



Le Mont Pelvoux

Alpinisme

3 jours / 2 nuits

Ce majestueux sommet de **presque 4000 m** (3943 m), sans difficulté technique, est accessible aux marcheurs bien entraînés. Visible depuis la vallée de la Durance, il symbolisa pendant longtemps le massif et lui donna même son nom, avant d'être détrôné par la Barre des Ecrins (4102 m).

Les 2 premiers jours le guide vous initiera aux techniques de base de l'alpinisme (cramponnage, rappel) sur le glacier blanc et le site d'escalade d'Ailefroide. Après ces 2 jours de pratique et d'acclimatation à la haute montagne, vous serez fin prêts pour la traversée du Pelvoux.

Déroulement du séjour et itinéraire

Jour 1 : Refuge du Glacier Blanc (2542 m)

Rendez-vous à la gare de l'Argentière-les-Ecrins. Court transfert (30 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. Après une petite marche d'approche, nous prenons pied sur le 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. C'est le terrain idéal pour se familiariser avec les différentes techniques de cramponnage, d'utilisation du piolet et de progression en cordée. Nuit au refuge du Glacier Blanc situé juste à proximité des séracs du front du glacier.

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

Jour 2 : Refuge du Pelvoux (2700 m)

Nous redescendons au Pré de Madame Carle pour un petit transfert en voiture (5 mn) à Ailefroide (1500 m), haut-lieu de l'alpinisme dans les Ecrins. La matinée est consacrée à la révision des bases de l'escalade et de la désescalade (rappel) en haute montagne. L'après-midi, nous remontons tranquillement le long du tumultueux torrent de Celse Nière, à travers la douce forêt de mélèzes. Après seulement une heure de marche, nous sortons du mélézin : entourés de sommets dépassant les 3500 m, au pied de la face sud du Pelvoux, nous sommes à nouveau en Haute Montagne. Ce vallon sauvage abrite de nombreux chamois. Au cours de l'ascension vers le refuge du Pelvoux, beaux points de vue sur le glacier du Sélé. Nuit en refuge.

Temps de marche : 5h30 / M : 1200 m - D : 700 m.

Jour 3 : Traversée du Pelvoux (3943 m)

Du refuge on rejoint la bosse de Sialouze pour prendre pied sur le glacier du même nom que l'on remonte jusqu'au couloir Coolidge. Ce dernier débouche, à 3600 m, sur le glacier du Pelvoux. On remonte ensuite ce vaste glacier débonnaire, presque plat, jusqu'à la pointe Puiseux (3943 m). Panorama fabuleux sur les glaciers Blanc et du Sélé, la Meije et la Barre des Ecrins et plus loins sur le Viso et le Mont-Blanc. Descente par le glacier des Violettes, entre les énormes séracs. Après quelques rappels sans difficulté on passe sur les restes du névé Pélissier. Enfin, on descend dans le ravin du Pelvoux pour rejoindre Ailefroide. Transfert (20 m) et séparation à l'Argentière-les-Ecrins.

Temps de marche : entre 8h30 et 10h00 / M : 1245 m - D : 2445 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 : Débutant

Étapes de 6 à 7h de marche et de plus de 1100 m de dénivelé en moyenne. 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**. Pas besoin d'expérience préalable de la haute-montagne. Durant **les premiers jours vous apprendrez les techniques de base** de la progression en cordée, en haute montagne, sur neige et rocher, avec crampons et piolet. La montée en altitude et la longueur des étapes sont progressive pour une bonne acclimatation. L'ascension du dernier jour se fait ainsi dans les meilleures conditions.

Le Pelvoux est une course de neige, de **niveau général Facile (F)** à 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 sanitaires sur le palier.

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 **1 à 6 participants**.

Pour la traversée du Pelvoux, le dernier jour, 1 guide pour 2 participants maxi donc :

A partir de 3 participants, un second guide rejoindra le groupe au refuge du Pelvoux.

A partir de 5 participants, un troisième guide rejoindra le groupe au refuge du Pelvoux.

Rendez-vous et séparation

Le premier jour, rendez-vous à 9h00 devant la gare SNCF de l'Argentière-les-Ecrins (05) = L'Argentière-la-Bessée (05).

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

Le dernier jour, séparation vers 17h00, au même endroit.

