



## CLUB ALPIN DE L'ÎLE DE FRANCE – ALPINISME

### FICHE PROGRAMME 2011

**Ut REF. 10-ALP39 - SORTIE ALPINISME**  
Aiguille de la Nova - Pilier SW – 10-11 septembre 2011

#### Encadrants :

**Rémi MONGABURE**

Coordonnées : 01 53 14 31 45 (dom.)  
06 08 33 08 98  
Email : [mongabure.remi@wanadoo.fr](mailto:mongabure.remi@wanadoo.fr)

**Arnaud GAUFFIER** 06 77 08 24 04

Email : [arnaud.gauffier@gmail.com](mailto:arnaud.gauffier@gmail.com)

#### **TRANSPORT – Déplacement en car**

#### **COURSES PREVUES : Aiguille de la Nova – pilier SW**

- Montée au refuge de Presset (2514m)
- Ascension de la Nova par le pilier SW et traversée des arêtes – course équipée, Dinf, 14 longueurs (5b max), topo Vanoise ou Camp to Camp

#### **NOMBRE DE PARTICIPANTS : 4**

#### **HEBERGEMENT : refuge gardé**

#### **MATERIEL NECESSAIRE** (participants) :

**Technique** : casque, baudrier, chaussures d'alpinisme, chaussons d'escalade, 1 longe d'assurance, 2 mousquetons à vis, 2 mousquetons simples, 2 sangles, descendeur, prussik ou équivalent, 3 dégaines.

**Personnel** : vêtements de montagne (veste imperméable, pantalon de montagne, guêtres, polaire), lunettes de soleil, gants, couteau, gourde, lampe frontale, carte CAF 2011, carte de crédit, chèque ou liquide.

**Vivres** : chacun s'occupe de ses vivres de course (2 jours)

#### **DIVERS :**

**Préparation** : contacter les encadrants par téléphone ou mail 1 semaine avant le départ.

- connaissance des techniques de progression en rocher indispensable
- bonne condition physique

**Départ** : rendez-vous vendredi 9 septembre à 21h30 à la Porte d'Orléans, pour un **départ à 22h00**

**Retour** : lundi 12 septembre à la Porte d'Orléans à 5h30

**Coût** : hébergement sur place, petit déjeuner samedi matin + repas dimanche soir ; environ 60€ en tout