

	<p>Saison 2011</p>	<p>CAF Ile de France Alpinisme Accueil : 12, rue Boissonade 75014 PARIS tel : 01 42 18 20 00 Site web : http://www.clubalpin-idf.com</p>
--	--------------------	---

Fiche-programme de la sortie Alpinisme n° 11-ALP41
17 au 18 septembre 2011

Nom et coordonnées des encadrants :

<p>Laurent METIVIER E-mail : laurent.metivier@sncf.fr tél. B: 01 53 42 07 98 tel dom :01 60 46 44 12</p>	<p>Accord préalable des encadrants pour l'inscription OUI (</p> <p>Nombre de participants à la sortie y c les encadrants 3</p>
--	--

UN SOMMET EN ARIEGE

Programme prévisionnel :

<p>Courses prévues : Ascension du Pic Pedrous Apprentissage de la marche tout terrain en montagne avec un peu d'escalade rocheuse facile pour accéder aux sommets Bonne condition physique indispensable – accessible aux débutants Jour 1 montée au refuge : 1000 m + balade en option vers le Pic de Jour 2 : dénivelé +escalade facile + descente</p>
--



Pic Pedrous

Cartes : 1/25 000ème Bourg madame **Conditions d'hébergement :** Refuge de Besines gardé

Rendez-vous sur place: Gare de L'Hospitalet le samedi matin à l'arrivée du train de nuit de Paris s'il existe – la SNCF n'étant plus capable d'annoncer ses horaires en avance, un point sera à faire dans l'été pour avoir les conditions d'arrivée.

Retour prévu à Paris de la gare de l'Hospitalet en train de nuit (Direct ou via Toulouse)

Billets à prendre par les participants – attention pour les amateurs de Prem's en cas de mauvais temps et d'impossibilité de faire la course la sortie pourrait être annulée.

Coût prévisionnel à régler à l'inscription 60 € comprenant la ½ pension, les frais d'organisation et administratifs

Réunion préparatoire ou contact téléphonique avec les organisateurs dès l'inscription et au plus tard une semaine avant le départ notamment pour vérifier le gardiennage du refuge.

Équipement individuel :

Matériel : casque, baudrier, chaussures de montagne étanches, lunettes de soleil, gants, lampe frontale
Bâtons de marche optionnels

Nourriture à emporter :

Vivres de course pour 2 jours

Documents administratifs nécessaires :

Carte CAF

Cet itinéraire est susceptible d'être modifié selon la météo, les conditions de la montagne et le niveau physique et technique des participants

