



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

09-ALP47 – Les Rouies – Sortie Initiation
Car-alpinisme de Valgaudemar
4 & 5 Juillet 2009

Encadrants :

Xavier GOGUELAT-HARASSE

Coordonnées : 06 85 48 60 65 – Email : xaviergoguelat@orange.fr

Bruno VAILLANT

Coordonnées : 06 85 99 99 83 – Email : vaillantb@wanadoo.fr

TRANSPORT : Déplacement en car-couchettes

COURSES PREVUES :

1^ojour : montée au refuge – école neige/rocher

2^ojour : ascension du sommet des Rouies (3589 m) par la voie normale

BONNE CONDITION PHYSIQUE NECESSAIRE

NOMBRE DE PARTICIPANTS : 4

HEBERGEMENT : Refuge du Pigeonnier (2430 m)

MATERIEL NECESSAIRE (participants) :

Technique : casque, piolet, chaussures d'alpinisme, crampons + antibott, baudrier, 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/thermos, lampe frontale, carte CAF 2009, moyens de paiement pour le règlement du refuge et du repas du dimanche soir.

DIVERS :

Préparation : *contacter les organisateurs dans la semaine qui précède (par mail ou téléphone).*

Départ : rendez-vous vendredi 3 juillet 09 à 21h00 Porte d'Orléans devant la statue de Mal. Leclerc.

Retour : lundi 6 juillet vers 5h30 le matin.

Coût : car à régler à l'inscription au secrétariat du CAF – 120 € ; rajouter le refuge (environ 30 €) + le repas du dimanche soir au restaurant.