

Escapade découverte de la rando raquettes (Vercors)

8 au 9 février 2025

Niveau : Facile + -▲▲ - Refuge traditionnel - En itinérance - Portage

9 places - Ouverture des inscriptions: 22/11/2024

Avec son altitude idéale et sa diversité de paysages, le Vercors est l'endroit rêvé pour découvrir la raquette à neige. Alors... raquettes aux pieds, partez !

Nos journées sont calculées pour s'initier en douceur dans un paysage magnifique situé au cœur du parc naturel du massif du Vercors aux environs de la superbe ligne de crête de la Molière (panorama Mont-Blanc !) et de la Réserve biologique d'Engins.

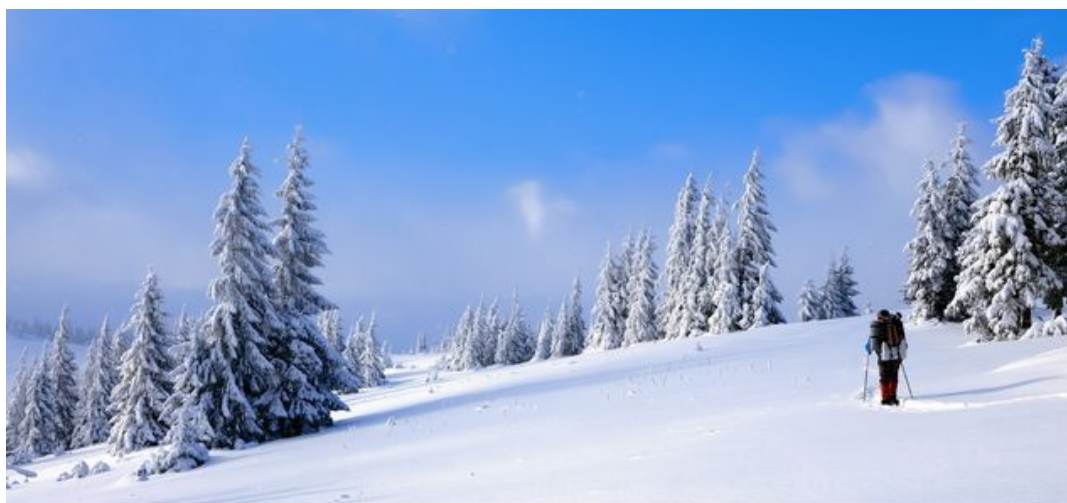
La découverte n'empêchant pas les défis, nous avons rendez-vous avec une grande variété de terrains : longue ligne de crête, sommet (Plénouze 1648m), combes, Pas du Tracollet, Pas du Mortier, ...le tout en alternance avec une belle couverture craquante de forêt et prairies sapinées.

Attention, le refuge qui nous accueille est traditionnel (pas de douche, mais un petit lavabo pour une toilette de chat, électricité rationnée).

PROGRAMME :

Rendez-vous samedi matin sur le quai d'arrivée du train à la gare de Grenoble à 10h15. Un taxi nous conduira sur le Plateau du Vercors.

→ Mémo : Prenez soin de votre dos et sélectionnez l'indispensable seulement lors du remplissage de votre sac à dos ;-).



J1 : En route vers la crête de la Molière

Dépose à Autrans pour rejoindre le sentier de Combe Payraud qui nous conduira à la route forestière Barthélemy, puis au refuge des Feneys. Une matinée de grimpe progressive qui nous placera juste sous la crête de la Molière et le sommet de Charande.

Pour les plus courageux, une option bonus et une visite à Charande, les autres pourront rester au chaud au refuge ;-).

Demi-pension au Refuge Les Feneys.

ATTENTION : Magie d'un univers hors du temps = électricité rationnée, chauffage au poêle à bois, monter son eau potable ou l'acheter sur place (ou la faire bouillir pour nos thermos), pas de douche mais un lavabo.

En savoir plus sur le refuge : <https://www.refuge-des-feneys.com/>

Distance étape (sans le bonus): 6,2km, 3h de marche environ, dénivelée cumulée +480m / -0m.

J2 : En route vers la crête de Traversée de la montagne de Giron

Grande traversée de la ligne de crête jusqu'au bout du bout aux pieds de La Sure et de La Grande brèche.

Retour en navette à Autrans.

Bus à Autrans pour Grenoble.

Distance étape: 11km, 4h30 de marche environ, dénivelée cumulée +300m / -550m.

