



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

### FICHE PROGRAMME 2011

#### SORTIE ALPINISME

11-ALP15 - Couloirs de neige dans les Vosges – 05 & 06 mars 2011

#### Encadrants :

##### Jean-Pierre Both

Coordonnées : 06 08 67 62 04

Email : [jean-pierre.both@wanadoo.fr](mailto:jean-pierre.both@wanadoo.fr)

##### Patrick Preux

Coordonnées : 06 08 83 03 88

Email : [patrick.preuxt@orange.fr](mailto:patrick.preuxt@orange.fr)



Secteurs couloirs Falimont et Dagobert

#### TRANSPORT – Déplacement en voiture

#### **COURSES PREVUES :**

- Couloirs de neige de 30 à 45°.
- Course d'arête (selon l'état) : Arête des Spitzkoepfe

#### **NOMBRE DE PARTICIPANTS : 4**

**Pré-requis :** cramponnage, encordement sur glacier, bonne condition physique.

**HEBERGEMENT :** Refuge des Trois fours en ½ pension

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

**Technique :** casque, 2 piolets dont 1 technique, crampons + **antibott**, baudrier, chaussures d'alpinisme, 2 mousquetons à vis, 2 mousquetons simples, 2 sangles, descendeur, machard ou équivalent.

**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 2011, chéquier pour le règlement de l'hébergement.

#### **DIVERS :**

**Préparation :** contacter les encadrants par téléphone ou mail pour toute question relative à la sortie et à partir de la semaine précédente pour l'organisation des voitures.

**Départ :** rendez-vous vendredi 04 mars selon la répartition entre les voitures.

**Retour :** dimanche 06 mars

**Coût :** - 10€ à régler à l'inscription auprès du secrétariat du CAF

- *Frais d'hébergement : 2 nuitées + dîner du samedi soir + dîner du dimanche soir*