



CLUB ALPIN DE L'ÎLE DE FRANCE – ALPINISME

FICHE PROGRAMME 2012

REF. 12-ALP-09 - SORTIE ALPINISME
Cascade de glace en Aravis – du 14 au 16 Janvier 2012

Encadrants :

Rémi MONGABURE

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

Michel TENDIL

Coordonnées : 06 26 99 86 29
Email : michel.tendil@gmail.com

TRANSPORT – Déplacement en voiture

COURSES PREVUES : Cascades dans les Aravis

Le programme pourra être ajusté selon les conditions de glace et le risque d'avalanche

- samedi: cascades dans le secteur du Reposoir dans le nord des Aravis : niveaux 3 et 4, 40m à 80m
- dimanche : le vaisseau de pierre 4, 200m
- lundi : cascades dans le secteur Montremont, Varo
- Topo : cascades de glace du Mont Blanc au Léman - Tome 1, cartes TOP 25 3430ET et 3531OT

NOMBRE DE PARTICIPANTS : 4

HEBERGEMENT : en ½ pension en gîte

MATERIEL NECESSAIRE (participants) :

Technique : casque, piolets traction, crampons (réglés aux chaussures) + antibott, baudrier, chaussures d'alpinisme, 2 mousquetons à vis, 2 mousquetons simples, 2 sangles, descendeur, prussik ou équivalent, 1 broche (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), lunettes de soleil, gants, couteau, gourde, lampe frontale, carte CAF 2012, carte de crédit ou liquide (Euros) 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.

Départ : rendez-vous vendredi 13 janvier : heures et lieux à définir.

Retour : lundi soir 16 janvier

Coût : Transport en voiture (aux alentours de 80 €) + gîte (40 € / jour) + à verser au CAF 11,5 €