

Bill O'Connor

**NARCIARSTWO
WYSOKOGÓRSKIE
W ALPACH**

Tom 1

Sklep Podróżnika
Warszawa 2010

SPIS TREŚCI

Przedmowa	7
Wstęp	9
Korzystanie z przewodnika	11
Na trasie	14
System schronisk	17
Profilaktyka lawinowa	22
Postępowanie w przypadku zejścia lawiny	30
Ratownictwo śmigłowcowe	33
Strategia bezpieczeństwa w narciarstwie turowym	37
Skale trudności	42
Ekwipunek	46
Trasy	
Trasa wysokogórska Écrins	52
Trawers Haute Maurienne	71
La Poule — pętla w Parku Narodowym Vanoise	83
Trasa wysokogórska Gran Paradiso	98
Trasa wysokogórska Mont Blanc	116
Jednodniowe trasy wysokogórskie w masywie Mont Blanc	140
Klasyczna <i>Haute Route</i> Chamonix – Zermatt	180
Trasa wysokogórska Verbier	216
Pętla wysokogórska Arolla	231
Czterotysięczniki wokół Zermatt i Saas Fee	251
Podsumowanie tras	271

RADA DLA CZYTELNIKÓW

Należy pamiętać, że choć autor podjął wszelkie starania w celu zapewnienia dokładności niniejszego przewodnika, mogą zaistnieć zmiany wpływające na jego treść. Przebieg tras na lodowcach może ulec zmianie, a warunki śnieżne mogą dyktować inny przebieg bezpiecznych dróg. Zaleca się również sprawdzić na miejscu kwestie związane z transportem, zakwaterowaniem, zakupami itp.

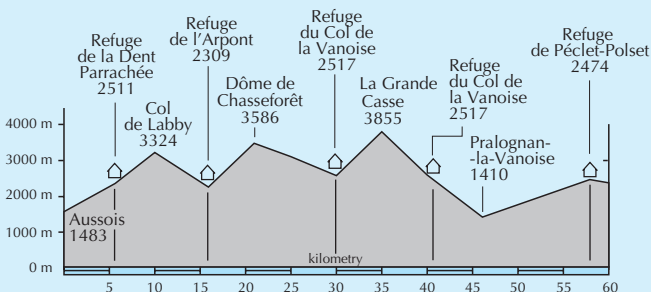
Autor będzie wdzięczny za wszelkie informacje o aktualizacjach i zmianach. Adres e-mail do korespondencji w tej sprawie: bill@oconnoradventure.com.

LA POULE — PĘTLA W PARKU NARODOWYM VANOISE

Użycie słowa „kura” (*fr. poule*) na określenie Parku Narodowego Vanoise może się na pozór wydawać dziwne i nieco nieodpowiednie. Zwłaszcza jeśli wziąć pod uwagę, że park ten został założony w 1963 r. i jest najstarszym parkiem narodowym we Francji. Jednak nazwa ta, nadana mu przez ludność zamieszkującą ten region, ma swoje uzasadnienie. Nie jest nim bynajmniej — jak twierdzą niektórzy — fakt, że kurczak króluje w tutejszym *menu touristique*. Otóż nazwa wzięła się stąd, że kształtem swych granic park bardzo przypomina ten szlachetny drób. Kolejny dowód? Jestem przekonany, że rzut oka na okładkę mapy Les Trois Vallées (3534 OT) przekona niedowiarzków — La Poule to dobre określenie.

Park zdominowany jest przez szczyty i lodowce Masywu Vanoise (*fr. Massif de la Vanoise*), wznoszące się między rzekami Isère na wsch. i Arc na pd. Czasami region ten traktuje się jako zach. część Alp Graickich. Często spotyka się również dawną rzymską nazwę Tarentaise. Najwyższym

LA POULE — PĘTLA W PARKU NARODOWYM VANOISE Etapy 1–5





punktem Masywu Vanoise jest szczyt La Grande Casse, 3855 m, wspaniała góra wznosząca się wśród licznych wierzchołków, z których co najmniej 107 osiąga ponad 3000 m. Wokół widzimy ogromną liczbę wyciągów i instala-

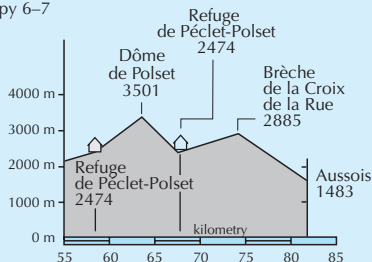
cji narciarskich oraz szkaradnych betonowych budynków, które obsługują to największe na świecie zagłębienie narciarskie. Pomimo tego Masyw Vanoise jest nadal pełnym uroku regionem, w którym spotkamy enklawy autentyczności, tradycyjne wioski, obfitość fauny i gęste lasy.

