

	Saison 2009	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
---	-------------	---

Fiche-programme de la sortie d'Alpinisme n° 10 – ALP23
Du 14 au 18 août 2010 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 : 5

Nom et coordonnées des encadrants :

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

Grandes lignes du circuit :

Découvrir le bassin glaciaire de la Mer de Glace et les Aiguilles de Chamonix en en faisant le tour. Approcher la base de la face Nord des Grandes Jorasses haut lieu du Grand Alpinisme. Escalader éventuellement une petite aiguille de Chamonix. S'initier aux techniques de l'alpinisme.

Programme prévisionnel :

1^{er} jour (14/8)	Rassemblement à Chamonix, montée en train au Montenvers puis montée au refuge de la Charpoua situé au pied de l'Aiguille des Drus en traversant la Mer de Glace
2^{ème} jour (15/8)	Traversée du refuge de la Charpoua au refuge du Couvercle puis promenade dans le cirque de Talèfre
3^{ème} jour 16/8	Traversée du refuge du Couvercle au refuge de l'Envers des Aiguilles en passant par le refuge de Leschaux situé au pied de la face Nord des Grandes Jorasses
4^{ème} jour 17/8	Du refuge de l'Envers des Aiguilles traversée vers le refuge du Plan de l'Aiguille en gravissant au passage l'Aiguille de l'M puis coucher au refuge du Plan de l'Aiguille face au Mont Blanc
5^{ème} jour 18/8	Du refuge du Plan de l'Aiguille traversée du glacier des Pèlerins en direction du glacier des Bossons puis descente à Chamonix en suivant l'ancien téléphérique des glaciers.

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

Caractéristiques du parcours programmé :

Type de circuit : **itinérant** / Niveau montagne : **Facile** / Niveau physique : **Soutenu**

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

Particularités : Passages glaciaires faciles nécessitant l'emploi du piolet et des crampons.

Passages rocheux aériens et exposés sur échelles ou marchepieds nécessitant l'emploi des techniques de progression en via ferrata.

..... Ce circuit ne convient pas aux personnes sujettes au vertige.

Conditions d'hébergement :

Refuges gardés (attention le refuge de la Charpoua est sommaire)

Coût du circuit : 250 € (comprend les remontées mécaniques et l'hébergement dans les refuges)

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 13 au 14 août (départ Paris Austerlitz le vendredi 13 août au soir : Corail Lunéa 5595 départ 23h)

Début de la randonnée le samedi 14 août : 10h30 à Chamonix devant la gare du train du Montenvers

Retour le mercredi 18 août : 18h à Chamonix devant la gare SNCF

Equipement individuel :

Matériel individuel indispensable pour les sorties d'alpinisme facile en altitude : cf Glace et sentiers 2010

Matériel individuel obligatoire spécifique à la sortie :

Casque d'alpinisme / Piolet / Crampons / Chaussures supportant les crampons / Baudrier léger équipé de 2 mousquetons dont 1 à vis / 2 sangles / 1 dégainé.

Eventuellement longe pour via ferrata.

Nourriture à emporter :

Vivres de course pour 5 jours

Documents administratifs nécessaires :

Carte CAF / Pièce d'identité

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

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

---oo0oo---

.....