



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. La traversée du Petit Paradis vers le Grand Paradis offre de l'escalade et des crêtes enneigées variées.

#### Programme :

- 1<sup>er</sup> 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 grimons via la « royal trail » (le chemin royal) jusqu'au refuge Frédéric Chabod où nous dormirons.  
↑ 3:00 heures - 900m
- 2<sup>ème</sup> jour :** Départ vers 5h (selon les saisons). Nous suivons le chemin en direction du bivouac Sberna et ensuite vers le glacier Montandayné. Nous grimons par le glacier au col Montandayné et plus loin sur la pointe Vaccarone. Nous suivons d'ici la crête via la roche et la glace jusqu'au Grand Paradis. La descente s'effectue par le même chemin que l'ascension jusqu'au refuge Frédéric Chabod puis jusqu'à la vallée.  
↑ 6-7 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 Pravigieux ou autre à déterminer avec le guide ou le bureau.
- Prérequis :** Terrains escarpés, arêtes enneigées exposées et passages d'escalade jusqu'au degré III.
- 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

**Coûts additionnels :** trajets en train, boissons, déjeuner, coûts du voyage (jusqu'au lieu de rendez-vous), si nécessaire équipement et toutes les prestations non incluses.

**Tarifs :** 1 participant : 1185,00 Euros

**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)

**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 cartes géographiques                               |

Chaussures

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Chaussures de montagne / trekking                                   | <input type="checkbox"/> Chaussures d'escalade                 |
| <input checked="" type="checkbox"/> Chaussures de montagne pouvant être équipées de crampons | <input checked="" type="checkbox"/> Éventuellement des quêtres |

Équipement technique pour l'excursion

- |   |   |
|---|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> Baudrier                        | <input type="checkbox"/> Amortisseur d'énergie                    |
| <input type="checkbox"/> 1 x HMS mousqueton                         | <input checked="" type="checkbox"/> Casques                       |
| <input checked="" 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 antidérapant         |
| <input checked="" type="checkbox"/> 1 x anneau de sangle 120cm      | <input checked="" type="checkbox"/> Piolet                        |
| <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              |