



CLUB ALPIN DE L'ÎLE DE FRANCE – ALPINISME

FICHE PROGRAMME 2011

REF. 10-ALP23 - SORTIE ALPINISME Grand Combin – 2 au 5 juin 2011

Encadrants :

Rémi MONGABURE

Coordonnées : 01 53 14 31 45 (dom.)
06 08 33 08 98
Email : mongabure.remi@wanadoo.fr

Bruno MOREIL

Email : moreil.bruno@orange.fr

Stéphane CADOU

Email : s.cadou@aliceadsl.fr

TRANSPORT – Déplacement en voiture

COURSES PREVUES : Grand Combin

- Montée au refuge de Valsorey (3030m) +41 27 787 11 22
- Ascension du Grand Combin (4314m) AD par le « couloir du Gardien » (neige et glace) ou par l'arête du Meytin (mixte) selon les conditions
- Autres courses : Petit Combin ou Combin de Corbassières (3667m) ou Gde Tête de By (3583m)
 NB possibilité de s'orienter vers d'autres courses équivalentes selon conditions

NOMBRE DE PARTICIPANTS : 3 (accord obligatoire)**HEBERGEMENT** : refuge de Valsorey (non gardé)**MATERIEL NECESSAIRE (participants) :**

Technique : casque, piolets (2 / personne), crampons (réglés aux chaussures) + antibott, baudrier, chaussures d'alpinisme, 2 mousquetons à vis, 2 mousquetons simples, 2 sangles, descendeur, prussik ou équivalent, 2 broches, 3 dégaines.

Personnel : vêtements de montagne (veste imperméable, pantalon de montagne, guêtres, polaire), lunettes de soleil, gants, couteau, gourde, lampe frontale, carte CAF 2011, carte de crédit ou liquide pour le règlement du gîte.

Vivres : chacun s'occupe de ses vivres de course.

DIVERS :

Préparation : contacter les encadrants par téléphone ou mail 1 semaine avant le départ.

- connaissance des techniques de progression en glace indispensable
- bonne condition physique (marches d'approche, sac lourd, résistance au froid)
- expérience en alpinisme (cramponnage latéral et frontal, piolet traction, pentes raides)
- pratique régulière de l'escalade recommandée
- techniques d'assurage en paroi (relais, assurage, rappel)

Départ : rendez-vous mercredi 1^{er} juin : heures et lieux à définir.

Retour : dimanche soir 5 juin

Coût : Transport en voiture (aux alentours de 90 €) + inscription CAF