



La Barre des Ecrins (4102 m)

Alpinisme

3 jours / 2 nuits ou 2 jours / 1 nuit

La Barre (4102 m), point culminant du **Parc National des Ecrins**, est le **4000 le plus méridional des Alpes**. Du sommet, la **vue sur tout l'Arc Alpin** est **époustouflante**, car il domine largement toutes les montagnes alentours. Le stage se déroule de manière progressive, sur 3 jours. Etant donné les niveaux physique (Grande forme) et technique (Bonne expérience de la haute montagne), le **nombre de participants est limité à 4**. Les premiers jours vous réviserez les techniques de base de l'alpinisme (cramponnage, rappel ...) sur une arête d'un site d'escalade en vallée puis sur le glacier blanc et un beau sommet des Ecrins. Après ces 2 jours de pratique et d'acclimatation à la haute montagne, vous serez fin prêts pour l'Ascension de la Barre. **Pour les plus aguerris** il est possible de réaliser l'**ascension en 2 jours**.

Déroulement du séjour et itinéraire sur 3 Jours

Jour 1 : Refuge du Glacier Blanc (2542 m)

Rendez-vous à la gare de Briançon. Court transfert (15 mn) sur un site d'escalade des alentours pour entraînement à la traversée d'une arête rocheuse étroite (similaire à la partie terminale de l'ascension de la Barre, avec moins de vide de chaque côté bien sûr !). Dans l'après-midi, transfert (20 mn) au Pré de Madame Carle (1874 m), au cœur du Parc National des Ecrins. Entourés de sommets dépassant les 3500 m, au pied de la face nord du Pelvoux (3943 m), nous sommes d'emblée immergés dans une ambiance Haute Montagne. Montée au refuge du Glacier Blanc. Avec ses 5 km de longueur et 200 m d'épaisseur maximale, c'est le plus grand glacier des Ecrins. L'absence totale de roches morainiques à sa surface lui confère une blancheur immaculée à l'origine de son nom. Nuit au refuge du Glacier Blanc.

Temps de marche : 3h30 / M : 700 m.

Jour 2 : Pic de Neige Cordier (3614 m) - Refuge des Ecrins (3175 m)

Belle course en neige et rocher. Avec partie finale aérienne pour bien se préparer à l'ascension de demain ... + d'info et photos sur : <http://www.altituderando.com/Pic-de-Neige-Cordier-3613m-Voie>
Descente et nuit au refuge des Ecrins.

Temps de marche : 5h30 / M : 1200 m - D : 570 m.

Jour 3 : Barre des Ecrins (4102 m)

Du refuge on remonte tout le glacier Blanc jusqu'au fond du cirque. Puis on gravit la pente terminale du glacier en contournant les séracs, en direction du Dôme. Juste après avoir franchi la rimaye, sous le Dôme, on part droit, dans une pente de neige et glace, jusqu'au Pic Lory (4088 m). On parcourt ensuite 100 mètres d'arête étroite (roche, neige, glace) vers l'Est, pour arriver à la Barre.

+ d'info et photos sur : <http://www.altituderando.com/Barre-des-Ecrins-4102m>

Descente au Pré de Mme Carle par le même itinéraire qu'à la montée. Transfert (35 m) et séparation à Briançon.

Temps de marche : entre 8h30 et 10h00 / M : 900 m - D : 2300 m.

Déroulement du séjour et itinéraire sur 2 Jours

Jour 1 : Refuge des Ecrins (3175 m)

Rendez-vous à la gare de Briançon. Court transfert (35 mn) au Pré de Madame Carle (1874 m). Montée et nuit au refuge des Ecrins en passant par le Glacier Blanc.

Temps de marche : 4h30 / M : 1300 m.

Jour 2 : Barre des Ecrins (4102 m)

Du refuge on remonte tout le glacier Blanc jusqu'au fond du cirque. Puis on gravit la pente terminale du glacier en contournant les séracs, en direction du Dôme. Juste après avoir franchi la rimaye, sous le Dôme, on part droit, dans une pente de neige et glace, jusqu'au Pic Lory (4088 m). On parcourt ensuite 100 mètres d'arête étroite (roche, neige, glace) vers l'Est, pour arriver à la Barre.

+ d'info et photos sur : <http://www.altituderando.com/Barre-des-Ecrins-4102m>

Descente au Pré de Mme Carle par le même itinéraire qu'à la montée. Transfert (35 m) et séparation à Briançon.

