



Ski de randonnée Découverte et Confort

Val Stura val Maira (Italie) – mars 2015

Les vallées italiennes du val Maira et du val Stura, situées sur le flanc est du Mercantour sont très enneigées en hiver. Le parcours que nous proposons permet de découvrir les plus beaux sommets de ces deux vallées par des courses à la journée, en rayonnant à partir de deux hébergements confortables, avec deux étapes en traversée qui nous donneront un petit goût de raid itinérant. L'accès depuis la France par le col de Larche est pratique et nous permet de combiner le premier jour l'approche routière et une première course en passant au col de Vars, en bordure méridionale du massif du Queyras.

En laissant nos voitures au col de Larche, nous traversons vers l'Est le col des Scalettes en direction du val Maira. Au village de Chialvetta, nous restons deux nuits chez Rolando Comba à la Locanda Occitania, rustique et accueillante. Puis nous retraversons vers l'ouest en direction du col de Larche où nous retrouvons nos voitures pour descendre vers le sud dans le Val Stura au village de Sambuco. Là, l'hôtel de la Pace nous accueille très confortablement (sauna...) et nous rayonnons à la journée dans les innombrables combes qui s'offrent à nous (quelques minutes d'approche en voiture le matin). Du bon ski sans trop de stress et le charme des villages italiens !

Les possibilités sont nombreuses et le parcours donné ci-après pourra être modifié en fonction des conditions nivologiques, certaines étapes ne pouvant se faire que par conditions de neige stable.



AU FIL DES JOURS

J1 Rendez-vous par vos propres moyens à Saint Mury Monteymond.

Nuit au gîte de la Chamoussière.

L'idée est de vérifier le matériel, organiser un covoiturage optimal pour le déplacement vers Larche et de garantir un départ matinal pour pouvoir combiner trajet et rando en J1. Pour ceux qui veulent venir en train, possibilité de vous récupérer à la gare de Lancey, Brignoud ou Grenoble.

Massif du Queyras (extrémité sud).

J2 : Transfert par route Saint Mury-Larche. Tête de Paneyron (2785m)

D+ 800m Nuit au refuge CAF de Larche.

4 h de route depuis Saint Mury jusqu'au col de Vars. A-R à la Tête de Paneyron (2785m) depuis le refuge Napoléon (1987m). 800m de dénivellée, une belle pente ouest à faire en début d'après-midi. 30' de route du col de Vars jusqu'au village de Larche .

Massif du val Maira.

J3 : Traversée du col Feuillas (2813m) ou du monte Vanclava (2877m)

Au départ à 1950m au col de Larche (à 5' de voiture du refuge) nous remontons le vallon de l'Orenaye jusqu'au lac du même nom(2411m). C'est là qu'en fonction des conditions nivologiques et météorologiques, nous choisirons entre le col de Feuillas, le mont Vanclava (belles pentes nord-est descendant sur le valle Enchiausa) ou le col de la Scalette (2650m, pentes plus douces) pour faire rejoindre le val Unerzio et le village de

Chialvetta (1495m).

Nuit en auberge à Chialvetta.

D+ entre 700 et 950m selon l'option choisie.



J4 : Le Bric Boscasso en boucle (2589m)

Au départ du village, une montée directe au travers du mélézin bien ouvert rejoint la combe de Cialancia Plana en passant par la clairière et les chalets de Gr.Ussiera. Final par la large arête nord-nord-ouest. Une splendide descente directe vers le nord-ouest en direction d'Unerzio nous ramène à Chialvetta. Nuit en auberge à Chialvetta. Possibilité de rallonger la journée à volonté en remontant les belles combes du Vallonetto ou du val Cumbal Cassorso depuis la Bandia Lunga à 2100m...

Nuit en auberge à Chialvetta. D+ 1100m



J5 : traversée vers l'ouest pour rejoindre le col de Larche, soit par le col de la Scalette (2650m) ou en enchainant col d'Enchius (2735m)- lac d'Apsoi (2300m) – col Villadel (2631m).

Au départ Chialvetta (1495m), nous choisirons d'explorer les vallons que nous n'avons pas encore parcouru pour rejoindre le col de Larche, en fonction des conditions. Nous retrouvons nos voitures au col de Larche et roulons 30' (20km) vers le sud-est jusqu'au village de Sambuco.

Nuit à l'hôtel à Sambuco. D+ 700 à 1100 m selon l'option

Massif du val Stura.

J6 et J7: randonnées à la journée au départ du Val Stura.

Nuits à l'hôtel à Sambuco

Les possibilités sont nombreuses, j'en indique ci-dessous trois parmi les plus tentantes, nous choisirons au jour le jour en fonction de nos envies et des conditions.



- **Val di Ferriere depuis Villagio Primavera (1500m)**

8km de voiture le matin en remontant vers le col de Larche jusqu'au village de Villagio Primavera. Le val di Ferriere se divise en deux à 1700m. La branche nord, le haut val Ferriere donne accès à la crête frontière à la Punta Gorgion Lungo (2736m), avec une possibilité de traverser l'arête de la Rocca Reis du nord vers le sud pour redescendre le haut val Forneris. La branche sud, le val Forneris, donne accès à un long vallon très large qui mène à la crête frontière par des pentes douces jusqu'à la Cima Blanches/Testa Ferro (2732m) en desservant auparavant plusieurs combes orientées NW, plus courtes et plus raides (colle di Stau 2500m, Rocca Verde 2689m, Monte Bassura 2556m).

