

## LE VERSANT SAUVAGE DE L'ELBROUZ 5641M

Avec ses 5641 m, l'Elbrouz est le véritable 'Toit de l'Europe'. C'est un volcan légendaire dont la voie normale, située au sud, est très fréquentée et ne présente pas un intérêt majeur.

En revanche le versant nord n'est pas plus difficile techniquement mais nettement plus préservé et sauvage. Pour nous c'est le versant idéal qui permet de s'immerger dans l'esprit montagnard traditionnel russe et de partager la vie des nomades caucasiens. Après un vol pour Mineralnye Vody via Moscou nous prenons la route pour Piatigorsk. Le lendemain des 4\*4 nous conduisent à Hathansu : le camp de base. De là nous effectuons une acclimatation dans un cadre fort bucolique (un paradis pour les amateurs de fleurs). Une bonne journée de repos permet de profiter du site de Hathansu, lieu de rendez-vous de montagnards russes. Nous montons enfin au refuge de l'oncle Nik qui devient notre camp de base avancé. Là nous peaufinons notre acclimatation pour, au final et par une nuit claire, nous élancer vers le sommet qui semble se dérober à nous sans cesse. Mais une fois le col atteint il ne reste plus qu'une petite arête pour gagner le sommet. De retour au refuge, après un bon repos, nous regagnons le camp de Hathansu puis, par des pistes fantasmagoriques au milieu de riches prairies, la ville de Piatigorsk (ville d'eaux des Tsars dès le début du 19ème).

### ITINÉRAIRE

#### *Jour 01 et 02 Moscou - Piatigorsk*

Départ de Paris. Depuis Moscou nous continuons pour Mineralnye Vody. De là un transfert en minibus d'environ une heure nous permettra d'atteindre Piatigorsk où nous logerons à l'hôtel.

*Hébergement : Hôtel*

#### *Jour 03 Piatigorsk -Hathansu (2500 m)*

Cent vingt kilomètres séparent Piatigorsk de Hathansu : départ tôt le matin en minibus ou 4\*4 pour environ 5h de route. Compter ensuite 2h de marche pour rejoindre le camp de base à 2500 mètres d'altitude.

*Dénivellation + : Environ 200 m*

*Dénivellation - : Environ 200 m*

*Hébergement : Camp de base*

*Heures de marche : 2h à 3h*

#### *Jour 04 Journée d'acclimatation*

Aujourd'hui c'est une journée consacrée à l'acclimatation, à la photo et à la contemplation de cet immense versant nord de l'Elbrouz. Balades possibles autour du camp, notamment vers le pré de Stone Mushroom à 3000m.

Préparation de la journée de portage du lendemain : tri des affaires qui doivent monter.

*Dénivellation + : environ 500 m*

*Dénivellation - : environ 500 m*

*Altitude Max : 3000 m*

*Hébergement : Camp de base*

Heures de marche : 4h à 5h

## **Jour 05 Acclimatation**

Journée acclimatation qui nous fait monter jusqu'au refuge 'Oncle Nik' à 3760m, qui est le camp avancé. Nous y déposerons le matériel technique que nous avons emporté.

Afin de bien dormir nous redescendons à Hathansu pour passer la nuit au camp.

Dénivellation + : environ 1200 m

Dénivellation - : environ 1200 m

Altitude Max : 3760 m

Hébergement : Camp de base

Heures de marche : 7h à 8h

## **Jour 06 Hathansu - refuge 'oncle Nik'**

Voici le grand départ : nous gagnons le refuge de 'l'oncle Nik' à 3760 m par un bon sentier. Ce sera désormais notre base, entourée par les glaces : le confort est rudimentaire dans les baraquements, il faut s'y préparer.

Les sacs sont chargés car nous emportons toutes nos affaires personnelles pour 5 jours. L'après-midi sera consacrée au repos pour que les organismes s'acclimatent au mieux.

Dénivellation + : environ 1200 m

Altitude Max : 3760 m

Hébergement : Refuge

Heures de marche : 4h à 5h

## **Jour 07 Acclimatation en altitude**

Aujourd'hui nous peaufinerons l'acclimatation en effectuant une rando jusqu'à 4400m environ : départ matinal pour ne pas rentrer trop tard et récupérer l'après-midi.

