TMB Thierry

Vendredi 6 août 2004

Les Ruthennes (1010m) à 5h00 / Chalets de Jovet (1950m) à 16h00

Dénivelé positif + 1530m ; Dénivelé négatif – 550m ; environ 22km

Réveil 4h00 après une courte nuit. Je prends un bon petit déj et en plein dans la fin de préparation du sac, une coupure de courant plonge dans le noir tous le voisinage même en face chez Guillaume. Mais heureusement cela ne dure que 5 minutes. Je fini de me préparer et Guillaume arrive, je ferme la maison et partons, il est : 5h00.

On commença la montée dans la nuit, les sacs chargés de quelques 17 kg. La température extérieure est bonne. On s'arrête au télési du lac, pour me mettre en short et en t-shirt, les sacs pèsent sur les épaules. On continue dans la brume jusqu'au Roc des évettes (1565m) en tous de même 1h30. Sans faire de pause on poursuit sous le Crêt du Midi où l'on s'arrête pour une pause grani. Le Ban Rouge fut notre prochaine étape avec une pause brumeuse avec des nuages surplombant le tout. Roc des évettes Ban Rouge 1h20. Après 3h30 de marche depuis les Ruthennes, on arrive au sommet du Mt Vorès à 2067m il est 8h40.

C'est désagréable de marcher car l'air est très humide ; nous transpirons en marchant et en s'arrêtant le vent et l'humidité nous gèle, sensation désagréable.

Puis on part pour le col du joly, c'est une traversée sous les aiguilles croches depuis laquelle on aperçoit le barrage de la Girotte et Hauteluce. C'est un chemin peu fréquenté et comme il a plu la veille nos chaussures sont vite mouillées, la faute aux herbes hautes. Arrivée au Col du Joly après 3h00 de traversée à 11h30, on décide de casser la croûte. On s'est pausé sur un parking en gravier en face de « chez Gaston » qui n'a pas voulu nous remplir notre gourde d'eau. Conclusion ne pas aller chez Gaston le Con. Une petite sieste récupérateur, des chaussettes neuves et le départ et redonner à 13h00 pour le col de la fenêtre. A 14h15 nous sommes à 2245m (point culminant de cette journée), avec vue sur la Girotte et Hauteluce d'un côté et de l'autre le refuge de Balme et lacs de Jovets et col d'Enclave sommet du lendemain. La descente se fit et on arriva à une intersection, soit on longe direction le point de campement ou soit l'on descend au refuge de Balme pour prendre de l'eau. On regarde la carte et un regard (source) était indiqué juste en bas de l'intersection, on l'a trouve 20m plus bas et on fait le plein en eau. On longe le vallon grâce un petit chemin et arrivons au petite cascade de Balme. Puis on monte un peu plus haut pour trouver l'emplacement de la tente, c'est ce qu'on fait et le campement fut monté à 16h00. Après une bonne sieste d'une heure, la pluie commence a tombée, on met tous sous la tente mais elle n'est pas complètement étanche alors l'eau commence a s'infiltrer. L'heure plus tard il y avait des petites flaques, je décide de sortir pour trouver un abri, juste en contre-bas j'y avais vue une cabane (comme celles des téléskis). Un couple était présent, je descend et parle avec eu, pas de problème ils nous font généreusement de la place. Je prévien Guillaume et on descend toutes nos affaires. Pas pratique a remballée quand c'est en vrac dans la tente. On mange mais 500g de pâtes c'est beaucoup trop et il en reste. La pluie cesse, on récupère la tente, et l'étendons derrière la cabane. Couché à 20h30.