Z niewiadomych przyczyn obszar ten, będący prawdziwym rajem dla narciarzy turowych, jest często pomijany na korzyść wyższych rejonów Gran Paradiso, Alp Pennińskich i Alp Berneńskich. Zachętą do odwiedzenia go niech będzie fakt, że szczyty i lodowce Masywu Vanoise, osiągające długość do 12 km, stanowią drugi co do wielkości system lodowo-śnieżny tego typu w Alpach. Przede wszystkim jednak zachowują one klimat odosobnienia i niedostępności, dzięki czemu rejon ten jest idealnym miejscem dla narciarzy turowych.

Trasa opisana poniżej jest szlakiem okrężnym — pętlą, z początkiem i końcem w miejscowości Aussois. Naszą wyprawę możemy również rozpocząć w ładnej, w znacznym stopniu niezmienionej przez cywilizację, wiosce Pralognan-la-Vanoise. Taki wariant wymaga jedynie niewielkiej reorganizacji trasy, a dla niektórych może być bardziej dogodny. Zalety drogi okrężnej docenią osoby zmotoryzowane oraz te, które chciałyby pozostawić swój bagaż w punkcie wyjścia.

Aussois, u stóp szczytu La Dent Parrachée, 3697 m, to popularny kurort narciarski, do któ-

LA POULE — PĘTLA W PARKU NARODOWYM VANOISE
Etapy 6–7



rego łatwo dojechać zarówno samochodem, jak i transportem publicznym. Modane, kilka kilometrów niżej, w dolinie rzeki Arc, jest ważną stacją końcową w regionie. Między obydwooma ośrodkami kursują regularnie autobusy. Tak w Modane, jak i w Aussois nie powinno być żadnego kłopotu z zakwaterowaniem.

Warto wspomnieć o schroniskach górskich w Masywie Vanoise. Należą one do parku narodowego, Francuskiego Klubu Alpejskiego lub instytucji i osób prywatnych. Latem i zimą nie zawsze są dozorowane, dlatego lepiej zadzwonić wcześniej, by dokonać rezerwacji. W tym celu możemy skorzystać z centralnego systemu rezerwacji (www.refuges-vanoise.com lub telefon: 0033 479 08 71 49). Nawet gdy nie są dozorowane, wszystkie schroniska pozostają otwarte. Znajdziemy w nich koce, naczynia i przybory

*Ostatnie metry
podejścia do schr.
Refuge de la Dent
Parrachée, fot.
Jeremy Whitehead.*



kuchenne, a zazwyczaj również zapas drewna na opał. W okresie, gdy w schronisku jest obsługa, możemy liczyć na ciepły posiłek. Jeśli gotujemy we własnym zakresie, warto mieć ze sobą kuchenkę turystyczną i gaz — na wszelki wypadek.

