

Courriel par le KifaiKoi du site internet

FICHE TECHNIQUE

Un p'tit tour en Vanoise – Réf : 10-RW 110

Date : 18 et 19 septembre 2010

Niveau : M + ▲▲

Nombre de personnes : 8 (y compris l'organisatrice)

Date d'ouverture des inscriptions : le vendredi 2 juillet

Une dernière randonnée en Vanoise pour profiter de l'été finissant ...

Vendredi 17 septembre :

Le voyage jusqu'à Moûtiers est à la charge et à l'initiative de chacun.

A titre indicatif, il y a un départ de train de nuit de Paris-Austerlitz à 23h02 pour Moûtiers , arrivée à Moûtiers le samedi matin à 7h03.

Samedi 18 septembre :

Rendez-vous à 7h03 dans la gare de Moûtiers.

Petit-déjeuner près de la gare. Puis un taxi nous emmènera à Champigny en Vanoise.

Après avoir déposé nos affaires au gîte, départ pour la Tour du Merle : + 800m, 10km.

Nuit en demi-pension au gîte « Joie et Soleil ».

Dimanche 19 septembre :

Le Mont de la Guerre sera notre destination de la journée : + 1100m, 19km.

Notre taxi nous ramènera ensuite à Moûtiers où nous dînerons avant de reprendre le train pour Paris à **22h12**, arrivée le lendemain matin à **6h21**.

Cette randonnée est accessible à toute personne en bonne condition physique, pratiquant régulièrement la randonnée en montagne. Le programme pourra être modifié en fonction des conditions météorologiques et du niveau des participants.

Matériel à emporter :

Nous pourrions laisser des affaires au gîte et n'emporter dans un petit sac à dos que ce qu'il nous faut pour la journée.

- Sac à dos pour la journée.
- Equipement de randonnée en montagne (protection contre le soleil, la pluie, le froid)
- Chaussures de randonnée en moyenne montagne.
- Bâtons de marche recommandés (névés, pierriers)
- Gourde.
- Lunettes de soleil.
- Chapeau de soleil ou casquette.
- Crème solaire.
- Habits de rechange pour le soir avec sandales légères.
- Drap-sac très léger
- Affaires de toilette avec serviette.
- Bouchons d'oreilles éventuellement (contre les ronflements...des autres)
- Lampe de poche.
- Deux pique-niques de midi et des en-cas.
- Carte du CAF.

Carte :

IGN : 3532 OT et 3534 OT

Dépense totale à prévoir : **90 €** par personne.

Cette somme comprend : les transports en taxi aller-retour Moûtiers-Champigny, le petit-déjeuner à Moûtiers, la nuitée en gîte en demi-pension, les frais du CAF île de France, le transport de l'organisatrice réparti entre les participants.

Cette somme ne comprend pas : le voyage jusqu'à Moûtiers aller-retour, le dîner du dimanche soir à Moûtiers, les deux pique-niques de midi, les en-cas.

Verser **90 €** à l'inscription par chèque à l'ordre du Club Alpin Français d'île-de-France.