

INITIATION AU RAID ARCTIQUE AVEC PULKA SUR LES HAUTS PLATEAUX DU VERCORS ;

du samedi 20 au lundi 22 Avril 2019

Nous sommes proche de la latitude 45^{ème} Nord dans le Parc Naturel Régional du Vercors et plus particulièrement au cœur de la plus grande Réserve Naturelle de France. Pourtant nous allons vivre en autonomie comme si nous étions sur les latitudes septentrionales.

Ici les altitudes oscillent entre 1400 et 1800 mètres. L'isolement et le climat de ces plateaux nous baigneront dans l'ambiance du grand nord.

Le loup habite de nouveau ces contrées sauvages. Peut être aurons nous la chance de l'entendre hurler.

Les vautours fauves seront peut-être au rendez vous, voguant dans les aires.

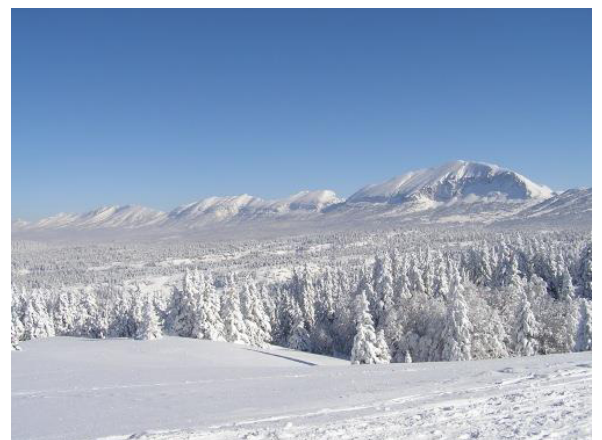


L'objectif de ce raid étant l'initiation aux pratiques de raid hivernal en autonomie totale, nous cheminerons quotidiennement pendant 5 heures, de façon à aborder les techniques de bivouac, la gestion du froid, l'apprentissage d'une marche à ski avec une pulka (info sur l'équipement sur la fiche technique). En fin d'après-midi dès le campement installé et selon la météo,

nous randonnerons sans pulka. Un moment favorable pour construire un abri neige.

Programme indicatif :

JOUR 1 : Après un regroupement sur Die ou en vallée de Gervanne, nous rejoindrons en mini bus le vallon de Combau, point de départ de la randonnée. A proximité du refuge, nous chargerons nos pulkas : il est très important de bien répartir les masses, prendre le temps de régler les harnais de traction et de faire quelques essais. L'étape sera d'environ 5 heures : passage à la petite cabane de l'Essaure, puis montée un peu technique, suivie de micro reliefs à slalomer. Nous serons dans le secteur de l'alpage de Chamousset. Suivant les conditions nous prendrons sud-ouest ou plein nord vers Chaumailoux.



JOUR 2 : Première journée en autonomie totale. Nous sommes maintenant au cœur des hauts plateaux. Suivant le choix de la veille nous aurons plusieurs options pour rejoindre la plaine de Jasneuf, . Nous remonterons plein nord en direction de Peyre Rouge et la magnifique Plaine de la Queyrie. La météo et les conditions de neige décideront de notre lieu de bivouac. Une fois notre campement installé, nous skierons sans les pulkas vers le Pas des Bachassons, cabane de l'Aiguillette ou le Roc Mazelier(observation bouquetins avec longue vue).

JOUR 3 : Dernière étape pour rejoindre le Col du Rousset. Nous partirons tôt le matin afin d'en profiter pleinement. De nouveau, nous aborderons les techniques de descentes avec la pulka qui pousse, ainsi la gestuelle élégante du Télémark. Après avoir atteint les jolis vallons sous le Grd Veymont nous cheminerons vers les bois de Varême avant de reprendre par le pas des Econdus le plateau de Beure et la descente sympathique sur la station du col de Rousset.



Dates : du samedi 20 au lundi 22
Avril 2019.

Prix : 490 €/ 3jrs, Gare Valence Ville/
Gare Valence TGV (attention, gare
différente au retour).

Ne comprend pas : acheminement de
votre domicile à Valence. La location des skis et le duvet.

Difficulté : Pour tous, bonne forme physique préférable.