INFORMACJE PODSTAWOWE

Początek trasy:	Aussois, 1483. Możliwy wariant ze startem w Pralognan-la-Vanoise.
Koniec trasy:	Aussois, 1483, lub Pralognan, jeśli tam rozpoczynaliśmy.
Czas przejścia:	6–7 dni, uwzględniając wejście na szczyt La Grande Casse.
Położenie:	Park Narodowy Vanoise (Parc national de la Vanoise), Francja
Stopień trudności:	SAM. Podejście na La Grande Casse jest trudniejsze (D), ale stanowi bardzo ciekawy wariant – w takim przypadku trudność trasy wzrasta do BSA.
Najdogodniejszy okres:	marzec–kwiecień
Zakwaterowanie i wyżywienie:	Modane i Aussois oferują szeroki wybór zakwaterowania oraz supermarkety i sklepy typowe dla dużych ośrodków narciarskich.
Dojazd:	<p>Samolotem: Do Aussois dojedziemy w niecałe 2 godz. z lotnisk w Lyonie, Genewie, Chambéry, czy Turynie.</p> <p>Samochodem: Autostrada A43, Grenoble – Chambéry – Turyn. Zjazd nr 30 na Modane. Z węzła autostrady drogą krajową N6 do Modane i D215 do Aussois. W zależności od warunków śnieżnych, dojazd możliwy przez Mont Cenis lub przełęcz Col d’Iseran i Col du Galibier.</p> <p>Pociągiem, autobusem: TGV z Paryża dojeżdża do Modane w 4 godz. Przez cały rok w Modane zatrzymują się pociągi ekspresowe, np. połączenie Paryż–Mediolan czy Lyon–Mediolan. Między Modane a Aussois istnieją regularne połączenia autobusowe.</p>
Mapy:	IGN 3534 OT Top 25 Les Trois Vallées – Modane – Parc national de la Vanoise, 1:25 000.

PODSUMOWANIE TRASY

Etap 1: Aussois – schr. Refuge de la Dent Parra-chée, 2511 m

Etap 2: schr. Refuge de la Dent Parrachée, 2511 m – przeł. Col de Labby, 3324 m – schr. Refuge de l'Arpont, 2309 m

Etap 3: schr. Refuge de l'Arpont, 2309 m – szczyt Dôme de Chasseforêt, 3586 m – schr. Refuge du Col de la Vanoise (d. Félix Faure), 2517 m

Etap 4 wariant: szczyt La Grande Casse, 3855 m, pd.-zach. zboczem od schr. Refuge du Col de la Vanoise (d. Félix Faure), 2517 m

Etap 4 lub 5: schr. Refuge du Col de la Vanoise (d. Félix Faure), 2517 m – Pralognan-la-Vanoise – schr. Refuge de Pécelet-Polset, 2474 m

Etap 6: schr. Refuge de Pécelet-Polset, 2474 m – Dôme de Polset, 3501 m – schr. Refuge de Pécelet-Polset, 2474 m

Etap 7: schr. Refuge de Pécelet-Polset, 2474 m do Modane lub Aussois

PRZEBIEG TRASY

Etap 1

Aussois – schr. Refuge de la Dent Parrachée, 2511 m

Suma podejść:	1061 m z Aussois
Suma zejść:	300 m z wyciągu na równi Plan Sec
Stopień trudności:	Krótki dzień, który można połączyć z kilkoma zjazdami po regularnych trasach; możemy też po prostu wyruszyć nieco później.
Przeważająca ekspozycja:	zach., pd.
Czas:	3 godz. lub 45 min (wariant z wjazdem wyciągiem)

Jedynie zadeklarowani przeciwnicy ułatwień nie skorzystają z wyciągu, żeby dotrzeć na wysoko położoną równię Plan Sec, by stamtąd zjechać do

schr. La Fournache, 2330 m. Stąd łatwe, 45-minutowe podejście zaprowadzi nas do schr. Refuge de la Dent Parrachée. Przy tak krótkim odcinku, podejście możemy połączyć z kilkoma zjazdami po regularnych trasach wytyczonych w okolicy. Osoby niekorzystające z wyciągu dotrą do schroniska w 3 godz.

Etap 2

Schr. Refuge de la Dent Parrachée, 2511 m – przeł. Col de Labby, 3324 m – schr. Refuge de l'Arpont, 2309 m

Suma podejść:	817 m
Suma zejść:	1019 m
Stopień trudności:	SAM. Niebezpieczne szczeliny. Krótki, stromy odcinek tuż przed przełęczą. Znalezienie schroniska wymaga uwagi i dobrej nawigacji.
Przeważająca ekspozycja:	zach., pn., pn.-wsch., wsch.
Czas:	2¾–3 godz. do przeł. Col de Labby; całość: 4–5 godz.

Na tym etapie niezbędna jest dobra widoczność, ponieważ optymalny przebieg trasy i samo schronisko nie są wcale łatwe do odnalezienia. Otaczające nas szczyty nie należą do masywnych, ale jest to teren lodowcowy i miejscami skomplikowany. Niemniej nie przedstawia sobą większych trudności technicznych.

