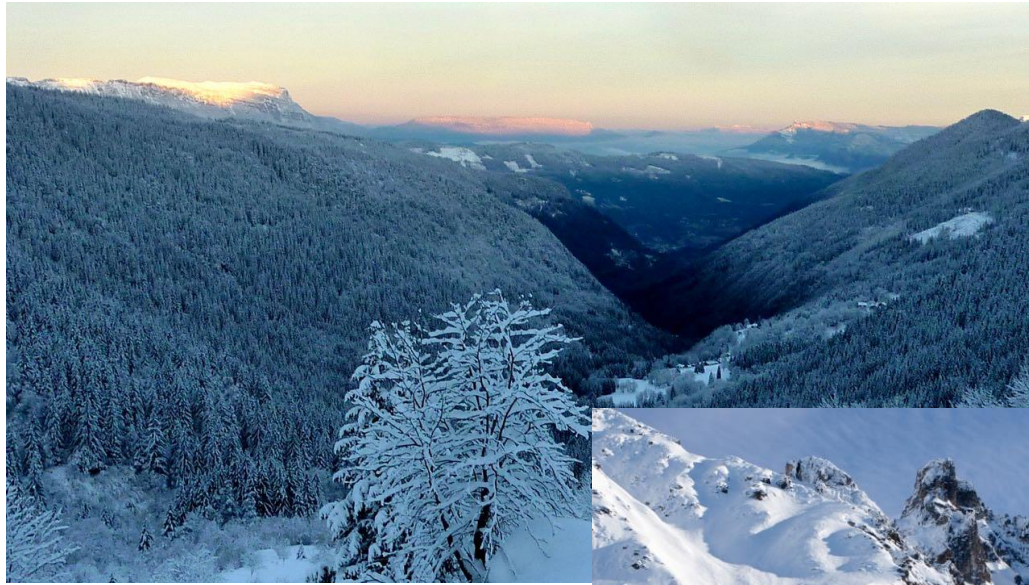




# Le massif de Belledonne : les Préalpes version sauvage et préservé en itinérance ou Etoile !

## France



Situé entre Grenoble, la Combe de Savoie, la vallée de la Maurienne et le massif des Rousses, le massif de Belledonne est un des endroits incontournables du ski de randonnée. La couleur est affichée : ici on commence bas, dans les forêts, pour finir haut, sur les sommets ainsi que les cols. De longues et belles journées en perspective...Belledonne se mérite !

Le plus de ce raid : un raid skiant, sauvage, peu parcouru, avec de longues descentes ! Un mixe avec un refuge non gardé, et un hôtel confortable. On pourra laisser du matériel au refuge Combe Madame afin de skier avec des sacs allégés les 2 jours suivants, et récupérer le tout en J3 à la descente. Un relief complexe, avec de nombreux cols et vallées entre chassés, et des dénivelés assez conséquent, ce qui en fait un endroit sauvage et préservé. Comme les autres massifs des Préalpes, Belledonne figure parmi les premiers à être touchés par les précipitations, l'enneigement et donc souvent conséquent, jusque tard en saison.

<b>Dates et heures</b>	<p>Début du séjour : le 18/02/2021 à 8 h 30          Fin du séjour : le 21/02/2021 à 16 h  <b>Autres dates sur demande.</b>  <b>Période :</b> A partir de février jusque avril. Très bon ski de printemps.          Malgré l'altitude relativement basse des départs, l'enneigement est souvent conséquent en Belledonne.</p>
<b>Niveau technique requis</b>	<p><b>Niveau minimal exigé : bon skieur toute neige, expérience du ski hors-piste et de randonnée. Ce raid peut être votre premier raid, mais ne doit pas être votre première expérience de ski de randonnée.</b></p> <p>Niveau technique : 2/ 5          1/5 : initiation/ 2/5 : maîtrise des conversions pente 30° / 3/5 : maîtrise des conversions pente 30-35° et/ou cramponnage sur court passage neige/glace 35°-40° / 4/5 : maîtrise des conversions pente 35/40° et/ou cramponnage sur court passage neige/glace 40°-45°, ou long sur pente inf à 45° / 5/5 maîtrise des conversions pente 35/40° et techniques d'alpinisme dans pentes sup à 45-50°.</p> <p>Niveau physique : 3/5          1/5 : D+ inf à 800m/ 2/5 : D+ 800 à 1200m / 3/5 : D+ 1000 à 1500m / 4/5 : D+ 1200 à 1600m et/ou altitude / 5/5 D+ sup à 1500m + altitude</p> <p>Temps de marche (moyenne 300 m / h) : Jour 1 environ 4 h 30 / Jour 2 environ 5 h 00 / Jour 3 environ 5 h 30          Dénivelées : Jour 1 D+750 m +715 m, D- 715 m / Jour 2 D+ 1150 m, D- 1750 m / Jour 3 D+ 1515 m, D- 1700 m</p> <p><b>Option 4 jours :</b>          Temps de marche (moyenne 300 m / h) : Jour 1 environ 4 h 30 / Jour 2 environ 5 h 00 / Jour 3 environ 5 h / Jour 4 environ 5 h 30          Dénivelées : Jour 1 D+750 m +715 m, D- 715 m / Jour 2 D+ 1150 m, D- 1750 m / Jour 3 D+ 1350 m, D-1350 m/ Jour 4 D+ 1515 m, D- 1700 m</p>