- ✓ **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, d'obstacles imprévus, de cohésion du groupe, de météo taquine, et pour toute raison de sécurité. Les participants devront avoir le niveau physique et technique demandé, ainsi que l'entraînement correspondant.
- ✓ **Niveau physique F (Facile) + :** « Randonnée accessible à toute personne en forme physique normale ». Critères indicatifs : max 5h de marche, 400m de dénivelée, 10km de distance (vitesse de progression limitée par l'enneigement) ».
Attention nous sommes au top maximum du niveau facile avec un petit dépassement de 80m de dénivelé monté le premier jour, et 1km le second jour, raison pour laquelle la sortie est en Facile « + ». ***Veillez drastiquement sur le poids de votre sac à dos.***
- ✓ **Niveau technique ▲▲ :** « Randonnée évitant les accidents de terrain importants et les pentes à forte déclivité (sauf peut-être de courts passages un peu plus raides et/ou de courtes traversées de pentes raides). Le terrain peut être partiellement mêlé de rochers. Danger de glissade. Accessible avec un peu d'expérience de la montagne, et à condition d'avoir le niveau physique requis ».

HÉBERGEMENT : Nous serons accueillis en demi-pension au Refuge Des Feneys (1522m), très proche à vol d'oiseau d'Autrans, mais isolé en hiver. Nuitée en dortoir, pas de ravitaillement à proximité.

Lampe frontale ou de poche, et sac à viande indispensables.

Aucun café ni ravitaillement sur le chemin en dehors du refuge.

TRANSPORT : Le transport Paris / Grenoble n'est pas inclus dans les frais de la sortie. Il y a encore des tarifs raisonnables, faites vite !! Suggestion :

ALLER: samedi 8 février Paris gare de Lyon 7h14 pour Grenoble 10h13.

RETOUR: dimanche 9 février 19h30 gare de Grenoble pour Paris gare de Lyon 22h56.

ÉQUIPEMENT ET MATÉRIEL À EMPORTER : sa bonne humeur ainsi que quelques petits et gros gâteaux à partager !

Exemple de liste :

MATERIEL ET ACCESSOIRES

- Sac à dos permettant d'y fixer les raquettes
- Couvre-sac (ou cape de pluie)
- Raquettes à neige
- Paire de bâtons de marche AVEC RONDELLES À NEIGE
- **Ensemble ARVA (piles neuves+rechange), pelle et sonde NON OBLIGATOIRE / PROPOSÉ POUR CEUX QUI SOUHAITENT S'ENTRAÎNER**
- Couverture de survie (modèle plastifié)
- Sifflet
- Lunettes de soleil (cat. 3 minimum) avec protections latérales
- **Gourde et/ou thermos 1,5l**
- Canif / cuillère
- Lampe frontale

VÊTEMENTS ET CHAUSSURES

- Sous-vêtements chauds haut et bas
- T-shirt manches longues et/ou chemise
- Pantalon
- Gants (**pensez à une 2^{de} paire pratique lorsque la première est trempée...**) et bonnet
- Chaussettes chaudes
- Chaussures de montagne (bonne imperméabilité / en cas de doute, prévoir au moins des sacs plastique pour les protéger et des chaussettes de rechange)
- Guêtres, bonnet
- Change pour le soir

SE PROTÉGER DES INTEMPÉRIES, DU FROID, DU SOLEIL

- Veste imperméable
- Polaire ou doudoune

DIVERS

- Crème solaire / Stick lèvres
- Pharmacie personnelle
- Drap-sac (sac à viande)
- Serviette, gant de toilette
- Trousse de toilette
- Papier hygiénique
- Mouchoirs
- Boules Quiès ?
- Masque et gel hydroalcoolique ?

VIVRES

- Petit-déjeuner du samedi matin, pique-nique des midis, en-cas .

PAPIERS

- Carte nationale d'identité
- Carte CAF
- Quelques espèces / chèques
- Carte Bleue
- Billets de train

Partez léger mais en sécurité !

COÛT PRÉVISIONNEL : 140€ à régler lors de l'inscription. Ce montant inclut la demi-pension au gîte le trajet en taxi/navette/bus, les frais d'organisation du groupe et de l'encadrant (transport, trousse de secours, carte...) et les frais administratifs du club. Restent à votre charge notamment les repas du midi, les en-cas et boissons diverses, ainsi que le transport SNCF.

INSCRIPTION :

La demande d'inscription est possible dès maintenant en ligne ou auprès du secrétariat. Elle ne sera effective qu'après réception de votre règlement ou paiement en ligne. Les places seront attribuées à partir du 22 novembre 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.

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



Pour en savoir plus :

Carte TOP 25 IGN 3235 OT

Au plaisir de vous rencontrer !