Samedi 7 août 2004

Chalets de Jovet (1950m) à 7h00 / Villair supérieur-Val Sapin, (1400m) à 20h00

Dénivelé positif +1750m ; Dénivelé négatif – 2400m environ 25km

Passé une bonne nuit, on se réveille à 6h15 et par la même occasion nos voisins d'un soir ont été réveillés. Une fois les affaires pliées et la tente pas mal égouttée, nous sommes partis sans prendre de réel petit déjeuner, pour ne pas gêner le couple qui part à une heure plus tardive, juste le temps de prendre deux barres céréalières. Monter aux lacs Jovet (2200m) en 30 minutes, où je me restaure encore avant de commencer le col. Depuis notre refuge de la nuit, le col d'Enclave (2672m) fut avalé en 1h45, ce col est un peu technique il faut bien poser les pieds et aussi les mains car sinon la descente peut se faire très vite 400m plus bas, avec les sacs lourds il faut faire attention aux pertes d'équilibres (et là merci les bâtons cela aide bien tout le long du trek). Avec la brume on ne trouvera pas le passage à gauche que l'on voulait prendre pour la descente, alors on a pris tout droit par la combe de Bellaval, un petit chemin avec des herbes hautes humides qui nous retrempent les chaussures et avec quelques passages de crapahute. Arrivé 11h00 au refuge des Mottets où l'on change une nouvelle fois les chaussettes et que l'on mange le reste des pâtes d'hier, parti 11h30. Le col fut éprouvant pour moi, le poids du sac et son confort moyen ont fait que j'ai eu très mal aux épaules, mais je ne me suis pas arrêté pendant l'ascension j'ai serré les dents, je me suis prit des coups de soleil aux avant-bras, aux derrières des jambes et au cou le pire c'est que j'avais mit de la crème solaire pour la première fois du trek juste avant cette ascension. Mais bon je suis arrivé au Col de Seigne (2516m) à 12h45, c'est la frontière franco-italienne. Prit un bon repas, soigné les débuts d'ampoules (mes ampoules se situent particulièrement sur les talons côté extérieure, puis juste dessous le gros doigt de pieds des deux pieds). On part à 11h45 jusqu'au refuge Elisabetta Soldini (2100m) en 40 minutes. L'on refait le plein des gourdes à un petit bassin sous le refuge. Très belle vue au sommet si il n'y aurait pas eu les nuages cachant et dévoilant que quelque instant certain massif. Descente sur le lac Combal (1950) il est 15h00 juste en dessous du lac de Miage. Dilemme il faut faire le ravitaillement se soir alors prendre la route pour assurer les courses ou par les cols ? Questionnement, puis alors quoi on est montagnard ou bien !!! Prit la direction du col Chécroui, heureusement que l'on a fait ce choix car vue magnifique, le lac de Miage m'a surpris c'est un lac qui est juste en contre-bas du glacier du Miage, les glaces sont à l'aplomb du lac. Arrivé 300m plus haut il y a une très longue traversée pour arriver au col. 17h45 le col est là mais je ne vois pas Guillaume à côté du refuge (j'en déduit qu'il est descendu à Courmayeur assurer les courses), je rempli mon camel bag. Départ 18h00 pour 700m de descente, je vois Guillaume qui m'attendait juste un peu plus bas, on part en se fixant un rendez-vous à l'office du tourisme de Courmayeur. Pause besoin naturel juste en dessus du télésiège donc Guillaume prend de l'avance. Arrivé 40 minutes plus tard pour –700m de dénivelé. On se retrouve par hasard, Guigui a eu le temps de faire les courses. Les ruelles de Courmayeur sont étroites et les murs en pierre, jolie comme style. On se calle au centre ville près d'un bassin où on mâche des cuisses, faisons les étirements et remplissons nos gourdes. On doit encore marcher pour aller à Villair supérieur pour trouver un bivouac, on demande notre chemin à la police puis on rampe jusqu'à un coin tranquille près d'une rivière pour se laver et dormir. Vers 21h30 on arrive au bivouac (ce n'est pas une longue montée pour trouver le bivouac mais on n'a beaucoup traîné à Courmayeur et on est monté au ralenti). Prend une douche gelée mais très agréable, puis on fait une petite lessive, prend l'apéro bière et gâteau apéro acheter plus bas

puis on mange. On se couche à 22h30 avec les étoiles, premier bivouac pour moi, on décide que pour demain on repartirais plus tard après ces deux étapes de barjot, étape de repos quoi.

