



Le Grand Paradis, la plus haute montagne des Alpes grés avec ses 4061 mètres, se situe au cœur du parc national du même nom et est aussi la plus haute montagne dont la base se situe intégralement sur le sol italien. Grâce à son ascension techniquement aisée, c'est une montagne très appréciée de tous les alpinistes.

Programme :

- 1^{er} jour : Rendez-vous après accord avec le guide de montagne ou le bureau au parking du point de départ vers le refuge Frédéric Chabod, à quelques kilomètres du pont Valsavarenche. Après la vérification du matériel, nous grimpons via la « royal trail » (le chemin royal) jusqu'au refuge Frédéric Chabod où nous dormirons.
↑ 3:00 heures - 900m
- 2^{ème} jour : Départ vers 5h (selon les saisons). Nous atteignons le glacier Lavacieu par des chemins aisés. Nous le grimpons ensuite jusqu'à atteindre la route du Refuge Victor-Emmanuel II. Nous suivons le glacier jusqu'au pied du sommet que nous grimpons ensuite via une crête rocheuse aisée. La descente empreinte le même chemin que l'ascension vers le refuge Frédéric Chabod puis vers la vallée.
↑ 4:30 heures 1300m ↓ 5-6 heures 2200m

Informations utiles :

- Nuitée : Refuge Frédéric Chabod CAI (Club Alpino Italiano) - 2750m
- Rendez-vous : Rendez-vous à 13h30 au parking de Pravieux ou autre à déterminer avec le guide ou le bureau.
- Prérequis : Une expérience en randonnée de montagne sur des terrains exposés est nécessaire. Des connaissances techniques en Alpinisme (utilisation de crampons) ne sont pas obligatoires mais avantageuses. Condition physique pour 4-5h d'ascension suivie de la descente associée.
- Équipement : Voir la checklist ci-dessous.
- Météo : Même en été, la météo en montagne peut être extrême et nous pouvons rencontrer des chutes de neige. Nous vérifions les conditions météorologiques deux à trois jours avant la randonnée et nous vous informerons des changements utiles.
- Guide/prestations : Guide de montagne de Guidemonterosa. Peu de temps avant la randonnée, nous vous communiquerons le nom et le numéro de téléphone du guide. Pour plus d'informations, vous pouvez volontiers contacter notre bureau.

Prestations et tarifs :

- Prestations incluses :** Guide de montagne UIAGM pour l'ascension
Nuitée au refuge en demi-pension
Équipement : baudrier, crampons, piolet / bâtons
- Coûts additionnels :** trajets en train, boissons, déjeuner, coûts du voyage (jusqu'au lieu de rendez-vous), et toutes les prestations non incluses.
- Tarifs :**
- 1 participant: Euro 897,00
 - 2 participants: Euro 485,00
 - 3 participants: Euro 347,00
 - 4 participants: Euro 351,00

Pour votre préparation :

- Vêtements :** Nous conseillons des vêtements de montagne fonctionnels qui transportent bien l'humidité / principe des couches multiples pour que vous puissiez réagir aux aléas météorologiques.
- Chaussures :** Chaussures de montagne solides (pouvant être équipées de crampons) / chaussures de trekking
- Provisions :** Snacks et boissons pour cette randonnée peuvent être en partie achetés au refuge.
- Sac à dos :** Le sac à dos doit être bien préparé : ne le chargez pas plus que de raison ! Vous serez surpris de constater le peu dont vous avez besoin. Des vêtements fonctionnels et un t-shirt de rechange pour le refuge devraient suffire. Plus le sac est léger, plus le trajet sera aisé. Nous conseillons un sac à dos disposant d'un volume de max. 30-40l.
- Cartes :** Valle dell'Orco e Gran Paradiso – L'Escursionista | ESC14 | 1:25000

Pour plus de questions

Nous sommes à votre disposition pour toutes questions : merci de contacter notre bureau. DE: +49 (0)89 215536560 – Tél. CH: +41 (0)71 688-7000 – Tél. I: +39 3493674950

Liste de l'équipement

Tout ce dont vous avez besoin est marqué par un

Vêtements

- | | |
|---|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> Coupe-vent et parka en Gore Tex ou matériau similaire | <input checked="" type="checkbox"/> Gants |
| <input checked="" type="checkbox"/> Pantalon de montagne ou de randonnée coupe-vent et imperméable en softshell | <input checked="" type="checkbox"/> Vêtements chauds et qui respirent |
| <input checked="" type="checkbox"/> Sous-vêtements de rechange | <input checked="" type="checkbox"/> Chaussettes de Trekking |
| | <input checked="" type="checkbox"/> Bonnet / bandeau |

Équipement additionnel

- | | |
|---|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> Lunettes de soleil avec un indice de protection élevé | <input checked="" type="checkbox"/> Lumière frontale et évent. batterie de rechange |
| <input checked="" type="checkbox"/> Crème solaire et baume à lèvres | <input checked="" type="checkbox"/> Gourde / Thermos |
| <input checked="" type="checkbox"/> Articles de toilette – uniquement le nécessaire / léger | <input checked="" type="checkbox"/> Couteau de poche |
| <input checked="" type="checkbox"/> Sac de couchage de voyage en soie si disponible | <input checked="" type="checkbox"/> Carte d'adhésion d'une association alpine SAC / FFCAM / CAB / GAL |
| <input checked="" type="checkbox"/> Éventuellement matériel photo | <input checked="" type="checkbox"/> Carte d'identité |
| <input checked="" type="checkbox"/> Éventuellement Premiers secours, à déterminer avec le guide | <input checked="" type="checkbox"/> Éventuellement boules Quies |
| | <input checked="" type="checkbox"/> Éventuellement carte régionale |

Chaussures

- | | |
|---|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> Chaussures de montagne / trekking | <input type="checkbox"/> Chaussures d'escalade |
| <input checked="" type="checkbox"/> Ou chaussures de montagne pouvant être équipées de crampons | <input checked="" type="checkbox"/> Éventuellement des guêtres <i>non obligatoires</i> |

Équipement technique pour l'excursion

- | | |
|---|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> Baudrier | <input type="checkbox"/> Amortisseur d'énergie |
| <input checked="" type="checkbox"/> 1 x HMS mousqueton | <input type="checkbox"/> Casque |
| <input type="checkbox"/> 2 x HMS mousquetons | <input type="checkbox"/> Sac à magnésie |
| <input type="checkbox"/> Dégaines | <input type="checkbox"/> 1 x broche à glace |
| <input type="checkbox"/> Système d'assurage avec mousqueton associé | <input checked="" type="checkbox"/> Crampons antidérapants |
| <input type="checkbox"/> 1 x anneau de sangle 120cm | <input checked="" type="checkbox"/> Éventuellement piolet <i>non obligatoires</i> |
| <input type="checkbox"/> 1 x anneau de sangle 60 cm | <input type="checkbox"/> Équipement pour cascade à glace 2 pièces |
| <input type="checkbox"/> 1,2m cordelette 6mm | <input checked="" type="checkbox"/> Bâtons télescopiques |
| <input type="checkbox"/> 2,4m cordelette 6mm | <input checked="" type="checkbox"/> Sac à dos 30/40L |