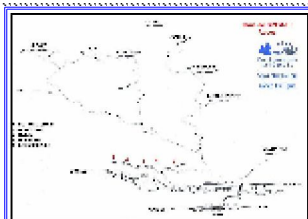


[audit et mesure
d'audience visiteurs
internet par](#) 

SINSAT - ÉLODIE



L'accès



La voie



- SINSAT 1 - La Pelle- ÉLODIE (Enchaînement Lisa - Élodie)



L'accès

Du parking de Sinsat prendre le sentier commun aux secteurs du Pubis, de Peppermint et du Toit. Au bout de 10mn on laisse sur la droite le sentier du Pubis (panneau). Le sentier poursuit tout droit jusqu'à un replat (20mn). A gauche part horizontalement la sente vers le secteur du Toit. Tout droit une trace de plus en plus raide monte en direction de Peppermint. Franchir un ressaut, soit par des cordes fixes, soit par un passage aérien. La trace se poursuit parmi les chênes verts jusqu'à la voie Peppermint. La voie Lisa se situe 30m après.
40 mn de marche d'approche.

La voie

Il s'agit de l'enchaînement de 2 voies qui permet de graver d'abord le ressaut de Peppermint, puis la Pelle par son flanc gauche.

- **Lisa** : 8 longueurs - niveau **T.D./T.D. sup.** - 6b+ maximum (6a oblig.). La longueur la plus dure est au départ, après l'escalade se déroule dans des dalles et fissures très esthétiques de niveau 6a/6a+. La voie est entrecoupée au milieu d'un jardin permettant des connections avec la voie Peppermint (qui est dans le 5c).
- **Élodie** : 6 longueurs - niveau **T.D.sup./E.D.inf.** - 6c et A1 (1 pas) maximum (6b oblig.). Du sommet de Lisa, sortir sur le plateau (4 mètres). Un sentier aménagé et balisé en rouge, en légère descente dans les buis conduit en 5mn au départ d'Élodie (nom écrit).

La voie parcourt d'abord 2 grandes fissures (La 1ère facile, la 2ème soutenue et légèrement déversante est de loin la longueur la plus dure de la voie, 6c et A1 (1 pas) ou 7a+ en libre. Puis la voie en 3ème longueur part sur la droite d'abord dans du conglomerat puis des dalles inclinées. La 4ème longueur parcourt un dièdre ocre légèrement déversant avec de bonnes prises. Une marche de 40 mètres un peu escarpée conduit à une bonne vire derrière un très gros bloc. On parcourt ensuite le bastion final par la gauche, très aérien et très esthétique en 2 longueurs soutenues dans le 6b jusqu'au sommet de la Pelle.
Prévoir 6 à 7 h d'escalade minimum pour l'enchaînement.

L'équipement

Les 2 voies sont entièrement équipées. Prévoir un rappel de 100m, 13 dégaines et une sangle pour le pas de A1.

La descente

Du sommet de la Pelle parcourir l'arête vers le nord sur 25mètres et descendre à droite dans un couloir raide entre les buis. On rejoint rapidement le sentier de descente d'Anaïs. Un long couloir d'éboulis raides et pénibles, puis une bifurcation vers la droite (gros cairn), une sente dans les buis, puis au niveau d'une dalle inclinée lisse une bifurcation à gauche (flèche rouge), puis un parcours balisé en rouge jusqu'aux rappels du Pubis dans la voie Grand Public (4 rappels dont le 1er sur un arbre).

Il est possible de ne graver que la voie **Élodie**. L'accès se fait par l'itinéraire de montée à la voie Pascal à la Pelle.

Du Pubis prendre l'itinéraire de descente de GR4b+. Quand la sente repart vers la droite, bifurquer vers la gauche (flèche rouge). Un itinéraire escarpé balisé en rouge conduit à une corde fixe (descente de 8 mètres), puis une traversée à flanc avant d'attaquer la montée raide équipée de plusieurs cordes fixes : partir sur la gauche quand on est à 40 mètres de la base de la paroi. Un balisage rouge conduit au départ d'Élodie.
En tout 1h15mn à 1h30mn de marche d'approche.

Les équipiers

Lisa : Gérard Pouliquen et Alain André.
Élodie : Gérard Pouliquen, Alain André, Michel Dumontier.

Biotope

On peut grimper toute l'année la voie Elodie. Il n'y a pas de restriction pour la pratique de l'escalade.