

[www.guides-alpamayo.com](http://www.guides-alpamayo.com)  
[y.astier@wanadoo.fr](mailto:y.astier@wanadoo.fr)

YVES ASTIER  
Habilitation de tourisme N° IM073100048  
(guides-alpamayo)  
BP 9  
73701 BOURG ST MAURICE cedex  
Phones +33 (0) 607785244  
+ 33(0) 479555385

RUSSIE = république autonome de KABARDINO BALKARIE

## **L'ELBROUZ 5642 M, à ski (CAUCASE nord) le vrai plus haut sommet de l'Europe ?**



Les montagnes du Caucase séparent avec leur longueur de 1000 km de montagnes, les sommets d'Europe de l'Asie mineure. L'ELBROUZ, ancien volcan couvert de glaciers, est le point culminant du CAUCASE avec ses 5634 m .

**IL EXISTE UN débat permanent, non résolu , entre les géographes pour savoir si le plus haut sommet d'Europe est notre MT BLANC (4810 m) et si le massif du Caucase et son point culminant l'Elbrus /ELBROUZ se trouvent encore en Europe ,**

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 (5400m).

Cette ascension ne comporte pas de difficultés techniques mais demande une bonne condition physique. Les seules difficultés ne sont pas techniques mais proviennent à la fois des conditions climatiques changeantes et de la nécessité de s'acclimater à la haute altitude.

**EXPEDITION à ski ; SNOWBOARDERS welcome !  
SITUATION GEOGRAPHIQUE**

Situé 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.

## **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 (5633 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.

## **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 et DESCENTE A SKI du Pic Cheget à 3404m d'altitude ; ski jusqu'au village de CHEGET 2200m d'altitude. Retour en milieu d'après-midi à Terskol. Visite du marché local et si on a le temps, visite d'une ferme traditionnelle caucasienne (l'agriculture et l'élevage des années 1950 chez nous) et, du « musée de la montagne et de la chasse » à BAKSAN, environ six km en aval de notre station de ski-village de CHEGET .  
Nuit à l'hôtel .

Ou bien :

Soit ascension à la journée et DESCENTE A SKI d'un sommet au-dessus de CHEGET versant OUEST , sommet de plus de 3000 mts, ....

Ou bien ascension & descente à ski d'un sommet au-dessus du refuge JANTUGAN (vallée d'ADYR-SU) soit montée à la cascade sous l'observatoire à 2800m d'altitude. Retour en début d'après-midi. Repos .

Nuit à l'hôtel TCHIRAN (chez Masha) ou bien hôtel à Terskol /AZAU.

### **Jours 3 + 4 + 5**

Montée en téléphériques pour 3 jours/ 2 nuits au refuge-tonneaux GARABASHI Botchki 3710m, nous emprunterons le téléphérique jusqu'à MIR situé à 3470m, 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 mts de PASTUKHOV, ou bien jusqu'à « PASTUKHOV supérieur » 4740 m ; DESCENTES en snowboard ou à ski au retour, chaque jour !!

Cela nous permettra de découvrir au passage le refuge PRIUTT où nous passerons plus tard 2 à 3 nuits lors de l'ascension de l'Elbrouz ( PRIUTT, refuge des 11 ; situé à 4060 ou 4100 mts d'altitude suivant les cartes !).

Chaque jour, soit ascensions en peaux de phoque des faces EST de petits sommets glaciaires (éloignés mais très beaux comme le Pic 3557m, ou MT Ulukambashi 3762 m, très bien A SKIER), situés au sud-ouest de GARABASHI.

Ou bien montée glaciaire jusqu'aux rochers de PASTUKHOV situés sur le glacier à 4610 m ou même possible montée jusqu'à 5000 mètres d'altitude pour parfaire notre acclimatation. Retour et nuit au refuge chacun des 2 premiers soirs ; le 3<sup>e</sup> soir , descente à pied ou à ski puis en TELEPHERIQUES jusqu'à l'hôtel CHIRAN pour prendre une douche ! .

**J 6** = dans l'après-midi, remontée par remontées mécaniques jusqu'aux refuges-tonneaux de GARABASHI.

**J 7 + 8** = montée pour deux jours (avec notre cuisinier et la batterie de cuisine, en RATRAK ) au refuge des 11 appelé aussi PRIUTT. Ce e sera donc pas une expédition DURISSIME et sans confort comme à l'ACONCAGUA : ce peut être au contraire un palier, une initiation aux EXPEDITIONS, un tremplin pour l' Aconcagua.

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

### **Jour 9**

Journée d'ascension de l'Elbrouz, souvent A SKI (en peaux) jusqu'au sommet ; 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° ) .

Descente à SKI et retour au refuge de Priutt. Nuit au refuge ou retour vers la vallée, DESCENTE A SKI jusqu'à AZAU.

### **Jour 10**

#### **Nouvelle tentative vers le sommet si besoin .**

Descente du refuge de Priutt / ou refuge des 11 / 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.

