

CAF GIRLS GRAND EST
Le groupe féminin d'alpinisme de la Région Grand Est

Calendrier prévisionnel des Sorties :

Dates	Activités proposées	Observations
15 et 16/12/18	Alpinisme dans les Vosges : couloirs et goulottes en neige et mixte autour du Hohneck.	Week-end de présentation du projet et possibilité de candidature.
17 au 20/01/19	Événement international de cascade de glace à la ICE CLIMBING dans les Ecrins.	Le but de ce stage est de progresser en escalade glaciaire encadré par des guides. Ce sera également l'occasion de faire connaître le groupe et de faire connaissance avec des professionnels de la montagne.
22 au 24/02/19	Cascade de glace dans le Queyras ou en Autriche, selon les conditions.	Stage de 3 jours en perfectionnement des techniques acquises durant les sorties précédentes.
09 et 10/03/19	Ski de randonnée en Suisse.	Étude de la nivologie et des risques, gestion de l'itinéraire. Perfectionnement technique.
16 et 17/03/19	Grand Parcours des Vosges. Stage d'alpinisme en couloirs et Goulottes.	Perfectionnement des connaissances en progression sur pentes de neige, arêtes et couloirs mixtes. Ce stage permettrait également de faire connaître le groupe dans la région.
20 et 21/04/19	Dry Tooling.	Le lieu est encore à définir.
Le 08/05/19	Escalade à la Martinswand.	Pose de coinces, escalade en plusieurs longueurs, réalisation de relais.
22 et 23/06/19	Grand Parcours de Chamonix ou Alpinisme dans le massif du Mont Blanc.	Perfectionnement des connaissances en progression sur pente de neige, arêtes et couloirs mixtes. Ce stage permettrait également de faire connaître le groupe dans la région. Ou réalisation d'une course en autonomie. Les filles devront elles-mêmes étudier les topos, les conditions, le parcours, gérer le matériel.
06 et 07/07/19	Escalade en grande voie sur le calcaire du Jura suisse.	Stage d'escalade sur deux jours, destiné à perfectionner les techniques de la grimpe en plusieurs longueurs. Logement en camping, nombreux sites à disposition autour de Moutier et de Bienne.

Remarques

- Il s'agit d'un calendrier prévisionnel dont les dates et où les activités peuvent varier selon les conditions météo.
- *Des sorties pourront être rajoutées selon les disponibilités des filles.*
- Chaque année un voyage d'une semaine en France ou à l'Étranger encadré par un guide sera planifié et mené à bien.