Dimanche 8 août 2004

Villair supérieur (1400m) à 9h45 / Arnuva (1769m) à 18h00

Dénivelé positif + 1400m ; Dénivelé négatif – 950m environ 13km

Réveil à 4h00 pour cause de pluie, on déplace le bivouac pour s'installer sous les arbres, Guillaume met sa couverture de survie sur lui et son sac, moi je ne l'avait pas je me démerde avec mon kaway. Très bonne technique d'avoir une couverture de survie quand il pleut on l'a met sur soi et sinon on l'a met par terre pour protéger le duvet et le matelas de sol.

Réveil à 8h20, pliage des affaires, bon petit déj, salué par les randonneurs car on est en plein sur le départ des randonnées. Départ 9h45, on monte à un bon rythme en sueur jusqu'au refuge Bertone (1h00) mais on ne s'arrête pas et on continue au Mont de la Saxe en 30 minutes. Pause kit kat et on traverse pour aller à la Testa Bernada puis la descente sur le col Sapin en 1h30 arrivée à 13h00. On s'arrête mange, et là c'est le drame on rencontre Jojo et son collègue (deux bourinos), ils avaient un sac de 25kg plus un sac plastique à la main, il devait avoir prit des vivres pour les 10 jours de leur trek autour du Mont Blanc. Il était, sinon, super sympa, avec l'indispensable caméra pour filmer les flowers. Après un bon repas on redescend pour remonter aux Pas entre deux Sauts. C'est avant ça dans la combe que l'on prend pour la seule fois du trek de l'eau dans une rivière. Là les coups de soleil et les ampoules continuent à me faire mal. Descente au refuge Bonatti à l'Alpe supérieur de Malatra, puis au lieu de descendre tous de suite et marcher sur de la route goudronnée l'on décide de longée par le haut en passant par l'Alpe supérieur de Gioé. Très belle vue sur les Grandes Jorasses, et là je fini la journée en pantalon car les coup de soleil sont insupportables. On arrive en bas à 18h00 on fait le ravitaillement en eau dans un restaurant auberge, puis on s'installe au pied de la montée sur le parking d'Arnuva, la on se lave dans le torrent, puis on mange à 19h30, là on revoit Jojo et Bourinos crevés, ils ont prit la route, ils ne s'arrêtent pas et continuent jusqu'au refuge Elena, mais je ne sais pas dans quelle état. Etirement, puis je soigne les coups de soleil à la nuque, aux derrières des jambes et aux avant-bras, avec tjrs des ampoules aux pieds. On Plante la tente sous un arbre car cette nuit il va encore pleuvoir, cela évitera, on l'espère d'être inondé, l'arbre abritant déjà pas mal de la pluie.

Une leçon à retenir : partir tard n'est vraiment pas bon, c'était une étape assez facile, mais partir tard et marcher avec le soleil et ainsi peu marcher avant les heures chaudes de l'après midi ne parait pas idéal.

Lundi 9 août 2004

Arnuva (1769m) à 7h00 / Champex lac (1500m) à 15h00

Dénivelé positif + 1250m ; Dénivelé négatif – 1500m environ 22km

La nuit ne fut pas agréable, tous d'abord réveillé par le voisin et sa caravane avec son chien qui nous tape des coups de speed en sprintant d'un coup. Puis la tente bien humide avec quelques gouttes dégoulinantes de la toile. Réveil dur à 6h15, petit déjeuné puis pliage de la tente et je soigne les coups de soleil. Départ 7h00 avec un petit rythme pour moi je n'avais pas envie de me fatiguer, le temps de me réveiller quoi. Arrivée à Elena par le chemin et pas par la route en gravier en 45 minutes, on prend de l'eau au refuge qui a première vue à l'air très classe. Puis on grimpe environ 450m en 40minutes comme des bourrins, on arrive en haut du Petit col Ferret à 8h40. Nuages et vent, on ne s'attarde pas au sommet, longue descente dans la Combe des Fonds. On s'arrête à la Fouly, petit village en bas de cette combe, puis c'est reparti pour Champex par un petit chemin longeant la rivière. Mais on se trompe un moment et on se retrouve sur une route goudronnée, on trouve ça louche et au bout d'un moment on demande des renseignements au Suisse très très sympathique qui nous indique comment reprendre le chemin. Pause casse croûte à 11h30 à côté de Branche d'en haut (un peu plus bas du village le Prayon). On repart vers 12h10, le temps nous fait peur, il y a même quelques gouttes qui commencent à tomber. Nous quittons avec le chemin, le lit de la rivière pour surplomber tous cela, je pense que ce chemin a été aménagé pour le tour du Mont Blanc. Le soleil revient et j'enfile mon pantalon, on traverse encore un petit village avant de commencer la monter à Champex. L'on prend un rythme effréné dans cette montée, on double tout le monde avec une rapidité hallucinante, c'est comme si l'on monte sans sac et tous frais du matin, sans avoir trois jours de marche derrière nous. Arrivé 15h00 à Champex Lac où l'on fait les courses (on en a eu pour 40 Euros c'est cher pour ce que l'on avait), puis on patauge dans le lac avec une bonne bière, et pour finir une bonne sieste. On repart à 18h00 par le sentier du Ruisseau, comme son nom l'indique c'est un petit chemin qui longe un ruisseau, magnifique. On trouve un petit coin en hauteur du chemin pour ne pas être vu, car les gardes forestier en Suisse ne rigolent pas : le bivouac et le camping sauvage sont interdits (si on se fait choper, c'est je crois 600 FR Suisse par personnes). Donc, on se pose dans une zone à peu près plat à 19h00. Cuisine et étirement, coucher 20h00 avec le ciel tous bleu, je ne m'endors pas avant 21h00 passé.

