

Habilitation tourisme IM073100048

Nous appeler

+33(0)607785244 ou 0479096481

Nous écrire

y.astier@wanadoo.fr

Yves Astier

BP 9

73701 BOURG ST MAURICE cedex

Nous visiter

www.guides-alpamayo.com

L'ELBROUZ (5642 m)

Le plus haut sommet de l'Europe, à pied

Fiche d'identité : l'Elbrouz, Russie (Caucase Nord).

Niveau : pas de difficulté technique mais bonne condition physique.

Durée : 10 jours.

Dates :

Les 24 juin et lundi 04 juillet 2011 ++ 23 JUIN & 06 juillet 2012 A SKI ou bien à pied.

30 JUILLET au 09 AOUT 2012 ; autres départs 2012 : 06 Août et 1^{ER} SEPTEMBRE 2012

Septembre 2011 : 25 août au 04 septembre ; 05 au 14 SEPTEMBRE ; jeudi 15 au 25 septembre

Hébergement : hôtel confortable ou refuge en montagne.

Portage : affaires personnelles, sac à la journée.

Groupe : de 6 à 11 participants pour un guide GHM.

RUSSIE = république de KABARDINO BALKARIE.

Les montagnes du Caucase séparent avec leur longueur de 1000 km de montagnes, de sommets d'Europe de l'Asie mineure. L'ELBROUZ, ancien volcan couvert de glaciers, est le point culminant du CAUCASE avec ses 5642 m. Les Kabardes, une des ethnies de la région, l'appellent OSHKHAMAKHO, "montagne du bonheur".

Cette immense chaîne montagneuse, entourée par la mer Noire et la mer Caspienne, est soumise à de brusques variations climatiques.

La légende raconte que le prince Besc't, jaloux de ce géant qu'est l'Elbrouz, lui coupa la tête d'un coup de sabre, donnant ainsi naissance à deux sommets: le sommet Est (5621 m) séparé du sommet Ouest (5642 m) par le col Sedlowina (5400 m).



[L'Elbrouz \(5642 m\), toit de l'Europe](#)

Les points forts de cette expédition /

L'ascension du plus haut sommet d'Europe (5642 m), progressive sans difficulté technique.

Un guide pour 6 participants gage supplémentaire de sécurité.

Une expédition confortable, portage à la journée, nuits de transition à l'hôtel, un cuisinier professionnel.

Une immersion dans un univers glaciaire sur un ancien volcan, point culminant du Caucase.

ITINERAIRE

POINTS DE REPERE

Situation géographique /

Expédition située en KABARDINO BALKARIE en Asie dont la limite septentrionale commence au sud de Rostov sur le Don, la longue chaîne du Caucase (1100 km) s'étire de la Mer Caspienne à la Mer Noire et présente une variété unique de relief, de climats et d'ethnies. Cette région est soumise à de brusques variations climatiques.

Le Caucase du Nord regroupe cinq petites républiques : Daghestan, Tchetcheno-Ingouches, Ossétie du Nord, Kabardino-Balkars, Tcherkesses.

Encore que la KARACHAY TCHERKESSIE (Dombai) soit déjà située au Caucase ouest !

Historique /

La première ascension de l'Elbrouz a été effectuée en 1868 par Douglas William Freshfield, Adolphus W. Moore, C. Comyns Tucker, accompagnés par le guide français François Devouassoud et deux porteurs locaux. La cime Ouest (5642 m), plus haute d'une trentaine de mètres, fut atteinte en 1874 par Florence Crawford Grove, Horace Walker, Frederick Gardiner et le guide Peter Knubel.

Niveau /



Cette ascension ne comporte pas de difficultés techniques mais demande une bonne condition physique, le dénivelé entre le dernier refuge et le sommet est important (1500m). En moyenne marche de 5 à 7 heures par jour et/ou 800 mètres de dénivelée positive.

Les seules difficultés proviennent à la fois des conditions climatiques changeantes et de la nécessité de s'acclimater à la haute altitude. (En altitude, les efforts sont plus intenses).

Une bonne préparation physique préalable (endurance) vous permettra de vous acclimater plus vite !

Savoir cramponner et posséder les techniques de base de l'alpinisme.

FORMALITES ADMINISTRATIVES

Afin que vous puissiez demander & obtenir un visa pour la Russie ET le Caucase, nous devons vous fournir deux documents (une invitation et une confirmation/ réservation hôtelière) ; pour cela il faudra nous fournir dès votre inscription les documents demandés ci-dessous.

