

Haute Route des Ecrins

Raid itinérant à ski en Haute Montagne 5 jours / 4 nuits / 5 jours de randonnée

Sans nul doute le **plus beau raid à ski des Alpes** françaises. Réservé aux **très bons skieurs** de randonnée en excellente condition physique. Vous serez immergés en haute-montagne entre 2000 et 4000 mètres. Les passages des cols sont parfois techniques. Mais vous apprécierez ensuite les longues descentes dans un **décor grandiose de glaciers et pics acérés**, entre les sommets prestigieux de la Meije, du Pic de Neige Cordier, de la **Barre des Ecrins** (4102 m) ou des Agneaux. Points d'orgue de ce séjour : l'ascension du pic de Neige Cordier (3614 m) et du **Dôme de Neige des Ecrins (4015 m)** superbes belvédères sur tout l'Arc Alpin.

Déroulement du séjour et itinéraire

Jour 1 : Dôme de la Lauze (3568 m) - Refuge de la Selle (2673 m)

Rdv à la gare de Briançon à 8h45. Transfert (40 mn) à la Grave. Montée en téléphérique au pied du glacier de la Girose puis en télésiège jusqu'au Dôme de la Lauze. Belle descente, via le col de la Lauze (3512 m), en versant sud jusqu'au refuge de la Selle. Nuit en refuge.

D : 900 m.

Jour 2 : Col du Replat (3335 m) - Refuge du Châtelleret (2232 m)

Montée par le glacier de la Selle, sous l'imposant sommet du Râteau (3809 m), jusqu'au col du Replat. Superbe panorama, notamment sur le massif de la Meije. Descente sur le refuge du Châtelleret situé au pied du Pic Occidental de la Meije (3983 m). Nuit en refuge.

M : 660 m - D : 1100 m.

Jour 3 : Col de la Casse Déserte (3483 m) - Refuge Adèle Planchard (3169 m)

Montée au col de la Casse Déserte par le glacier de la grande Ruine. Itinéraire assez soutenu, mais l'arrivée au col est superbe, entre les parois du Pic Bourcet (3715 m) et de la Grande Ruine (3765 m). Belle traversée, sous le sommet de la Grande Ruine, jusqu'au refuge Adèle Planchard. Perché sur son promontoire, le refuge offre un panorama fabuleux sur les Ecrins (Notamment sur la Barre et le Dôme). Nuit au refuge.

M : 1250 m - D : 315 m.

Jour 4 : Pic de neige Cordier (3614 m) - Refuge des Ecrins (3175 m)

Après 1000 m de descente jusqu'au pied du glacier de la Plate des Agneaux, nous entamons une belle montée sur le glacier des Agneaux. Du col Emile Pic (3483 m), ascension optionnelle du Pic de

Neige Cordier. Panorama fabuleux sur le cirque des Ecrins. Descente vers le glacier Blanc et le refuge des Ecrins. Nuit au refuge.

M et D : 1300 m. (+ 130 m si montée à Neige Cordier)

Jour 5 : Dôme des Ecrins (4015 m) - Pré de Madame Carle (1874 m) ou Ailefroide (1500 m)

Départ matinal du refuge, avec un sac à dos allégé. Nous remontons la douce pente du glacier jusqu'au col des Ecrins (3367 m). C'est là que commence la véritable ascension. La pente devient plus raide. L'effet de l'altitude commence à se faire sentir et la respiration devient plus profonde. Mais tous ces efforts sont finalement bien récompensés par le panorama superbe depuis le sommet : Barre des Ecrins (toute proche), Viso, Mont Blanc, Mont Rose, Cervin, Grand Paradis, Vercors, Dévoluy, Ventoux, ... tout l'arc Alpin s'offre à nos yeux ! Nous terminons ce raid par une fabuleuse descente de plus de 2000 m, via le refuge des Écrins pour récupérer nos affaires, jusqu'au Pré de Mme Carle ou Ailefroide (en fonction du déneigement de la route). Transfert (40 mn) et séparation à la gare de Briançon.

M : 840 m - D : 2140 m (ou 2515 m si descente jusqu'à Ailefroide).

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

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

Programme de la fin Avril et de début Mai

Etant donné que le téléphérique de la Grave ferme le 26 avril, le 1^{er} jour le programme sera :

Jour 1 : Montée au refuge de la Selle (2673 m)

Rdv à la gare de Briançon à 8h45. Transfert (2h) à St-Christophe-en-Oisans (1650 m). Remontée du vallon de la Selle jusqu'au refuge du même nom. Nuit au refuge.

M : 1000 m.

