

	ALPINISME Saison 2013	CAF Ile de France Accueil : 12, rue Boissonade 75014 PARIS adresse postale : 5 rue Campagne Première tel : 01 42 18 20 00 Site web : <a href="http://www.clubalpin-idf.com">http://www.clubalpin-idf.com</a>
---	--------------------------	---

Fiche-programme de la sortie d'Alpinisme n° 2013 – ALP45  
Du 20 au 28 juillet 2013 inclus, soit 8 jours  
Grandes courses classiques en Bernina

Accord préalable des encadrants pour l'inscription : OUI (appeler au téléphone pour prendre contact)

Nombre de participants à la sortie yc les encadrants : 6 personnes (3 ou 4 participants)

**Nom et coordonnées des encadrants :**

Jean François DESHAYES - tel : 06 70 75 12 61 e-mail : <a href="mailto:jean-francois.deshayes@orange.fr">jean-francois.deshayes@orange.fr</a>	Bruno MOREIL - e-mail : <a href="mailto:moreil.bruno@orange.fr">moreil.bruno@orange.fr</a>

**Grandes lignes du circuit :**

Découvrir le massif de la Bernina par le Sud (Italie) en réalisant l'ascension de quelques grands sommets classiques : Piz Bernina, Piz Palù, Piz Roseg.
--

**Programme prévisionnel :**

<b>1<sup>er</sup> jour</b> Sam 20 juillet	Rassemblement à 14h au parking de Campo Moro donnant accès au rifugio Zoia, Montée au refuge
<b>2<sup>ème</sup> jour</b> Dim 21	Ascension du Pizzo Scalino (3323 m – PD mixte) en AR – l'après midi, point sur les connaissances de chacun – coucher au refuge Zoia
<b>3<sup>ème</sup> jour</b> Lun 22	Montée au rifugio Marinelli Bombardieri (2813 m)
<b>4<sup>ème</sup> jour</b> Mar 23	Traversée des arêtes de Bellavista (3922 m – PD neige) au retour coucher au rifugio Marinelli
<b>5<sup>ème</sup> jour</b> Mer 24	Ascension du Piz Bernina (4049 m – PD mixte) en AR – coucher au refuge Marco et Rosa 3597 m)
<b>6<sup>ème</sup> jour</b> Jeu 25	Traversée des Piz Argient (3945 m) et Zupo (3995 m – neige à haute altitude) - coucher au refuge Marinelli
<b>7<sup>ème</sup> jour</b> Ven 26	Ascension du Piz Roseg (3937 m – AD inf glaciaire) en AR – coucher au refuge Marinelli
<b>8<sup>ème</sup> jour</b> Sam 27	Course en aller et retour au départ du rifugio Marinelli
<b>9<sup>ème</sup> jour</b> Dim 28	descente du rifugio Marinelli au parking de Campo Moro – fin de la sortie vers 14h

Ces renseignements sont indicatifs; le programme est susceptible d'être modifié, voire écourté ou annulé, selon les conditions météo prévues rencontrées sur le terrain et le niveau physique et techniques des participants constaté sur le terrain.

**Cartes :** CNS 1/50000<sup>ème</sup> n°268 – Julierpass

**Caractéristiques du parcours programmé :**

Type de circuit : **Aller et retour** et **Traversée** / Niveau montagne : **Peu difficile** à **Assez difficile** / Niveau physique : **Soutenu**

Rythme d'ascension requis : **environ 400 mètres par heure** en moyenne sur tous les parcours.  
Il faut surtout être capable d'enchaîner une journée de 10 à 12 heures de marche et d'escalade en haute altitude !

Particularités : **sortie nécessitant absolument une expérience préalable de l'alpinisme mixte et glace et une très bonne condition physique.**

.....

**Conditions d'hébergement :**

Refuges gardés éventuellement sommaire (rifugio Marco et Rosa)

**Coût du circuit : 420 €** Comprend : - l'hébergement dans les refuges en demi pension.

Ne comprend pas les transports en vallée

Les repas de midi et les vivres de courses ne sont pas fournis.

**Dépenses sur place** (en plus du montant réglé à l'inscription) : **environ 10 à 15 € par jour + faux frais**

**Voyage :**        **individuel**

- possibilité de voyager en train couchettes entre Paris et Milan dans la nuit du 19 au 20 juillet (départ Paris Bercy le vendredi 19 juillet au soir) – Train régional Milan Sondrio puis autobus pour Chiesa in Valmalenco et taxi pour Campo Moro.
- Co-voiturage possible (voir avec les participants quand les inscriptions seront faites)

**Rappel :** Début de la sortie : 14 heures à Campo Moro

Retour : 14 h à Campo Moro

**Matériel individuel obligatoire pour la sortie :**

- Vêtements de protection pour la haute altitude eu Europe / lunettes de soleil pour glacier
- Casque d'alpinisme / Piolet d'alpinisme / Crampons / Chaussures supportant les crampons / Baudrier équipé de 2 mousquetons dont 1 à vis / 4 sangles / 4 dégaines / 1 descendeur – assureur (ATC guide, Reverso, etc..) /1 autobloquant mécanique (poulie minitraction, ropman II, etc..). Si possible une broche à glace / quelques coinçeurs et friends de différentes tailles et éventuellement un marteau piolet.
- Drap de couchage.

**Nourriture à emporter :**

Vivres de course pour 7 jours.

**Documents administratifs nécessaires :**

Carte CAF / Pièce d'Identité

**Réunion préparatoire ou contact téléphonique avec les organisateurs dès l'inscription** : non MAIS contacter impérativement l'organisateur pour les détails d'organisation

<b>Pour des raisons de sécurité, les inscriptions des personnes n'ayant pas pris contact avec les organisateurs ne seront pas confirmées.</b>
---

---oo0oo---

.....