



CLUB ALPIN DE L'ILE DE FRANCE – ALPINISME
FICHE PROGRAMME 2009

REF. 09-ALP27 - SORTIE ALPINISME
VOIES DE ROCHER EN VALGAUDEMAR – 4 & 5 juillet 2009

Encadrants :

Mathieu RAPIN Tél. : 06 68 23 03 65
Email : matrapin@gmail.com

Nicolas CHAMOUX Tél. : 06 86 73 15 87
Email : ncham@wanadoo.fr

Touwfik TABTI Tél. : 06 23 90 51 93
Email : touwfik.tabti@free.fr

TRANSPORT – Déplacement en car couchettes

COURSES PREVUES : Grandes voies de rocher, autour du refuge de l'Olan

Niveau: D à TD, 5+ obligatoire, 6a max

1^{er} jour : Montée au refuge + grande voie courte proche du refuge (150 à 200m), par exemple Purée de rando TD-

2^{ème} jour : grande voie de 300 à 350m, par exemple sentinelle rouge TD

NOMBRE DE PARTICIPANTS : 6

HEBERGEMENT : Refuge de L'Olan

MATERIEL NECESSAIRE (participants) :

Technique : casque, baudrier, chaussons d'escalade, 2 mousquetons à vis, 2 sangles, longe, descendeur, autobloquant (machard ou équivalent).

Personnel : vêtements de montagne (veste imperméable, polaire), vivres de courses pour 2 jours, crème solaire, lunettes de soleil, couteau, gourde, lampe frontale, carte CAF 2009, chéquier pour le règlement du refuge et repas du dimanche soir.

DIVERS :

Préparation : contacter les encadrants par téléphone ou mail la semaine précédant le départ.

Départ : rendez-vous vendredi 3 juillet à 22h00 Porte d'Orléans devant la statue du Mal. Leclerc.

Retour : lundi 6 juillet 5h30 porte d'Orléans

Participation aux frais : car 120€ à régler à l'inscription auprès du secrétariat du CAF + *refuge* (~35€) + *petit déjeuner du samedi* (~7 €) + *dîner dimanche au restaurant* (~20 €) *avant le retour en car*