

CLUB ALPIN DE L'ILE DE FRANCE – ALPINISME

FICHE PROGRAMME 2007

REF. 07-ALP45- SORTIE ALPINISME Initiation – 7 et 8 juillet 2007

Encadrants :

Michel Tendil

Coordonnées: 06 26 99 86 29

Email : michel.tendil@gmail.com

Mathieu Rapin

Coordonnées: 06 68 23 03 65

Email : mathieu.rapin@freesurf.fr

Marie-Line Lacroix

Coordonnées : 06 86 84 07 55

Email : marieline.lacroix@gmail.com

TRANSPORT – Déplacement en car couchettes
--

COURSES PREVUES Levanna occidentale (3593 m. F)
--

Course d'initiation de niveau facile avec marche sur glacier et arête aérienne.

Jour 1 : montée du village de Bonneval au refuge du Carro, puis exercices d'initiation sur glacier (encordement, cramponnage, etc.).

Jour 2 : ascension de la Levanna occidentale (3/4 heures de montée)

NOMBRE DE PARTICIPANTS : 2 par encadrant (total 6)

HEBERGEMENT : refuge du Carro.

MATERIEL NECESSAIRE (participants) :

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

Personnel : vêtements de montagne (veste imperméable, pantalon de montagne, guêtres, polaire), vivres de courses pour 2 jours, crème solaire, lunettes de soleil, gants (2 paires), couteau « suisse », gourde, lampe frontale, carte CAF 2007.

DIVERS :

Préparation : contacter les encadrants par téléphone ou mail deux semaines avant.

Départ : rendez-vous vendredi 6 juillet à 22h00 Porte d'Orléans devant la statue de Mal. Leclerc.

Retour : lundi 9 juillet au matin (vers 5h30)

Coût : car 110€ à régler à l'inscription auprès du secrétariat du CAF – environ 40 demi-pension au refuge + dîner dimanche soir au restaurant avant le retour en car.