Nous obtiendrons aussi pour vous deux permis d'entrée, un pour l'ascension de l'Elbrouz et son parc national, l'autre pour circuler sur les montagnes de la zone frontière avec la Géorgie, comme le pic CHEGET entre autres.

COMPLEMENT d'INFORMATION POUR DEMANDE DE VISA :

PIECES A FOURNIR au Consulat de RUSSIE (ou bien à ACTION VISA ou VISA Express PARIS, ...):

- une photo d'identité avec photocopie des 4 premières pages du passeport pour le visa ainsi que la dernière page du passeport avec votre domicile, même si ce domicile n'est plus valide !!!!

_ l'invitation et le voucher de confirmation, que nous vous fournirons

- _ une attestation d'assurance médicale et Hospitalisation spécifique pour la RUSSIE, généralement fournie par votre centre de CARTE BANCAIRE ou par votre banque
- _ le prix du visa

PASSEPORT-VISA :

Etre en possession d'un passeport valide au moins 6 mois après la date du retour présumé.

Le mieux est de vous rendre en personne au Consulat de Russie de votre ville .
sinon contactez une société spécialisée (comme VISA Express PARIS (54 rue de l'ouest) au 0144107272 ou fax N° 0144107273), mais attention EXIGEZ que cette société fasse votre demande de visa sous trois semaines, sinon les invitation et voucher de confirmation (fournis par nos) seront périmés ; nous avons eu ce type de problèmes .

FORMALITES lors de votre inscription :

TRES IMPORTANT =

Lors de votre inscription, il faudra nous fournir :

_ toutes les données de votre passeport (numéro de passeport, date et lieu de délivrance et d'expiration,.....) ainsi que vous données d'état-civil

+ votre profession et lieu (ville) de travail

_ votre adresse de domicile figurant en DERNIERE PAGE du passeport ; même si elle est périmée depuis longtemps, c'est la seule que les services consulaires prennent en compte !!!!

_ un numéro de FAX télécopie (ou votre adresse POSTALE) car nous devons vous envoyer un fax original des invitation et confirmation (les e-mails ne sont pas acceptés par les Consulat de Russie à Paris ou en France ; si vous résidez à Londres, le consulat est beaucoup plus souple) .

Environnement /

En montagne, l'environnement associe plusieurs types de contraintes auxquelles l'organisme va être confronté :

- l'altitude et le manque d'oxygène (hypoxie).
- le climat (le froid en particulier).
- l'activité physique parfois inhabituelle.
- les facteurs relationnels et humains.

Altitude /

La pression atmosphérique diminue progressivement en altitude. A 5000 m, il y a 2 fois moins d'oxygène utilisable qu'au niveau de la mer. L'organisme, dont le fonctionnement dépend étroitement de la quantité d'oxygène disponible dans le sang, va devoir s'adapter progressivement à cet état "d'hypoxie": le coeur bat plus vite, la respiration est plus rapide et après quelques jours, le nombre de globules rouges augmente: c'est l'état d'acclimatation, indispensable pour tenter et réussir le sommet.

Climat /

La température de l'air diminue d'environ 0,8°C par 100 mètres d'altitude. En haute montagne, les variations thermiques sont très rapides (ombre/soleil et jour/nuit). Le vent, l'humidité des vêtements aggravent considérablement la déperdition thermique. La diminution de la couche atmosphérique rend le soleil plus dangereux par l'augmentation du rayonnement ultraviolet. Un équipement adéquat vous protégera.

Facteurs relationnels et humains /

D'autres facteurs s'ajoutent et peuvent modifier sensiblement le comportement de l'alpiniste... Soyez toujours optimiste, altruiste ; « jouez le jeu du groupe » !

DEROULEMENT CHRONOLOGIQUE

Jour 1

Vol Paris - Moscou. Transit et vol intérieur Moscou – Minvody (MINERALNII VODY), puis nous rejoindrons TERSKOL par la route en 3 heures.

Nuit à l'hôtel TCHIRAN à CHEGET.

Jour 2

Journée d'acclimatation : Ascension du Pic Cheget à 3404 m d'altitude. Retour en milieu d'après-midi à Terskol.

Visite du marché local et si on a le temps, des sources d'eau minérale de NARZAN situées 2 km plus bas.

Nuit à l'hôtel de Terskol.

Ou bien :

Soit ascension à la journée d'un sommet facile au-dessus de CHEGET versant OUEST, sommet de plus de 3000 m,

Ou bien :

Soit ascension à la journée d'un beau sommet au-dessus de CHEGET versant OUEST , -(sommet sans nom de plus de 3000 mts d'altitude), Ascension qui commence par une traversée du torrent sur un tronc d'arbre aménagé !

