



Ski de montagne  
Saison 2012/2013

CAF Ile de France  
5, rue Campagne Première  
75014 PARIS  
tél : 01 42 18 20 00  
<http://www.clubalpin-idf.com>

Fiche programme de la sortie de ski de montagne n° S116  
Grand Roc Noir - Pointes Châtelard - Pointe de Méan Martin  
Du 17 au 20 mai 2013, soit 4 jours

Accord préalable pour l'inscription : OUI  
Nombre maximal de participants : 6

### 1-Noms et coordonnées du ou des organisateurs

Christian Macocco (06 87 82 07 83) & Valérie RENARD (06 83 13 38 15)  
Coordonnées via le Kifaikoi : <http://www.clubalpin-idf.com/kifaikoi/kifaikoi.php>  
Site personnel : <http://franval.renard.free.fr/PWG/index.php>  
mail personnel : [christian.macocco@gmail.com](mailto:christian.macocco@gmail.com) / [vale.renard@free.fr](mailto:vale.renard@free.fr)

### 2-Programme prévisionnel

J1 : Montée au refuge de la Femma (2352m) depuis Bellecombe ou au refuge du Plan du lac (2364m), si route non ouverte.  
J2 : Grand Roc Noir (3582m) par le couloir N.O ou l'Arête Ouest  
J3 : Traversée des pointes du Châtelard (3479m)  
J4 : Traversée de la pointe Méan-Martin (3330m) - descente sur le Villaron

Courses en traversée ou AR. Voyage en train. Nuits en refuge.

*Ces renseignements sont indicatifs ; l'organisateur est susceptible de modifier le programme, voire d'interrompre la sortie, selon les conditions nivo-météorologiques rencontrées sur le terrain.*

Cartes : Top 25 3633 ET  
Topos : Toponeige Vanoise (Shahshahani) + CamptoCamp

### 3-Caractéristiques de la course programmée

#### 3.1-Niveau (cf. explications dans NEIGES 2012) :

Cotation : Difficulté : AD+  
Conduite de course : 3S  
Type de course : AR ou Traversée  
Dénivelé journalier maximal prévu : 1400 m ou plus si changement de programme  
Rythme d'ascension exigé : environ 400 m/h

**3.2-Particularités :**

Grand Roc Noir : course engagée (pente à 40° sur 350m ou arête avec passage de III) .

**3.3-Conditions d'hébergement :**

Nuits en refuge

**3.4-Frais prévisionnels :**

Voyage en train Paris-Modane + taxi

**4-Voyage**

Départ Paris Gare de Lyon le 17 mai 2013 par le train de 7h49

Retour Paris le 20 mai 2013 (16h26 à Modane)

*Sauf contrordre, les participants achètent eux-mêmes leurs billets (de préférence remboursables, sinon à leurs risques).*

*Attention, les trains sont rapidement complets à cette période.*

**5-Equipement individuel****5.1-Matériel indispensable pour toutes les sorties :**

Voir NEIGES 2013

Notamment : ARVA, pelle, sonde et frontale

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

**5.2-Matériel individuel obligatoire spécifique à la sortie :**

Crampons, piolet, casque (pour le Grand Roc Noir), baudrier + matériel de sécurité sur glacier

**5.3-Nourriture à emporter :**

Vivres de course pour les 4 jours

3 repas du soir si refuges non gardés

**5.4-Documents administratifs nécessaires :**

Carte CAF, carte d'identité

**6-Réunion préparatoire**

Contactez l'un des organisateurs par téléphone, le mercredi précédant le départ.

*Aucun inscrit dérogeant à cette règle ne sera autorisé à participer à la collective.*