



CLUB ALPIN DE L'ÎLE DE FRANCE – ALPINISME

FICHE PROGRAMME 2010

SORTIE ALPINISME

Car alpinisme de Bourg St Maurice - neige et rocher
10-ALP30 – Tête du Ruitor
19&20 Juin 2010

Encadrants :

Frédéric BEYAERT

Coordonnées : 06 84 18 72 65

Email : beyaert.f@pg.com

Ghislaine CATHENOD

Coordonnées : 06 19 74 99 75

Email : ghislaine.cathenod@gmail.com

Thierry LOSSER

Coordonnées : 06 62 46 14 92

Email : thierrylosser@yahoo.fr

Thierry VARNEAU

Coordonnées : 06 73 85 00 47

Email : thierry.varneau@laposte.net



Au sommet de la Tête du Ruitor (Italie)

TRANSPORT : Déplacement en car-couchettes

COURSES PREVUES : Niveau PD Neige – Tête du Ruitor (3486 m)

TRES BONNE CONDITION PHYSIQUE EXIGEE - DENIVELE 1500 m

NOMBRE DE PARTICIPANTS : 6

HEBERGEMENT : Refuge du Ruitor (2035 m)

LE REFUGE ETANT NON GARDE, IL FAUDRA MONTER LE REPAS DU SAMEDI SOIR + LE PETIT-DEJEUNER

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, CNI, carte CAF 2010, moyens de paiement pour le règlement du refuge et du repas du dimanche soir.

DIVERS :

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

Départ : rendez-vous vendredi 18/06/10 à 21h30 Porte d'Orléans devant la statue de Mal. Leclerc.

Retour : lundi 21 juin à 5h30 le matin.

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