Cartographie

Carte IGN Top 25 : Meije Pelvoux n°3436 ET

Niveau

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

Etaptes quotidiennes de 6 à 8 heures et 900 à 1300 m de dénivelé positif.

Pentes souvent abruptes (40° maxi) avec utilisation du baudrier (progression en cordée) et des crampons.

Vous devez être un très bon skieur de randonnée et avoir très bonne forme physique.

Les effets de l'altitude (raréfaction de l'oxygène) sollicitent d'avantage les organismes.

Hébergement et nourriture

Vous serez hébergés dans des refuges de haute montagne gardés, en pension complète.

Vous dormirez dans des dortoirs de 8 à 15 personnes environ, avec sanitaires sur le palier ou à l'extérieur. Pas de douches.

A midi vous mangerez un pique-nique « tiré du sac », préparé avec des produits du pays par votre guide ou le gardien du refuge. Le repas du soir et le petit déjeuner sont servis dans les refuges.

La cuisine est traditionnelle et copieuse, adaptée aux randonneurs.

Portage

Vous porterez **dans votre sac à dos vos affaires personnelles pour la durée du séjour** et votre matériel de sécurité individuel (Pelle, sonde).

Encadrement

Un guide de haute montagne diplômé d'état pour **3 à 6 participants**.

Rendez-vous et séparation

Le premier jour, rendez-vous à 09h00 devant la gare SNCF de Briançon (05).

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 (Tarifs indicatifs / informations sur www.sftrf.fr).

Visualisez votre itinéraire sur 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

Tarifs indicatifs (non contractuels)

Nom	Situation	Contact	Prix indicatifs
Hôtel de Paris**	200 m de la Gare	04 92 49 97 50	Chambre à partir de 60 € Petit-déjeuner 10 €
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 55 € 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

Réalisable de la **mi-mars à la début mai**. Départ tous les Lundis.

Vous pouvez également choisir d'autres jours de départ. Demandez-nous !

Tarifs par personne en €	
Si 3 à 6 participants	1050
Si 2 participants	1400

Le prix comprend :

- L'hébergement en refuges gardés.
- Les petit-déjeuners (sauf jour 1), les pique-niques et les dîners.
- Les transports de personnes prévus durant le séjour.
- Le(s) forfait(s) pour les remontées mécaniques prévu(s) au programme (sauf à partir du 26 avril).
- L'encadrement par un guide de haute montagne diplômé d'Etat.
- Le prêt du matériel individuel de sécurité (DVA, pelle, sonde, baudrier).

Le prix ne comprend pas :

- L'acheminement de votre domicile au point de rendez-vous, ni le retour.
- Le matériel de ski (skis, chaussures).
- Les crampons.
- Les boissons et dépenses personnelles.
- Les vivres de course (en-cas) : fruits secs et barres énergétiques ; à prévoir selon vos goûts.
- L'assurance annulation/assistance/rapatriement/interruption.

Assurance

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

Le simple fait d'être titulaire d'une 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 • Dommage et perte 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.

Habillement

L'habillement n'est **pas fourni par TrekAlpes**.

En montagne le temps change vite et en quelques heures la température peut chuter de plus de 10°C. En altitude, la température est souvent inférieure 0°C, surtout si le vent souffle. Equipez-vous donc « chaudement ». **Comment vous habiller « de la tête aux pieds » :**

La Tête

- Bonnet ou casquette en « laine polaire ».
- Lunettes de soleil (indice de protection 3 ou 4) recouvrant bien les yeux pour limiter la réverbération.
- Masque de ski anti-brouillard.
- Masque en néoprène ou foulard tube (type Buff) ou cagoule, pour les grands froids.

Le Buste

La « règle des 3 couches » :

- Première couche : Tee-shirt « respirant », moulant, à manches longues ou courtes, favorisant l'évacuation de la transpiration. En matière synthétique (polyester) mais pas 100% coton.
- Seconde couche : Veste ou sweat en laine polaire, pour garder la chaleur tout en évacuant la transpiration.
- Troisième couche : Veste imperméable, type Gore-Tex, pour protéger du vent, de la pluie et de la neige.

Les Jambes

- Collants moulants, en matière synthétique pour garder la chaleur tout en permettant d'évacuer la transpiration.

- Pantalon ou sur-pantalon de ski, à la fois respirant et étanche, en Gore-Tex double-couche, pour une bonne protection contre les déchirures, le vent, la pluie et la neige. Si possible avec guêtres intégrées et s'ouvrant sur toute la longueur (meilleure aération).
- Pantalon léger (type jogging) pour le soir dans l'hébergement.

