

# Échappée en Chartreuse, Som, Som !

du jeudi 27 juin 2024 au dimanche 30 juin 2024

|                                                                     |                           |
|---------------------------------------------------------------------|---------------------------|
| Organisatrices : <a href="#">Danielle Haenn, Maria Dolores Réal</a> | Niveau : <b>Moyen+ ▲▲</b> |
| Avec accord : <b>Oui</b>                                            | Itinérant avec portage    |
| Effectif maximum : <b>8</b>                                         | Hôtel et gîte d'étape     |



Vue du Petit Som sur le Grand Som (B.M.)

Zou vers la fraîcheur des sommets du Massif de la Chartreuse ! Une montée rapide au col de Porte nous propulse à 1365m d'altitude, sous le sommet de Chamechaude (2082m), point le plus haut de Chartreuse. De là, nous avons accès au parc naturel régional de la Chartreuse, riche de sa biodiversité, sa faune, sa flore, avec ses paysages exceptionnels.

Ensuite, nous serons basés à Saint-Pierre-de-Chartreuse, village situé au cœur du massif et surplombé par des sommets emblématiques: le Grand Som, le Petit Som, le Charmant Som, d'où nous devrions avoir un panorama exceptionnel, si la météo le permet.

## Niveau et esprit

La Chartreuse, massif calcaire, est réputée pour ses falaises et ses dalles de lapiaz.

Pas de difficulté technique, mais quelques passages raides et exposés, qui demandent une certaine assurance et de ne pas être sujet au vertige. Pour accéder à certains sommets, il y a quelques courts passages aériens, mais pas difficiles pour un randonneur pratiquant régulièrement la montagne.

Rythme de montée +350m / heure.

## Participation aux frais

**210 €**

**Incluant** : 1 demi-pension, 2 nuits en gîte, les transferts en bus et taxi, les frais d'organisation (carte, transport organisatrices) et les frais CAF.

**N'incluant pas** : le transport depuis Paris, les repas de midi pris en pique-nique, 2 dîners pris au restaurant, les en-cas et boissons.

## Transport

Le transport est libre, horaires indicatifs à vérifier auprès de la SNCF (à l'ouverture des ventes) :

**Aller** : Départ jeudi 27/06 à 7h14 de PARIS GARE DE LYON. Arrivée à 10h13 à GRENOBLE

**R.V.** à 10h20 dans le hall de gare de Grenoble, pour prendre tram et bus pour le col de Porte.

**Retour** : Départ dimanche 30/06 à partir de 18h30.

Plusieurs TGV de GRENOBLE à PARIS GARE DE LYON : à 18h47 ou à 19h pour une arrivée à 21h46 ou 23h à Paris.

## Hébergement et repas

Nous serons en dortoirs, avec lits superposés. 1ère nuit en demi-pension au gîte-hôtel du col de Porte, 2 nuits en gîte-étape, à St Pierre de Chartreuse, en auto-gestion, nous préparerons nous mêmes nos petits déjeuners, les dîners seront pris au restaurant.

Prévoir son pique-nique le 1er jour, puis possible d'en commander au col de Porte, et ravitaillement possible à St Pierre de Chartreuse.

## Programme

**J1 – jeudi > Grenoble, Col de Porte (1324m), Chamechaude** : 8 km, + 750m, -750m, 4h de marche

Après un transfert en bus depuis Grenoble, nous arriverons au col de Porte, sous le sommet de Chamechaude (2082m), le plus haut sommet du massif de Chartreuse. Nous monterons au moins jusqu'à l'antécime de Chamechaude d'où nous aurons une très belle vue sur la Dent de Crolles, (fin parcours optionnel, avec passage câblé qui nécessite de ne pas avoir le vertige).

Nuit en demi-pension à l'hôtel du col de Porte (chalet dortoir).

**J2 – vendredi > La Pinea (1771m), Charmant Som (1867m), Saint-Pierre-en-Chartreuse** : 15 km, + 800m, - 800m, 6h de marche

Beau parcours par le sommet de la Pinéa, un peu aérien (sommet en option), puis les crêtes du Montfromage, jusqu'aux chalets de Charmant Som. Nous monterons jusqu'au sommet du Charmant Som (1867m), d'où nous aurons un superbe point de vue. Redescente vers les Chalets du Charmant Som, l'auberge et la fromagerie, puis jusqu'au col de Porte. Transfert en taxi à St Pierre-de-Chartreuse.

Nuit au gîte dans le village de Saint-Pierre-de-Chartreuse.

**J3 – samedi > Le Petit Som (1772m), le musée de la Grande Chartreuse** : 15 km, +1020m, -1050m, 7h de marche

Le Petit Som est un des plus jolis sommets du massif, d'où nous aurons une vue panoramique unique sur le monastère de la Grande Chartreuse et les sommets autour dont le Grand Som.

Nous montons du parking du musée (870m) par le GR Tour de Chartreuse, sous le Grand Som, à travers la forêt, le Pas du Loup, et au final un raidillon de la falaise à gravir pour atteindre le sommet du Petit Som. Retour par le col de la Ruchère (1407m) et les sentiers historiques des pèlerins, le long du Couvent (qui

ne se visite pas), jusqu'au musée de la Grande Chartreuse que nous visiterons (entrée 10€). Retour en bus.

Nuit au gîte dans le village de Saint-Pierre-de-Chartreuse.

**J4 – dimanche > Saint Pierre de Chartreuse, St-Hugues-de-Chartreuse, col de Porte : 12km, + 620m, - 200m, 4h de marche**

Balade sur les hauteurs de St Pierre de Chartreuse, la chapelle du Rosaire, point de vue sur le village. (+123m, 3 km, 1h)

Puis, départ vers les hameaux de St-Hugues-de-Chartreuse, visite de l'église-musée des œuvres d'Arcabas (entrée 3,80€). (3 km, 1h avec visite). Poursuite par les sentiers du plateau et la forêt, jusqu'au col de Porte, (6 km, + 520m, 2h40)

Retour en bus du col de Porte à 16h45, arrivée à 17h15 à Grenoble-Notre Dame (à 30mn de la gare).

*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

### Papiers

- Carte CAF, pièce d'identité,
- Carte d'assurance-maladie
- Carte bancaire ou espèces,
- 1 chèque pour régler un éventuel solde,
- 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

- 1er pique-nique, encas, eau pour la première journée,
- Couteau pliant, fourchette, cuillère, gobelet.

### Hygiène

- Effets de toilette, petite serviette.

### 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,
- 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.

## Modalités sanitaires

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

## En cas d'accident grave

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 avec le lien suivant : <https://www.clubalpin-idf.com/contacts-urgence>.

## 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 7 mars 2024** 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.



Vue sur Chamechaude (B.M.)