

| | | |
|---|--------------------------|---|
|  | ALPINISME Saison 2013 | 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° 2013 – ALP45
Du 20 au 28 juillet 2013 inclus, soit 8 jours
Grandes courses classiques en Bernina

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

Nombre de participants à la sortie yc les encadrants : 6 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 - e-mail : moreil.bruno@orange.fr |
| | |

Grandes lignes du circuit :

Découvrir le massif de la Bernina par le Sud (Italie) en réalisant l'ascension de quelques grands sommets classiques : Piz Bernina, Piz Palù, Piz Roseg.

Programme prévisionnel :

| | |
|--|---|
| 1^{er} jour Sam 20 juillet | Rassemblement à 14h au parking de Campo Moro donnant accès au rifugio Zoia, Montée au refuge |
| 2^{ème} jour Dim 21 | Ascension du Pizzo Scalino (3323 m – PD mixte) en AR – l'après midi, point sur les connaissances de chacun – coucher au refuge Zoia |
| 3^{ème} jour Lun 22 | Montée au rifugio Marinelli Bombardieri (2813 m) |
| 4^{ème} jour Mar 23 | Traversée des arêtes de Bellavista (3922 m – PD neige) au retour coucher au rifugio Marinelli |
| 5^{ème} jour Mer 24 | Ascension du Piz Bernina (4049 m – PD mixte) en AR – coucher au refuge Marco et Rosa 3597 m) |
| 6^{ème} jour Jeu 25 | Traversée des Piz Argient (3945 m) et Zupo (3995 m – neige à haute altitude) - coucher au refuge Marinelli |
| 7^{ème} jour Ven 26 | Ascension du Piz Roseg (3937 m – AD inf glaciaire) en AR – coucher au refuge Marinelli |
| 8^{ème} jour Sam 27 | Course en aller et retour au départ du rifugio Marinelli |
| 9^{ème} jour Dim 28 | descente du rifugio Marinelli au parking de Campo Moro – fin de la sortie vers 14h |

Ces renseignements sont indicatifs; le programme est susceptible d'être modifié, voire écourté ou annulé, selon les conditions météo prévues rencontrées sur le terrain et le niveau physique et techniques des participants constaté sur le terrain.

Cartes : CNS 1/50000^{ème} n°268 – Julierpass

Caractéristiques du parcours programmé :

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

Rythme d'ascension requis : **environ 400 mètres par heure** en moyenne sur tous les parcours.

Il faut surtout être capable d'enchaîner une journée de 10 à 12 heures de marche et d'escalade en haute altitude !

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

.....

Conditions d'hébergement :

Refuges gardés éventuellement sommaire (rifugio Marco et Rosa)

Coût du circuit : 420 € Comprend : - l'hébergement dans les refuges en demi pension.

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 10 à 15 € par jour + faux frais**

Voyage : **individuel**

- possibilité de voyager en train couchettes entre Paris et Milan dans la nuit du 19 au 20 juillet (départ Paris Bercy le vendredi 19 juillet au soir) – Train régional Milan Sondrio puis autobus pour Chiesa in Valmalenco et taxi pour Campo Moro.
- Co-voiturage possible (voir avec les participants quand les inscriptions seront faites)

Rappel : Début de la sortie : 14 heures à Campo Moro

Retour : 14 h à Campo Moro

Matériel individuel obligatoire pour la sortie :

- Vêtements de protection pour la haute altitude eu Europe / lunettes de soleil pour glacier
- Casque d'alpinisme / Piolet d'alpinisme / Crampons / Chaussures supportant les crampons / Baudrier équipé de 2 mousquetons dont 1 à vis / 4 sangles / 4 dégaines / 1 descendeur – assureur (ATC guide, Reverso, etc..) /1 autobloquant mécanique (poulie minitraction, ropman II, etc..). Si possible une broche à glace / quelques coinçeurs et friends de différentes tailles et éventuellement un marteau piolet.
- Drap de couchage.

Nourriture à emporter :

Vivres de course pour 7 jours.

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---

.....