Temps de marche : entre 8h30 et 10h00 / M : 900 m - D : 2300 m.

Les temps de marche sont donnés à titre indicatif et n'incluent pas les pauses.

M : Montée (dénivelé positif total) - D : Descente (dénivelé négatif total).

Ce programme peut être modifié par le guide en cas de force majeure.

Cartographie

Carte IGN Top 25 : Meije Pelvoux n°3436ET.

Niveau

Physique

GRANDE FORME 1 2 3 4 5 **6**

Technique : **Expérimenté**

Etapes de 6 à 7h de marche et de plus de 1200 m de dénivelé positif. L'altitude élevée réduit les capacités physiques. Vous devez pratiquer la randonnée ou un sport d'endurance assez régulièrement et avoir une **très bonne forme physique**. Vous faites preuve d'un **très bon équilibre en terrain vertigineux**. Il est nécessaire de savoir cramponner sur des pentes de neige allant jusqu'à 35°. C'est une course de neige et rocher, de **niveau général Peu Difficile** (PD) en fonction des conditions d'enneigement. **Escalade facile, niveau 3** maximum (sur une échelle de 1 à 9).

Hébergement et nourriture

En **refuges de haute montagne**, en **pension complète**.

Vous dormirez dans des dortoirs avec les toilettes sur le palier. Pas de douches.

A midi vous mangerez un pique-nique « tiré du sac », préparé avec des produits du pays par votre guide ou par les refuges.

Le repas du soir et le petit déjeuner sont servis dans l'hébergement. La cuisine est traditionnelle et copieuse, adaptée aux randonneurs.

Portage

Vos **bagages ne sont pas acheminés** entre les refuges.

Vous porterez **dans un unique sac à dos vos affaires personnelles pour la durée du séjour**.

Encadrement

Un guide de haute montagne diplômé d'état pour **2 à 4 participants**.

A partir de 3 participants, un second guide rejoindra le groupe pour l'ascension de la Barre.

Rendez-vous et séparation

Le premier jour, rendez-vous à 9h00 devant la gare SNCF de Briançon (05).

Vous devez arriver "en tenue" (habillement + sac à dos), prêts à partir directement en randonnée.

Le dernier jour, séparation vers 16h00, au même endroit.

Accès au lieu de Rendez-vous

En train

Horaires non contractuels, donnés à titre indicatif. Renseignements SNCF : <https://www.oui.sncf/>

Train de nuit direct depuis la gare de Paris-Austerlitz (horaires indicatifs)

Aller • Départ de Paris à 21h22 • Arrivée le lendemain à Briançon à 08h31

Retour • Départ de Briançon à 20h29 • Arrivée le lendemain à Paris à 07h38

Ou bien arrivée la veille au soir à Oulx en TGV direct depuis Paris + Navette + nuit à Briançon

(+ Rapide et parfois moins cher que le train de nuit)

Aller : départ à 10h41 *ou* 14h41 (Paris-gare de Lyon) - arrivée à 15h23 *ou* 19h23 (Oulx)

Retour : départ à 17h16 *ou* 8h36 le lendemain (Oulx) - arrivée à 22h31 *ou* 13h19 le lendemain (Paris-gare de Lyon)

Puis **NAVETTE régulière** (7,5 € le trajet) entre la gare d'Oulx et la gare SNCF de **Briançon** :

Aller : départ de la Gare d'Oulx à 15h45 ou 19h45 (1h de trajet : arrivée Briançon 16h45 ou 20h45)

Retour : départ de la Gare de Briançon à 15h15 ou 7h00 le lendemain (arrivée à Oulx à 16h20 ou 8h05 le lendemain)

Informations non contractuelles données à titre indicatif : **à vérifier**.

Réservation obligatoire 36h à l'avance : **05 Voyageurs** ☎ 04 92 502 505 ou www.05voyageurs.com

En voiture

Grenoble / col du Lautaret / Briançon par la RD1091 **ou** Gap / Briançon par la RN94.

Vous pouvez également passer **par le Tunnel du Fréjus et le col du Montgenèvre (Via l'Italie)** :

Chambéry - Tunnel du Fréjus - Italie - Col du Montgenèvre - Briançon

Tarifs Tunnel du Fréjus : si vous revenez par le même itinéraire, prendre un aller-retour (valable 7 jours) à 55,40 € / sinon 44,40 € l'aller simple (Tarif au 1er janvier 2018 / informations sur www.sfrtf.fr).

