

### 17-ALP33 – Traversée du Pelvoux

Samedi 24 juin 2017 - Dimanche 25 juin 2017 / 2 jours

#### ENCADRANTS

**Mathieu RAPIN**

Tél. : 06 68 23 03 65

Email : voir rubrique "kifaikoi" sur le site web

Pelvoux - Glacier des Violettes  
Descente



#### PROGRAMME :

Course splendide et variée, parmi les plus belles courses des Alpes dans son niveau de difficulté.

**1° jour :** Montée au refuge du Pelvoux (2700m) et repérage de la course

**2° jour :** Montée au Pelvoux, pointe Puiseux (3943m), par le couloir Coolidge, descente par le glacier des Violettes.

Nota: le programme est donné à titre indicatif ; il peut être modifié, voire interrompu, selon les conditions rencontrées sur le terrain.

**Topo :** Le Caroux, escalades, nouveau topo 2015  
[www.camptocamp.org](http://www.camptocamp.org)

**Niveau technique:** IV PD+, course longue et engagée

**Accord technique préalable:** oui

**Expérience requise:** autonome dans les manœuvres de second en terrain montagne, liste de courses à envoyer



## Activité Alpinisme

### Fiche Technique



[www.clubalpin-idf.com](http://www.clubalpin-idf.com)

#### ORGANISATION :

**Nombre de participants:** 2

**Hébergement:** refuge

**Préparation :** contacter l'encadrant par téléphone ou mail avant l'inscription pour toute précision sur le programme, puis 3 ou 4 jours avant le départ pour l'organisation de la sortie.

**Transport:** non organisé, train de nuit conseillé, billet à prendre par chaque participant

**Départ :** Rendez-vous en gare de l'Argentière les Ecrins samedi à l'arrivée du train de nuit vers 8h00.

**Retour :** Dépose en gare de l'Argentière les Ecrins dimanche en fin d'après-midi (train de nuit vers 20h30).

#### INSCRIPTION :

**Modalités d'inscription:** consultez le site du club ou contactez le secrétariat et pensez à l'assurance annulation facultative.

**Frais d'inscription :** 17 € (contributions frais administratifs et activité)

**Frais à régler sur place:** petit déjeuner du samedi (~10 €) + gîte en demi-pension (~40 €) + dîner du dimanche au retour (~20 €) + consommations

#### MATERIEL NECESSAIRE:

X: obligatoire

F: facultatif

##### Matériel technique

Sac à dos de montagne	X	
Chaussures d'alpinisme	X	
Chaussures de randonnée légère		
Chaussons d'escalade		
Guêtres	X	
Crampons avec anti-bottes	X	
Piolet	X	
Bâtons télescopiques	F	
Baudrier	X	
Casque de montagne	X	
Mousquetons à vis	X	3
Mousquetons simples	X	2
Longe	X	
Anneaux de sangle 120cm	X	2
Descendeur	X	
Cordelette autobloquant (machard)	X	2
Décoinceur		
Bloqueur mécanique	X	Au moins 1
Broche à glace	X	1 ou si possible 2
DVA + sonde + pelle		
Raquettes à neige		
Skis de randonnée		

##### Vivres

**CAF Ile-de-France :** 12 rue Boissonnade 75014 PARIS – Adresse postale : 5 rue Campagne Première 75014 PARIS  
Association loi 1901, affiliée à la Fédération Française des Clubs Alpins et de Montagne  
Agrément tourisme AG 075 95 0054 – Siret 784354 482 00043 – APE 926C



## Activité Alpinisme

### Fiche Technique



[www.clubalpin-idf.com](http://www.clubalpin-idf.com)

Eau: 1,5l minimum	X	gourde ou pipette
Vivres de course pour la journée	X	2 jours
Vivres petit déjeuner et dîner		
<b>Vêtements</b>		
Tee-shirt technique respirant	X	1 ou 2
Sous-vêtements	X	
Chaussettes (synthétique ou laine)	X	2 paires
Couche thermique et/ou coupe-vent	X	polaire, soft-shell ou doudoune légère
Veste de montagne	X	Gore-tex ou équivalent
Pantalon de montagne	X	
Collant technique	F	
Bonnet	X	
Protection contre le soleil	F	Casquette, foulard...
Gants	X	
<b>Matériel divers</b>		
lampe frontale	X	Vérifier piles
Lunettes de soleil	X	
Crème solaire + protection lèvres	X	
Couverture de survie	X	
Papier toilette	X	
Appareil photo	F	
couteau	X	
drap de sac de couchage	X	
Trousse de toilette minimale	F	
Trousse à pharmacie personnelle	X	
Papiers dans une pochette étanche	X	carte d'identité, 2 chèques, carte CAF, carte de crédit, espèces