Ou bien, si le sommet a déjà été réussi :

\_ sommets à ski vers le refuge JANTUGAN ou vers le « refuge vert »

\_ ou bien, journée 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 Mivody – 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*

### **CONDITIONS DE SKI**

**En mai, JUIN et même juillet, il est toujours 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 ; excellents surfs et excellents matériels de ski de randonnée en location à Cheget ( vous pouvez louer pour éviter l'excès de poids en avion, 18kg maximum en soute par personne....).**

**L'ELBROUS est presque toujours skiable jusqu'à mi-août et LA NEIGE Y EST MEILLEURE EN ALTITUDE qu'en avril ou mai !! Mais au-delà de la fin mai, impossible de skier plus bas que l'altitude 3500 mètres ; donc il faut choisir .**

## **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 vos 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.

### **RENSEIGNEMENTS**

**DUREE : 10 à 11 jours**

**Groupe : 6 participants minimum**

**PRIX :**

**3150 euro par personne, avec 6 participants minimum (ou bien 3550 euros par pers. pour 4 à 6 participants) AVEC un cuisinier**

« Groupe constitué » de 7 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 REMONTEES MECANQUES.
- le matériel collectif
- les remontées mécaniques

**Ce prix ne comprend pas :**

**Les boissons, pas même aux repas**

- 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 ANNUL /RAPATRIEMENT
- les boissons et dépenses d'ordre personnel

**DATES des départs A SKI 2011 + 2012**

**Vendredi 22 avril**

**3 départs en MAI : dimanche 1<sup>er</sup>, & 08 mai & 31 mai + 31 JUILLET**

**04 au 13 JUILLET**

**Modalité de règlement :**

- 30% d'acompte à l'inscription (+ l'assurance ANNULATION et multi Risques si vous souhaitez la souscrire)
- le solde à verser 60 jours avant la date de départ

**NIVEAU :** 



Peu de difficulté technique, mais le dénivelé entre le refuge et le sommet est important. Cette ascension nécessite une bonne condition physique. Savoir cramponner et posséder les techniques de base de l'alpinisme.

**GROUPE :**

**Nombre de personnes = 6 à 9 participants pour un guide GHM ; (plus un assistant-guide local pour les deux jours du sommet, à partir de 6 participants)**

**ENCADREMENT :**

Par un guide de haute montagne UIAGM, ou par YVES ASTIER P notre guide de haute montagne QUI PARLE RUSSE ; éventuellement assisté d'un guide local-alpiniste russe ; ou bien si moins de 6 personnes, un alpiniste local russe spécialiste de l'ELBRUS si tous les

participants préfèrent NE PAS payer le supplément (pour moins de 6 participants) et choisissent tous de partir avec un guide local anglophone ou francophone plutôt qu'avec un vrai GUIDE de HAUTE MONTAGNE UIAGM .

### **L'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.**

### **L'ALTITUDE**

#### **L'ACTIVITE PHYSIQUE**

Durant l'expédition, vous fournirez un effort physique de 5 à 7 heures par jour pendant plusieurs jours. En altitude, les efforts sont plus intenses. Une bonne préparation physique préalable(endurance) vous permettra de vous acclimater plus vite § !

#### **LES 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 » !!

#### **VACCIN-EXAMEN MEDICAL :**

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

#### **ASSURANCE :**

Nous pouvons souscrire pour chaque participant un forfait assurance " EUROP ASSISTANCE rapatriement-maladie-accident- ANNULATION ou INTERRUPTION du voyage-bagage- + **Forfait de 125 euros par personne**, à payer avec l'acompte. éventuellement l'assurance syndicat des guides DIOT M frais de recherche et de sauvetage ".

#### **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.

#### **HEBERGEMENT/NOURRITURE :**

- hôtel confortable ou refuge en montagne.
- nourriture locale plus vivres de course

#### **MATERIEL COLLECTIF :**

- pharmacie de groupe
- cordes et matériel de technique
- TELEPHONE ou bien radios pour la sécurité du groupe
- réchauds et matériel de cuisine

### **INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES**

## **METEO/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

## **EQUIPEMENT INDIVIDUEL – ELBROUZ**

**SKIS DE RANDONNEE, avec peaux et couteaux adaptés + bâtons de ski, chaussures de ski de randonnée ; housse à skis pour l'avion ; obligatoire aussi VOTRE ARVA/ DVA, pelle, sonde.**

**IMPORTANT** cet équipement doit être réparti en 2 bagages :

- 1 bagage à main lourd et compact (sac à dos 65 l)
- 1 bagage pour la soute dont le poids ne doit pas dépasser **18Kg**  
\_ **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
- 1 paire de guêtres
- 1 piolet 60 ou 70 cm + paire de BATONS télescopiques Quechua
- 1 paire de crampons équipés d'ANTIBOTTES
- 1 sac de couchage -15° en duvet ou non (double cloisonnement)
- au cas où on doive aller sur la face Nord ou bien camper, 1 matelas mousse alvéolé fermé ou TERM A REST matelas auto-gonflant
- 1 sac de montagne 55 ou 65 l
- 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 litres 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

**Location possible chez nous, de certains de ces équipements individuels - nous consulter**

**-1 petite pharmacie individuelle comprenant:** (à constituer avec votre médecin traitant) : aspirine et Doliprane, spafon , DIAMOX + anti-diarrhéiques comme ERCEFLURYL.... élastoplaste 5cm - double peau (compeed) - antalgique: aspirine ou doliprane - collyre: uvéline - 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.