

CLUB ALPIN DE L'ILE DE FRANCE – ALPINISME

FICHE PROGRAMME 2007

REF. ALP51- SORTIE ALPINISME
Arête Midi-Plan – 9 et 10 juin 2006

Encadrants :

Michel Tendil
Coordonnées : 06 26 99 86 29
Email : michel.tendil@gmail.com

Patrick Preux
Coordonnées : 06 76 65 29 59
Email : patrick.preux@messier-bugatti.com

TRANSPORT – Déplacement en car couchettes

COURSES PREVUES Aiguille d'Entrêves – Arête Midi-Plan
Courses de rocher et mixte niveau AD nécessitant une bonne condition physique et un bon niveau en cramponnage et rocher.
Jour 1 : montée à l'aiguille du Midi et traversée de l'Aiguille d'Entrêves SO-NE (3600 m.).
Nuitée au refuge des Cosmiques.
Jour 2 : traversée Midi-Plan et descente par le Montenvers (ou aller-retour selon les conditions)

NOMBRE DE PARTICIPANTS : 2

HEBERGEMENT : cabane du Mountet non gardée.

MATERIEL NECESSAIRE (participants) :

Technique : casque, piolet, crampons + antibott, baudrier, chaussures d'alpinisme, 2 mousquetons à vis, 2 mousquetons simples, 2 sangles, descendeur, prussik ou équivalent, accessoirement une broche.

Personnel : vêtements de montagne (veste imperméable, pantalon de montagne, guêtres, polaire), vivres de courses pour deux jours, crème solaire, lunettes de soleil, gants (2 paires), couteau « suisse », gourde, lampe frontale, carte CAF 2007, Carte d'identité (nous serons en Suisse).

DIVERS :

Préparation : contacter les encadrants par téléphone ou mail deux semaines avant.

Nota : l'eau du refuge est en vente

CLUB ALPIN DE L'ILE DE FRANCE – ALPINISME

FICHE PROGRAMME 2007

Départ : rendez-vous vendredi 8 juin mai à 22h00 Porte d'Orléans devant la statue de Mal. Leclerc.

Retour : lundi 11 juin matin

Coût : car à régler à l'inscription auprès du secrétariat du CAF + *frais de refuge environ 48 € + petit déjeuner du samedi + dîner dimanche soir au restaurant avant le retour en car (l'eau du refuge est en vente)*