



CLUB ALPIN DE L'ÎLE DE FRANCE - ALPINISME
FICHE PROGRAMME 2011

SORTIE ALPINISME - 11-ALP19
Rocher en Vallouise - Arêtes des Cinéastes - Niveau AD+/D - 28 et 29 mai 2011

Encadrants:

Nicolas CHAMOIX - Coordonnées: 06 86 73 15 87
Email : ncham@wanadoo.fr

Stephane Cadou
Email : s.cadou@aliceadsl.fr

TRANSPORT – Déplacement en car couchettes

COURSES PRÉVUES : Niveau AD+/D

Courses de rocher sur le secteur du Glacier Blanc

Ex : Pointes des Cinéastes 3205m, Arête Sud classique
Arête Sud de la Pointe Cezanne, pointe 2967m

NOMBRE DE PARTICIPANTS : 4

HEBERGEMENT : Refuge

MATERIEL NECESSAIRE (participants) :

Technique : casque, baudrier, chaussons, 2 mousquetons à vis, 2 sangles, longes, descendeur, prussik ou équivalent, chaussure d'approche (crampons), piolet, batons.

Personnel : lampe frontale, vivres de courses pour 2 jours, couteau, gourde, carte CAF 2011, chèques pour repas du samedi soir

DIVERS :

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

Départ : RDV le vendredi 27 mai, Porte d'Orléans devant la statue de Mal. Leclerc (à confirmer).

Retour : Lundi 30 mai vers 5h30.

Coût : frais de car 130€ (à confirmer auprès du CAF lors de la demande d'information) + refuge en Demi/pension