

# Stage jeunes alpinistes

Pour les 15 / 18 ans

Du 08 juillet au 13 juillet 2009

(Perfectionnement)

## **Mercredi 08 juillet**

Rendez-vous à 8h30 à l'Espace Delaroche. Transport jusqu'à Ailefroide 1510 m.  
Montée au refuge du Sélé 2511 m. Dénivelée 1000 m.  
L'après midi sera consacré à l'enseignement ou à la révision des fondamentaux de l'alpinisme avec mise en application.

## **Jeudi 09 juillet**

Refuge du Sellé, col du Sélé 3283 m et le col de la Condamine 3422 m ou la Pointe des Bœufs Rouges 3516 m, refuge de la Pilatte 2577 m.

## **Vendredi 10 juillet**

Refuge de la Pilatte, le Gioberney par l'arête NE 3352 m et retour au refuge de la Pilatte.

L'après midi nous rejoindrons le refuge de Temple-Ecrins 2410 m.

Dénivelée montée : 1150 m.

Dénivelée descente : 1300 m.

## **Samedi 11 juillet**

Refuge de Temple-Ecrins, col de Temple-Ecrins, Pic Coolidge 3775 m.

Retour dans la vallée de la Vallouise par le Glacier Noir et le Pré de Madame Carle 1874 m.

Dénivelée montée : 1350 m.

Dénivelée descente : 1900 m.

Nuit au camping d'Ailefroide.

## **Dimanche 12 juillet**

Ailefroide, le refuge du Pelvoux 2700 m.

Dénivelée montée 1190 m.

## **Lundi 13 juillet**

Refuge du Pelvoux, Traversée du Pelvoux 3943 m.

Retour Embrun à 16h.

En fonction du niveau des participants et des conditions nivo-météo, le programme pourra évoluer.

**MATERIEL à prévoir :**

Chaussures de montagne	
Chaussons d'escalade (facultatif)	
Crampons	
1 piolet	1 bonnet ou bandeau
Guêtres	1 pantalon montagne
1 sac à dos (45 litres environ)	1 fourrure polaire + 1 veste montagne
1 baudrier (prêt possible) *	1 short
2 mousquetons à vis	Affaires de rechange, chaussettes .....
1 assureur	Lunette, crème solaire, chapeau
1 sangle de 0,60 m et 2 de 1,20 m	Nécessaire de toilette
1 auto bloquant	Elastoplaste, Compeed
1 casque (prêt possible) *	Livres - Carte CAF
1 lampe frontale (piles neuves)	1 duvet
1 gourde (1,25 l minimum)	1 tente pour deux
1 paire de gants	1 tapis de sol
	Assiette, couverts, bol
	Vivres de courses

\* en faire la demande avant le départ

**Facultatif :**

Canne de marche  
Appareil photo

Les affaires de camping et de rechange seront rangées dans un sac différent du sac de montagne.  
Samedi 11 juillet, ravitaillement possible à Ailefroide.  
Attention, le poids est l'ennemi du montagnard !

**Conditions :**

Coût du stage: 330 € (licencié CAF Embrun ou Guillestre) - 360€ (licencié autre CAF)  
Il comprend l'encadrement (guide de haute montagne).  
L'hébergement, les repas, le petit déjeuner et le transport.  
Il ne comprend pas les vivres de courses.

En fonction du niveau technique des participants les jeunes pourront évoluer en autonomie surveillée.

**Contacts :**

CAF Embrun tel : 04-92-43-81-85. Email : caf.embrun@orange.fr  
Tchourila Strba:04.92.43.53.91 / 06.74.88.76.15. Email: barbara.strba1@libertysurf.fr  
Thierry Amoros tel : 04-92-43-80-70 / 06-88-47-28-94. Email : thierry.amoros@wanadoo.fr  
Jean-Jacques Jaouen tel : 04-92-43-51-16 / 06-13-85-54-38. Email : jjjaouen@free.fr

**Stage: Alpinisme Juillet 2009 Perfectionnement**

**Date limite d'inscription le : 25/06/2009**

Mo Montant du stage..... € Arrhes..... €

Ch Chèque  Nom de la banque .....

(Mettre au dos du chèque le nom de l'enfant et l'intitulé du stage)

Espèces

### L'enfant

Nom : ..... Prénom : .....

Date de naissance : .....

CAF de : ..... N° de licence : .....

### Les parents

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

N° téléphone : ..... Email : .....

Personne à prévenir en cas d'accident : .....

N° téléphone : .....

Signature des parents :

### Autorisation parentale pour les mineurs

Je soussigné(e), .....responsable légal(e)  
du mineur ci-dessus autorise le responsable du séjour à prendre, le cas échéant, toutes  
mesures médicales et chirurgicales rendues nécessaires par l'état du mineur.

Le ..... Signature:

### Fiche d'inscription à déposer ou à envoyer au local du CAF

Tel : 04.92.43.81.85

Email : caf.embrun@orange.fr

Courrier : C.A.F. Embrun  
BP 45  
05202 Embrun cedex

**Permanence le jeudi de 18h30 à 20h**

(Nouveau Local rue du Séminaire)