

Randonnée sportive en Chartreuse



DUREE : 3 JOURS

DATES 2020 :

NIVEAU : **DIFFICILE**

TARIF : 165€ / personne

- du vendredi 24 au dimanche 26 juillet 2020



Nuitées en gîte ou hôtel.
Réservation autonome.



Sortie assurée à partir de 4 participants minimum.

Je vous propose 3 journées de randonnée dans le Parc Naturel Régional de Chartreuse, situé sur la bordure occidentale des Alpes françaises, délimité par Grenoble au Sud et Chambéry au Nord. Ce massif sauvage et mystérieux nous offre des paysages divers et surprenants.

Les étapes seront variées avec un paysage alternant forêts, alpages, cascades ou encore ascensions de sommets qui nous offriront une vue panoramique sur la Chartreuse, les massifs environnants et le Mont Blanc.

Nous ferons des randonnées à la journée et vous n'aurez à porter que vos affaires pour la journée ainsi que votre repas du midi.

ITINERAIRE

Jour 1 : Le Grand Som

Rendez-vous à 8h30 à proximité de Saint-Pierre-en-Chartreuse, en plein coeur de la Chartreuse. Cette randonnée nous permettra de nous élever à 2026m d'altitude, sur le 4ème plus haut sommet de la Chartreuse. Une journée qui s'annonce entre alpages et roches calcaires, avec un point de vue exceptionnel sur les massifs environnants. Du Grand Som nous pourrions admirer la vue plongeante sur le **Monastère de la Grande Chartreuse !**
Temps de marche : ~7h Dénivelé : + 1200m

Jour 2 : Le Mont Granier

Lors de cette randonnée nous entrerons dans la **Réserve Naturelle des Hauts de Chartreuse**, accessible uniquement à pied et lieu où les marmottes alpines, bouquetins et chamois gambadent librement !

Depuis le Granier nous profiterons d'un panorama exceptionnel allant jusqu'au Mont Blanc.

Attention, randonnée non recommandée aux personnes sujettes au vertige.

Temps de marche : ~6-7h Dénivelé : + 1100m

Jour 3 : Le Cirque de Saint-Même

Cette journée, bien différente des jours précédents, s'effectuera entre **cascades, grottes et falaises** !

Attention, randonnée non recommandée aux personnes sujettes au vertige.

Temps de marche : ~5-6h Dénivelé : + 800m

Fin de la randonnée aux alentours de 16h00.

Ce programme peut être modifié à tout moment par le professionnel encadrant en fonction des conditions météorologiques et/ou du niveau technique et physique des participants.

TARIFS

Ce prix comprend :

- l'organisation et l'encadrement par un Accompagnateur en Moyenne Montagne

Ce prix ne comprend pas :

- le transport pour se rendre sur les différents départs de randonnée
- les demi-pensions en gîte ou hôtel. La réservation est à effectuer par le participant
- les souvenirs et les boissons
- l'assurance rapatriement (obligatoire)
- tout ce qui n'est pas dans « ce prix comprend »

INFOS PRATIQUES

Rendez-vous à 8h30 le premier jour au lieu qui vous sera communiqué lors de votre inscription, et se trouvant à proximité de Saint-Pierre-de-Chartreuse.

Niveau / effort physique : Difficile. Quelques portions nécessitent l'utilisation des mains pour progresser. De plus certains passages étant aériens, ces randonnées ne sont pas recommandées aux personnes sujettes au vertige.

Formalités : Assurance assistance-rapatriement obligatoire.

Transports : co-voiturage possible à organiser entre les participants de la randonnée. Avec votre accord je pourrai vous faire parvenir les coordonnées des personnes inscrites souhaitant covoiturer.

Encadrement : le groupe est constitué de 4 à 9 personnes maximum, assuré par un accompagnateur en montagne.

EQUIPEMENTS

- Chaussures de randonnée crantées
- Sac de randonnée pour la journée (30-40 litres max). Pensez à prévoir suffisamment de place pour le pique-nique

- Vêtements chauds en fonction des conditions météo du moment (polaire/doudoune, gants, bonnet). La montagne peut connaître de brusques changements climatiques, il peut faire très froid très vite en altitude. Aussi, ne faites pas l'impasse sur les vêtements chauds, même si la météo vous semble favorable ! A l'inverse le soleil peut être brûlant !!! En bref, sans l'alourdir, il faut toujours avoir dans le sac à dos de quoi faire face à une météo capricieuse et rigoureuse.
- Veste imperméable
- Lunettes de soleil, casquette, crème solaire
- Gourde (1.5 litre minimum par jour)
- Barres aux céréales
- Bâtons de randonnée (conseillés)
- Pharmacie individuelle (vos médicaments habituels, une couverture de survie, pansements adhésifs ou double peau, mouchoirs...)
- Sac poubelle ou sac étanche afin de conserver vos affaires à l'intérieur de votre sac au sec
- **1 masque chirurgical + 1 gel hydro-alcoolique**
- Sac de couchage ou drap de soie (pour les nuits en gîtes)

