

## Ski de randonnée / Le Mont Thabor (mars 2010)

Ski de rando: Le Mont Thabor

«une des plus belles et des plus grandes descentes des Alpes du Sud. Une belle course pour gravir le sommet du Thabor, véritable frontière naturelle entre les grandes Alpes et les Alpes du soleil. »est un dépaysement complet : «ascension du mont Thabor (3178 m), »une des plus belles descentes des Alpes du Sud, les points de vue superbes entre Ecrins et Mont-Blanc.

Philosophie : toujours le doux mélange de ceux qui veulent débiter et de ceux qui veulent confirmer leur expertise.  
Ski de randonnéeLe Mont Thabordu vendredi 12 au dimanche 14 mars 2010 (2,5 jours)

Un peu de géographie et «histoire» et de spiritualitéLe mont Thabor est un sommet des Alpes françaises, situé sur la commune de Valmeinier dans le massif des Cerces et précisément dans le chaînon du Thabor, au sud-ouest de Modane, dans le département de la Savoie. De l'autre côté, il ferme la Vallée Étroite située dans les Hautes-Alpes. Il culmine à 3 178 m d'altitude.

Une chapelle a été érigée quasiment au sommet (visible sur la photo).

Il marquait jusqu'en 1947 la frontière entre la France et l'Italie, qui se situe désormais 5 km plus à l'est. Deux hypothèses coexistent concernant son nom, l'une biblique le rapportant au Mont Thabor en Israël, l'autre venant de l'histoire locale.

La course

«une des plus belles et des plus grandes descentes des Alpes du Sud. Une belle course pour gravir le sommet du Thabor, véritable frontière naturelle entre les grandes Alpes et les Alpes du soleil. »est un dépaysement complet : «ascension du mont Thabor (3178 m), »une des plus belles descentes des Alpes du Sud, les points de vue superbes entre Ecrins et Mont-Blanc.

Début de la rando par la montée au refuge des Draillières à 2180 m, puis suivant l'état de forme il y aura 2 options.

«une soit méditation au refuge face au paysage grandiose et »autre plus engagée avec

«ascension «un des petits sommets au alentour.

Le troisième jour pour ce qui le peuvent le Mont Thabor à 3178 m (on monte léger car au retour on récupère le matos au refuge), pour les autres il y a un riche choix de sommets pour prendre énormément de plaisir à la montée et faire une descente magique.

«est simple ce massif est présenté comme celui qui à été inventé pour le ski de rando.

Quand : du vendredi 12 au dimanche 14 mars (2,5 jours, départ vendredi vers 14h de Paris en train et retour dimanche soir, toujours en train à Paris)

«est un week end qui débute le vendredi, parce que pour rester mémorable nous avons pensé avec Amandine que vous faire démarrer «ascension de nuit serait une belle idée.

Ensuite, il nous restera 2 jours pour monter, descendre, remonter et redescendre et en redemander.

«avantage tout le monde montera, tout le monde descendra, pas forcément sur les mêmes pentes, mais peu importe parce que tout le monde aimera et se retrouvera. «est beau le ski de rando dans le royaume de Zian.

Combien : 14 personnes + 2 guides

Philosophie : toujours le doux mélange de ceux qui veulent débiter et de ceux qui veulent confirmer leur expertise.

Groupe 1 : FacileGroupe 2 : Engagé

Niveau technique : Dans tous les cas, plus la maîtrise du ski est bonne et meilleur est la condition physique, plus le plaisir est grand, notamment en descente.

GO :

Thomas Fabre

Amandine Dubessay