Accès au lieu de Rendez-vous

En train

Train de nuit direct depuis la gare de Paris-Austerlitz

• Départ à 21h23 ou 22h00

• Arrivée le lendemain à l'Argentière-les-Ecrins à 08h09

En journée, trains depuis Marseille, Grenoble ou Valence

Horaires non contractuels, donnés à titre indicatif. Renseignements SNCF :

① 36 35 (0,34€/mn) tous les jours de 7h à 22h ou www.voyages-sncf.com

En voiture

Grenoble / col du Lautaret / Briançon par la RD 1091 ; puis l'Argentière par la RN 94.

ou depuis Gap, direction Briançon par la RN 94 jusqu'à l'Argentière-la-Bessée

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

Hébergements à proximité du lieu de Rdv

Nom	Situation	Téléphone	Prix indicatifs / base 2 pers
Hôtel de la gare**	A la gare	04 92 23 10 02	Chambre à partir de 42 € Petit-déjeuner 8 €
Hôtel de la Mairie**	A 200 m de la gare	04 92 23 12 70 booking	Chambre à partir de 49 € Petit-déjeuner 8 €
Gîte Moulin Papillon (top !)	1,2 km de la gare	http://www.moulin-papillon.com/	½ pension à partir de 38 € Chambre ou dortoir

Stationnement à proximité du lieu de Rdv

Vous pouvez vous garer sur le parking de la gare pour la semaine.

Dates et prix

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

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

Tarifs par personne	
Si 1 seul participant	1995 €
Si 2 ou 3 participants	1200 €
Si 4 participants ou plus	950 €

Le prix comprend :

- L'hébergement en refuge gardé.
- Les petit-déjeuners (sauf jour 1), les pique-niques et les dîners (sauf jour 3).
- 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 • Dommage 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
- Bonnet qui peut se porter sous le casque (pas de pompon !)
- Lunettes de soleil protection 4 couvrant bien les yeux

Le Buste

La « règle des 4 couches » :

- Première couche : Tee-shirt ou chemise (manches longues de préférence), « respirant », favorisant l'évacuation de la transpiration. En matière synthétique (polyester/Type Odlo) mais pas 100% coton.
- Seconde couche : Veste fine et légère, « respirante », en polaire ou soft-shell, pour la chaleur.
- Troisième couche : micro-doudoune compressible, pour encore plus de chaleur.
- Quatrième couche : Veste imperméable et respirante (type Gore-Tex), pour protéger du vent, de la pluie et de la neige.

Les Jambes

- Pantalon de randonnée ou alpinisme, solide, respirant et "déperlant", en matière synthétique (pas de 100% coton) pour une protection contre les déchirures, le vent et la pluie.
- Sur-pantalon : léger et respirant (matière Type Gore-Tex), s'ouvrant sur toute la longueur, pour l'enfiler rapidement sans avoir à se déchausser, en cas de forte pluie, neige, vent ou grand froid.
- Collant fin, pour les plus frileux (qui pourra servir de pyjama la nuit).

Les Mains

- Gants légers (soft-shell, cuir ou polaire).
- Gants chauds (type alpinisme ou ski).
- Sur-gants (mouffles) légers mais étanches (Type Gore-Tex). Pour améliorer l'étanchéité et la chaleur des gants ou bien mouffles étanches et très chaudes.

Les Pieds

- Chaussures d'alpinisme rigides à tige montante. Avec des semelles ayant de bons crampons (pas trop usés) sur lesquelles on peut adapter des crampons (Débords avant et arrière). Dans la mesure du possible, il est recommandé **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). Taille haute (mi-mollet).
- Guêtres ou stop-tout, pour éviter que la neige ou les petits cailloux n'entrent dans les chaussures.
- Des chaussons en plastique sont à votre disposition dans 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 qui n'est **pas fourni** :

- Casque d'alpinisme
- Baudrier d'alpinisme avec mousqueton à vis
- Piolet léger pour la marche (Longueur de 60 à 70 cm)

- Chaussures d'alpinisme étanches et à semelle rigide
- Crampons avec anti-bottes (Plaque de plastique limitant l'accumulation de neige) ajustés à vos chaussures

Location du matériel

A réserver à l'avance paiement sur place.

Tarifs indicatifs Eté 2022 pour 3 jours	
Casque	16 €
Baudrier	20 €
Crampons	25 €
Piolet	16 €
Chaussures	36 €
Casque, baudrier, crampons, piolet, chaussures	85 €

Matériel divers

Les indispensables

- Gourde de 1 litre minimum
- Bâche de protection du sac à dos (étanche)
- Papier hygiénique pour la journée
- 1 lampe frontale pour se déplacer la nuit dans les dortoirs et marcher le matin (départ vers 4h30)
- 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 un sac en plastique (pas de trousse lourde)

Les facultatifs

- Appareil photo, jumelles, altimètre, ...

Le sac à dos de randonnée

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.

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 15% de votre poids.

Informations légales

TrekAlpes EURL capital 7500 € / RCS de Gap SIREN 530 670 546 / Garantie financière 100.000 € Groupama / Responsabilité civile professionnelle MMA / Licence d'agence de voyages n°IM005110006 par Atout France – 75008 Paris

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

Dernière mise à jour 1-6-22