



## CLUB ALPIN DE L'ÎLE DE FRANCE – ALPINISME

### FICHE PROGRAMME 2010

#### REF. 10-ALP34 - SORTIE ALPINISME Les Cerces - Les Voies de la Poire – 18 et 19 septembre 2010

#### Encadrants :

Frédéric Beyaert

Coordonnées : 06 84 18 72 65

Email : [beyaert.f@pg.com](mailto:beyaert.f@pg.com)

Patrick Preux

Coordonnées : 06 08 83 03 88

Email : [patrick.preux@orange.fr](mailto:patrick.preux@orange.fr)



*Voie la Poire : l'attaque*

#### **TRANSPORT – Déplacement en car couchette**

#### **COURSES PREVUES** : Accès depuis le Monetier jusqu'au Vallon de la Moulette - Tête Noire

1- Voie de la Petite Poire face W - AD - 7 longueurs - dénivelé 200 m

2- 1<sup>ère</sup> Tour face SW Voie de la Poire - AD+ - 12 longueurs - dénivelé 300 m

#### **NOMBRE DE PARTICIPANTS : 4**

#### **HEBERGEMENT** : Camping en bivouac

Le repas du samedi soir est approvisionné par les encadrants et redistribué pour le portage  
L'apport de tentes sera le bienvenu.

#### **MATERIEL NECESSAIRE** (participants) :

**Technique** : casque, baudrier, chaussons d'escalade, chaussures pour l'approche et la descente, 2 mousquetons à vis, 2 mousquetons simples, 2 sangles, descendeur, machard ou équivalent.

**Personnel** : vêtements de montagne (veste imperméable, pantalon de montagne, polaire), crème solaire, lunettes de soleil, gants légers, couteau « suisse », gourde, lampe frontale, carte CAF 2010, chéquier du repas du dimanche soir.

**Vivres de courses pour 2 jours et petit déjeuner du dimanche matin au bivouac pour chaque participant.**

#### **DIVERS :**

**Préparation** : contacter les encadrants par téléphone ou mail à partir de la semaine précédente

**Départ** : rendez-vous vendredi 17 septembre à 21h30 Porte d'Orléans devant la statue de Mal. Leclerc.

**Retour** : lundi 20 septembre matin vers 5h30 Porte d'Orléans

**Coût** : - Car 130€ à régler à l'inscription auprès du secrétariat du CAF

- Frais de repas au bivouac + petit déjeuner du samedi + dîner dimanche au restaurant  
avant le retour en car : environ 35€