

Traversée du massif du Queyras en Raquette

Du 28 février (soir) au 04 mars 2024

Une Odyssée sauvage !



Traversée Ouest-Est du massif du Queyras à partir de Guillestre en raquette et en autonomie complète. Une bonne forme physique est nécessaire et il faut prévoir le portage d'un sac à dos de plus de 15kg (nous devrons porter nos affaires personnelles pour les 6 jours ainsi que la nourriture de nos déjeuners). En hiver la température dans le Queyras peut descendre en dessous des -10°C. Les refuges/gîtes seront gardés mais parfois en altitude avec les contraintes de l'hiver.

Si les conditions météorologique et nivologiques sont favorables certains sommets sont envisageables.

6 places maximum. Date limite d'inscription : 15/12/2023

Programme prévu :

Mercredi 28 février 2024 :

- Train Gare D'Austerlitz : train de nuit direction Briançon départ à 20h51 (50€/pers)

Jeudi 29 février 2024 :

- Gare d'arrivée : Mont Dauphin – Guillestre vers 07h50
- Gare routière : Navette vers Ceillac (départ à 08h40... arrêt pied du Mélézet à 09h30) (3€/pers)
- Gîte Cime du Mélézet (gardé demi-pension 50€/pers)
- Possibilité d'effectuer une rando en aller-retour au col Tronchet 2656m.

Vendredi 1^{er} mars 2024 :

- Du gîte nous rejoignons Saint Véran par le bois de Jalavez, le Villard et le col des Estronques (2651m)

- A saint Véran (2000m) nous serons hébergés en demi-pension dans un gîte (65€/pers)

Samedi 2 mars 2024 :

- De Saint Véran nous montons vers le Pic Traversier (2882m) puis nous redescendons dans la vallée de l'aigüe blanche pour remonter vers le refuge de la Blanche (2500m 55€/pers)

Dimanche 03 mars 2024 :

- Du refuge de la Blanche nous montons au pic de Caramantran (3021m) puis nous rejoignons le col de Chamaussière (2884m) pour redescendre vers le col d'Agnel (2744m) et rejoindre le refuge d'Agnel (2580m 55€/pers)

Lundi 04 mars 2024 :

- Du refuge d'Agnel nous montons au col Vieux (2806m) pour redescendre à l'Echalp (1700m) ou nous dormirons dans le gîte de 7 fegré Est (55€/pers). DU col Vieux nous avons la possibilité de monter au pain de sucre (3208m) en aller-retour

Mardi 05 mars 2024

- Journée de réserve mais si tout va bien nous pouvons gravir le Pic Ségur (2990m) à partir de Ristolas (1604m).
- Nous redescendons à Ristolas (14h05 ou 18h05) pour prendre la navette et rejoindre la gare de Mont Dauphin – Guillestre Ville-Vieille (15h15 ou 19h15) (3€/pers)
- Train gare de Mont Dauphin – Guillestre : départ à 20h33 (50€/pers)

Mercredi 06 mars 2024

- Train Gare D'Austerlitz : arrivée à 07h56





Matériel Technique nécessaire	Qté	Commentaires	check	Prêt ASCEA
Casque d'escalade / alpinisme	1	Homologué CE pour l'escalade/alpinisme (EPI)		OUI
Paire de Raquettes à Neige	1	Le type de raquette doit permettre l'évolution en terrain pentu et glacé		OUI
DVA, Pelle, Sonde avec piles neuves	1	Triptyque indispensable => pensez aux piles nécessaires au DVA qui doivent être neuves et de haute qualité		OUI
Bâtons de marche télescopiques	1			NON
Crampons légers alu	1	Adaptable à vos chaussures de rando/alpinisme		OUI

Les vêtements et chaussures : <i>Prévoir tous les vêtements et sous-vêtements nécessaires à l'activité. En cas de doute, demander à l'organisateur</i>	Qté	Commentaire	Check
Chaussures d'alpinisme cramponnables (avec débord arrière au minimum)	1	Matériel pouvant être loué dans des magasins spécialisés	
Chaussons de refuge	1	Optionnel mais pratique pour faire sécher les chaussures d'alpinisme	
Cagoule	1		
Casquette, bandana, buff, bonnet etc.	1		
Sous-vêtement technique chaud + rechange	2		
Sweat polaire	1		
Fouffure polaire ou équivalent - softshell	1		
Veste imperméable et coupe-vent type Gore-tex avec capuche enveloppante	1		
Doudoune compressible ou polaire très chaude (pour le fond de sac)	1		
Paire de gants chauds, Mouflé	1		
Paire de gants légers	1	Gants permet de manipuler les mousquetons et de grimper avec	
Pantalon de montagne technique	1	Type déperlant	
Collant technique chaud	1		
Paire de guêtre	1	Très utile si la couverture neigeuse est importante et pour éviter d'avoir les pieds mouillés	
Paire de chaussettes de montagne chaudes	2		

Autres équipements personnels	Qté	Commentaires	check
-------------------------------	-----	--------------	-------

Sac à dos (typé alpinisme)	1	Sac de portage que vous aurez sur le dos pendant toute notre odyssée (>45l)	
Gourde isotherme (ex : thermos)	1	Pour éviter de boire une boisson trop froide et provoquer des problèmes intestinaux	
Gourde, bouteille, camelbak...	1	ATTENTION : en fonction de la température le tuyau du camelback peut geler	
Couteau, couverts, gamelle	1	Couteau type canif, opinel, etc. fourchette, cuillère et de quoi recevoir vos plats chauds	
Lampe frontale	1	Avec piles <i>neuves</i> et de qualité	
Boussole, altimètre	1	Pas obligatoire, mais si vous en avez, prenez-les !	
Petite pharmacie personnelle	1	(Compeed, pansements, médicaments personnels, etc.)	
Crème solaire, stick lèvres	1		
Paire de lunettes de soleil	1	Obligatoire et adaptée à la pratique de la montagne ! Indice 3 minimum !	
Masque de ski	1	Avec un écran tout temps ou temps blanc en cas de tempête	
Couverture de survie	1		
Papiers (carte d'identité, carte de Sécu Sociale) + copie de la licence FFME		Les papiers sont indispensables en cas d'accident, à garder en permanence sur soi (contre-indications médicales, groupe sanguin, traitement et maladie en cours...)	
Vivres de course		Pour les déjeuners et pour grignoter (fruits séchés, , graines...)	
Papier Hygiénique			
Nécessaire de toilette		Adapté au fait que nous n'aurons pas d'eau disponible facilement dans les refuges d'altitude (vive les lingettes)	
Masque de protection Covid19			
Flacon de solution hydro-alcoolique		Un flacon individuel à emporter partout	

ATTENTION : le poids pendant les montées et aussi descente sera votre ennemi ...privilégiez du matériel léger et indispensable.

NB : Cette liste n'est pas exhaustive, elle doit être complétée par vos soins (vêtements et affaires personnelles, etc.). Elle n'engage en aucun cas notre responsabilité



Inscription / Renseignements :

Eric HELIES eric.helies@wanadoo.fr tél 0686593012

Participation demandée (demi-pension avec trajet) : 380€ (230€)

(xxx€) : coût de revient d'un adhérent membre de droit ou associé