Ze schroniska rozpoczynamy podejście w kierunku pn., dnem płytkiego żlebu. Po krótkim czasie podchodzimy bardziej stromo, w kierunku równi Plan de la Gorma, do wys. ok. 2760 m. Idziemy dalej w otwartym terenie w stronę j. Lac du Génepy, do punktu wysokościowego 2905 m. Następnie mijamy jezioro wzdłuż zach. brzegu. Kontynuujemy podejście w stronę szczytu Roche Chevière,

**Wariant przez
przeł. Col du
Moine, 3330 m**

Droga o podobnej trudności, co przeł. Col de Labby. Pozwala ona dotrzeć do wsch. odnogi lod. Glacier de la Mahure bardziej bezpośrednio. Na lod. Glacier de Labby, zamiast skręcać na pn. na wysokości ok. 3200 m, jedziemy dalej na wsch., od razu na przeł. Col du Moine. W ten sposób docieramy bezpośrednio na skraj lod. Glacier de la Mahure. Zjeżdżając, zachowajmy ostrożność (niebezpieczne szczeliny).

kierując się w lewo (na zach.). Obchodzimy w ten sposób szerokim łukiem bardziej strome zbocza po prawej. Kierując się znów na wsch. docieramy do stóp lod. Glacier de Labby na wysokości ok. 3000 m. Z początku kierujemy się na wsch., w stronę przeł. Col du Moine, aby na wysokości ok. 3200 m skręcić na pn. (w lewo) w stronę wyraźnie rysującej się przeł. Col de Labby, 3324 m. Do przełęczy docieramy stromym żlebem. Z góry rozciąga się wspaniała panorama na zach. ścianę La Dent Parrachée oraz grupę Dômes du Génepy i szczyt Dôme de l'Arpont na pn.

Z przeł. zjeżdżamy na pn.-wsch., mijając po drodze grupę skał po prawej stronie. Kierujemy się na wyłom w grani opadającej z przełęczy w kierunku pn.-wsch. Przekraczamy go na wys. ok. 3150 m, i w ten sposób osiągamy wsch. odnogę lod. Glacier de la Mahure. ◀

Zjeżdżamy poprzecinanym szczelinami lod. Mahure w kierunku pn., tuż pod imponującą zach. ścianą La Dent Parrachée. Na wys. ok. 2850 m, na wyłaszczeniu, przecinamy główny jeźor lodowca. Docieramy do punktu wysokościowego 2814 m, gdzie od strony pn. otwiera się przed nami szerokie zbocze. Łagodnie opadającym trawersem, kierujemy się na pn.-wsch. Jedziemy wzdłuż grzbietu u jego stóp, aż dotrzemy do jego bocznej (wsch.) grani na wys. ok. 2750 m. Omijamy ją trawersując łukiem w kierunku pn., aż do skraju lod. Glacier de l'Arpont. Kontynuujemy trawers przez lodowiec powyżej j. Lac de l'Arpont (tj. po jego zach. stronie). Docieramy do zboczy opadających w kierunku jeziora od pn. i zjeżdżamy w kierunku wsch. kotlinką, na dnie której wkrótce pojawia się potok Ruisseau de l'Île. Dobrze ukryte schronisko znajduje się na morenie bocznej lod. l'Arpont po lewej (pn.) stronie.

Etap 3

Schr. Refuge de l'Arpont, 2309 m – szczyt Dôme de Chasseforêt, 3586 m – schr. Refuge du Col de la Vanoise (d. Félix Faure), 2517 m

Suma podejść:	1456 m
Suma zejść:	1238 m
Stopień trudności:	SAM. Głównie wyszukiwanie trasy w terenie lodowcowym. Kluczowy etap podczas przekraczania lod. Glacier de la Vanoise.
Przeważająca ekspozycja:	wsch., pd., pn.
Czas:	6–7 godz.

Rozpoczynamy, cofając się do wyflatowania na lod. Glacier de l'Arpont, powyżej j. Lac de l'Arpont. Idziemy dalej w kierunku zach. stromymi, poprzecinanymi szczelinami zboczami, poniżej Dôme de l'Arpont. Docieramy do kolejnego wyflatowania na wysokości ok. 3100 m. Znajdujemy się poniżej strefy szczelin i seraków. W tym miejscu skręcamy na pn. i kontynuujemy wspinaczkę po spękany lodowcu. Dochodzimy do łagodniejszych stoków na górnym plateau lodowca, na wschód od Dôme des Nants. Następnie, łatwiejszym już podejściem, docieramy do grani szczytowej Dôme de Chasseforêt, 3586 m.

