

Mourre Froid (2993m)

Une belle course de difficulté moyenne, sur un des beaux sommets skiabiles du sud de l'Oisans. Il est possible de partir directement de Prapic, mais la nuit en pleine montagne à la cabane de la Barre présente un charme certain. Attention aux risques d'avalanches importants en cas de chute de neige récente, en raison des pentes raides dominant souvent l'itinéraire. Une belle course de difficulté moyenne, sur un des beaux sommets skiabiles du sud de l'Oisans. Il est possible de partir directement de Prapic, mais la nuit en pleine montagne à la cabane de la Barre présente un charme certain. Attention aux risques d'avalanches importants en cas de chute de neige récente, en raison des pentes raides dominant souvent l'itinéraire.

Difficulté : PD + (Descente S4 au début, localement exposé)

Départ : hameau de Prapic (1550m) situé à trois kilomètres à l'Est d'Orcières (route déneigée, gîte d'étape).

Carte : IGN Top 25 n°3437 ET

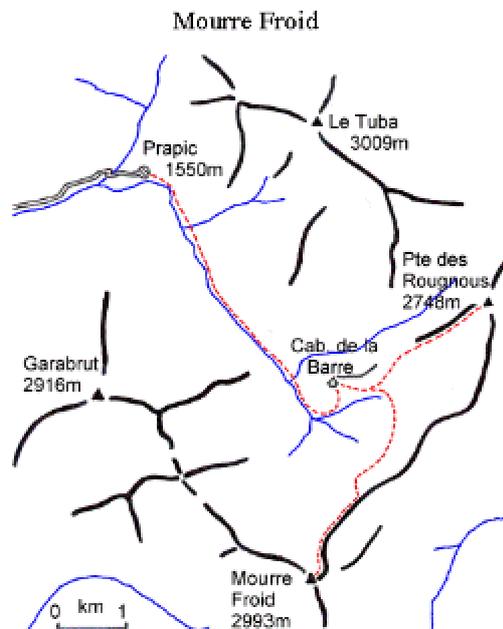
Topo : Crampon spécial "400 idées de courses", 2001.

Dénivelée : 650m le premier jour (+550m si l'on fait la pointe des Rougnous) et 800 m le deuxième jour.

Itinéraire sommaire :

1er jour : Au départ de Prapic, suivre la route en rive droite du Drac puis obliquer plein Nord pour atteindre la cabane de la Barre (2203m). Le confort y est sommaire mais suffisant : environ 8 places avec un peu de foin en haut et 3 places plus enneigées en bas. On peut prolonger la journée en gravissant la pointe des Rougnous (2749m) atteinte sans difficulté par sa jolie crête SW.

2ème jour : de la cabane, on rejoint facilement le vaste plateau sous l'arête nord-est. On atteint celle-ci à l'est du point coté 2680, par une pente d'une centaine de mètres où l'on se méfiera des plaques à vent. On suit alors l'arête facile jusqu'au sommet du Mourre Froid (2993m). Descente par le même itinéraire, ou directement dans la face nord si la neige est sûre.



Auteur et date du parcours : Jean-Pierre Canceill, 1998