

	Saison 2010	CAF Ile de France Accueil : 12, rue Boissonade 75014 PARIS adresse postale : 5 rue Campagne Première tel : 01 42 18 20 00 Site web : <a href="http://www.clubalpin-idf.com">http://www.clubalpin-idf.com</a>
---	-------------	---

Fiche-programme de la sortie d'Alpinisme n° 10-ALP21  
Du 11 au 17 juillet 2010 inclus, soit 7 jours  
L'envers du Mont Blanc de Courmayeur au Tour par la Fouly

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

Nombre de participants à la sortie y compris les encadrants : 6 personnes

**Nom et coordonnées des encadrants :**

Jean François DESHAYES - tel : 06 70 75 12 61 e-mail : <a href="mailto:jean-francois.deshayes@orange.fr">jean-francois.deshayes@orange.fr</a>	Xavier GOGUELAT - tel : 06 85 48 60 65 e-mail : <a href="mailto:xaviergoguelat@orange.fr">xaviergoguelat@orange.fr</a>
--	---

**Grandes lignes du circuit :**

**Réaliser le contournement du Massif du Mont Blanc par le Sud et l'Est du massif.  
Gravir au passage le Mont Dolent (3823 m) et un des sommets dominant le cirque glaciaire de Trient.**

**Programme prévisionnel :**

<b>1<sup>er</sup> jour (11/7)</b>	Rassemblement à Chamonix à 10h30. Transfert en taxi à Planpincieux Montée au refuge Bonatti (2030 m)
<b>2<sup>ème</sup> jour (12/7)</b>	Traversée du refuge Bonatti au bivouac Fiorio di Dolent (2740 m) en passant par Arnouvaz (1700 m)
<b>3<sup>ème</sup> jour (13/7)</b>	Ascension du Mont Dolent (3823 m) en aller et retour par la voie normale (PD) puis descente à La Fouly (1600 m)
<b>4<sup>ème</sup> jour (14/7)</b>	Montée au refuge de l'A Neuve (2735 m)
<b>5<sup>ème</sup> jour (15/7)</b>	Traversée du refuge de l'A Neuve au refuge de Saleinaz (2691 m) en traversant La Grande Lui (3509 m) niveau PD
<b>6<sup>ème</sup> jour (16/7)</b>	Traversée du refuge de Saleinaz au refuge de Trient (3170 m) en passant par le col des Plines
<b>7<sup>ème</sup> jour (17/7)</b>	Traversée du refuge de Trient au village du Tour en gravissant au passage un sommet classique (Tête Blanche ou Petite Fourche ou Aig du Tour,...) de niveau F ou PD
<b>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.</b>	

**Cartes : CNS 1/50000<sup>ème</sup> n° 282 – Martigny et n°292 – Courmayeur**

**Caractéristiques du parcours programmé :**

Type de circuit : **circuit** / Niveau alpinisme maxi : **Peu difficile** / Niveau physique : **Soutenu**

Rythme d'ascension requis : **environ 400 mètres par heure** en moyenne.

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

**Progression encordé en terrain haute montagne niveau F et PD en terrain rocheux et glaciaire.**

**Il faut avoir l'expérience de l'utilisation des crampons dans des pentes éventuellement glacées d'inclinaison moyenne (40° maxi) et de la progression en rocher peu solide.**

**Conditions d'hébergement :**

Refuges gardés hébergement en demi pension (Bonatti, A Neuve, Saleinaz, Trient), une nuit en gîte (La Fouly) et une nuit en bivouac sommaire (biv Fiorio di Dolent).

**Coût du circuit : 290 € à régler à l'inscription - (encaissement du chèque le 15 juin)**

Comprend : - l'hébergement en refuges et gîte en demi pension (Les repas de midi et les vivres de courses ne sont pas fournis)  
- le transport entre la gare de Chamonix et le départ du chemin conduisant au refuge.

**Dépenses sur place** : faux frais et consommations individuelles (éventuellement complément de ravitaillement à La Fouly) en Euros et Francs Suisses.

**Voyage** : **individuel** - Possibilité de transport en train depuis Paris à l'aller et au retour :

Aller : Paris Chamonix : Corail Lunéa (23h -> 10h10)

Retour : Chamonix Paris : Corail Lunéa (19h30 -> 6h20)

**Equipement individuel :**

Vêtements indispensable pour les sorties d'alpinisme facile en altitude : cf Glace et sentiers 2010 page 11

---/---

**Matériel technique individuel obligatoire pour la sortie :**

- Casque d'alpinisme homologué UIAA
- Crampons 12 pointes adaptés aux chaussures
- Piolet d'alpinisme (les piolets de cascade de glace et les piolets de ski alpinisme ne conviennent pas)
- Chaussures d'alpinisme à semelle armée supportant les crampons
- Baudrier d'escalade équipé de 2 mousquetons dont 1 à vis et d'une sangle
- 2 sangles plates étroites longueur 1.5 mètre minimum - 2 dégaines
- Si possible une ou 2 broches à glace

**Nourriture à emporter :**

Vivres de course pour 4 jours (ravitaillement possible à La Fouly le soir du 3<sup>ème</sup> jour)

**Documents administratifs nécessaires :**

Carte CAF / Pièce d'Identité ou passeport.

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

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

---oo0oo---

.....