Visualisez votre itinéraire : www.viamichelin.fr ou www.mappy.com

Conditions de circulations : <https://www.inforoute05.fr/wir3/circulation.html>

Covoiturage : <https://www.blablacar.fr/>

De nombreuses opportunités pour voyager de façon **économique et écologique** ...

Hébergements à proximité du lieu de Rdv

Nom	Situation	Contact	Prix indicatifs
Hôtel de Paris** (fermé pour travaux)	200 m de la Gare	04 92 20 15 30 www.hotelparis-serrechevalier.com	Chambre à partir de 55 € Petit-déjeuner 15 €
Pension St-Antoine	200 m de la Gare	04 92 21 04 52 http://www.hotel-saint-antoine-briancon.fr/fr/	Chambre à partir de 50 € Petit-déjeuner 8 € ½ pension 65 € (sauf WE)
Hôtel Edelweis**	800 m de la Gare	04 92 21 02 94 http://www.hotel-edelweiss-briancon.fr/	Chambre à partir de 49 € Petit-déjeuner 10 €

Stationnement à proximité du lieu de Rdv

Vous pouvez vous garer sur le parking de la gare pour toute la durée du séjour.

Dates et prix

Les séjours se déroulent **du jeudi au samedi**. De la mi-juin à fin août.

Mais vous pouvez également **choisir d'autres dates**.

Nombre de participants	Tarif / personne	
	2 Jours	3 Jours
3 ou 4 participants	685 €	900 €
2 participants	535 €	900 €
1 seul participant	980 €	1540 €

Le prix comprend :

- L'hébergement en refuges gardés.
- Les petit-déjeuners (sauf jour 1), les pique-niques et les dîners du RDV à la séparation.
- Les transports de personnes prévus durant le séjour.
- L'encadrement par un guide de haute montagne diplômé d'Etat.
- Le matériel technique de groupe (cordes, mousquetons, broches ...)

Le prix ne comprend pas :

- Le matériel technique personnel (possibilité de location sur place).
- L'acheminement de votre domicile au point de rendez-vous, ni le retour.
- Les vivres de course (en-cas) : fruits secs et barres énergétiques.
- Les boissons et dépenses personnelles.
- L'assurance annulation/assistance/rapatriement.

Assurance

Elle est facultative mais nous avons l'obligation légale de vous les proposer.

Le paiement du séjour par carte bancaire peut, dans certains cas, vous couvrir en partie.

Renseignez-vous auprès de votre banquier.

Nous vous proposons une assurance offrant de nombreuses garanties :

• Annulation • Assistance/Rapatriement • Interruption • Dommages bagages

Son montant est de **4,85% du prix total du séjour**. Elle doit être souscrite et réglée en totalité dès l'inscription. Les détails du contrat et la procédure à suivre en cas de besoin, vous seront adressés avec votre confirmation d'inscription ou sur simple demande.

Modalités de paiement

Si vous vous inscrivez plus de 3 semaines avant le départ, nous vous demandons un acompte de 30% du prix du séjour.

Le solde restant devra ensuite être réglé au plus tard 3 semaines avant le départ.

Si vous vous inscrivez moins de 3 semaines avant le départ, vous réglez la totalité du prix du séjour.

Conditions de vente

Les conditions générales (voyages et séjours) et particulières légales de vente sont disponibles sur simple demande ou sur notre site Internet.

Votre habillement

En montagne le temps change vite et en quelques heures la température peut chuter de plus de 10°C. Le soir, en altitude, la température est souvent inférieure à 5°C. Même si vous randonnez en été, équipez-vous « chaudement ».

Comment vous habiller « de la tête aux pieds »

La Tête

- Chapeau ou casquette
- Lunettes de soleil protection 3 ou 4 couvrant bien les yeux

Le Buste

La « règle des 3 couches » :

- Première couche : Tee-shirt ou chemise (manche courte ou manche longue) respirant favorisant l'évacuation de la transpiration. En matière synthétique (polyester) mais pas 100% coton.
- Seconde couche : Veste ou sweat polaire, pour garder la chaleur, tout en évacuant la transpiration.
- Troisième couche : Veste imperméable, type Gore-Tex, pour protéger du vent et de la pluie.

