



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

**SORTIE ALPINISME - 12-ALP01**  
**Rocher de rêve dans les Calanques - Niveau D/TD- 8 et 9 octobre 2011**

**Encadrants:**

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

Michel TENDIL - Coordonnées: 06 26 99 86 29  
Email : michel.tendil@gmail.com

**TRANSPORT – Déplacement en car couchettes**

**SECTEUR DE RÊVES POSSIBLE :**

Au départ du gîte ou du camping, en Vau, Castelveil, Eissadon...

**NOMBRE DE PARTICIPANTS : 4**

**HEBERGEMENT :** Gîte ou camping

**MATERIEL NECESSAIRE (participants) :**

**Technique :** casque, baudrier, chaussons, 2 mousquetons à vis, 2 sangles, longes, descendeur, prussik ou équivalent, chaussure d'approche.

**Personnel :** lampe frontale, vivres de courses pour 2 jours, couteau, crème solaire, lunette de soleil, gourde, carte CAF 2011, chèques ou espèces pour le règlement du gîte ou camping et repas du dimanche soir

**DIVERS :**

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

**Départ :** RDV le vendredi 7 octobre À 21H00 Porte d'Orléans (à confirmer) devant la statue de Mal. Leclerc.

**Retour :** Lundi 10 octobre vers 5h30.

**Coût :** car 140€ à régler à l'inscription auprès du secrétariat du CAF + gîte ou camping + petit déjeuner du samedi + diner dimanche soir.