

	Saison 2012	CAF Ile de France Accueil : 12, rue Boissonade 75014 PARIS adresse postale : 5 rue Campagne Première tel : 01 42 18 20 00 Site web : http://www.clubalpin-idf.com
-----------------------------------------------------------------------------------	-------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Fiche-programme de la sortie d'Alpinisme n° 2012 – ALP65
Du 1^{er} au 7 juillet 2012 inclus, soit 7 jours

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

Nombre de participants à la sortie yc les encadrants : 6 ou 7 personnes (3 ou 4 participants)

Nom et coordonnées des encadrants :

Jean François DESHAYES - tel : 06 70 75 12 61 e-mail : jean-francois.deshayes@orange.fr	Bruno MOREIL
Thierry VARNEAU	

Grandes lignes du circuit :

Réaliser l'ascension de l'aiguille du Tour et de l'aiguille du Moine, 2 sommets réputés du massif du Mont Blanc

Programme prévisionnel :

1^{er} jour Dim 1 ^{er}	Rassemblement à Vallorcine à la mi-journée, point sur les connaissances de chacun et école d'escalade sur la falaise de Vallorcine.
2^{ème} jour Lun 2	Montée au refuge Albert 1 ^{er} – l'après midi, école de neige et glace à proximité du refuge.
3^{ème} jour Mar 3	Ascension de l'Aiguille du Tour (3540 m) – Descente à Vallorcine et coucher en gîte
4^{ème} jour Mer 4	Montée au refuge du Couvercle par les balcons de la Mer de Glace
5^{ème} jour Jeu 5	Ascension de l'Aiguille du Moine (3412 m) – Retour au refuge du Couvercle
6^{ème} jour Ven 6	Ascension et traversée de l'Aiguille de la Nonne (3340 m) – retour au refuge du Couvercle
7^{ème} jour Sam 7	Descente à Chamonix – Ecole de glace
Ces renseignements sont indicatifs; le programme est susceptible d'être modifié, voire écourté ou annulé, selon les conditions nivo-météo prévues avant le départ ou rencontrées sur le terrain.	

Cartes : IGN 1/25000^{ème} n° 3630 OT ou CNS 1/50000^{ème} n°282 – Martigny + 292 – Courmayeur

Caractéristiques du parcours programmé :

Type de circuit : **Aller et retour** et **Traversée** / Niveau montagne : **Facile à Peu difficile** / Niveau physique :

Soutenu

Rythme d'ascension requis : **environ 400 mètres par heure** en moyenne sur tout le parcours

Particularités : **sortie nécessitant une expérience préalable de l'alpinisme et une très bonne condition physique**

Conditions d'hébergement :

Gîte et Refuges gardés

Coût du circuit : 360 € Comprend : - l'hébergement au gîte et dans les refuges en demi pension.

- Le train pour monter au refuge du couvercle et en descendre.
Ne comprend pas les transports en vallée
Les repas de midi et les vivres de courses ne sont pas fournis.

Dépenses sur place (en plus du montant réglé à l'inscription) : **environ 40 € + faux frais** (éventuellement télésiège pour monter au refuge Albert 1^{er})

Voyage : **individuel** - possibilité de voyager en train couchettes depuis Paris dans la nuit du x au y juillet
(départ Paris Austerlitz le samedi x juillet au soir)

Début de la sortie : 14 heures à Vallorcine

Retour : 14 h à Chamonix devant la gare SNCF

Equipement individuel :

Matériel individuel indispensable pour les sorties d'alpinisme facile en altitude : cf Glace et sentiers 2012

Matériel individuel obligatoire spécifique à la sortie :

Piolet / Crampons / Chaussures supportant les crampons / Baudrier équipé de 2 mousquetons dont 1 à vis / 2 sangles / 2 dégaines.

Si possible une broche à glace

Nourriture à emporter :

Vivres de course pour 6 jours – ravitaillement possible lors des changements de refuge

Documents administratifs nécessaires :

Carte CAF / Pièce d'Identité

Réunion préparatoire ou contact téléphonique avec les organisateurs dès l'inscription : non MAIS contacter impérativement l'organisateur pour les détails d'organisation

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

---oo0oo---

.....