

Sommets et lacs de Belledonne

6 jours



5 nuits en refuge de montagne

Univers minéral et hors sentiers battus, ce trek est réservé aux randonneurs aguerris n'ayant pas froid aux yeux! Pentes raides et névés, crêtes acérées et sommets dominants, seront à l'ordre du jour. Vous aimez l'ambiance haute montagne? Vous aimez vous sentir seul au monde? Ce trek est fait pour vous! Je vous propose une traversée intégrale de Belledonne, des sommets les plus sauvages aux majestueux lacs d'altitude.

Itinéraire

Jour d'arrivée : Accueil en fin d'après-midi à l'hôtel de Chamrousse

Jour 1: Chamrousse (1700m) – refuge de La Pra (2100m)

Nous débuterons cette traversée par le coin le plus « fréquenté » de Belledonne mais au petit matin nous serons tranquille. Belle entrée en matière avec le lac Achard, premier lac d'une longue série. Nous nous éloignerons petit à petit des abords de la station, par le coin le plus sauvage de Chamrousse en passant quelques cols et prenant de l'altitude. Nous finirons cette journée par un éventail de lacs de toute beauté. Suivant la santé physique du groupe, une excursion sur la Grande Lauzière n'est pas exclue!

12km, 1100m D+, 6h de marche

Nuit au refuge

Jour 2: La Pra– Habert d'Aigubelle (1750m)

Le Sommet de Belledonne s'offre à nous aujourd'hui! Mais c'est aussi une des plus longue journée, avec le franchissement d'un glacier et de plusieurs cols, et toujours parsemé de lacs magnifiques, chacun ayant ses couleurs propres. La vue à 360° au Pic de Belledonne n'est qu'un aperçut de la suite de la randonnée!

18km, 1400m D+, 8h00 de marche

Nuit au refuge

Jour 3: habert d'Aigubelle – Combe Madame (1700m)

C'est le départ vers le plus beau sommet de Belledonne: La Belle Etoile! Et ne vous y trompez pas, ce ne sera pas par la voie classique! Je vous promets un final dantesque avant le sommet! La suite de la journée n'est qu'émerveillement avec la succession des lacs des Sept Laux, l'ascension du Rocher Blanc, aérienne, et sa redescente sur fond de névé sur la combe Madame.

14km, 1800m D+, 7h de marche

Nuit au refuge

Itinéraire

Jour 4:Combe Madame– refuge de l’Oulle (1830m)

Ça y est, nous voilà dans le Belledonne sauvage, minérale, isolé et hors de toute civilisation! C’est la rencontre avec soi même, cet univers de roche, de lacs d’altitude, loin de tout...seuls les bouquetins seront là pour vous sentir moins seuls! Nous franchirons plusieurs cols et dévalerons vers notre refuge nocturne moyennant quelques glissades sur les névés. Ambiance haute montagne, ambiance seul au monde...

10 km, 1500m D+, 6h30 de marche

Nuit au refuge

Jour 5: refuge de l’Oule- refuge des Ferrices (1900m)

Nous ne sortirons pas de Belledonne sans un dernier crapahut digne de ce nom: ce sera la plus sauvage de nos sorties! Personne sur nos traces, à part celles du loup sans doute...nous franchirons les cols les plus sauvages du massif pour atteindre le plus pittoresque refuge non gardé de Belledonne: première nuit en autonomie dans cet abris de fortune où nous concocterons nous-mêmes notre dîner. Nuit à la belle étoile possible pour les amoureux de la nuit en grand!

15km, 1700m D+, 8h de marche

Nuit au refuge (non gardé) ou à la belle étoile! Dîner bivouac!

Jour 6: refuge des Ferrices- Val Pelouse (1750m)

Il est temps de sortir du massif, mais avant, un dernier sommet, le plus au nord, sera incontournable pour une vue sur le Mont Blanc et la Vanoise!

Nous pourrons alors regagner notre terminus, un bout de route qui se termine sur les hauts sentiers, où notre taxi nous attendra pour un retour sur Chamrousse.

10km, 1000m D+, 5h de marche

La rando qui fait la différence!

- Séjour tout compris
- Découverte des points pittoresques que vous en pourriez pas voir sans guide
- Partage des connaissances sur tout ce qui touche à l’environnement montagnard, la biodiversité et le cosmos des nuits étoilées...
- Cours d’orientation carte et boussole, dans cet univers isolé de tout.
- Et votre sécurité est assurée par un professionnel de la montagne (Diplômé d’Etat)

Dates: De juin à septembre

Difficulté:

- | | |
|-----------------|---|
| 1 Débutant | X |
| 2 Intermédiaire | X |
| 3 Habitué | X |
| 4 Expérimenté | ✓ |

Du fait de l'altitude et du dénivelé important, ce trek est réservé aux personnes en très bonne condition physique, habituées aux cailloux, et n'ayant pas peur de « mettre les mains ».

Groupe de 4 à 8 personnes maximum

Tarifs: se reporter au site internet

Ce qui est inclus dans le prix:

- L'hébergement en pension complète
- L'accompagnement par un AMM Diplômé d'Etat

Ce qui n'est pas inclus dans le prix:

- En-cas, boissons et dépenses personnelles aux refuges
- pique nique du premier jour.

Carnets de route

- Niveau de confort:
 - Hébergement en refuge de montagne
 - Prévoir petit duvet et « sac à viande »
 - Et bien sûr.... penser à récupérer ses déchets tout le long du parcours
- Repas: que ce soit le soir en gîte ou pour le pique nique, tout sera cuisiné avec des produits bio et locaux.
- Accès:
 - Arrivée en TGV :de Paris Gare de Lyon à Grenoble: 3h environ
 - A la gare de Grenoble, navettes possible pour Chamrousse: 1H
 - Pour arriver en voiture, consulter le plan en pièce jointe.
- Logement la veille de la randonnée
 - Plusieurs hôtels à Chamrousse ou Grenoble

Equipements

- Vous portez vos sacs pendant les 6 jours, attention à ne pas vous surcharger, 8kg max c'est bien.
 - Bonnes chaussures de marche
 - Lunettes de soleil, chapeau ou casquette, crème solaire
 - Une veste chaude pour la journée, type polaire
 - Une veste de pluie et coupe vent, plus une cape de pluie
 - gourdes ou bouteilles d'eau de 1l minimum: il y a de l'eau partout dans Belledonne.
 - Couteau de poche
 - Vêtements de rechange le soir: pantalon, t-shirt, pull, chaussettes, sous vêtements toujours au sec dans le sac!
 - Serviette de bain, maillot de bain
 - Lampe frontale
 - Petite pharmacie personnelle avec vos médicaments par ex (le guide aura une trousse de secours collective)
 - Trousse de toilette, lingettes de toilettes..
 - Autre effets personnels (1 petit livre, jeu de carte...)
 - Mouchoirs ou papier toilettes...nous ne laisserons rien sur notre passage (prévoir de quoi ramener avec vous)
 - duvet