

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

Fiche-programme de la sortie Alpinisme n°10-ALP31  
11 au 12 septembre 2010

**Nom et coordonnées des encadrants :**

<p>Laurent METIVIER E-mail : <a href="mailto:laurent.metivier@sncf.fr">laurent.metivier@sncf.fr</a> tél. B: 01 53 42 07 98 tel dom :01 60 46 44 12</p>	<p>Accord préalable des encadrants pour l'inscription OUI (mais appeler au téléphone pour prendre contact)</p> <p>Nombre de participants à la sortie y c les encadrants 3</p>
--	---

**Ascension des Aiguilles de Varan**

**Programme prévisionnel :**

	<p><b>Courses prévues : Ascension des aiguilles de Varan</b> <b>Apprentissage de la marche tout terrain en montagne avec un peu d'escalade rocheuse facile pour accéder aux sommets</b> Bonne condition physique indispensable – accessible aux débutants</p>
--	---



**Aiguille de Varan**

**Cartes :** 1/25 000ème Samoens **Conditions d'hébergement :** Refuge de Platé

**Rendez-vous sur place:** Gare de St Gervais le Fayet le samedi matin à l'arrivée du train de nuit de Paris pour prendre un taxi vers Praz Coutant

**Retour** prévu à Paris de la gare de Sallanches en train de nuit (pour plus de sureté – viser un TGV mettrait une contrainte de temps sur la course – si on finit tôt on verra si échange billet possible

**Billets à prendre par les participants – attention pour les amateurs de Prem's en cas de mauvais temps et d'impossibilité de faire la course la sortie pourrait être annulée.**

**A ce jour le train de nuit vers la Savoie n'apparaît pas dans les horaires (suppression définitive ou retard dans l'ouverture –mystère de la SNCF..) Si c'est la première raison le programme serait sans doute à revoir – suite en cours d'été.**

**Cout prévisionnel** à régler à l'inscription 80 € comprenant la ½ pension, transports sur place et les frais d'organisation et administratifs

Réunion préparatoire ou contact téléphonique avec les organisateurs dès l'inscription et au plus tard une semaine avant le départ notamment pour vérifier le gardiennage du refuge.

**Equipement individuel :**

**Matériel :** casque, baudrier, chaussures de montagne étanches, lunettes de soleil, gants, lampe frontale

**Nourriture à emporter :**

Vivres de course pour 2 jours

**Documents administratifs nécessaires :**

Carte CAF

**Cet itinéraire est susceptible d'être modifié selon la météo, les conditions de la montagne et le niveau physique et technique des participants**



**Aiguille supérieure de Varan vue du Colloney**