Dénivellation + : environ 600 m

Dénivellation - : environ 600 m

Altitude Max : 4400 m

Hébergement : Refuge

Heures de marche : 6

## **Jour 08 Ascension de l'Elbrouz (5641 m)**

Lever vers minuit et départ vers 1h du matin pour cheminer vers le sommet par des pentes peu inclinées (30 à 35°) en gagnant d'abord 'Lens Rock' (camp de pierre). Arrivés à la selle (Sedlov 5400m) entre les sommets Est et Ouest nous rencontrons les ascensionnistes qui arrivent par la voie normale. Il faut se ressaisir pour, pas à pas, grappiller les deux cent et quelques mètres qui restent à gravir pour atteindre le sommet Ouest à 5641m. Puis c'est le long retour jusqu'au refuge.

Le vent et le froid sont les ennemis de cette ascension, il faut être prêt à les endurer durant plusieurs heures. Si les conditions sont trop difficiles pour atteindre le sommet Ouest le guide pourra proposer une tentative du sommet Est si elle semble réalisable : tenez-en compte.

Dénivellation + : 1900 m

Dénivellation - : 1900 m

Altitude Max : 5641 m

Hébergement : Refuge

Heures de marche : 12h à 16h

## **Jour 09 Journée de réserve**

Si les conditions météorologiques ne sont pas bonnes, l'ascension du sommet pourra être effectué lors de cette journée de réserve. Cette journée peut être également utilisée comme journée de repos. Le savoir-faire et l'expérience du guide permettront d'optimiser le profil de l'ascension en fonction de la météo et des conditions physiques du groupe.

Hébergement : Refuge

## Jour 10 Refuge &quot;Oncle Nik&quot; - Hathansu

Descente à Hathansu.

Cette journée pourra éventuellement servir de journée de sécurité si la météo n'a pas été au rendez-vous la veille.

Dénivellation - : environ 1200 m

Altitude Max : 3760 m

Hébergement : Tente

Heures de marche : 3h à 4h

## Jour 11 Hathansu - Piatigorsk

En véhicule nous descendons la vallée de la Malka pour rejoindre la ville de Piatigorsk. Nuit en hôtel.

Hébergement : Hôtel

## Jour 12 Piatigorsk - Paris

A la mi-journée nous gagnons l'aéroport distant de 30 kilomètres pour embarquer à destination de Moscou et Paris, que nous atteignons le soir tard.

### Important :

Suivant les conditions météo et de la montagne, et la condition physique des participants, le programme pourra être modifié. Le guide de haute montagne qui encadre ce stage pourra prendre toutes les décisions qu'il estimera nécessaires pour la sécurité du groupe.

Selon les rotations aériennes de vols depuis Paris, si vous partez tard, il est possible que le programme soit décalé d'un jour : cela ne remettra pas en cause l'acclimatation qui sera gérée différemment par le guide.

Pour des raisons de sécurité et pour garantir un niveau homogène correspondant à celui annoncé, l'encadrement et l'organisation se réservent le droit d'interrompre votre participation si votre niveau technique et/ou votre forme physique ne correspondent pas à ceux requis. En aucun cas cette interruption ne pourra donner lieu à un remboursement ou versement d'indemnités.

## DATES & PRIX

Du	Au	Prix TTC par pers.	Départ assuré
07/07/2019	18/07/2019	2995 €	
21/07/2019	01/08/2019	2995 €	
04/08/2019	15/08/2019	2995 €	
18/08/2019	29/08/2019	2995 €	

Code voyage : VRELN

### Le prix comprend

L'acompte de 30% est à verser au moment de l'inscription, le solde du séjour devra être réglé à 30 jours du départ.

- L'organisation technique du séjour

- L'encadrement par un guide de haute montagne et un assistant-guide local
- Les vols internationaux et domestiques, les taxes aériennes.
- Les transferts et les déplacements routiers prévus au programme
- Les hébergements que ce soit en hôtel (2 nuits : 1 à l'arrivée + 1 au retour) gîtes, refuge ou sous tente
- Les repas sauf à Pitiagorsk et à Moscou
- Les permis
- Le matériel collectif.
- Les services d'une équipe locale pour la cuisine

## Le prix ne comprend pas

- Le visa russe.
- Le matériel technique personnel
- Les repas en ville (Piatigorsk, Moscou).
- Les nuits en hôtel supplémentaires si changement de programme
- Les pourboires
- Les boissons et dépenses personnelles au refuge ou à l'hôtel.
- Les visites ou activités non prévues au programme.
- L'assurance et l'assistance : frais de recherche, secours et rapatriement
- Les frais d'inscription

## À payer sur place

- Les repas en ville (Pitiagorsk, Moscou).
- Les pourboires
- Les boissons et dépenses personnelles au refuge ou à l'hôtel.
- Les visites ou activités non prévues au programme.
- Les nuits en hôtel supplémentaires si changement de programme

## Assurance

Nous pouvons vous proposer nos 3 formules possibles:

- Assurance Annulation à 3% du prix de votre séjour : pour tout accident ou maladie, licenciement, mutation ou évènement survenant avant votre départ et vous empêchant de pouvoir effectuer le séjour.
- Assurance Multirisques à 4% du prix de votre séjour : elle reprend la partie "annulation" ci-dessus et vous couvre aussi durant tout votre séjour en frais de recherche et secours ainsi qu'en hospitalisation, rapatriement, remboursement de frais médicaux, etc...
- Assurance rapatriement à 2% du prix du séjour : prise en charge des frais de recherche et de secours en montagne, assistance en cas de maladie, blessure au cours du voyage.

