



CLUB ALPIN DE L'ÎLE DE FRANCE - ALPINISME

FICHE PROGRAMME 09ALP04

SORTIE ALPINISME AUVERGNE – PUY DE SANCY – 31janvier / 01 fevrier 2009

Encadrants :

Frederic BEYAERT Coordonnées : 06 84 18 72 65 Email : beyaert.f@pg.com

Marie Line LACROIX Coordonnées 09 52 68 37 64 (dom): 06 86 84 07 55
Email : marielinelacroix@gmail.com

Patrick PREUX Coordonnées: 01 45 23 13 24 (dom.) – 06 76 65 29 59
Email : patrick.preux@messier-bugatti.com

Bruno VAILLANT : Coordonnées Email vaillantb@wanadoo.fr

Jena François BOWEN : Coordonnées: Email jf.bowen@laposte.net

TRANSPORT : Déplacement en voiture particulière ; Partage des frais de route entre les passagers.

COURSES PREVUES couloirs dans les vallons autour du Puy de Sancy –L'objectif de ce WE n'est pas l'ascension d'un sommet mais l'entrainement aux techniques d'alpinisme dans des couloirs raides, en neige, glace et mixte.. Initiation et entrainement en cascade de glace possible selon les conditions météo

Niveau PD- AD Mixte – Dominante neige (couloirs)

NOMBRE DE PARTICIPANTS:10 participants encadrés + cordées autonomes

HEBERGEMENT : Refuge CAF du Sancy (ou hôtel au Mont Dore selon disponibilité).

MATERIEL NECESSAIRE (participants) :

Technique : casque, piolet (1 ou 2 selon état des cascades), crampons, baudrier, chaussures d'alpinisme, 2 mousquetons à vis, 2 mousquetons simples, 2 sangles, descendeur, prussik ou équivalent.

Personnel : vêtements de montagne (veste imperméable, pantalon de montagne, guêtres, polaire), vivres de courses pour 2 jours, crème solaire, lunettes de soleil, gants (2 paires), couteau « suisse », gourde, carte CAF 2009, chéquier pour le règlement du refuge et du repas du samedi soir.

DIVERS :

Préparation : Contactez Marie line Lacroix par Mail semaine 3 ou 4 pour organiser le covoiturage(répartition dans les véhicules, horaires, lieu) et faire le bilan du matériel.

Départ : Vendredi 30 / 01 soir

Retour : dimanche soir

Participation aux frais: environ 70€ (refuge + dîner + transport)