



# CAF GIRLS GRAND EST

## Le groupe féminin d'alpinisme de la Région Grand Est

### Calendrier prévisionnel des sorties 2023/2024

Dates	Activités et lieux proposés	Observations
Du vendredi 15 au 17/12/2023	Alpinisme au Hohneck dans les Vosges. Hébergement en demi-pension au Chalet SHM	Week-end de sélection des membres du groupe CAF Girls du 16 au 17 décembre avec possibilité de venir dès vendredi 15 décembre.
Le 6 ou 7/01/2024 (Selon la météo)	Cascade de glace au Lac Blanc ou alpinisme au Hohneck dans les Vosges	Activité choisie selon les conditions neige/glace
Du 20 au 21/01/24 <b>(Sortie obligatoire)</b>	Grand Parcours des Vosges Alpinisme au Hohneck	Perfectionnement des connaissances en progression sur pente de neige, arêtes et couloirs mixtes. Ce stage permettra également de faire connaître le groupe dans la région (projection film)
Du 25 au 28/01/24	Événement international de cascade de glace à la ICE CLIMBING dans les Ecrins	Initiation cascade de glace encadrée par des guides. Occasion de faire connaître le groupe et de faire connaissance avec des professionnels de la montagne.
Du 9 au 11/02/24	Ski de randonnée dans les Alpes du nord ou Alpes bernoises	Parcours en ski de randonnée pour une partie du groupe et Cascade de glace pour celle qui ne pratique pas le ski.
Du 23 au 25/02/24	Cascade de Glace à Cogne en Italie	Progression en cascade de glace
Du 22 au 24/03/24	Ski de randonnée dans les Alpes du nord ou Alpes bernoises	Parcours en ski de randonnée pour une partie du groupe et alpinisme pour celle qui ne pratique pas le ski.
Du 26 au 28/04/24	Alpinisme dans les Alpes	Perfectionnement aux manip et course d'alpinisme dans la Vallée de Chamonix
Du 08 au 12/05/24	Escalade en grande voie dans le Verdon	Rassemblement des groupes FFCAM dans le massif du Verdon
Le samedi 25/05/24	Escalade sur coinçeurs à Baden-Baden en Allemagne	Pose de coinçeurs et escalade en plusieurs longueurs.
Du 21 au 23/06/24	Alpinisme dans les Alpes	Choix du massif selon le niveau et les conditions de neige
Du 6 au 13/07/2023	Séjour multi activité (alpinisme, escalade grande voie, terrain d'aventure)	Lieu à définir ensemble

#### 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 et selon le besoin de progression
- L'engagement sur ces dates est obligatoire.
- Un séjour d'alpinisme d'une semaine est prévu en mars 2025 dans le massif du Ben Nevis en Ecosse avec un Guide de Haute Montagne