



CLUB ALPIN DE L'ÎLE DE FRANCE – ALPINISME
FICHE PROGRAMME 2005

**REF 06-ALP04 - SORTIE ALPINISME CASCADES DE GLACE
VAL DE COGNE (Italie) 25-26-27 FEVRIER 2006**

Encadrants :

Mathieu RAPIN Coordonnées : 01 44 24 83 97 (dom.) – 06 68 23 03 65

Email : mathieu.rapin@freesurf.fr, mathieu.rapin@dcn.fr

Nicolas CHAMOUX Coordonnées : 01 41 93 66 16 (dom.) - 06 86 73 15 87

Email : nicolas.chamoux@lonsdale.fr

Jean-Pierre MAZIER Coordonnées : 06 20 62 56 87

Email : jpmazier@saunier-associes.com

Philippe CARTIER Coordonnées : 06 07 73 05 21

Email : philcartier@hotmail.com

Patrick PREUX Coordonnées: 01 45 23 13 24 (dom.) – 06 76 65 29 59

Email : patrick.preux@messier-bugatti.com

TRANSPORT – Déplacement en voiture particulière ; Partage des frais de route entre les passagers

COURSES PREVUES :

Vendredi : cascades de glace dans le Val de Cogne

Samedi et dimanche : cascades de glace le Val de Cogne

Niveau technique 3 ou 4 glace

NOMBRE DE PARTICIPANTS : 9

HEBERGEMENT : Auberge du Belvédère à Gimillan (1/2 pension)

MATERIEL NECESSAIRE (participants) :

Technique : casque, 2 piolets techniques, crampons + antibott, baudrier, chaussures d'alpinisme chaudes, 2 mousquetons à vis, 2 mousquetons simples, 2 sangles, descendeur, prussik ou équivalent.

Personnel : vêtements de montagne chauds (veste & pantalon imperméables, guêtres, polaire), vivres de courses pour 3 jours, crème solaire, lunettes de soleil, gants (**2 paires**), couteau « suisse », gourde ou thermos, lampe frontale, carte CAF 2006, argent liquide pour le règlement du gîte et repas (**Attention !** En Italie, il ne sera pas possible de payer par chèque ; distributeur de billet à Cogne acceptant les cartes Eurocard – Visa...).

DIVERS :

Préparation : contacter les encadrants par téléphone ou mail semaine 7.

Départ : rendez-vous vendredi 24 Février à 18h00 Porte d'Orléans devant la statue de Mal. Leclerc.

Retour : dans la nuit du lundi 27 au mardi 28.

Coût : environ 110€ (gîte + dîners) + frais de transport à partager entre les passagers de chaque véhicule - *Frais administratifs à payer au CAF lors de l'inscription 10,50€*

Nota : les inscriptions sont prises par le secrétariat du CAF un mois avant la sortie.