	<p><b>Variante en Etoile, 3 jours :</b>  Temps de marche (moyenne 300 m / h) : Jour 1 environ 4 h 30 / Jour 2 environ 6 h 00 / Jour 3 environ 4 h 30  Dénivelées : Jour 1 D+1250 m, D- 1250 m / Jour 2 D+ 1600 m, D- 1700 m / Jour 3 D+ 1530 m, D- 1530 m</p> <p>Portage des bagages : NON</p>
<b>Encadrement</b>	<p>Nom : VEROLLET CHRISTOPHE  Diplôme : GUIDE DE HAUTE MONTAGNE  Tél. mobile : 06 33 07 85 37  E-mail : <a href="mailto:chr.verollet@gmail.com">chr.verollet@gmail.com</a></p>
<b>Taille du groupe</b>	<p>Nombre minimum requis : 4 participants  Nombre maximum requis : 6 participants</p>
<b>Type d'hébergement</b>	<p>Une nuit en refuge non gardé (poêle, bois, matelas et couvertures), et une nuit en hôtel (chambre de 4 personnes)</p> <p>Option itinérance 4 jours : Une nuit en refuge non gardé (poêle, bois, matelas et couvertures), et deux nuits en hôtel (chambre de 4 personnes), ou deux nuits en refuge non gardé, et une nuit en hôtel (suivant programme).</p> <p>Variante en Etoile : Nuit en hôtel (chambre de 4 personnes)</p>
<b>Repas</b>	<p>Repas du soir et petit déjeuner préparé par vos soins en Jour 1  ½ pension en hôtel en Jour 2  Repas de midi : piques niques sortis du sac.</p> <p>Variante en Etoile :  ½ pension en hôtel  Repas de midi : piques niques sortis du sac.</p>
<b>Moyens de transport</b>	<p>Voitures personnelles en co-voiturage.</p>
<b>Formalités</b>	<p><b><u>Formalités de police :</u></b>  - pièce d'identité obligatoire en cours de validité</p>

	<p><b>Formalités sanitaires :</b> Afin de réaliser ce séjour de randonnée dans les meilleures conditions, nous vous conseillons d'effectuer au préalable un bilan médical chez votre médecin généraliste pour confirmer votre aptitude à la randonnée en montagne. <b>COVID 19 :</b> Appliquer les mesures en vigueur au moment du séjour imposées par le gouvernement ou le département. Respecter les mesures barrières et la distanciation physique. Porter un masque en complément quand la distance d'un mètre ne peut pas être respectée.</p> <p><b>Informations à communiquer à l'agence avant le séjour :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Nom / Prénom / Adresse postale / adresse e-mail à l'inscription en ligne</li> <li><input type="checkbox"/> Numéro de téléphone portable que vous aurez lors du séjour</li> <li><input type="checkbox"/> Nom et numéro de la personne à contacter en cas d'urgence</li> <li><input type="checkbox"/> Copie document d'identité</li> <li><input type="checkbox"/> Si non souscrite auprès de l'agence, copie attestation d'assurance Rapatriement (avec nom de l'assurance, numéro du contrat, numéro de téléphone 24/24)</li> </ul>
<b>Date, lieu et heure du rendez-vous</b>	Le premier jour sur le parking du terminus de la route de Fond de France, lieu-dit La Martinette, à 8 h 00. Variante en Etoile : St Colomban des Villards, devant l'hôtel « Auberge du Glandon », au centre du village, à 8 h 00
<b>Moyen d'accès au rendez-vous</b>	Par vos propres moyens.
<b>Date, lieu et heure de dispersion</b>	Le dernier jour séparation à la Martinette vers 14 h Variante en Etoile : Séparation devant l'hôtel « Auberge du Glandon », au centre du village, vers 15 h 00
<b>Description de l'itinéraire</b>	<p><b>Jour 1 : La Martinette (1050 m) – Col du Mouchillon (2286 m) - Refuge de Combe Madame (1784 m)</b></p> <p>RDV au terminus de la route de la Martinette, départ de la randonnée, à Fond de France, 8 h 00. Briefing de la journée et point sur le matériel. Nous commençons la montée tranquillement dans la forêt. La vue s'ouvre au fur et à mesure que l'on gagne en altitude, et nous découvrons ce magnifique vallon, avec notamment les Couloirs des Mouchillons. Nous arrivons au refuge non gardé de la Combe Madame. Nous allégeons les sacs pour partir léger au col du Mouchillon : 700 m de dénivelé pour autant de descente. La vue depuis le col sur le massif de Belledonne est saisissante. Descente jusqu'au refuge pour la nuit.</p>