Les Mains

- Paire de gants chauds et étanches (Type Gore-Tex). Pour davantage de chaleur, vous pouvez également utiliser des sous-gants ultrafins en soie.
- Paire de gants de rechange.

Les Pieds

- Chaussettes (2 paires) de ski, hautes ou mi-hautes, chaudes, en matière synthétique (pas 100% coton) pour une bonne évacuation de la transpiration et une limitation des frottements (prévention des ampoules).
- **Pas besoin de** chaussures pour le soir dans l'hébergement car les refuges prêtent des sabots en plastique.
- Guêtres (si vous n'en avez pas déjà des intégrées à votre pantalon).

Matériel technique

Non fourni par TrekAlpes.

- **Skis** de randonnée légers, équipés de fixations adaptées, avec une semelle entretenue (nourries et fartée régulièrement).
- Fart pour faciliter la glisse et colle pour ré-encollage éventuel des peaux.
- **Peluches** (« **peaux de phoques** ») adaptées à la forme du ski et pas trop usées avec un encollage propre.
- **Couteaux** adaptés aux fixations pour la neige très dure et la glace.
- Bâtons de ski (éviter les bâtons télescopiques, fragiles) avec des rondelles larges.
- **Chaussures** de ski de randonnée avec chaussons intérieurs amovibles et semelles type Vibram. En cas de location, testez-les et protégez efficacement les zones de frottement (avec Compeed et Elasto) dès le jour du départ.
- **1 paire de crampons** avec anti-botte, adaptable à tous types de chaussures de rando à ski.

Location

Nous pouvons vous réserver tout ou partie du matériel technique. Il vous suffit d'en faire la demande lors de l'inscription en précisant bien votre taille et votre pointure. Vous récupérerez ce matériel au magasin de sport avec le guide, après le rendez-vous. Paiement sur place.

Tarifs INDICATIFS hiver 2018-2019	5 jours
Skis + peaux + couteaux + bâtons	159 €
Chaussures	42 €
Skis + Chaussures	175 €
Crampons	30 €

Matériel de sécurité

Le matériel suivant est fourni.

- 1 Détecteur de Victimes en Avalanche (DVA).
- 1 pelle et 1 sonde.
- 1 baudrier avec mousqueton à vis.

Ce matériel est fourni et transporté gracieusement par votre guide jusqu'au lieu de départ.

Afin de lui éviter de transporter du matériel inutile, **merci de nous signaler à l'avance si vous avez votre propre matériel (tout ou partie) de sécurité.**

Matériel divers

Ce matériel n'est **pas** fourni par TrekAlpes.

Les indispensables

- Thermos ou gourde isotherme, de contenance 1 litre minimum. Pas de gourde en métal ou en plastique car les liquides y gèlent.
- Bâche de protection pour le sac à dos (étanche).
- 1 lampe de poche ou frontale pour se déplacer la nuit dans les dortoirs.
- Couteau de poche.
- Petite pharmacie personnelle : Elastoplast ou deuxième peau (Compeed) contre d'éventuelles ampoules ; anti-inflammatoire : Aspégic, Doliprane ; pastilles contre le mal de gorge : Strepsil, Lysopaïne ; boules Quiès contre les ronflements ... et tous vos médicaments personnels habituels.
- Crème solaire protectrice pour la peau (Indice de Protection 25 minimum) et "stick" pour les lèvres.
- Couverture de survie légère en aluminium.
- Drap-sac (couvertures fournies dans les refuges) et serviette de bain.
- Vos affaires de toilette.
- Papier hygiénique pour la journée.
- Sacs plastiques ou sacs poubelles pour protéger vos affaires (étanchéité).

Les facultatifs

- Appareil photo, jumelles, altimètre, ...

Le sac à dos

Pour **transporter vos affaires personnelles de la semaine** et le pique-nique de la journée.

De **contenance 40 litres** environ.

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.

Le poids total de votre sac une fois plein ne devra pas dépasser 15% de votre poids corporel.

Pour une personne de 60 kg, le poids maximum sera donc de 10 kg.

Sachant que la pelle + la sonde pèsent environ 700 g, 1 litre d'eau + pique-nique pèsent 1,5 kg, le sac à dos vide pèse environ 2,3 kg ; il faudra limiter le poids du reste des affaires à 5,5 kg maximum.

Informations légales

TrekAlpes EURL au capital de 7500 € - RCS de Gap SIREN n°530 670 546 - Garantie financière 100.000 € par Groupama - Responsabilité civile professionnelle par MMA

Licence d'agence de voyages n°005110006 par Atout France – 75008 Paris

Pour nous contacter www.trekalpes.com contact@trekalpes.com Tél : 04 92 50 82 93

Maj 2-10-19