Ze szczytu zjeżdżamy szeroką granią w kierunku zach. do przeł. Col de Chasseforêt, 3497 m. Następnie skręcamy na pn. na lod. Glacier de la Vanoise i kierujemy się w stronę szczytu Dôme des Sonnaillies. Na wysokości ok. 3360 m obieramy kierunek na pn.-pn.-wsch. i zjeżdżamy do przeł. Col du Pelve, 2992 m. Kontynuujemy w kierunku pn., z krótką wspinaczką na szczyt Pointe Ouest du Mont Pelve, 3254 m. Ze szczytu zjeżdżamy dalej w kierunku pn., a następnie, poniżej Pointe du Dard, na wysokości ok. 3100 m skręcamy na

wsch. Jeśli to możliwe, staramy się nie tracić wysokości — dzięki temu do pokonania pozostanie nam jedynie krótkie podejście na szeroką przeł. Col du Dard, 3153 m.

Z przełęczy zjeżdżamy w kierunku pn. przez lod. Glacier de la Roche Ferran do schr. Refuge du Col de la Vanoise (d. Félix Faure), 2517 m. Pamiętajmy, że odnalezienie schroniska może być trudne przy złej widoczności.

Dla niektórych, pokusa zjazdu do Pralognan-la-Vanoise na gorący prysznic i porządny obiad może być zbyt silna. Wioska ta zachowała wiele ze swego pierwotnego uroku. Wypad do niej bez wątpienia byłby miły, zwłaszcza, że zjazd prowadzi bardzo przyjemnym zbozczem. Jednak po całym dniu marszu i przy zmęczonych kolanach lub w złych warunkach śnieżnych, lepiej chyba cierpliwie poczekać do rana w schronisku. Korzystanie z atrakcji Pralognan możemy sobie zostawić na następnny dzień.

Etap 4

Szczyt La Grande Casse, 3855 m., pd.-zach. zbozczem od schr. Refuge du Col de la Vanoise (d. Félix Faure), 2517 m

Suma podejść:	1339 m
Suma zejść:	2455 m do Pralognan-la-Vanoise
Stopień trudności:	BSA, D, S4/5
Przeważająca ekspozycja:	pd.-zach.
Czas:	8–9 godz. od wyjścia ze schroniska do powrotu do niego.

Ta majestatyczna góra jest najwyższym szczytem Sabaudii i należy do klasycznych, acz trudnych podejść. Żadna z tras prowadzących na szczyt nie jest łatwa dla narciarza turowego. Normalna droga ze schr. Refuge du Col de la Vanoise

wiedzie pd.-zach. ścianą, gdzie w pewnym miejscu, na odcinku 200 m, kąt nachylenia wynosi 45° . To czyni ją znacznie trudniejszą od reszty naszej trasy. Jednakże dla narciarzy o odpowiednich umiejętnościach jest ona logiczną częścią całej wyprawy i może być połączona ze zjazdem do wyęsknionego Pralognan.

Ze schroniska zjeżdżamy w kierunku wschodniego brzegu j. Lac Long, by następnie rozpocząć strome podejście na pn.-wsch., w kierunku zachodniego jezora lod. Glacier des Grands Couloirs (S3). Podejście lodowcem jest strome, a sam lodowiec w znacznym stopniu pokryty szczelinami — czeka nas odcinek wspinaczki. Stopniowo, zbocze staje się łatwiejsze, ale nadal jest dość strome i nie brakuje w nim szczelin. Kontynuujemy wspinaczkę w kierunku wsch. do wysokości ok. 3350 m. W tym miejscu przekraczamy olbrzymią szczelinę brzeżną (możliwość zostawienia nart). Zbocze nad nami ponownie staje się bardzo strome (S4/S5), aż do wysokości ok. 3600 m, gdzie lodowiec się wypłaszcza. Znajdujemy się pod przeł. Col des Grands Couloirs. Nie wchodzimy na nią, lecz wspinamy się bezpośrednio (kierunek pn.-wsch.), stromą pd. ścianą La Grande Casse, do punktu na zachodniej



Na przeł. Col de Chasseforêt, fot. Jeremy Whitehead.

grani. Stąd dotrzemy na sam szczyt. Schodzimy tą samą trasą.