Ou bien ascension d'un des sommets au-dessus du refuge JANTUGAN (vallée d'ADYR-SU) soit montée à la cascade sous l'observatoire à 2800m d'altitude.. Repos .

i. Repos. Nuit à l'hôtel TCHIRAN (chez Masha) .

Jours 3 + 4 + 5

Montée en téléphériques pour 3 jours/ 2 nuits au refuge-tonneaux GARABASHI Botchki 3710 m, nous emprunterons le téléphérique jusqu'à MIR situé à 3470 m, puis un télésiège qui nous conduira, (s'il fonctionne) à 3710m d'altitude au premier refuge-tonneau BOTCHKI .

Petite journée de marche jusqu'aux rochers inférieurs 4610 m de PASTUKHOV ou bien jusqu'à « PASTUKHOV supérieur » 4740 m .Cela nous permettra de découvrir le refuge où nous passerons plus tard 2 à 3 nuits lors de l'ascension de l'Elbrouz (PRIUTT, refuge des 11, gardé par TIMOUR, situé à 4060 ou 4100 m d'altitude suivant les cartes).

Chaque jour, soit ascension ou randonnée glaciaire.

Soit montée glaciaire jusqu'au-dessus des rochers supérieurs de PASTUKHOV (situés sur le glacier à 4740 m), ou même possible montée jusqu'à 5000 m d'altitude pour parfaire notre acclimatement.

Retour et nuit au refuge chacun des 2 premiers soirs ; le 3^e soir, descente à pied ou à ski puis en TELEPHERIQUES jusqu'à l'hôtel CHIRAN pour prendre une douche et récupérer.

Jour 6

Dans l'après-midi, remontée par remontées mécaniques jusqu'aux refuges-tonneaux de GARABASHI.

Jours 7 + 8

Montée pour 2 jours (avec notre cuisinier et la batterie de cuisine, en RATRAK) au refuge des 11 appelé aussi PRIUTT. Ce sera donc pas une expédition DURISSIME et sans confort comme à l'ACONCAGUA : ce peut être au contraire un pallier, une initiation aux EXPEDITIONS, un tremplin pour l' Aconcagua.

De là, PRIUTT altitude 4060 m, on peut monter jusqu'à 5300 m pour davantage d'acclimatement ; ou bien tenter directement le sommet dès que tout le monde est décidé et acclimaté (tout le même jour ou bien en deux jours différents).

Jour 9

Journée d'ascension de l'Elbrouz, départ très tôt vers 3 heures du matin, car souvent des giboulées de neige se produisent l'après-midi. 4 à 8 heures de montée avec piolet et crampons.

Arrivée d'abord au col de Sedlowina à 5400 m puis, de là par une longue traversée ascendante vers la droite ,puis quasiment un plateau, jusqu'au sommet à 5642 m ; ce terrain glaciaire est relativement plat sauf les 200 derniers mètres parfois pentus (45°) avant l'arête du plateau sommital .

Descente et retour au refuge de Priutt. Nuit au refuge.

Jour 10

Nouvelle tentative vers le sommet si besoin. Descente du refuge de Priutt jusqu'à 3100 m environ puis en télécabines ; retour à Terskol (ou bien descente à ski jusqu'à AZAU/ Terskol, possible jusqu'à mi-mai). Après-midi libre. Nuit à l'hôtel.

Programme alternatif /

Jours 10 / 11

2 journées de réserves, journées de battement éventuellement utilisables en haute-montagne pour une éventuelle 2^e tentative d'ascension de l'ELBRUS). Ou bien, si le sommet a déjà été réussi, journées de tourisme dans le CAUCASE (marchés, villages,...) dans les villages d'ELBROUS et autour de Terskol.

J 10 ou 11

Retour sur Paris ou LYON par vol intérieur Minvody – Moscou puis vol Moscou - Paris

Programme donné à titre indicatif et susceptible de modifications en fonction des conditions climatiques, de la condition des participants et des autorités locales.

LOGISTIQUE

Encadrement /

Un guide de haute montagne UIAGM, ou par YVES ASTIER P notre guide de haute montagne qui parle russe pour 6 à 11 participants. Un guide local en renfort pour plus de 7 participants.

Portage /

Vous portez votre sac d'alpinisme pour la journée (environ 12 kg). Les affaires personnelles restent à l'hôtel.

Déplacement pendant le voyage /

Transferts routiers nécessaires au déroulement normal du programme en taxis ou minibus privé.

Hébergement /

Hôtel confortable ou refuge en montagne. Aux refuges 3710 m, chauffage électrique et prise pour recharger portable et batterie appareil photos.

