

	Saison 2010 / 2011	CAF Ile de France Ski de montagne 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>
--	--------------------	---

Fiche-programme de la sortie de ski de montagne n° 11-S019.

Du 15 au 16 janvier 2011 inclus, soit 2 jours

Accord préalable des encadrants pour l'inscription : NON (mais appeler au téléphone pour prendre contact)

Nombre de participants à la sortie yc les encadrants ;8

Nom et coordonnées des encadrants :

Guy Levi E-mail : <a href="mailto:glevi@noos.fr">glevi@noos.fr</a> tél. : 06 09 65 28 88	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
--	--

Programme prévisionnel :

	Samedi : Ascension de la Creta di Vella (2502) Dimanche : Ascension du Bonhomme du Tsapi (2802)
--	--

Cartes : carte nationale de la Suisse 1/50 000 ème Martigny



Vers la Creta di Vella (photo Georges Sanga)

Caractéristiques du parcours programmé :

Rythme d'ascension requis : 300 mètres par heure en moyenne sur tout le parcours

Difficulté : Dénivelé journalier Samedi 900 m en aller retour

Dimanche 1200 m en aller retour

niveau PD ; 2 skieur

Conditions d'hébergement :

Hôtel en demi pension– prévoir les vivres de course pour deux jours

Coût prévisionnel (en plus du montant réglé à l'inscription) : 1 petit déjeuner +demi pension  
hôtel+repas du dimanche soir : environ 150 francs Suisses

Voyage : Car-couchette

Départ : vendredi 14 janvier départ de la Porte d'Orléans (statue Général Leclerc) à 21 H

Retour : lundi 16 janvier à 5h30 à la Porte d'Orléans

Contactez un des organisateurs par mail ou téléphone après votre inscription :

Pour des raisons de sécurité, les inscriptions des personnes n'ayant pas pris contact avec les organisateurs ne seront pas confirmées.

Équipement individuel :

Matériel individuel indispensable pour toutes les sorties : cf NEIGES 2010

Un Arva, une pelle et une sonde sont indispensables

L'ARVA est absolument obligatoire

L'organisateur ne pourra pas autoriser un participant à suivre la collective, si celui-ci ne dispose pas d'un ARVA en bon état de fonctionnement (il est conseillé d'emporter des piles de rechange).

Matériel individuel obligatoire spécifique à la sortie :

Nourriture à emporter :

Vivres de course pour 2 jours

Documents administratifs nécessaires :

Carte CAF / Pièce d'Identité (carte ou passeport)