Etap 4 lub 5

Schr. Refuge du Col de la Vanoise (d. Félix Faure), 2517 m. – Pralognan-la-Vanoise – schr. Refuge de Péclet-Polset, 2474 m

Suma podejść:	1050 m
Suma zejść:	1131 m
Stopień trudności:	SAM. Przyjemny zjazd, a następnie długie, spokojne podejście do schroniska
Przeważająca ekspozycja:	zach., pd.
Czas:	6 godz.

Nie ma większego sensu wyruszać ze schroniska zbyt wcześnie. Zjeżdżamy bezpośrednio do Pralognan-la-Vanoise, w sam raz na drugie śniadanie lub wczesny lunch. Znajdziemy tam wiele dobrych restauracji.

Do wyboru mamy kilka wariantów zjazdu: w kierunku zach., przez j. Lac des Assiettes i wzdłuż potoku Ruisseau de l'Arcelin do przysiółka Les Fontanettes lub — druga opcja — w kierunku pn. przez j. Lac Long, dalej na zach. omijając j. Lac des Vaches od pn., aż do Les Fontanettes przez dol. Glière.

Podejście do schr. Refuge de Péclet-Polset z Pralognan-la-Vanoise zajmuje ok. 5 godz. Przy dobrych warunkach można zaoszczędzić czas pokonując fragment drogi taksówką. Przy słabej widoczności można mieć trudności ze znalezieniem schroniska.

Z Pralognan kierujemy się na pd. główną doliną potoku Doron de Chavière. Jedziemy wzdłuż trasy letniej oznaczonej jako GR55. Jest to jeden z wielu wariantów szlaku GR5.

Należy pamiętać, że ewentualny bezpośredni powrót z Pralognan, lokalnym transportem do Aussois przez Chambéry i Modane, nie jest łatwy i może zabrać nam nawet do 8 godz.

Etap 6

Schr. Refuge de Pécelet-Polset, 2474 m – Dôme de Polset, 3501 m – schr. Refuge de Pécelet-Polset, 2474 m

Suma podejść:	876 m
Suma zejść:	876 m
Stopień trudności:	SAM. Względnie krótki dzień, który można połączyć z zejściem do doliny.
Przeważająca ekspozycja:	wsch., pn.
Czas:	3 godz. podejścia

Ze schroniska wyruszamy na pn.-zach. do znajdującego się w zagłębieniu lodowca j. Lac Blanc, 2430 m. Trawersujemy wokół jeziora od jego pn. strony, a następnie kierujemy się na zach.-pn.-zach., aż do przeł. Col du Soufre, 2817 m. Z przełęczy zjeżdżamy na pd.-zach. do wysokości ok. 2750 m, aby następnie podejść lodowcem na pd., do punktu wysokościowego 2943 m. ►

Stąd stopniowo wspinamy się w kierunku pd.-pd.-zach. szerokim polem lodowym. Kierujemy się w stronę przejścia między dwiema skalistymi wysepkami, które widnieją na pn. i na zach. od Dôme de Polset, 3501 m. Kontynuujemy bardziej stromym podejściem do samego szczytu.

Wracamy jedną z dwóch dróg podejścia. Sprawną grupą dotrze do Modane lub Aussois jeszcze tego samego dnia. Opis obu wariantów znajduje się w Etapie 7.

Punkt ten można również osiągnąć podchodząc wąską wsch. odnogą lod. Glacier de Gébroulaz bez konieczności wchodzenia na przełęcz. Przejście to zależy jednak od stanu pokrywy śnieżnej i warunków na lodowcu. Po minięciu j. Lac Blanc, dochodzimy do wysokości ok. 2600 m. i skręcamy na pd.-zach. Podchodzimy wąską odnogą lodowca do punktu wysokościowego 2943 m.

