

# Paralpinisme 2010

Comme vous le savez sûrement déjà, le paralpinisme est une des multiples facettes du parapente combinant alpinisme à la montée et parapente à la descente (avec la complicité d'Eole!). Nul n'est besoin d'être un alpinisme chevronné pour envisager une telle pratique, par contre une bonne condition physique s'impose. En effet, il existe de nombreux sommets accessibles à de bons marcheurs sachant que nous porterons en plus le matériel de parapente « allégé ».

Concernant, le niveau de parapente requis, une bonne aisance tant face voile que dos voile s'impose, ainsi que la capacité à se poser sur un terrain inconnu pas forcément équipé d'une manche à air, ceci en autonomie.

Cette année, nous avons souhaité mettre en place une progression au fil des sorties, tant sur le plan montagne que parapente. L'idée étant de se donner un maximum de chances dans les meilleurs conditions pour l'objectif final le Mont Blanc!

Les deux premières sorties se feront sur un week-end chacune, quant au Mont-Blanc, nous organiserons ceci sous la forme d'un stage de 5 jours. L'idée étant de peaufiner votre technique alpinistique et d'optimiser l'acclimatation à l'altitude indispensable sur un tel projet.

## Le refuge de l'aigle et la Tête des Corridors

Situé à 3450m sur un véritable perchoir, le refuge de l'aigle est un lieu historique. Plus ancien refuge des Ecrins et également le plus haut, il se situe au pied de la mythique Meije (3986m).

Pour y accéder, 1750m de dénivelé nous attendent. Pas de panique, le départ se fait aux environs de huit heures le matin pour démarrer au frais, et nous pique-niquerons pour couper la montée. En général, 6 heures sont nécessaires (pauses comprises) pour un marcheur moyen.

Repas du soir et nuit sur place avec un coucher de soleil à couper le souffle.

Le lendemain, lever aux environs de 5h30 afin de bénéficier de bonnes conditions de neige pour l'ascension de la Tête des Corridors (3734m). Sommet d'accès aisé, nous y monterons légers, sans les voiles, afin de profiter du point de vue qu'il offre sur la face nord de la Meije.

Retour au refuge et décollage à proximité pour une longue glissade de 1750m de dénivelé jusqu'à la voiture.

5 pers maxi. Prix de la sortie 750€. Ajouter les frais de refuge

## La Grande Ruine (3765m)

Malgré son nom peu engageant la Grande Ruine est un très joli sommet offrant un panorama sur l'ensemble du massif des Ecrins. Son ascension s'effectue en deux temps: un premier jour pour monter au refuge, un second pour le sommet proprement dit.

Pour atteindre le refuge Adèle Planchard (3165m), c'est une jolie ballade qui nous attend. 1500M de dénivelé et pas mal de distance dans une ambiance plutôt bucolique pour les deux premiers tiers, plus minérale pour la dernière partie. Après l'avoir atteint, vous pourrez vous vanter d'avoir visité les deux refuges les plus éloignés du massif!

Là aussi, même stratégie que pour l'aigle: départ à la fraîche, pause pique-nique dans la montée et arrivée au refuge dans l'après-midi. Cela permet de récupérer tranquillement des fatigues de la montée.

Le lendemain, lever autour de 5h puis nous partirons pour l'ascension de la pointe Brevoort (point culminant de la Grande Ruine). Les trois quarts se déroulent sur un glacier pour terminer par une courte arête de rochers faciles (on pose les mains de temps en temps). Si vous êtes bon en calcul mental vous aurez déjà compté qu'il n'y a plus que 700m de dénivelé à gravir.

Le décollage s'effectue en contrebas du sommet, sur le glacier jusqu'à la voiture. Encore une belle occasion d'en prendre plein les yeux!

5 pers max. Prix: 750€ plus frais de refuge

## Stage Mont Blanc

Tout un mythe et un symbole derrière ces deux mots!

Point culminant de l'Europe de l'ouest avec ses 4810m, sa suprématie est contestée par l'Elbrouz, 5633m, dans le Caucase (stage paralpinime 2025 pour les fidèles!).

Qu'importe, il n'en demeure pas moins un sommet majestueux où tout paralpiniste rêve un jour d'y étaler sa voile!

En raison de son altitude élevée une bonne acclimatation est indispensable.

Voici un programme indicatif, susceptible d'être modifié en fonction de la météo (le vent notamment).

J1: montée au refuge des Conscrits (2730m) depuis les Contamines. 1500M de dénivelé avec pose au refuge de Tré La Tête.

J2: ascension des Dômes de Miage (3670m) et vol du sommet. Nuit à Chamonix

Une alternative à ces deux premiers jours pourrait être:

J1: montée à l'aiguille du midi et traversée de la Vallée Blanche. Nuit au refuge Torino (3371m)

J2: Traversée des Aiguilles Marbrées (3535m) et vol versant Italien. 1800M de dénivelé environ. Nuit à Chamonix.

J3: vol de l'Aiguille du midi le matin et vol sur site l'après-midi (Site de Plaine Joux vraisemblablement). Prévoir son matériel de vol classique pour cette journée. Plaine Joux étant un site fréquenté, un parachute de secours peut être une bonne idée!

J4: début des choses sérieuses! Montée au Nid d'aigle (2372m) grâce au Tramway du Mont Blanc. De là, montée (à pied!) au refuge du Goûter (3817m) et nuit sur place.

J5: Lever 2h du matin et Départ pour le Mont Blanc. Compter entre 5 et 6 heures de montée. Vol depuis le sommet et sinon possibilité de décollage du Dôme du Goûter à 4304m en cas de vent trop fort au sommet. Atterrissage à Chamonix (1035m).

Attention 2 pers max par guide pour le Mont Blanc. Possibilité de faire la première partie seul avec 4 pers max et possibilité de prendre un autre guide pour les deux derniers jours.

Prix pour le stage: 1900€ d'honoraires plus refuge, remontées mécaniques, nuit à Chamonix.