#### RECOMMANDATIONS GENERALES AUX PARTICIPANTS

- ▣ Etre à jour de cotisation donc assuré et avoir sa carte sur soi.
- ▣ Pratiquer un entraînement à la mesure de ses ambitions.
- ▣ Vérifier régulièrement ses capacités techniques.
- ▣ Participer dans ce sens à des formations progressives.
- ▣ Avoir un équipement adapté et en bon état.
- ▣ Respecter les décisions prises par le responsable désigné du groupe.
- ▣ Etre curieux et attentif à l'environnement.



## Activité Alpinisme

### Fiche Technique



[www.clubalpin-idf.com](http://www.clubalpin-idf.com)

#### RECOMMANDATIONS SPECIFIQUES A L'ALPINISME

- Prenez connaissance des pré-requis. Faites part à l'organisateur de votre expérience et de vos aptitudes. Selon l'activité envisagée, votre inscription peut ne pas être acceptée.
- Renseignez-vous sur la course, même si vous êtes encadrés.
- Vérifiez votre matériel avant le départ et le soir au refuge.
- N'ayez pas un sac trop lourd rempli de choses inutiles, mais prévoyez des vêtements de protection en cas de mauvais temps.
- Mettez sur la poche supérieure les choses dont vous aurez besoin à tout moment (appareil photo, crème solaire, lunettes de soleil, une paire de gants ou une lampe frontale suivant le cas...).
- N'oubliez pas votre casque qui s'avère indispensable dans la plupart des courses, qu'elles soient rocheuses, glaciaires ou en couloir neigeux, surtout si elles sont très fréquentées.
- Observez les consignes données par l'encadrant.
- Soyez rapides dans vos manœuvres. Tout le temps que vous perdrez à ouvrir et fermer votre sac pour chercher les lunettes qui sont au fond, à équiper ou déséquiper un relais, à remettre un crampon mal attaché, s'accumulera en fin de journée et augmentera les risques.
- Buvez beaucoup et souvent, et alimentez-vous régulièrement.
- Pensez aux autres en évitant de faire tomber des pierres.
- Ne vous attardez pas dans les zones exposées aux chutes de pierre, coulées de neige ou de glace
- Observez le terrain et la progression des autres participants, signalez l'apparition d'un danger et aidez-vous en cas de besoin.
- Ne vous décrochez jamais sans vérifier que l'assurage est inutile, au besoin demander l'accord de l'encadrant.

#### PRINCIPE DES SORTIES ALPINISME

L'alpinisme est une discipline à caractère sportif. Son but est de réussir des ascensions par des itinéraires plus ou moins difficiles et présentant des dangers inhérents au milieu spécifique de la montagne. La difficulté de l'itinéraire, les capacités des pratiquants et les dangers (souvent aléatoires) sont très variables selon les saisons, les jours, les heures, les personnes ...

L'alpinisme exige donc une appréciation permanente des capacités de chacun, et de l'importance des risques encourus.

Le but des pratiques associatives n'est pas d'emmenner des adhérents en montagne, comme le font les guides emmenant leurs clients, mais de former des alpinistes autonomes et responsables, capables de réaliser des ascensions par eux-mêmes en évaluant les risques en permanence et au delà, de leur permettre de devenir à leur tour des formateurs.

Un tel objectif ne peut être atteint qu'en développant chez les participants la capacité d'appréciation des risques encourus dans les ascensions et la capacité à prendre les décisions appropriées.

Chaque ascension, aboutie ou non, est l'occasion d'améliorer sa connaissance du milieu et sa maîtrise technique.

La réussite d'une course d'alpinisme résulte de la maîtrise de ses trois composantes principales :

- la difficulté de l'itinéraire : état de la montagne, météo, horaire de jour ou nuit,...
- les capacités des participants : expérience, entraînement, acclimatation, équipement (matériel d'assurage et de progression, vêtements, alimentation...), fatigue, blessure éventuelle, ampoule(s),...
- la manifestation des risques naturels : chutes de pierre ou de glace, coulée de neige, pluie, foudre, ...

La sécurité du groupe repose d'abord sur la vigilance permanente de chacun, encadrants comme participants. Le rôle de l'encadrant est d'évaluer les conditions de réalisation de l'ascension en fonction de l'évolution de ces différentes composantes et de décider de la conduite à adopter.