

Ortles 2019

LHM - Raid Ski de Randonnée

Du 20 au 27 avril 2019

LE PROGRAMME

Samedi 20

Toulouse le samedi soir pour Bormio et le refuge Forni (2178 m) où nous laisserons le minibus (1150 km / 13h de route)

Dimanche 21

Col sud du Zébru (3012 m) et descente au refuge Pizzini (2700 m).

Dénivelée : + 834 m

Lundi 22

Montée à la Cima della Miniera (3408 m) par le col Pale Rosse. Descente sur la Vedretta della Miniera et retour par le col Nord du Zebbru (3001 m).

Nuit au refuge Pizzini.

Dénivelée : + /-1100 m

Mardi 23

Gran Zebbru

Ascension avec un sac léger puisque nous reviendrons au même refuge ce soir.

Nous monterons la branche occidentale du glacier du grand Zebbru, jusqu'au passo del Bottiglia. De là, nous monterons un couloir raide à 45° en crampons, pour suivre ensuite l'arête sommitale. Cette partie est très alpine et nécessite une bonne technique.

Nuit au refuge Pizzini

Dénivelé : + 1100 m et - 1100 m

Mercredi 24

Ascension du Monte Cevedale (3769 m), puis magnifique descente suivie d'une petite montée au refuge Branca (2487 m).

Nuit au refuge Branca.

Dénivelée : + 1069 m / + 300 m

Jeudi 25

Ascension du Palon de la Mare (3703 m), puis descente au refuge Branca (2487 m).

Nuit au refuge Branca.

Dénivelée : + 1250 m

Vendredi 26

Ascension de la Punta San Mattéo (3678 m), ou au Pizzo Trezerro (3594 m) et descente aux voitures à Forni.

Nuit à Bormio ou retour.

Dénivelée : + 1200 m

L'itinéraire donné ici n'est qu'indicatif, il pourra être modifié, entre autres, du fait des problèmes de transports locaux, des incidents, des intempéries, de la décision d'une demi-journée de repos ou au contraire d'une étape rallongée

En tout état de cause, le guide de haute montagne français reste seul juge et peut également modifier le programme pour tout impératif de sécurité.

Votre équipement

Matériel technique

- Pelle
- Arva
- Sac de 40/45 litres (ABS conseillé)
- Skis de randonnée
- Peaux de phoque
- Couteaux (pour les skis)
- Chaussures de ski de rando
- Crampons acier avec antibot
- Piolet
- Baudrier léger avec 2 mousquetons à vis et une longe
- Bâtons de ski
- Masque de ski
- Casque (conseillé)
- Drap de soie

Pendant la journée, vous portez sur vous

- Un sous-vêtement thermique type Carline (séchage rapide), à manches longues.
- Une micropolaire.
- Un pantalon de montagne coupe-vent et imperméable ou surpantalon.
- Des chaussettes à l'excellente thermicité.
- Une paire de guêtres si votre pantalon n'en fait pas office.
- Un bonnet ou une cagoule type Windstopper.
- Un tour de cou polaire ou type Buff.
- Un chapeau, un foulard ou une casquette pour le soleil.
- De très bonnes lunettes de soleil avec protections latérales ou des lunettes de glacier.
- Une paire de gants légers type polaire/Windstopper.

Pendant la journée, vous portez dans un sac à dos à bretelles larges et dos anatomique, de 40 à 45 litres, permettant d'y fixer les skis

- Une veste chaude en polaire type Polartec ou Windstopper (sur vous, en fonction des conditions).
- Une veste imperméable et respirante type Goretex, avec capuche (sur vous, en fonction des conditions).
- Un collant thermique type Carline (sur vous, en fonction des conditions).
- Un tube de crème solaire et un stick labial haute protection.
- Un masque de ski.
- Une paire de gants chauds et imperméables type Goretex.
- Une gourde ou bouteille d'eau solide (1 litre au minimum) (poche à eau/pipette déconseillée, risques de gel).
- Une Thermos de boisson chaude éventuellement.
- Le pique-nique de midi et les vivres de course
- Vos affaires de toilette réduites au minimum (brosse à dents, lingettes, boules Quies).
- Des chaussettes de rechange (deux paires).
- Deux sous-vêtements thermiques de rechange.
- Un drap-sac pour les refuges (les couvertures sont fournies).
- Une lampe frontale légère et compacte.
- Du papier-toilette.
- Votre pharmacie individuelle réduite au minimum.
- Un couteau de poche.
- Quelques sachets en plastique pour protéger vos affaires.
- Une pochette étanche avec vos papiers d'identité, argent, attestations d'assurance, d'assistance.
- Le matériel technique (voir ci-dessous).
- Une couverture de survie.

A noter : Pour votre confort, votre plaisir et votre rythme, votre sac ne doit pas dépasser 8 à 10 kilos, veillez à réduire au minimum les affaires emportées.

Les tarifs

Le Transport

Location Minibus (Je compte à peu près 850€). Prévoir le coût du parking sur place (environ 60 €).

La prestation locale

Vous réglerez directement sur place les prestataires locaux pour :

- ✓ Les hébergements et repas (environ 65 € / jour pour les cafistes) et les douches.
- ✓ Les boissons et parfois l'eau minérale.
- ✓ Mes honoraires
- ✓ Assurance rapatriement et secours. La carte / assurance du CAF est fortement conseillée et permet en plus une réduction dans les refuges. Sinon prévoir autre assurance montagne (FFME).
- ✓ Les boissons
- ✓ Les dépenses personnelles