Si vous ne souhaitez pas souscrire à notre assurance vous devez impérativement nous renvoyer la décharge d'assurance envoyée avec votre confirmation d'inscription.

Si vous choisissez d'autres contrats d'assurance et d'assistance, nous vous invitons à vérifier notamment que la couverture recherche-secours est adaptée : zone de couverture, montant, risques couverts. Pour information, un montant minimal de 15 000 € est recommandé en couverture recherche-secours. Les cartes de crédit offrent peu ou pas ce type de garantie.

## ÉQUIPEMENT

### Équipement fourni

- Pharmacie de groupe
- Cordes et matériel de technique

## Matériel en location

Nous pouvons vous renseigner sur le matériel suivant en location :

- Chaussures de montagne
- Piolet
- Crampons
- Baudrier
- Sac à dos d'alpinisme
- Bâtons télescopiques

## Matériel technique

- 1 paire de chaussures d'alpinisme + 1 paire de guêtres
- 1 baudrier + 2 mousquetons
- 1 piolet
- 1 paire de crampons avec antibott
- 1 paire de bâtons télescopiques
- 1 sac de couchage en duvet (double cloisonnement)
- 1 matelas mousse ou gonflable
- 1 couverture de survie
- 1 lampe frontale + piles longue durée
- 1 paire de lunettes de glacier catégorie 4 avec protège-nez + 1 paire de rechange
- 1 masque de ski pour le sommet
- 1 gourde isotherme 1,5 litre
- Des chaufferettes peuvent se révéler intéressantes pour les plus frileux et pour le jour du sommet
- 1 crème solaire écran total + crème après-solaire (biafine ou autre)
- 1 stick pour les lèvres écran total et après-solaire
- 2 sacs poubelle 100l pour garder vos affaires étanches dans le sac à dos
- 1 pochette étanche dans laquelle vous mettrez vos papiers d'identité, votre téléphone, votre argent et votre contrat d'assurance/assistance avec tous les numéros de téléphone d'urgence

## Équipement personnel

- 1 passe-montagne ou bonnet
- 1 cagoule+ 1 foulard
- 1 ensemble sous-vêtements (tee-shirt et caleçon) en laine ou thermolactyl.
- 2 pulls polaires
- 1 pantalon de montagne
- 1 veste en duvet très chaude pour l'ascension (attention au vent renforçant la sensation de froid)
- 1 veste et 1 pantalon en Goretex (ou équivalent) : imperméable et windstopper
- 1 paires de gants en laine ou en polaire qui soient chauds, et 1 paire de sous-gants (en soie ou équivalent)
- une paire de moufles très chauds à mettre par dessus les gants pour le sommet
- 3 paires de chaussettes en laine épaisse
- 2 paires de chaussettes fines / 1 paire très chaude pour l'ascension
- vêtements de rando pour les marches d'approche et le voyage : pantacourts + tee-shirts
- 1 paire de chaussures légères de type trekking

## Bagages

Cet équipement doit être réparti en 2 bagages :

- 1 bagage à main lourd et compact (sac à dos de 50/60 l) contenant le minimum nécessaire à votre arrivée si le sac en soute n'était pas eu rendez-vous tout de suite : partez avec vos chaussures d'alpinisme au pied.
- 1 bagage pour la soute dont le poids ne doit pas dépasser 20 Kg

## Pharmacie

Il est fortement conseillé de faire valider le contenu de votre pharmacie individuelle par votre médecin traitant en fonction de votre profil médical et de la nature du séjour envisagé.

Pharmacie individuelle :

- Un antalgique (éviter l'aspirine).
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).
- Un antibiotique à large spectre.
- Un antispasmodique, un antidiarrhéique, un antiseptique intestinal, un antivomitif.
- Des pansements et double peau, des compresses, de la bande adhésive, du Steristrip, du tulle gras.
- Un antiseptique.
- De la crème solaire et de la Biafine.
- Des pastilles pour purifier l'eau (type Aquatabs).
- En complément : collyre, pince à épiler, somnifère léger et/ou boules Quies, veinotonique (contre les jambes lourdes), médicaments personnels.

