

Fiche-programme de la sortie de ski de montagne n° S090  
**Traversée dans les Préalpes Bernoises – De Lenk à  
Kandersteg**  
Du 20 au 23 mars 2009 inclus, soit 4 jours

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

Nombre de participants à la sortie yc les encadrants : 8

**Nom et coordonnées des encadrants :**

Jean François DESHAYES - tel : 06 70 75 12 61  
e-mail : [jean-francois.deshayes@orange.fr](mailto:jean-francois.deshayes@orange.fr)

Christian PETIT - tel : 01 48 71 08 82  
e-mail : [oursourq@orange.fr](mailto:oursourq@orange.fr)

**Programme prévisionnel :**

<b>1<sup>er</sup> jour</b>	Regroupement à Lenk à 8 heures Montée à Wildhorn Hütte (2303 m) depuis Langersite	- ▲ 1100 m ▼ 0 m
<b>2<sup>ème</sup> jour</b>	Traversée de Wildhorn Hütte à Wildstrüber Hütte via le Wildhorn (3247 m)	- ▲ 1400 m ▼ 900 m
<b>3<sup>ème</sup> jour</b>	Ascension du Wildstrübel (3243 m) puis traversée sur Lammeren Hütte (2507 m)	- ▲ 600 m ▼ 900 m
<b>4<sup>ème</sup> jour</b>	Ascension du Steghorn (3146 m) puis traversée sur le Rotertotz (2840 m), descente sur Kandersteg –	- ▲ 1100 m ▼ 1600 m

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.

**Cartes :**

Carte Nationale Suisse 1/50 000<sup>ème</sup> n° 263 S – Wildstrubel (avec itinéraires à ski)

**Caractéristiques du programme proposé :**

Rythme d'ascension requis : 300 / 350 mètres par heure n moyenne sur tout le parcours

Difficulté : (cf document décrivant la cotation de la difficulté des sorties disponible au secrétariat ou sur Internet )

itinéraires : PD/PD + - conduite de course :   Dénivelé journalier : 1100 à 1400 m

Particularités : Longue traversée en altitude sur glaciers peu crevassés, expérience des tours en traversée indispensable.

**Conditions d'hébergement :**

Hébergement en demi-pension en refuge gardés

**Coût prévisionnel** (en plus du montant réglé à l'inscription) : **220 Francs Suisses (comprend le taxi depuis Lenk et l'hébergement en demi-pension dans les refuges.**

**Voyage : individuel –**

en train depuis Paris : - aller : TGV Paris (12h20) Bâle puis train Bâle Spiez puis Spiez Zweisimmen Lenk (19h20)  
- retour : Train régional Kandersteg (15h) Bern puis TGV Bern Paris (22h)

**En cas de voyage en train, il est nécessaire d'arriver la veille au soir à Lenk compte tenu de l'absence de train de nuit pour la Suisse. Au retour il sera possible de rejoindre Paris en fin de soirée le dernier jour.**

**Equipement individuel :**

Matériel individuel indispensable pour toutes les sorties : cf NEIGES 2009

Une pelle et une sonde sont indispensables

**L'ARVA est absolument obligatoire**

**L'organisateur ne pourra pas autoriser un participant à suivre la collective, si celui-ci ne dispose pas d'un ARVA en bon état de fonctionnement (il est conseillé d'emporter des piles de rechange).**

Au delà de la possession d'un appareil en état de marche, chaque participant doit en maîtriser le fonctionnement en émission et en réception et connaître le principe des méthodes de recherche de victime avec ces appareils



**Matériel individuel obligatoire spécifique à la sortie :**

Crampons, matériel pour glacier (baudrier léger, 1 broche à glace, 1 sangle cousue de 2 m, 1 cordelette  $\Phi$  5mm)

**Nourriture à emporter :**

Vivres de course pour 4. jours

**Documents administratifs nécessaires :**

Carte CAF / Pièce d'Identité

**Réunion préparatoire ou contact téléphonique avec les organisateurs dès l'inscription :**

**Contact téléphonique obligatoire avec les encadrants dès l'inscription**

<p><b>Pour des raisons de sécurité, l'inscription des personnes n'ayant pas pris contact avec les organisateurs ne sera pas confirmées.</b></p>
---

---oo0oo---