtements pour se mettre au sec (soirs et nuits)✓ Doudoune légère ou gilet léger (éventuellement)✓ Veste coupe-vent et imperméable avec capuche type Gore-Tex✓ Sous-gants (éventuellement)✓ Sur-pantalon coupe-vent et imperméable type Gore-Tex	<ul style="list-style-type: none">✓ Gourde ou poche à eau✓ Thermos (conseillé)✓ Vivres de courses x 3 jours

[0] Ensemble DVA numérique, sonde et pelle obligatoire ; chaque participant doit en maîtriser l'utilisation. Il est possible de le louer selon les conditions décrites [ici](#). Tout participant ne le possédant pas au départ de la sortie ne pourra pas y participer.

[1] Charge des piles à vérifier avant la sortie.

[2] A adapter selon sa sensibilité au froid, à l'humidité et ses habitudes.

Inscription

Dès la parution de cette fiche technique, accord préalable de l'organisateur requis. Le mode opératoire à suivre est détaillé [ici](#).

La participation aux frais est prévisionnelle. Les comptes seront soldés individuellement après la sortie. Elle comprend uniquement les postes suivants :

- les frais administratifs sur les sorties (16 €) ;
- l'A/R de la gare SNCF de Grenoble à Le Chazelet en voiture de location (≈ 49 €) ;
- les 2 demi-pensions au refuge du Pic du Mas de la Grave (≈ 111 €) ;
- une provision pour d'éventuels imprévus (≈ 14 €).

Pour en savoir plus sur cette sortie

- [Refuge du Pic du Mas de la Grave](#)
 - [Pic du Mas de la Grave : Versant SW - depuis le Chazelet](#)
 - [Signal de la Grave : Versant W](#)
 - Très beau partage d'itinéraires et avec pédagogie de Paulo Grobel, [ici](#) :-)
 - [Géoportail](#) et carte topographique TOP25 IGN 3335 ET et 3435 ET
-
- Ou bien contacter directement Frédéric via le [KiFaiKoi](#) ou par téléphone au +33 7 82 79 08 40. C'est avec plaisir que j'essaierai de répondre aux mieux à vos questions. N'hésitez pas !