Liste non-exhaustive.

Le guide Stages Expéditions disposera également d'une pharmacie de première urgence.

## INFORMATIONS PRATIQUES

### Passeport

Valable 6 mois après la date de retour. Nous vous conseillons également de voyager avec des photocopies de votre passeport et visa en permanence sur vous (en cas de perte ou de vol des originaux).

### Carte d'identité

A la suite de la prolongation depuis le 1er janvier 2014 de la validité de la CNI française, sans changement de date faciale sur le document, les litiges et difficultés pour les voyageurs français se multiplient.

1 - Comme indiqué dans les Procès-Verbaux des Comités Exécutifs des 5 février et 3 avril 2014, le SETO s'est saisi de la question. Les interventions du SETO auprès des autorités françaises sont en cours pour lister les difficultés, trouver des solutions et des moyens adaptés.

2 - Des accords ont été établis entre la France et certains pays pour que la CNI prolongée soit acceptée. Une liste des pays acceptant cette prolongation de la CNI est consultable sur le site du ministère français de l'Intérieur. Des documents explicatifs traduits dans les langues du pays y sont téléchargeables pour les voyageurs. Toutefois ces documents et explications ne sont pas encore totalement acceptés et reconnus dans tous les pays listés.

Dans l'attente, le SETO recommande donc à ses membres de bien veiller à ce que les clients français directs et indirects soient pleinement informés de la situation, à savoir qu'une CNI peut être refusée si la validité faciale est périmée. En cas de doute, il est donc préférable de bien recommander le recours à un passeport valide à la place de la CNI.

### Visa

Visa obligatoire : son obtention est sous votre responsabilité. Les voyageurs ne peuvent faire leur demande de visa qu'à moins de trois mois de leur départ.

A compter du 6 juin 2012, le centre VHS est devenu l'unique accueil parisien des demandeurs de visas pour la Russie, qu'il s'agisse de sociétés commerciales (agences de voyages) ou de personnes privées. Le consulat de Russie, situé dans les locaux de l'ambassade boulevard Lannes n'assure plus l'accueil des demandeurs de visas.

A moins de passer par une agence spécialisée dans l'établissement de visas, vous devrez obligatoirement vous rendre en personne dans l'un des centres VHS. A Paris l'accueil VHS se fait de 9h à 17h, du lundi au vendredi, sur rendez-vous uniquement, pris sur le site [www.vhs-France.com](http://www.vhs-France.com) ou bien par téléphone 01 71 93 96 96.

Le centre de visas peut également être joint par fax 01 71 93 96 99 ou par courriel : [info@vhs-France.com](mailto:info@vhs-France.com).

Le tarif est de 75 euro pour un visa en 10 jours et de 110 euro pour un visa en 3 jours. A cela il faut rajouter les frais de déplacements si vous vous rendez sur place, ou les frais d'agences spécialisées.

Stages Expéditions vous fournira l'invitation ainsi que le voucher nécessaires à l'établissement du visa (vous devrez pour cela nous avoir fait parvenir une photocopie de votre passeport).

Vous seront demandés les documents suivants à VHS :

- Un passeport en cours de validité, comportant au moins 2 pages juxtaposées réservées aux visas, et valable au moins 6 mois après la date d'expiration du visa + photocopie couleur de la page d'identification du passeport.

- Le formulaire de demande de visa que vous devrez remplir sur le site <https://visa.kdmid.ru> : les modifications manuscrites ne sont pas acceptées.

Indiquer le nom complet du demandeur tel qu'il apparaît sur leur passeport

Indiquer le nom de jeune fille (maiden name) au point 12 et le nom d'épouse (spouse name) au point 17, le cas échéant

Indiquer les dates d'entrée et de sortie informées sur l'invitation

Mentionner toutes les villes indiquées sur l'invitation au point 14

Indiquer le nom de la société invitante russe au point 13

Comporter des marges des quatre côtés de chaque page fournie

Comporter une signature apposée au stylo à bille noir et identique à celle sur le passeport du demandeur

- L'original du voucher touristique du prestataire russe.

- L'original de la confirmation d'accueil (invitation) pour touriste étranger par le prestataire russe.

- Une photographie couleur récente : elle doit être prise dans les trois derniers mois contre un arrière-plan blanc et imprimée sur papier photo de haute qualité ; doit mesurer 35mm x 45mm ; doit présenter une vue de face de votre visage lui-même centré dans le cadre et ayant une expression neutre (sans sourire). Le port de lunettes n'est pas autorisé, de même que le port de chapeau ou couvre-chef, à moins que votre religion ne vous l'oblige. Votre photographie ne doit pas être attachée à votre demande de visa et ne doit avoir aucune trace d'agrafes ou de ruban adhésif.

