



## CLUB ALPIN DE L'ÎLE DE FRANCE – ALPINISME

### FICHE PROGRAMME 2010

#### REF. 10-ALP36 - SORTIE ALPINISME MONT POURRI ou DÔME DE LA SACHE – 19 & 20 JUIN 2010

##### Encadrants :

Franck VANGRAEFSCHPEPE

Coordonnées : 06 83 27 70 22

Email : [vangraef@free.fr](mailto:vangraef@free.fr)

Patrick PREUX

Coordonnées: 06 08 83 03 88

Email : [patrick.preux@sagem.com](mailto:patrick.preux@sagem.com)

Xavier Goguelat

Coordonnées : 06 85 48 60 65

Email : [xaviergoguelat@orange.fr](mailto:xaviergoguelat@orange.fr)

Bruno CARRE

Coordonnées: 06 81 09 02 56

Email : [bruno.carre8201@orange.fr](mailto:bruno.carre8201@orange.fr)



#### TRANSPORT – Déplacement en car couchettes

#### **COURSES PREVUES** MONT POURRI (3779 m) ou DÔME DE LA SACHE (3601 m)

<b>Programme :</b>	<b>Samedi</b>	<b>Montée au refuge de Turia depuis la Gurrax (900 m de déniv.) possibilité de poursuivre vers le Lac Long.</b>
	<b>Dimanche</b>	<b>option A : Mont Pourri par le Glacier du Gd Col (PD+ mixte, 1350 m de dénivelé ; 6 h de montée)</b> Topo : « Le Topo de la Vanoise », Ph. Deslandes, p139. Topo : « Sommets de Vanoise », ed. GLENAT, p72.
		<b>option B : Dôme de la Sache par le Glacier de la Gurrax (PD neige, 1200 m de dénivelé ; 6 h de montée)</b> Topo : « Le Topo de la Vanoise », Ph. Deslandes, p145. Topo : « Sommets de Vanoise », ed. GLENAT, p132.
		<b>Le choix se fera sur place en fonction des conditions.</b>

#### **NOMBRE DE PARTICIPANTS : 8**

#### **HEBERGEMENT :** Refuge de Turia (refuge PNV non gardé)

#### **MATERIEL NECESSAIRE (participants) :**

**Technique :** casque, piolet, chaussures d'alpinisme, crampons (réglés aux chaussures) + **anti-bottes**, baudrier, 2 mousquetons à vis, 2 mousquetons simples, 2 sangles, descendeur, prussik ou équivalent. (au besoin, le matériel technique peut être loué à « La Haute Route », 33 bd Henri IV à PARIS)

**Personnel :** vêtements de montagne (veste imperméable, pantalon de montagne, guêtres, polaire), vivres de courses pour 2 jours, crème solaire, lunettes de soleil, gants (2 paires), couteau « suisse », gourde, lampe frontale, carte CAF 2010, chéquier pour le règlement du refuge et du repas du dimanche soir.

**Vivres :** chacun s'occupe de ses vivres de course (samedi midi et dimanche midi)  
chacun s'occupe de ses petits-déjeuners (samedi et dimanche)  
dîner du samedi soir pris en commun (refuge non gardé)

#### **DIVERS :**

**Préparation :** contacter les encadrants par téléphone ou mail 2 semaines avant le départ.

**Départ :** rendez-vous vendredi 18<sup>h</sup> juin à 22h00 Porte d'Orléans devant la statue de M<sup>al</sup>. Leclerc.

**Retour :** lundi 21 juin vers 5h00.

**Coût :** 120 € (frais administratifs + coût du car) + ~30 € sur place (refuge + dîner du dimanche)