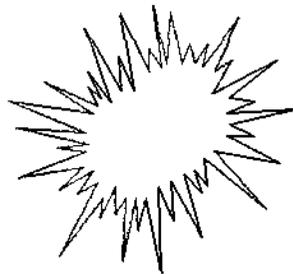


COURSE DE MONTAGNE

DU 22 AU 27 AOUT 1992

LES MARECOTTES - PRAZ DE FORT



Chers amis marcheurs et montagnards,

J'ai le plaisir de vous remettre en annexe l'itinéraire de la course en montagne LES MARECOTTES - PRAZ DE FORT qui, je vous le rappelle aura lieu du samedi 22 au jeudi 27 août 1992.

Vous pourrez en examinant les documents annexés, vous rendre compte des difficultés du parcours. D'une manière générale, il sera à peu près identique à l'année passée. Celui du week-end sera toutefois un peu plus long.

Il s'agit quand même d'une grande course en montagne et, comme je vous l'ai déjà dit l'année passée, elle nécessite un bon entraînement. Dès que la neige aura fondu, chaussez vos gros souliers et escaladez les sommets.

La course peut bien entendu être interrompue le lundi soir ou le mardi soir (ou le matin) mais je souhaite si possible connaître ces éventuels arrêts au moment de la réservation définitive, ceci afin d'éviter des discussions en arrivant à la cabane, le gardien ayant acheté ses provisions ou suivant le cas, refusé le gîte à d'autres marcheurs.

Vous serez aussi renseignés par les papiers annexés sur le coût de la course pour votre famille. Afin de connaître votre participation, je reprendrai contact avec vous. Je reste aussi très volontiers à votre disposition pour vous donner tous les renseignements que vous pourriez encore souhaiter. Au début de l'été, vous recevrez les informations et horaires détaillés.

* * *

Je ne peux pas résister à vous dire quand même que mon but était de vous conduire du Val d'Illiez, de Champéry plus exactement au Grand Saint Bernard mais j'ai été freiné dans mon élan par Lulu que vous avez d'ailleurs influencée. Nous effectuerons quand même une grande partie de la ballade que j'avais imaginée.

Mais, ne reste-t-il pas un vendredi et un samedi qui nous permettraient de remonter le Val Ferret et de passer la Fenêtre de Ferret pour arriver à l'Hospice du Grand Saint Bernard?
Aie! Je vais encore me faire taper sur les doigts.

A très bientôt et en attendant je vous adresse un amical salut. Jacques

1er jour, samedi 22.08.92

Nous partirons de Fribourg en train pour les **Marécottes** via **Martigny**. Depuis le joli village des Marécottes, nous monterons à la **Creusaz**, station **supérieure** du télésiège. Les marcheurs du **dimanche**, ceux qui **voudront s'économiser** un peu pour le lendemain auront la **possibilité** de monter à la Creusaz en télésiège. De la Creusaz, nous monterons encore au col de **la Golette** d'où nous jouissons d'une magnifique vue à l'est sur les **alpes** valaisannes et à l'**ouest** sur les Dents du Midi. De **là**, nous redescendrons par la combe de la Golette et les "mines d'arsenic" sur le lac de **Salanfe**.

Dénivellation en montée: 1436 m
 en montée depuis la Creusaz: 689 m
 en descente: 524 m

Temps de marche: 4.00 h.
Temps de marche depuis la Creusaz: 2.30 h.

Voir graphique 1er jour

2ème jour, dimanche 23.08.92

Après une bonne nuit et un bon déjeuner, nous longerons le Lac de Salanfe et monterons au col d'**Emaney** pour redescendre dans le beau vallon d'**Emaney**. Nous remonterons ensuite le col de Barberine pour arriver au lac d'**Emosson**. Nous marcherons au bord du lac **jusqu'à** la Geulaz soit le barrage d'**Emosson**. De là nous aurons une magnifique vue sur le glacier du Trient juste en face et tout proche aussi le massif du **Mont Blanc**. De la Geulaz, nous redescendrons sur le **Châtelard** au moyen d'un minifuniculaire, d'un minitrain et, pour la grande **descente**, d'un **funiculaire**. Nous ferons le trajet du Châtelard aux Marécottes avec le train "Mont Blanc Express". Aux Marécottes, nos amis du week-end nous quitteront.

Dénivellation en montée Col d'Emaney: 537 m
 en descente Col d'Emaney: 492 m
 en montée Col de Barberine: 511 m
 en descente Col de Barberine: 561 m

Temps de marche: 6.00 h.

Voir graphique 2ème jour

3ème jour, lundi 24.08.92

Depuis les **Marécottes**, nous descendrons dans les profondes gorges du **Trient** (706 m, le point le plus bas de la course) pour mieux remonter sur le Mont de **l'Arpille** en passant par La Crêta. Du sommet de **l'Arpille**, nous aurons une belle vue sur la vallée du Rhône et les **alpes** de la rive droite. Nous redescendrons ensuite sur le col de Ta Forclaz.

Dénivellation en descente Rivière du Trient: 324 m
en montée Mont de **l'Arpille**: 1379 m
en redescente: 559 m

Temps de marche: 5 heures

Voir graphique 3ème jour

4ème jour, mardi 25.08.92

Au départ du col de la **Forclaz**, nous aurons le plaisir de longer le bisse du Trient durant 1h jusqu'aux Pétoudes d'en bas puis nous grimperons le long du glacier du Trient que nous avons admiré 2 jours plus **tôt**, pour arriver à la **Fenêtre** d'Arpette. Du sommet, après un petit bout de descente pentue, nous **cheminerons** le long du **val d'Arpette** pour nous arrêter à Arpette.

Une variante est offerte par **l'Alpage** de Bovine d'où nous **jouissons** d'une belle vue sur Martigny. Cette variante est destinée aux marcheurs qui auraient un peu soufferts la veille. Elle est très légèrement plus longue en km mais beaucoup moins pénible.

Dénivellation en montée: 1139 m
en descente: 1035 m
de la variante en montée: 854 m
en descente: 750 m

Temps de marche: 5.45 h
variante: 4.45 h.

Voir graphique 4ème jour

5ème jour, mercredi 26.08.92

Après une bonne nuit dans le tranquille Val d'Arpette et un excellent petit déjeuner au miel, nous grimperons immédiatement en direction du Col de la Breya et après l'avoir atteint, nous dirigerons vers le glacier d'Orny et la cabane du même nom. Nous serons au point le plus haut de la course (2826 m).

Suivant l'heure d'arrivée à la cabane d'Orny, nous pouvons envisager avec quelques amateurs, de rendre visite à la cabane du Trient (3170 m) pour admirer le magnifique Plateau du Trient. Nous aurons une corde avec nous et des piolets sont en général disponible à la cabane d'Orny.

Dénivellation en montée uniquement: 1196 m

Temps de marche: 3.30 h

supplémentaire cabane du Trient: 3.00 h aller et retour

Voir graphique 5ème jour

6ème jour, jeudi 27.08.92

De la cabane d'Orny, nous descendrons dans le vallon d'Arpette de Saleina et pourrons admirer, au cours de la descente, le glacier de Saleina. Cette longue descente nous conduira dans le Val Ferret plus précisément à Praz de Fort. De Praz de Fort à Orsières nous voyagerons en bus et d'Orsières à Fribourg, via Martigny nous terminerons le voyage en train.

Dénivellation en descente uniquement: 1675 m - importante -

Temps de marche: 4.00 h.

Voir graphique 6ème jour