



**Bertrand DAVID**  
**Guide de Haute Montagne**  
 Tél. 06 74 38 22 95  
 Email : bertrand.david3@freesbee.fr

**Ski de randonnée – Raid à skis dans le Massif du Grand Paradis**  
 Alpes italiennes – 6 jours



En montant au Grand Paradis (4061m)

Venez découvrir cette superbe région idéale pour le ski de randonnée avec l'ascension d'un sommet prestigieux le Grand Paradis (4061m). Le sens de l'accueil et une certaine idée du confort des refuges Italiens permettent de passer un moment extraordinaire.

<b>Nombre de participants</b>	6 personnes maxi.
<b>Durée</b>	6 jours.
<b>Date</b>	Du 27 mars au 1 avril 2010 (autres dates possibles sur demande).
<b>Niveau</b>	Skieur alpiniste, bon niveau.
<b>Tarif</b>	1800 euros pour le groupe.
<b>Hébergement</b>	Compter environ 50 euros par jour et par personne pour la ½ pension en refuge (nuitée + petit déjeuner + repas du soir).
<b>Programme</b>	<p><b>Jour 1</b> : Voyage (rendez vous à Cogné) Val d'Aoste+ montée au refuge Vittorio Sella (2579m). D+ 800m</p> <p><b>Jour 2</b> : Si les conditions le permetteNT nous irons faire le Mont Grivola (3968m) en aller- retour depuis le confortable refuge Vittorio Sella. D+ 1400m D-1400m.</p> <p><b>Jour 3</b> : Très belle étape alpine, nous gravirons d'abord le Grand Serra (3553m), puis par un petit rappel, nous prendrons pied sur le glacier du Timorion, remontée tout près du Bivouac Sberna et très belle descente sur le refuge Chabod (2710m). D+ 1350m, D-1350m.</p> <p><b>Jour 4</b> : Ascension du Grand Paradis (4061m) par le très tourmenté glacier de Laveciau, descente sur le refuge Vittorio Emanuele (2734m). D+ 1300m, D-1300m.</p> <p><b>Jour 5</b> : Encore une très belle étape pour rejoindre le refuge Pontese (2200m). Du refuge direction plein ouest en direction du col du Grand Paradis (3345m), nous pourrons faire La Tresenta (3609 m). Grande traversée sur le Bivouac</p>

	Ivrea (2770m). De là nous remettrons les peaux de phoques jusqu'au col de Becchi (2990m) et descente sur le refuge ou nous goûterons la bière locale faite par la gardienne Mara. D+1100m, D- 1800m. <b>Jour 6</b> : Dernière étape .Nous partirons plein nord en direction du col du Teleccio (3304m), puis longue et belle descente sur Lillaz (1617m). D+ 1100m, D- 1700m.
<b>Divers</b>	Consultez ci-dessous la liste du matériel et équipement nécessaire.

**Pensez à réserver !**

Programme sous réserve des conditions météo et des disponibilités.  
Tarifs au 01/12/2009

**Matériel et équipement**

Sac à dos : 35 à 45 litres maxi. avec portes skis.

Matériel de sécurités : un ARVA, une pelle, une sonde, un baudrier avec mousquetons à vis. Nous pouvons fournir tout ce matériel.

Matériel technique : piolet, crampon. Nous pouvons fournir tout ce matériel

Pour le ski : Skis de randonnée avec peaux de phoque et couteaux.  
Chaussures de skis de randonnées.

Vêtements :

Le haut :  
Veste gore tex  
Une polaire chaude  
Une polaire fine  
Un sous vêtement respirant

Le bas :  
un collant  
sur pantalon gore tex

La tête :  
Un bonnet  
Lunettes de soleil pour le ski  
Masque anti brouillard  
Crème solaire, stick à lèvres

Les mains :  
Une paire de gants de ski chauds

Les pieds :  
Une paire de chaussettes de ski

Changes : à vous de voir, mais vraiment ne vous chargez pas. A titre indicatif, je prends juste un tee shirt et un caleçon.

Affaires de toilettes : une brosse à dent et un tube de dentifrice (petit), petites serviettes.

Pharmacie : vos médicaments personnel et de la double peaux. J'aurai avec moi une pharmacie.

Vivres de courses : barres de céréales et fruits secs.