**Jour 2 : Refuge de Combe Madame (1784 m) – Col de la Croix (2529 m) – Cime du Sambuis (2727 m) - St Colomban des Villards (1100 m)**

Une magnifique journée, sur un parcours sauvage, très peu parcouru. Nous pourrions laisser des affaires au refuge car nous passons par ici au retour, afin d'être léger les deux prochains jours.

Montée au col de la Croix, au-dessus du refuge. La montée est plaisante, et le dénivelé se gagne rapidement car il y a peu de distance.

Nous sommes au cœur du massif, et le panorama est grandiose. Une courte descente en traversée, et nous remettons les peaux pour remonter au Sambuis, sommet emblématique de la vallée des Villards. Nous arrivons au sommet du Sambuis, point culminant de cette fabuleuse étape. Place au pique-nique et à la contemplation. La descente, elle, est longue et magnifique avec ses 1550 m jusqu'à Valmaure. Nous poursuivons à pied environ 20 mn (2 km) jusqu'à St Colomban des Villards, pour rejoindre l'hôtel « Auberge du Glandon ». Repos bien mérité.

Nuit à l'hôtel.

**Jour 3 : St Colomban des Villards (1100 m) – Valmaure (1200 m) – Col du Tépey (2716 m) – La Martinette (1050 m)**

Après un repos réparateur, c'est encore une belle étape, avec aujourd'hui un parcours classique mais incontournable du secteur, le col Tépey, par la combe du Tépey.

Départ de Valmaure, la forêt s'efface rapidement, et nous remontons ce long et beau vallon, entouré par les sommets, dont le Sambuis de la veille. Nous faisons des pauses régulièrement pour savourer cette montée et ce panorama, notamment à la Pierre Barne, avant d'attaquer la partie raide qui nous amènera au col. L'arrivée au col est somptueuse, la vue à 360°. C'est un moment fort, avec une vue époustouflante. Pique-nique et repos. La descente qui nous attend est un must ; on commence par la Plagne Vaumard, soit 1000 m de pente homogène, d'un jet, juste au-dessus du refuge Combe Madame. Ensuite ça continue pour rejoindre la forêt qui nous ramène à la Martinette, soit 1700 m de descente au total. Séparation à la Martinette.

**Option itinérance 4 jours :**

**Jour 1 et Jour 2 idem**

**Jour 3 : St Colomban des Villards (1100 m) – Les Roches (1110 m) – Col des Fontaines (2481 m) – St Colomban des Villards (1100 m)**

Après une bonne nuit de repos à l'auberge du Glandon, nous partons pour la Combe des Roches et le col des Fontaines, dans ce massif magnifique de Belledonne : au panorama le Roc de Pellegrin, le fameux Puy Gris, Grand Morétan ou Aup du Pont, autant de sommets qui fleurissent avec les 3000 m, l'ambiance est sauvage. Une belle pause au sommet avec vue imprenable sur les alpes, et une longue et belle descente nous ramène au point de départ. Nuit à l'auberge à St Colomban.