Les Jambes

- Pantalon de randonnée, solide, respirant et "déperlant", en matière synthétique (éviter le 100% coton) pour une protection contre les déchirures, le vent et la pluie.
- Pantalon léger (type jogging) pour le soir

Les Mains

- 1 paire de gants + sur-gants (mouffles) étanches.

Les Pieds

- Des chaussures d'alpinisme rigides (en cuir épais ou coque plastique). Avec semelles ayant de bons crampons (pas trop usés) sur lesquelles on peut adapter des crampons.
 - Guêtres ou stop-tout, pour éviter que la neige ou les petits cailloux n'entrent dans les chaussures.
- Dans la mesure du possible, nous vous recommandons **d'utiliser vos chaussures chez vous avant de participer à une rando** afin que vos pieds s'y adaptent.
- Chaussettes de randonnée en matière synthétique (pas 100% coton) pour une bonne évacuation de la transpiration et limitation des frottements (prévention des ampoules).
 - Des chaussons en plastique sont prêtés par les refuges.

Matériel technique

Le matériel technique collectif (cordes, mousquetons, broches ...) est fourni par le guide.

Vous devez vous munir du matériel technique personnel suivant :

- Casque d'alpinisme
- Baudrier d'alpinisme avec mousqueton à vis
- Piolet léger pour la marche (Longueur de 60 à 70cm / seulement 50 à 60 cm si vous avez bâtons).
- Crampons avec anti-bottes (plaque de plastique limitant l'accumulation de neige) ajustés à vos chaussures
- 1 paire de bâtons télescopiques

Location de matériel

Si vous désirez louer du matériel technique, merci d'en faire la demande lors de votre inscription. Ce matériel sera réservé dans notre magasin de sport partenaire et vous le récupérerez avec le guide, après le rendez-vous. Si vous n'avez pas réservé le matériel, vous pourrez le louer au magasin au tarif public, sous réserve de disponibilité (majoration de 10%). Les paiements s'effectuent directement auprès du magasin.

Tarifs préférentiels (réservation indispensable)

Tarifs 2018	2 jours	3 jours
Chaussure alpinisme	14,5 €	20,7 €
Baudrier + mousqueton	10,9 €	15,3 €
Piolet	8,1 €	11,7 €
Crampons (+anti-bottes)	11,8 €	17,1 €
Casque	8,1 €	11,7 €
Pack complet*	44,1 €	64,8 €

*chaussures, baudrier, mousqueton, piolet, crampons, casque.

Matériel divers

Les indispensables

- Gourde de 1 litre minimum.
- Bâche de protection du sac à dos (étanche)
- Papier hygiénique pour la journée

- 1 lampe de poche pour se déplacer la nuit dans les dortoirs et les départs matinaux
- couteau de poche
- Petite pharmacie personnelle : élastoplast ou deuxième peau contre d'éventuelles ampoules ; anti-inflammatoire : Aspégic, Doliprane...; pastilles contre le mal de gorge : Strepsil.... ; boules Quiès contre les ronflements ... et tous vos médicaments personnels habituels.
- Crème solaire protectrice pour la peau et "stick" pour les lèvres.
- Couverture de survie légère en aluminium.
- Drap cousu ou "sac à viande" (couvertures fournies en refuges)
- Vos affaires de toilette et une petite serviette (dans sachet plastique, pas de grosse trousse)

Les facultatifs

- Appareil photo, jumelles, altimètre, ...

Le sac à dos de randonnée

De contenance 40 litres.

Privilégiez un sac léger, avec armature dorsale rigide, bretelles et ceinture larges et confortables. Prévoir une bâche de pluie pour protéger le sac en cas de pluie.

Votre sac à dos contiendra le pique-nique du jour, les vivres de course et l'ensemble des affaires (habits de rechange, nécessaire de toilette...) dont vous aurez besoin pour toute la durée du séjour. Le sac sera allégé pour les courses éventuelles en aller-retour au départ du refuge.

Le poids de votre sac, une fois plein, ne devra pas dépasser 18% de votre poids.

Informations légales

TrekAlpes EURL au capital de 7500 €

Inscription au RCS de Gap sous le SIREN n°530 670 546 le 7 mars 2011

Garantie financière 100.000 € par Groupama

Responsabilité civile professionnelle par HISCOX – 75002 Paris

Licence d'agence de voyages n°IM005110006 par Atout France – 75008 Paris

Pour nous contacter

www.trekalpes.com

Mél : contact@trekalpes.com

Tél : 04 92 50 82 93

Dernière mise à jour 31-07-18