Hébergement : Sous tentes quelque soit le temps.

Groupe : 7 personnes.

Accompagnement : Gérard
Manceau, Accompagnateur
montagne, moniteur ski
nordique, expériences en
Arctique.



Equipeement Personnel : Mini Raid Rando Nordique

Vêtements classiques de ski, c'est-à-dire, prévoyez ce que l'on appelle le " système trois couches " :

- une à même la peau de style thermolactyl, Damart, Lifa... (surtout pas de coton).
- une deuxième de style fourrure polaire (1 pour le haut et 1 pour le bas),
- une troisième couche en tissu style Gore-tex faisant office de coupe vent (non doublée pour éviter la condensation et avec une capuche intégrée).
- Tête/visage : bonnet, passe montagne, cagoules (une fine et une de type motard), crème solaire,...
- yeux : Lunettes de glacier et masque.
N'oubliez pas que ce sont les extrémités qui se refroidissent le plus vite.
- Mains : prévoyez des sous-gants en soie + des gants mitaine + moufles fourrées + sur gants goretex, prévoyez en secours des gants en soie et des sous-gants épais.
- Pieds : prévoyez deux ou trois paires de chaussettes.
- un pantalon de ski (de rando style Gore-tex) et un pantalon de rechange pour le soir + collant (à mettre sous le sur chaud « grd froid »).
- guêtres et une paire d'après-ski pour le soir (Sorel ou moun-boots).
- Matelas mousse du genre super Karimat et un auto gonflant (thermarest).
- Sac à viande.
- Une couverture de survie.
- Des chaufferettes pieds et mains peuvent être utiles en cas de basses températures.
- Lampe frontale avec un jeu de piles de rechange.
- quelques sacs poubelle pour ranger vos affaires ou un petit sac à dos
 - Une petite pochette avec cordelette à porter contre soi pour le hors gel.

Pour votre confort :

- Mouchoirs en papier, papier toilette, un briquet.
- Lingettes, de préférence en pochettes individuelles qui permet de les garder au chaud sur soi et ainsi éviter qu'elles ne gèlent .

Petite pharmacie, notamment si vous utilisez des médicaments particuliers, prévoir, strappal et 2^e peau, crème solaire (écran total), crème hydratante et de quoi parer aux ampoules.

Pour manger :

- Deux Thermos en métal et quart perso (thermos) .
- Bol « tupperware » avec couvercle pour garder le lyophilisé au chaud, un bol ou quart de camping.
- Couteau de poche
- Cuillère très solide (on n'utilise pas de fourchette)
- Sucrettes

Pour le Ski :

- Skis de randonnée nordique avec carres et écailles.
- Chaussures au normes de fixation « SNS ».
- Peaux de phoque.
- Bâtons télescopiques (prévoir un de rechange).

_ Sac à dos 35 litres (avec ceinture ventrale), pour y mettre appareil photos, thermos, vivre de course, bonnet de rechange, sur gants gore tex...

Dans la pulka :

- Un grand sac de voyage contenant vos affaires.

Location :

Me prévenir le plus tôt possible, surtout pour les tailles des équipements grd froid (j'ai 4 tenues de disponible, sinon loc chez « Montagne Expéditions »). Pour le matériel de ski, chez loueurs locaux.

INFORMATIONS PRATIQUES : Initiation Raid Arctique 3 jours Hauts plateaux

RDV le matin du jour 1 à 8 heure place de Beaufort sur Gervanne dans la Drôme.

Par taxi depuis la gare Valence TGV, il faut compter 45 mn .

Si vous arrivez la veille : l'Auberge du Moulin de la Pipe à Omblèze, peut vous accueillir (auberge@moulindepipe.com), comptez 1 heure depuis Gare Valence TGV (cette prestation n'est pas comprise dans le coût du séjour).

De Beaufort, nous rejoindrons Le Vallon de Combau (1h45mn de mini bus), départ de la randonnée.

Pour le dernier jour :

Nous finirons la rando vers 15h au Col de Rousset. Il sera possible de prendre une douche et de déguster un goûter (non compris dans le prix), avant de descendre à Die pour 16h30 afin de prendre votre taxi ou de faire le retour aux voitures sur Beaufort.