**Jour 4 idem Jour 3 raid 3 jours**

**Variante du raid, en Etoile, 3 jours :**

**Jour 1 : St Colomban des Villards (1100 m) – St Alban des Villards (1100 m) – Col du Merlet (2286 m) - St Alban des Villards (1100 m)**

RDV devant notre camp de base, à l'Auberge du Glandon à 8h00. Briefing de la journée et point sur le matériel. Nous covoiturons jusque St Alban des Villards à 10mn de là, pour arriver au départ de la randonnée. Nous commençons la montée tranquillement dans la forêt. La vue s'ouvre au fur et à mesure que l'on gagne en altitude, et nous découvrons ce magnifique vallon, avec notamment les Rochers Vallorins et leurs couloirs. Nous gagnons progressivement du terrain, et arrivons au sommet par une pente plus raide. La vue est saisissante sur les sommets environnants. Une belle descente d'une traite jusqu'à la voiture nous attend ! Retour à l'hôtel. Apéritif de bienvenue et nuit à l'hôtel.

**Jour 2 : St Colomban des Villards (1100 m) – Valmaure (1200 m) – Selle du Puy Gris (2758 m) – Les Roches (1150 m) - St Colomban des Villards (1100 m)**

Une magnifique journée, sur un parcours classique mais incontournable du secteur : la Selle du Puy Gris, en boucle par les combes du Tépey et des Roches. Nous irons poser une voiture aux Roches le matin, afin d'anticiper le retour (quelques minutes).

Nous rentrons dans le vif du sujet, et dans le cœur du massif ! Une fabuleuse journée où nous prendrons le temps pour faire ce dénivelé, qui finalement vu la variété du parcours, ne paraît pas si longue. Pique-nique et repos au col. La descente, elle, est longue et magnifique avec ses 1700 m jusqu'aux Roches. Retour et nuit à l'hôtel.

	<p><b>Jour 3 : St Colomban des Villards (1100 m) – Valmaure (1200 m) – Cime du Sambuis (2734 m) – St Colomban des Villards (1100 m)</b></p> <p>Après un repos réparateur, c'est encore une belle étape, avec aujourd'hui le sommet emblématique de cette vallée des Villards, la magnifique Cime du Sambuis.</p> <p>Départ de Valmaure comme la veille, mais nous bifurquons très rapidement sur la gauche, dans un vallon suspendu de toute beauté, la Combe de Mont Rond, qui diffère complètement de l'itinéraire de la veille.</p> <p>La montée est homogène, nous gagnons rapidement de l'altitude. Nous faisons des pauses régulièrement pour savourer cette montée et ce panorama. La fin est plus raide et les conversions s'enchaînent. L'arrivée au sommet est un moment fort, avec une vue époustouflante sur les sommets environnants. Pique-nique et repose. La descente, elle, est un chef d'œuvre ! Retour à l'hôtel et séparation.</p> <p>Il n'est bien sûr qu'indicatif, il nous faudra nous adapter aux aléas de la météo ainsi qu'aux conditions de la montagne et des participants. En dernier ressort, l'encadrant reste seul juge du programme qu'il peut modifier en raison d'impératifs de sécurité.</p>
<b>Prix total</b>	<p><b>Raid itinérant 3 jours</b> : 490 € / personne à partir de 4 personnes. 1 à 3 personnes, prix sur demande.</p> <p><b>Raid itinérant 4 jours</b> : 695 € / personne à partir de 4 personnes. 1 à 3 personnes, prix sur demande.</p> <p><b>Variante en Etoile 3 jours</b> : 580 € / personne à partir de 4 personnes. 1 à 3 personnes, prix sur demande.</p>
<b>Le prix comprend</b>	<p>Les éléments décrits ci-dessus concernant : l'encadrement par un guide de haute montagne UIAGM pendant 3 jours ainsi que la prise en charge de ses frais (refuge, nourriture etc.), l'hébergement de Jour 1 à Jour 3 au matin, la ½ pension repas du soir et petit déjeuner de Jour 1 à Jour 3 au matin, les repas de midi (pique-nique) de Jour 2 et Jour 3, le prêt du pack sécurité (dva-pelle-sonde) sur demande.</p> <p>Option 4 jours :</p> <p>l'encadrement par un guide de haute montagne UIAGM pendant 4 jours ainsi que la prise en charge de ses frais (refuge, nourriture etc.), l'hébergement de Jour 1 à Jour 4 au matin, la ½ pension repas du soir et petit déjeuner de Jour 1 à Jour 4 au matin, les repas de midi (pique-nique) de Jour 2 à Jour 4, le prêt du pack sécurité (dva-pelle-sonde) sur demande.</p>