Repas /

Pension complète : les petits déjeuners et les repas du soir sont servis chauds dans les hébergements, sandwichs pour les midis et vivres de course mis à disposition par guides-alpamayo.

Informations complémentaires /

Météo, climat :

Le temps peut être très changeant, capricieux ! Il peut y avoir du vent et faire très froid.

Bibliographie :

- Montagne Magazine n° 130
- Mont Elbrus Region de Robin Collomb & Andrew Wielochowski - West Col Productions
- Classic Climbs in the Caucasus de Friedrich Bender - Diadem

TARIFS ET PRESTATIONS

Prix /

3450 euros par personne, avec 7 participants minimum (ou bien 3550 euros par pers. pour 4 à 6 participants) avec un cuisinier. OU 3150 euros en MAI , 7 participants minimum .

- « Groupe constitué » de 6 à 9 personnes : moins 10 % de réduction.
- « Groupe constitué » de 10 ou 12 personnes = moins 15 % de réduction.

Ce prix comprend :

- vol Paris – Moscou. MINERALNIE VODY et retour.
- l'hébergement en hôtels et refuges en pension complète (sandwiches pour les midis).
- l'encadrement par un guide de haute montagne.
- les frais pendant l'expédition: nourriture, hébergement, 3 jours au maximum de remontées mécaniques.
- les transferts routiers nécessaires au déroulement normal du programme.
- le matériel collectif.
- les remontées mécaniques.

Ce prix ne comprend pas :

- les boissons et dépenses d'ordre personnel.
- les frais de visa et les taxes d'aéroport.
- comme sur tous nos voyages, le surplus de bagage en avion au-delà de 18 kg par personne.
- les repas à Moscou ou en ville comme MINERALNII VODY.
- ratraks = les éventuels transports de bagages ou de PASSAGERS en RATRAK, si vous décidez d'en utiliser !
- tous frais d'hôtels /restaurants si nous gravissons l'ELBRUS en moins de jours que prévu ou si vous redescendez des refuges de manière anticipée.
- les assurances RC, frais de recherche et secours + l'assurance assistance et assurance ANNULATION / RAPATRIEMENT 3% du prix du voyage.

AVANT LE DEPART

Documents officiels /

PIECES A FOURNIR au Consulat de RUSSIE ou bien à VISA Express PARIS :

Un passeport valide pour le visa avec votre domicile, même si ce domicile n'est plus valide !!!

PASSEPORT-VISA :

Etre en possession d'un passeport valide au moins 6 mois après la date du retour présumé. Nous vous fournirons l'invitation et le voucher, ensuite le mieux est de contacter VISA Express PARIS (54 rue de l'ouest) au 0144107272 ou fax N° 0144107273, ou bien de vous rendre au Consulat de Russie.

VACCIN-EXAMEN MEDICAL :

Soyez à jour avec les vaccinations classiques (diphtérie, tétanos, poliomyélite, typhoïde). N'oubliez pas l'examen dentaire.

CONTRAT D' ASSURANCE :

Nous pouvons souscrire pour chaque participant un contrat d'assistance et assurance « EUROP ASSISTANCE rapatriement - maladie - accident et ASSURANCE annulation ou interruption de séjour » correspondant à 3% du prix du voyage. Voir dans bulletin d'inscription « votre assurance et assistance ».

Eventuellement l'assurance responsabilité civile et accident syndicat des guides « DIOT Montagne frais de recherche et de sauvetage » ou assurance CAF (réduction dans les refuges CAF et certains magasins de sport).

DOSSIER VOYAGE :

Il vous sera envoyé un mois avant le départ pour mieux préparer votre voyage : équipements, formalités, informations médicales.

Par téléphone, n'hésitez pas à interroger le responsable technique de cette expédition.

Responsable technique : Yves Astier Perret +33 (0)607785244.

Equipement individuel /

Attention aux températures au sommet amplifiées par le vent.

IMPORTANT cet équipement doit être réparti en 2 bagages :

- 1 bagage à main lourd et compact (sac à dos).
- 1 bagage pour la soute dont le poids ne doit pas dépasser 18Kg.
- un DVA (ARVA) & pelle + éventuelle sonde
- _ un grand bol plastique + cuiller et fourchette.
- 1 passe-montagne OBLIGATOIRE + bandeau d'oreilles ou bonnet en laine polaire.
- 1 cagoule en soie ou masque néoprène de visage + 1 CASQUETTE (protection solaire) ou foulard.
- 1 ensemble sous-vêtements en fibres hydrophobe (tee-shirt et caleçon) en laine ou thermolactyl.
- 1 ou 2 vestes en FOURRURE POLAIRE ou en windstopper.
- 1 pantalon de montagne.
- 1 veste en duvet, avec ou sans manches (DOUDOUNE).
- 1 veste et 1 pantalon en Goretex (ou équivalent).

