



CLUB ALPIN DE L'ÎLE DE FRANCE – ALPINISME

FICHE PROGRAMME 2012

REF. 12-ALP-15 - SORTIE ALPINISME

Cascade de glace en Valais – du 27 au 29 janvier 2012 (dates modifiées)

Encadrants :

Rémi MONGABURE

Coordonnées : 01 53 14 31 45 (dom.)

06 08 33 08 98

Email : mongabure.remi@wanadoo.fr

TRANSPORT – Déplacement en voiture

COURSES PREVUES : Cascades en Maurienne

Le programme pourra être ajusté selon les conditions de glace et le risque d'avalanche

- vendredi et dimanche: cascades dans les secteurs Odeyi (78), Saleina (79), Fionnay (80), au-dessus de Martigny. Niveaux 3 et 4, 40m à 80m
- dimanche : selon conditions, voie plus longue dans le secteur Mauvoisin 3, 200m
- Topo : Hot Ice (les numéros ci-dessus se réfèrent aux sections du topo) ; cartes Martigny 282S et Arolla 283S

NOMBRE DE PARTICIPANTS : 2

HEBERGEMENT : en ½ pension en gîte

MATERIEL NECESSAIRE (participants) :

Technique : casque, piolets traction, crampons (réglés aux chaussures) + antibott, baudrier, chaussures d'alpinisme, 2 mousquetons à vis, 2 mousquetons simples, 2 sangles, descendeur, prussik ou équivalent, 1 broche (au besoin, le matériel technique peut être loué à « La Haute Route », 33 bd Henri IV à PARIS).

Personnel : vêtements de montagne (veste imperméable, pantalon de montagne, guêtres, polaire), lunettes de soleil, gants, couteau, gourde, lampe frontale, carte CAF 2012, carte de crédit ou liquide (Euros) pour le règlement du gîte.

Vivres : chacun s'occupe de ses vivres de course.

DIVERS :

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

Départ : rendez-vous jeudi 26 janvier : heures et lieux à définir.

Retour : dimanche soir 29 janvier

Coût : Transport en voiture (aux alentours de 80 €) + gîte (40 € / jour) + à verser au CAF 11,5 €