- Attestation originale d'assurance (seul l'original de l'attestation d'assurance médicale comportant un tampon et une signature authentiques est accepté) qui doit comporter:

le nom et le prénom de l'assuré;

le numéro du contrat + le numéro de téléphone international d'assistance

la date du voyage;

elle doit clairement indiquer que le voyage a lieu sur le territoire de la Fédération de Russie;

l'assurance doit couvrir les cas des maladies, accidents, rapatriement.

Les assurances faisant partie du réseau IMA (Inter Mutuelles Assistance) vous délivreront des attestations adaptées de façon certaine, ainsi que l'assurance de Stages Expéditions. Pour toutes les autres assurances merci de vous renseigner directement.

## Coordonnées Ambassade et Consulat

VHS France

Centre d'affaires Élysées 26

1er étage

19 rue de Ponthieu

75008 Paris

Pas de traitement de dossiers envoyés par courrier.

Centre d'appel: +33 (0)1 71 93 96 96

Fax: +33 (0)1 71 93 96 99

E-mail: [info@vhs-france.com](mailto:info@vhs-france.com)

[www.vhs-france.com](http://www.vhs-france.com)

Heures d'ouverture du Centre de visas pour la Russie:

Du lundi au vendredi, de 9 h 00 à 12h30 et de 13h30 à 17 h 00.

Fermé le samedi et le dimanche.

Centre de visas pour la Russie à Marseille :

- 141, avenue du Prado, 13008, Marseille, bat.B, 2 étage (metro Périer)

Pour toutes les questions de visas adressées au Consulat Général de Russie à Marseille et à son antenne à Nice aussi bien qu'au centre de visas veuillez prendre préalablement le rendez-vous sur le site [www.vhs-france.com](http://www.vhs-france.com).

Tél.:04.91.76.26.79

04.91.77.15.25

Fax:04.91.77.34.54

E-mail: [consrusmarseille@wanadoo.fr](mailto:consrusmarseille@wanadoo.fr)

Horaires d'ouverture:

Lundi, mardi, jeudi, vendredi

9h00-12h00

(fermé le mercredi pour les visiteurs)

Le mercredi: 91, Promenade des Anglais, 06000, Nice 13h00-16h00

Prendre rendez-vous à Nice par téléphone 04.91.76.26.79

Consulat Général de Russie

6, place Sébastien Brant

67000, STRASBOURG

Lundi, mardi, jeudi, vendredi

de 09.00 à midi, l'accès du public est assuré jusqu'à 11.30 (sauf les fêtes officielles de la Fédération de Russie).

Tél. : 03.88.36.73.15

Fax : 03.88.35.34.81

E-mail: [rusconsulat@wanadoo.fr](mailto:rusconsulat@wanadoo.fr)

<http://www.strasbourg.mid.ru/>

Possibilité de passer par des centres spécialisés tels que :

Visas Express

<http://visas-express.fr/>

mail : [info@cibtvisas.fr](mailto:info@cibtvisas.fr)

37/39 rue Boissière

75116 Paris

Téléphone : 08 25 08 10 20

Depuis l'étranger : +33 (0) 144 10 72 73

Fax : +33 (0) 144 10 72 73

## Infos Vaccins

Même si aucun vaccin n'est obligatoire, vous vous assurerez cependant que les vaccins pratiqués couramment dans les pays occidentaux (tétanos, diphtérie, poliomyélite, typhoïde) sont encore valables. Vaccins hépatite A et B également recommandés.

## Heure locale

GMT + 2h.

Pour aller plus loin

## Géographie

La longue chaîne du Caucase (1100 km) s'étire de la Mer Caspienne à la Mer Noire et présente une variété unique de reliefs, 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.



## Climat

Le temps peut être très changeant. Il peut y avoir du vent et faire très froid. La température de l'air diminue d'environ 0,8°C par 100 mètres d'altitude. En haute montagne, les variations thermiques sont très rapides (ombre/soleil et jour/nuit). Le vent et l'humidité des vêtements aggravent considérablement la déperdition thermique. La diminution de la couche atmosphérique rend le soleil plus dangereux par l'augmentation du rayonnement ultraviolet. Un équipement adéquat vous protégera du vent qui peut être violent.

## Bibliographie

- "Mont Elbrus Region" de Robin Collomb et Andrew Wielochowski- West Col Productions.
- "Classic Climbs in the Causacus" de Friedrich Bender - Diadem.