



CLUB ALPIN DE L'ILE DE FRANCE – ALPINISME
FICHE PROGRAMME 2010

REF. 11-ALP04 - SORTIE ALPINISME
Grandes voies autour de Gramusset (Aravis) - 2 & 3 Octobre 2010

ENCADRANTS :

Mathieu RAPIN Tél. : 06 68 23 03 65
Email : matrapin@gmail.com

Jean POTIE Tél. : 06.17.33.63.13
Email : jean.potie@mpsa.com

TRANSPORT – Déplacement en car couchettes

COURSES PREVUES :

Grandes voies autour du refuge de Gramusset, 150 à 300m, niveau max. TD, 5+ obligatoire:
Exemple : Pointe de Combas "l'été indien", paroi de Gramusset "l'ombre chinoise", Pointe percée
"Ca rigole dans les cannelures"

NOMBRE DE PARTICIPANTS : 4

HEBERGEMENT : Refuge de Gramusset

MATERIEL NECESSAIRE (participants) :

Technique : casque, baudrier, chaussures de randonnée, chaussons d'escalade, 2 mousquetons à vis, 2 mousquetons simples, 2 sangles, longe, descendeur, autobloquant.

Personnel : vêtements de montagne (veste imperméable, pantalon de montagne, polaire), vivres de courses pour 2 jours, crème solaire, lunettes de soleil, couteau, gourde, lampe frontale, carte CAF 2010, chéquier ou espèces pour le règlement du refuge et repas du dimanche soir.

DIVERS :

Préparation : contacter les encadrants par téléphone ou mail la semaine précédant le départ

Départ : rendez-vous vendredi 1er Octobre à 21h30 Porte d'Orléans devant la statue du Mal. Leclerc.

Retour : lundi 4 Octobre vers 5h30

Participation aux frais : car 130 € à régler à l'inscription auprès du secrétariat du CAF + *Frais de refuge (~35 €) + petit déjeuner du samedi (~8 €) + dîner lundi au restaurant (~20 €) avant le retour en car.*