- **Testa di Costabella en boucle (2760m)**

3 km de voiture le matin en remontant vers le col de Larche pour rejoindre le village de Pietraporzio. Nous remontons le vallone del Piz jusqu'à la clairière de Piuano della Regina (1461m) où nous bifurquons pour un vallon secondaire « Est », le vallone del Ciaval, jusqu'au sommet. A la descente, nous serrons à gauche pour traverser vers le nord la crête Costabella del Piz - Monte Cialancas et rejoindre le haut vallone del Piz vers 1850m par une belle combe nord directe. Puis nous suivons le vallon jusqu'aux voitures.

- **Passo di Lausa Bruna 2301m**

7km de voiture en s'éloignant du col de Larche jusqu'au village de Pianche(980m).

Nous remontons le val Corborant par une route enneigée jusqu'à dépasser les chalets de Tetti di Trocello et obliquer vers 1110m dans le vallone del Binec qui remonte droit vers le col di Lausa bruna en se resserrant progressivement en un large et majestueux couloir NNW rectiligne.

J8 : Cima della Lose en boucle (2889m) et retour sur saint Mury Monteymond.

D+ 1130m

Nuit au gîte de la Chamoussière

Le matin de ce dernier jour de ski, nous libérons nos chambre d'hôtel et roulons 15km en direction du col de Larche jusqu'à Argentera (1681m), dernier village avant le col, où nous laissons nos voitures. 1km sur des pistes de ski de fond nous donne accès au vallon de Purjac que nous remontons jusque vers 1900m pour ensuite longer la forêt en direction de la Cima delle Lose et sa large arête nord. Du sommet, nous pouvons au choix soit redescendre par le même chemin soit plonger dans la combe nord qui descend directement sur Argentera. D'Argentera, nous reprenons la route vers Grenoble en traversant le col de Larche (4h30 via Guillestre et Gap).

J9 Retour chez vous par vos propres moyens

Pour ceux qui prennent le train, possibilité de vous déposer à une gare (Lancey, Brignoud, Grenoble)





CARACTERISTIQUES TECHNIQUES

Niveau :

C'est un séjour qui demande une bonne expérience du ski de randonnée et une bonne forme physique, les pentes peuvent être raides et le dénivelé peut dépasser les 1500 mètres sur la journée.

Les courses se font à la journée (sacs légers), en essayant de privilégier des itinéraires en boucle. L'hébergement se fait dans des gîtes d'étape puis des auberges de montagne confortables.

Dates : 3-11 mars 2015

Prix : 1500 €/pers sur la base de 4 participants minimum. Acompte de 30% demandé à l'inscription, le solde doit être réglé 30 jours avant le départ.

Le prix comprend :

- Le transport entre Grenoble et le col de Larche
- L'encadrement par un guide de haute montagne français
- L'hébergement en auberge montagne en demi-pension. Douches tous les soirs !
- Les pique-niques pendant la durée du séjour
- Le prêt **sur demande** du matériel de secours en avalanche (ARVA, pelle, sonde)
- Une pharmacie collective

Le prix ne comprend pas :

- Les vivres de courses (barres...) personnelles.
- L'assurance
- Le matériel personnel
- Les boissons et extra personnels dans les auberges

Encadrement :

Un guide de haute montagne français pour 8 participants maximum.



Matériel :

- Sac à dos 40 litres permettant de porter les skis,
- Skis de randonnée, peaux de phoque, couteaux, bâtons,
- Chaussures de ski de randonnée,
- Crampons (réglés sur les chaussures),
- Baudrier léger (nous pouvons vous prêter un baudrier Cilao 100g sur demande),
- ARVA, pelle, sonde,
- 3 paires de chaussettes,
- 1 collant et un pantalon coupe vent et imperméable type GoreTex,
- 2 ou 3 T-shirts respirant et 1 fourrure polaire,
- 1 veste polaire et une veste coupe vent et imperméable type GoreTex,
- 1 Bonnet et une casquette,
- 1 paire de gants de ski chauds et 1 paire de gants en laine polaire,
- Thermos (gourde iso thermique),
- Lunettes de glacier, masque de ski, crème solaire et stick pour les lèvres,
- Petite pharmacie personnelle, trousse de toilette,
- Un appareil photo (facultatif).



Assurance annulation – rapatriement :

Vous pouvez vous assurer par vous-même ou choisir une des options proposées dans le bulletin d'inscription à renvoyer à l'agence de voyage Les Matins du Monde. Ci-dessous un topo concernant les assurances.

Les 3 principales garanties sont :

- **Annulation de voyage** : c'est un risque important mais c'est à vous de faire votre choix et de l'assumer. Attention, si vous n'êtes pas couvert, si vous êtes dans l'obligation d'annuler votre départ dans les 60 jours qui précède votre départ, vous ne pourrez pas prétendre à un remboursement.
- **Assistance rapatriement** : c'est une garantie importante qui est souvent acquise avec une carte de crédit (à vérifier par chacun selon sa carte), un contrat automobile ou habitation ... etc. Attention au fait que cette garantie ne couvre que le rapatriement depuis un hôpital à l'étranger vers le domicile de la personne concernée. Cela ne concerne pas les secours, et la prise en charge des frais médicaux n'est pas toujours effective dans des montants suffisants.

Deux garanties pour lesquelles il faut être très vigilant :

- **Frais et de recherche et de secours** : c'est la garantie la plus difficile à obtenir. Il faut être couvert au minimum pour un montant de 11400€ par personne. Très peu de contrat proposent cette garantie, et ceux qui la propose en limitent parfois l'application à des cas très particuliers (par ex : uniquement en cas d'accident pendant la pratique d'une activité sportive.... Excluant toute maladie, ou accident hors terrain sportif....).
Le contrat proposé par Les Matins du Monde est adapté à ces exigences.
- **Frais médicaux** : vérifier que la prise en charge des frais médicaux est bien prévu dans votre contrat, et que les montants pris en charge sont bien suffisants, sinon, tous les frais médicaux sont à votre charge.