



1

GRAND PARADIS 1ER 4000 – 3J

INFORMATIONS SUR L'ITINÉRAIRE

Présentation :

Le Grand Paradis est un sommet des Alpes italiennes occidentales situé entre la province de la Vallée d'Aoste et la ville métropolitaine de Turin. Son altitude est de 4 061 mètres. Il fait partie des sommets faciles de plus de 4 000 m. Ce mini raid présente tous les attraits d'un grand raid à skis : étapes de caractère, lieux sauvages, sommet de plus de 4 000 m. Avec en plus le charme et l'accueil des refuges italiens.

Itinéraire :



Au fil des jours :

J 1 *Praviou-Damont – refuge Chabod*

De Praviou-Damont (1 836 m) dans le Valsavarenche nous attaquons la montée dans une magnifique forêt de mélèze. Le sentier nous conduit d'abord au chalet de l'alpe de Lavassey. A la sortie de la forêt, nous longeons la crête Costa-Savolera qui nous amène jusqu'au refuge Chabod (2 750 m).

On peut éventuellement faire une sortie après être arrivée au refuge.

↗ 914m

↘ 0m

J 2 *Refuge Chabod – Schiena d'Asino – Grand Paradis – refuge Victor Emmanuel*

De Chabod (2 750 m) nous remontons la moraine qui surplombe le refuge puis nous obliquons vers le sud afin d'arriver sur le glacier Laveciau. Nous remontons le glacier jusqu'au Schiena d'Asino (3 600 m). Deux options s'offrent à nous. Soit redescendre directement sur le refuge Victor Emmanuel (2 732 m), soit poursuivre l'ascension du Grand Paradis (4 061 m) que nous atteignons encordés et crampons aux pieds. Une fois redescendu à la rimaye, nous chaussons les skis et redescendons au refuge Victor Emmanuel (2 732 m).

↗ 1 310m

↘ 1 330m

J 3 *Refuge Victor Emmanuel – tête du Grand Etret - Pont*

Du refuge Victor Emmanuel (2732 m) nous partons plein sud. Par une grande traversée nous allons faire l'ascension de la tête du Grand Etret (3203 m), Après le casse-croute, nous entamons notre dernière descente vers Pont (1950 m) dans le Valsavarenche. Il est possible pour eux qui en ont encore sous le pied de faire l'ascension de la Tresenta (3 608 m) au passage.

↗ 600m

↘ 1 250m

Ce programme sera respecté dans la mesure du possible. Néanmoins nous devons nous adapter aux aléas de la météo, des conditions de neige, de la montagne ainsi qu'au niveau physique et technique des participants. Aussi le guide peut être amené à modifier ce programme. Nous vous demandons de respecter ses décisions.

INFORMATIONS TECHNIQUES

Activité :

- Ski de randonnée.
- Raid itinérant.

Massif / Région / Pays :

- Grand Paradis / Val d'Aoste / Italie.

Date & durée

- 3 jours – 2 nuits et 3 jours de ski.

Dénivelés & altitudes max :



1 310 m



1 330 m



4 061 m

Niveau :



Vous êtes capable de marcher entre 7 et 8 heures par jour et faire entre 1 200m et 1 400m de dénivelées maximum par jour.



Vous descendez aisément toutes les pistes noires avec un sac à dos entre 8 et 12kg. Vous avez une bonne expérience en dehors des pistes. Vous savez tourner et vous arrêter là où le terrain l'impose dans des pentes faciles.



Vous avez une petite expérience en ski de randonnée. Vous savez faire des conversions dans un terrain large et pas trop raide.



Raid en itinérance sans retour dans la vallée,

Evolution en terrain glaciaire,

Passages techniques et aériens,

Evolution en altitude dépassant les 4 000m,

En cas de niveau insuffisant, le guide pourra vous demander d'abrégéer votre séjour afin de préserver le groupe.

