



## Ski de montagne - Saison 2019/2020

Fiche programme de la sortie ski de montagne n° **20-S079**  
**Séjour dans les Sarntaler Alpen / Monti Sarentini Südtirol Italie**  
 Du 08 au 15 mars 2020 inclus, soit 8 jours

Accord préalable pour l'inscription : **Oui**.

Nombre maximal de participants : 6 + 2 encadrants

### Noms et coordonnées des organisateurs :

Jean-Francois DESHAYES (06 70 75 12 61)	Laurent METIVIER
Mail : voir la rubrique Kifaikoi du site du club <a href="http://www.clubalpin-idf.com">http://www.clubalpin-idf.com</a>	


### 1. Programme prévisionnel

1 <sup>er</sup> 1er jour dim 08 mars	Voyage - accueil des participants à partir de 16 heures à Sonvigo (Sarntal Südtirol Italie)	-	-
2 au 7 <sup>ème</sup> jour lun 09 / sam 14	Sommets en aller et retour et en boucle dans les Sarntaler Alpen au départ de Sonvigo (cf liste)		
8 <sup>ème</sup> jour dim 15 mars	Sommet en AR puis retour à Sonvigo vers 12h		

Nota: Ces renseignements sont donnés à titre indicatif ; l'organisateur est susceptible de modifier le programme, voire d'interrompre la sortie selon les conditions nivo-météorologiques rencontrées sur le terrain.

Cartes	Editions TABACCO – 1/25000 <sup>ème</sup> – Sarntaler Alpen / Monti Sarentini n° 040
Topos	

### 2. Caractéristiques de la sortie :

Cotation (1)	<i>Difficulté alpine</i>	F à PD +
	<i>Conduite de course</i>	
Type de course		Courses en aller et retour et en boucle
Dénivelé journalier maximal prévu		1100 m max
Rythme d'ascension exigé		environ 300 m/h arrêts inclus

(1) Cotations : explications sur le site internet du club

#### 2.1 Particularités (cf. détails supplémentaires §7)

Randonnées à la journée en aller et retour ou en boucle entre le fond de la vallée et les sommets alentours.

#### 2.2 Conditions d'hébergement : Auberge en demi-pension (prix inclus dans le prix de la sortie)

#### 2.3 Participation aux frais : 426 € (comprend l'hébergement en demi pension), ne comprend pas les éventuels transports sur place.

#### 2.4 Frais supplémentaires sur place : Consommations + éventuels transports sur place

## 2.5 Arrhes :

Des arrhes ont été versées par le CAF pour cette sortie, leur montant individuel serait réclamé aux participants en cas de détournement, ou retenu en cas d'annulation.

## 3. Voyage : Individuel ; plusieurs solutions possibles

Transport en commun : Train Paris → Milan Vérone puis train → Bözen/Bolzano puis pour terminer bus SAD n°150 → (arrêt Aberstückl/Sonvigo)

En covoiturage : Paris → Milan → Verona → Bozen/Bolzano par autoroute puis → Sarnthein/Sarentino → Aberstückl/Sonvigo soit 1150 km dont 1055 sur autoroute.

## 4. Equipement individuel :

### 4.1 Matériel indispensable pour toutes les sorties : voir le **Livret de Formation Sports de neige** édité par la FFCAM

**Nota : L'ARVA, la pelle et la sonde sont absolument obligatoires.**

L'organisateur ne pourra pas 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)

### 4.2 Matériel individuel obligatoire spécifique à la sortie : crampons

### 4.3 Nourriture à emporter : vivres de course pour 7 jours (possibilité de ravitaillement à proximité)

### 4.4 Documents administratifs nécessaires : Carte CAF, CNI / passeport, carte vitale européenne

## 6. Réunion préparatoire :

Pas de réunion préparatoire, échanges de mails à l'initiative des encadrants ou contact téléphonique avec les organisateurs à l'initiative des participants qui ne disposent de contact mail 2-3 jours avant le départ.

## 7. Liste des sorties envisagées :

Les Sarntaler Alpen / Monti Sarentini sont un paradis qui offre d'innombrables sorties de ski de rando de tous niveaux techniques.

En fonction de l'enneigement, des conditions météo et nivométéo les objectifs de sorties pourront être choisis parmi la liste suivante : En fonction de l'enneigement, de conditions météo et nivométéo les objectifs de sorties seront choisis parmi la liste suivante :

Mutnelle 2660 m	PD +	1150	Plankenhorn 2545 m	PD +	1030
Liffelspitz 2590 m	PD +	1100	Grosser Mittag 2422 m	F	800
Essenbergspitz 2315 m	F	1000	Missensteinjoch 2130 m	PD	920
Seebelspitz 2330 m	F	1000	Ochsner 2390 m	F	900
Hurler 2405 m	PD +	1150	Radlspez 2420 m	F	1300
Foltschenaispitze 2660 m	PD	1150	Liffelspitz 2590 m	PD+	1080

Et de nombreuses autres sorties de même niveau et même dénivelé

---oo0oo---