- 2 paires de gants ou moufles en thinsulate /gore-tex (une paire de chaque c'est encore mieux) et 1 paire de gants légers en soie ou fourrure polaire.
 - 2 paires de chaussettes en laine épaisse.
 - 2 paires de chaussettes fines.
 - vêtements de sport pour les marches d'approche.
 - 1 paire de chaussures de haute montagne chaudes (de préférence des HIVERNALES ou bien encore des coques plastiques AFS 8000 d'ASOLO ou Arctis expé de KOFLACH), cordura ou cuir avec insert gore-tex ou bien coques plastique à chaussons intérieurs.
 - 1 paire de chaussures légères mais montantes (bonne tenue de cheville, comme pour l'ACONCAGUA) de type trekking.
 - 1 baudrier + 2 mousquetons à vis + 1 mousqueton + 2 cordelettes (baudriers ultra léger ou AERO Mountain de BEAL)
 - 1 paire de guêtres.
 - 1 piolet 60 ou 70 cm + paire de BATONS télescopiques Quechua.
 - 1 paire de crampons équipés d'ANTIBOTTES (G12 de Grivel).
 - 1 sac de couchage -15° en duvet ou non (double cloisonnement).
 - 1 matelas mousse alvéolé fermé ou TERM A REST matelas auto-gonflant.
 - 2 sacs à dos : 1 sac de montagne 55 ou 65 l et 1 sac à dos de 30 ou 40 l pour sorties d'acclimatement à la journée et 2^{ème} bagage à main avion.
 - 1 couverture de survie.
 - 1 sac marin + cadenas pour le bagage à soute.
 - 1 ceinture " porte-billets " + passeport , 2 photos d'identité et argent personnel.
 - 1 lampe frontale + 1 ampoule de rechange + piles longue durée.
 - 1 boussole.
 - 1 paire de lunettes de glacier avec protège nez + masque-lunettes de ski protection 4.
 - couverts légers + 1 briquet + 1 bol + 1 tasse.
 - 2 gourdes, une légère et une isotherme 1,5 litre.
 - crème solaire écran total + crème après solaire.
 - stick pour les lèvres écran total.
 - 4 sacs poubelle 100 l ou 50 l (pour mettre au sec vos vêtements et gants de rechange).
 - sacs plastique de congélation, ou Nylon pour protéger les petites affaires personnelles(téléphone mobile, appareil photo).
 - 1 petite pharmacie individuelle comprenant (à constituer avec votre médecin traitant) : anti-spasmodique : SPASFON, diurétique : DIAMOX + anti-diarrhéiques : ERCEFLURYL, élastoplaste 5cm - double peau (compeed) – antalgique : aspirine ou doliprane – collyre : UVELINE - pansements adhésifs - compresses désinfectantes - somnifère léger - antitussif - pastilles pour la gorge : strepsyle - antibiotique à large spectre - vitamine C.
- Ne pas oublier vos médicaments personnels s'il y a lieu, ainsi que le carnet international de vaccinations et la carte de groupe sanguin si vous les avez.**

En mai, juin et même juillet, il est possible de skier l'ELBROUS : (si vous le souhaitez) vous pouvez amener vos snowboards ou skis bien qu'il soit plus avantageux de louer sur place MAIS VOUS DEVREZ LES PORTER à la montée au-delà des remontées mécaniques !! Attention aussi à l'excès de poids en avion, 18kg maximum en soute par personne.

Matériel collectif /

- pharmacie de groupe.
- cordes et matériel de technique.
- radios ou téléphone pour la sécurité
- réchauds et matériel de cuisine.

Bon plans /

Location possible chez nous, de certains de ces équipements individuels (piolets, baudriers, crampons, chaussures).
Nous consulter.

INSCRIPTIONS

Pour vous inscrire /

- remplissez le bulletin d'inscription sur notre site que vous nous retournez EN DEUX EXEMPLAIRES DATES ET SIGNES par courrier postal ou électronique.
- versez 30% d'acompte à l'inscription (l'assurance EUROP ASSISTANCE ET ASSURANCE si vous souhaitez la souscrire 3% du prix du voyage).
- versez le solde du séjour 60 jours avant la date de départ.

Nous vous retournerons votre dossier voyage un mois avant le départ.