Participants :

- Séjour confirmé à partir de 3 personnes
- 4 personnes maximum par guide.
- Skieurs uniquement. Les splitboards et les snowboarders en raquette ou en mini skis ne sont pas acceptés
- *Ce voyage n'est pas adapté aux personnes à mobilité réduite.*

Hébergement :



En refuges gardés :

- **Refuge Chabod** : +39 0165 95574 ; www.rifugiochabod.com
- **Refuge Victor Emmanuel** : +39 0165 95920 ; www.rifugiovittorioemanuele.com

3

Cartes et topos :

Pour rêver, imaginer par avance, consulter :

- **Cartes CIG** : N°101 Gran Paradiso, La Grivola, Cogne (1/25 000°)

Prix :

- **750€** par personne.
- ***Vous êtes un groupe constitué, contactez moi.***

INFORMATIONS GENERALES

Organisation

- L'organisation du séjour est assurée par :
My Monts et Merveille
contact@mymm.fr
+33(7) 86 42 23 01

Encadrement

- L'encadrement du groupe pendant tout le séjour est assuré par Eric Pereira – Pars Ailleurs, guide de Haute Montagne UIAGM.
- En cas d'indisponibilité du guide de Haute Montagne, il pourra être remplacé par un autre guide diplômé UIAGM.

Portage :

- Vous portez vos affaires pour la durée du raid, le matériel de sécurité personnel (DVA, pelle, sonde et baudrier), le matériel technique (crampons et piolet) votre boisson, votre pique-nique du midi ainsi que vos vivres de courses.

Rendez-vous et Dispersion :

- Le point de rendez-vous est fixé à Pont (Valsavaranche) devant l'hôtel le premier jour à 10h30.
- Le point de dispersion est fixé à Pont (Valsavaranche) devant l'hôtel en fin d'après-midi le dernier jour.
- Nous pourrions essayer d'organiser un covoiturage.

Le prix comprend :

- Le prêt du matériel de sécurité individuel (DVA, Pelle, sonde et baudrier) et collectif.
- Les frais d'organisation et la coordination du séjour.
- L'hébergement tel que décrit.
- Les petits déjeuners du J 2 au J 3.
- Les pique-niques de midi du J 1 au J 3.
- Les repas du soir du J 1 au J 2.

Le prix ne comprend pas :

- L'assurance annulation/interruption de séjour/perte de bagages et l'assistance.
- L'acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous.
- Le retour depuis le lieu de dispersion.
- Les boissons et dépenses personnelles.
- Tout ce qui n'est pas indiqué sous la rubrique "Le prix comprend".

Liste du matériel :

Matériel technique

- chaussures de ski,
- skis de randonnée,
- bâtons,
- peaux,
- couteaux,
- DVA,
- Pelle et sonde,
- 1 piolet classique,
- Crampons,
- 1 baudrier,
- 1 longe avec mousqueton à vis,
- 1 mousqueton + 1 broche à glace,

Sac à dos

- 1 sac à dos d'environ 40 litres,
- 1 lampe frontale avec piles neuves,
- 1 couverture de survie,

Vêtements

- 1 paire de chaussettes chaudes,
- 1 paire de chaussettes chaudes de rechange,
- 1 pantalon type Gore Tex,
- Sous-vêtements bas de sport type Carline,
- Sous-vêtements bas de rechange,
- Sous-vêtements haut de sport type Carline,
- Sous-vêtements haut de rechange,
- pull en polaire ou primalof,
- Veste coupe-vent avec capuche type Gore Tex,
- 1 paire de gants légers,
- 1 paire de gants chauds,
- 1 paire de moufle,
- 1 bonnet ou bandeau,
- 1 cagoule (passe montagne) ou un masque néoprène,
- 1 paire de lunettes catégorie 4,
- 1 masque,

Divers

- crème solaire haute protection,
- stick labial,
- trousse de secours individuelle contenant Compeed, Elastoplaste,
- 1 sac à viande léger pour la nuit,
- des boules Quiès,

Alimentation

- quelques vivres de course,
- 1 thermos,

Quelques souvenirs :

