

	<p>Saison 2008</p>	<p>CAF Ile de France Accueil : 12, rue Boissonade 75014 PARIS adresse postale : 5 rue Campagne Première tel : 01 42 18 20 00 Site web : http://www.clubalpin-idf.com</p>
---	--------------------	--

Fiche-programme de la sortie d'Alpinisme n° 08 – ALP42
 Du 10 au 14 juillet 2008 inclus, soit 5 jours

Accord préalable des encadrants pour l'inscription : OUI (mais appeler au téléphone pour prendre contact)

Nombre de participants à la sortie yc les encadrants : 3 ou 4 personnes

Nom et coordonnées des encadrants :

<p>Jean François DESHAYES - tel : 06 70 75 12 61 e-mail : jean-francois.deshayes@orange.fr</p>	
---	--

Grandes lignes du circuit :

<p>Réaliser l'ascension de l'aiguille du Tour et de l'aiguille du Moine, 2 sommets réputés du massif du Mont Blanc</p>
--

Programme prévisionnel :

1^{er} jour	Rassemblement à Vallorcine à la mi-journée, point sur les connaissances de chacun et écoe d'escalade sur la falaise de Vallorcine.
2^{ème} jour	Montée au refuge Albert 1 ^{er} – l'après midi, école de neige et glace à proximité du refuge.
3^{ème} jour	Ascension de l'Aiguille du Tour (36) – Descente à Vallorcine et coucher en gîte
4^{ème} jour	Montée au refuge du Couvercle par les balcons de la Mer de Glace
5^{ème} jour	Ascension de l'Aiguille du Moine (33 m) - Descente à Chamonix

Ces renseignements sont indicatifs; le programme est susceptible d'être modifié, voire écourté ou annulé, selon les conditions nivo-météo prévues avant le départ ou rencontrées sur le terrain.

**Fiche à découper et à renvoyer au secrétariat du CAF IdF
 avec le chèque de participation aux frais d'organisation de la sortie
 et la photocopie de la carte d'adhérent pour les non membres du CAF Ile de France**

Éléments d'information pour l'inscription à la sortie (à remplir lisiblement) N° d'adhérent CAF :

Club : _____ (joindre copie de la carte CAF si affiliation hors CAF IdF) (

Téléphone : domicile : _____, bureau : _____, portable : _____,

e-mail : _____

Adresse : _____

Avez-vous obtenu l'accord formel de l'encadrant pour participer à la sortie ? : en attente - obtenu

Souhaitez vous souscrire l'assurance annulation : oui / non (8 € pour un week end – se renseigner au secrétariat)

Personne à prévenir en cas d'accident :

NOM : _____, Prénom : _____, Lien de parenté : _____

Téléphone : domicile : _____ ; bureau : _____, portable : _____

e-mail : _____

Adresse : _____

A : _____, le : _____, Signature : _____

Cartes : IGN 1/25000^{ème} n° 3630 OT ou CNS 1/50000^{ème} n°282 – Martigny + 292 – Courmayeur

Caractéristiques du parcours programmé :

Type de circuit : **Aller et retour** / Niveau montagne : **Peu difficile** / Niveau physique : **Soutenu**

Rythme d'ascension requis : **environ 400 mètres par heure** en moyenne sur tout le parcours

Particularités : **sortie nécessitant une expérience préalable de l'alpinisme et une très bonne condition physique**

.....

Conditions d'hébergement :

Gîte et Refuges gardés

Coût du circuit : 250 € Comprend l'hébergement au gîte et dans les refuges en demi pension.
Les repas de midi et les vivres de courses ne sont pas fournis.

Dépenses sur place (en plus du montant réglé à l'inscription) : **environ 30 € + faux frais**

Voyage : **individuel** - possibilité de voyager en train couchettes depuis Paris dans la nuit du 9 au 10 juillet
(départ Paris Austerlitz le jeudi 9 juillet au soir)

Début de la sortie : 14 heures à Vallorcine

Retour : 19h à Chamonix devant la gare SNCF

Equipement individuel :

Matériel individuel indispensable pour les sorties d'alpinisme facile en altitude : cf Glace et sentiers 2008

Matériel individuel obligatoire spécifique à la sortie :

Piolet / Crampons / Chaussures supportant les crampons / Baudrier équipé de 2 mousquetons dont 1 à vis / 2 sangles / 2 dégaines.

Si possible une broche à glace

Nourriture à emporter :

Vivres de course pour 5 jours

Documents administratifs nécessaires :

Carte CAF / Pièce d'Identité

Réunion préparatoire ou contact téléphonique avec les organisateurs dès l'inscription : non MAIS contacter impérativement l'organisateur pour les détails d'organisation

Pour des raisons de sécurité, les inscriptions des personnes n'ayant pas pris contact avec les organisateurs ne seront pas confirmées.

---oo0oo---

.....