Etap 7

Schr. Refuge de Pécelet-Polset, 2474 m do Modane
lub Aussois

Suma podejść:	290 m
Suma zejść:	1500 m do Modane
Stopień trudności:	SAM. Przy dobrych warunkach śnieżnych, prosty zjazd.
Przeważająca ekspozycja:	pn., pd.
Czas:	3 godz.

Trasa przez Modane — ze schroniska kierujemy się na pd. wzdłuż szlaku GR55, aby dotrzeć do przeł. Col de Chavière, 2796 m. Z przełęczy schodzimy do punktu wysokościowego 2503 m, gdzie dolina rozwidla się przed wyrastającą naprzeciw nas ganią Tête Noire. Dolina odchodząca w prawo wiedzie przez Grand Planay, wzdłuż strumienia Ruisseau de St-Bernard do Polset, a więc i do Modane. Wybierając dolinę odchodzącą w lewo, dość stromo trawersujemy wsch. ścianę Tête Noire i schodzimy do schr. Refuge de l'Orgère nad Modane.

Trasa bezpośrednia do Aussois — droga ta w sposób naturalny zamyka naszą pętlę po parku Vanoise i przechodzi przez przeł. Brèche de la Croix de la Rue, 2885 m. Ze schroniska kierujemy się na pd.-wsch. Trawersujemy zbocze wyraźnie zarysowanej morenowej doliny, w kierunku grupy szczytów Pointes de la Partie. Od punktu wysokościowego 2488 m wspinamy się tuż powyżej pn. skraju niewielkiego lodowca Glacier de la Masse. Dochodzimy do grzbietu moreny i wspinamy się dalej na wsch., po stromym zboczu, aż do przeł. Brèche de la Croix de la Rue. Po przejściu na drugą stronę rozpoczynamy zjazd do doliny

strumienia Ruisseau de St-Benoit. Następnie kierujemy się na pd.-wsch. do schr. Refuge du Fond de l'Aussois, 2329 m. Stąd krótkie podejście na pd.-wsch. doprowadzi nas do schr. Refuge de la Dent Parrachée, 2511 m.

Ze schr. zjeżdżamy dalej na pd.-wsch. do La Fournache, gdzie trasa nasza łączy się z nartostradami prowadzącymi do Aussois.

LA POULE: PRZYDATNE INFORMACJE

Schroniska

Zasadniczo schroniska są dobrze wyposażone. Działa również centralny system rezerwacji.

Centralny system rezerwacji schronisk:
www.refuges-vanoise.com
Tel.: 0033 479 08 71 49

Refuge de la Dent Parrachée, 2511 m.,
Tel.: 0033 479 20 32 87

Wiosną dozorowane od 3 marca do 10 maja — konieczna rezerwacja, 40 miejsc.

Refuge de l'Arpont, 2309 m.
Tel.: 0033 479 20 51 51

Dozorowane wiosną, 94 miejsca, 28 miejsc poza sezonem.

Refuge du Col de la Vanoise (d. Félix Faure), 2517 m.

Tel.: 0033 479 08 25 23

Dozorowane od poł. marca do poł. maja, 148 miejsc, 32 miejsca poza sezonem.

Refuge de Pécelet-Polset, 2474 m.
Tel.: 0033 479 08 72 13, Dozorowany w kwietniu, po dokonaniu rezerwacji. 18 miejsc poza sezonem.

Refuge du Fond Aussois, 2210 m.
Tel.: 0033 479 20 39 83

Dozorowane od poł. marca do poł. maja. 42 miejsca, 20 miejsc poza sezonem.

Przydatne kontakty:

Informacja turystyczna Modane
Tel.: 0033 479 05 28 58

Informacja turystyczna Aussois
Tel.: 0033 479 05 28 58

Informacja turystyczna Pralognan
Tel.: 0033 479 08 79 08

Informacje pogodowe

Sabaudia
Tel. 0033 836 68 02 73

Isère
Tel. 0033 836 68 02 38

Telefony alarmowe:

Policja, tel.: 112

CRS (służby ratownictwa górskiego)
Modane, tel.: 0033 479 05 11 88

PGHM (służby ratownictwa górskiego)
Modane, tel.: 0033 479 05 50 98

Ogólny numer CRS/PHGM (służby ratownictwa górskiego) dla rejonu MaurienneTel.: 0033 479 05 11 88