Mardi 10 août 2004

Champex Lac (1500m) à 7h15 / Montroc (1400m) à 17h30

Dénivelé positif + 1700m ; Dénivelé négatif -1900m environ 18km

Après avoir passé une excellente nuit, on se réveille à 6h20, même routine que les autres jours, pliage des sacs de couchages du tapis de sol et petit déjeuné. On part à 7h15 est l'on arrive au refuge rapidement. On commence la montée à la Fenêtre d'Arpette là les sensations étaient moyenne, j'avais l'impression d'avoir rien mangé ce matin et même les barres de céréales avalées n'atténuèrent pas cette petite douleur. Je monte alors à un rythme sans forcer mais rapide. Montée dans des grosses coulées de pierres pénibles à marcher c'est pas les sentiers quoi mais c'est quand même marrant, ça change. C'est une montée longue et raide, l'on voit l'arrivée depuis un moment et même les derniers mètres semblent interminables. Arrivée à 9h40, mini pause puis redescente de l'autre coté par un long pierrier, et un chemin en gravier très long et un peu technique par endroits. On arrive un peu cassé de la descente au Chalet du Glacier ou l'on fait le plein d'eau il est 11h30. On monte en direction du col de Balme et on mange à 11h45 calés sous les feuillages. On repart à 12h30, grimpe difficilement avec un petit rythme mais sûrement, petit passage aménagé marrant avant d'arriver au Chalet les Grands. Après il nous reste plus qu'une longue traversée de 1h30 jusqu'au col de Balme que l'on atteint à 15h00. Là arrivée au pays, repos et sieste bien mérité jusqu'à 16h00. L'on prend aussi la météo qui nous annonce de la pluie. La descente fut dure, je me suis irrité le ionf en marchant toute la journée en pantalon pour éviter d'aggraver mes coups de soleil, alors j'ai beaucoup transpiré et marché avec le cul mouillé et ben il n'a pas bien aimé. Arrivée en bas du télécabine du Tour on continu de marcher jusqu'à Montroc, ou nous prenons de l'eau dans le bassin d'une vieille dame assez gentille. On se pose près du torrent où on se lave, et mangions, mais en plein milieu du repas une averse éclate suivi de l'orage, on s'abrite sous un pont pour refaire les sacs et on part s'abriter sur un chantier en construction. Là on se concerte et on rappelle la météo qui n'avait pas changé : pluie tout ce soir et demain, on décide d'arrêter le trek ici. J'appelle mes parents qui purent nous chercher et l'on rentre vers les 21h30.

Tableau des dénivelés et des kms du trek

	Dénivelé Positif +	Dénivelé Négatif -	Distance km
Vendredi	1530m	550m	22km
Samedi	1750m	2400m	25km
Dimanche	1400m	950m	13km
Lundi	1250m	1500m	22km
Mardi	1700m	1900m	18km
Total du trek	7630m	7300	100km