	<p>Variante en Etoile :</p> <p>l'encadrement par un guide de haute montagne UIAGM pendant 3 jours ainsi que la prise en charge de ses frais (refuge, nourriture etc.), l'hébergement de Jour 1 à Jour 3 au matin, la ½ pension repas du soir et petit déjeuner de Jour 1 à Jour 3 au matin, les repas de midi (pique-nique) de Jour 2 et Jour 3, le prêt du pack sécurité (dva-pelle-sonde) sur demande, l'apéritif de bienvenue.</p>
<b>Le prix ne comprend pas</b>	Le pique-nique de Jour 1 et vos vivres de courses pour le raid (fruits secs, barres énergies), les assurances personnelles, les boissons, l'équipement personnel, les frais de formalités de police et sanitaires et tout ce qui n'est pas mentionné dans le descriptif du séjour.
<b>Modalités et mode de paiement</b>	<p>Acompte de 30 % à l'inscription</p> <p>Solde à 30 jours du départ</p> <p>Règlements acceptés par virement bancaire, carte bancaire, ou « chèques-vacances » ANCV.</p>
<b>Assurances</b>	<p>Chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant la randonnée ou le voyage.</p> <p>Si nécessaire, nous vous proposons plusieurs formules d'assurances, sous réserve que votre domicile est en Europe Occidentale ou dans les Dom :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> ASSISTANCE : rapatriement / frais de secours et de recherche à 1 % du montant du voyage,</li> <li><input type="checkbox"/> ANNULATION à 3,5 % du montant du voyage</li> <li><input type="checkbox"/> Dans le cas d'achat des deux formules, Assistance + annulation à 4,5 %, vous serez également couvert pour l'interruption de séjour, en cas de rapatriement par notre contrat Europ Assistance.</li> </ul> <p>Dispositions Générales d'Assurance sur brochures Europ Assistance.</p>
<b>Matériel fourni</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Dva, pelle, sonde sur demande</li> <li><input type="checkbox"/> Pharmacie collective (petits traumatismes, mal des montagnes)</li> <li><input type="checkbox"/> Radio</li> </ul>
<b>Equipement personnel à prévoir</b>	<p><b>Votre matériel individuel</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 1 sac de couchage / 1 bol + 1 cuillère / Nourriture lyophilisée ou une casserole pour le groupe, pour cuire des pâtes par exemple (j'aurais une autre casserole pour eau chaude)</li> <li><input type="checkbox"/> Skis, bâtons, chaussures, peaux de phoques (bien encollées), couteaux</li> </ul>



- 1 Pantalon de ski « stretch » ou Gore Tex
- 1 Sous pantalon en laine type Merinos
- 1 T-shirt en laine type Merinos
- 1 Doudoune
- 1 Veste coupe-vent type Gore Tex
- 1 Paire de gants chauds / 1 Paire de gants fins
- 1 bonnet
- 1 Masque faciale en néoprène contre le froid
- 1 Mini serviette de bain microfibre, et 1 petit morceau de savon
- 1 couteau
- 1 Casquette ou chapeau
- 1 Paire de lunettes catégorie 4 haute montagne
- 1 Masque de ski (mauvais temps)
- 1 Petit tube de crème solaire et stick lèvres avec indice de protection élevé (50)
- 1 Mini pharmacie perso (protection contre les ampoules type Compeed, boules Quies, brosse à dent, dentifrice (petit tube), papier toilette ou mouchoirs), **plus un rouleau de bande adhésive type Elastoplast en prévention ampoules**
- 1 Lampe frontale avec piles neuves
- Un morceau de fart hydrophobe pour empêcher les peaux de botter (Coll Tex, BlackDiamond)
- Médicaments personnels si besoin
- 1 Sac à dos de 30/35L **avec fixation de portage pour les skis**
- 1 Bouteille d'eau d'1L/1,5L
- 1 Thermos 0,5L
- 1 Bouteille de Coca Cola 0,5L
- 1 Couverture de survie**
- Un drap de soie pour le refuge
- Nourriture de course (mélange noix, fruits secs etc)
- Espèces/chèque pour le refuge (boissons personnelles)
- Carte CAF (club alpin français) si vous êtes licencié

**Votre sac doit peser environ 7/8kg maximum (en dessous de 10 kg)**

**Vérifiez votre matériel avant de partir !**

Liste non exhaustive