



Notre site internet est: www.iip.lu/gal

Groupe alpin luxembourgeois

R A N D O N N É E S

2010
mai



Dimanche le 09 mai 2010: Grande randonnée à Esch-sur-Sûre
 avec Armand di Marco 55 25 96 ou GSM 661 5 25 96
Rendez-vous: à 08H 55 sur le parking vis-à-vis du pont (avant le tunnel, côté camping.)
Départ : 09.00 heures
Parcours: Kiischte Kreuz— Pirminuskapell—Bavigne (midi: ravi tiré du sac)—Hellekessel—Baschleiden—Pont-Misère—Moulin d'Arnsdorf—Eschduerf

1.Randonnée	1-2
2.Escalade	2—
3.Neus	3
4.Compétitio	

Rédaction:
Adresse Galinfo :
 Nicole Speicher, 120, route de Luxembourg L-6562 Echternach
 Tél.72 60 93
 E-mail : galiste@pt.lu

Distance: 37 km Dénivelé: 800 m Evaluation:*(*)**

Dimanche le 16 mai 2010: Petite randonnée à Steinheim« Chemin sans retour »
 Avec Nicole Speicher ☎ 726093 GSM 691423793
Rendez-vous: 09H55 à Steinheim, sur le parking avant le village,
Départ : 10.00 heures
Parcours : Steinheim-Gefallenlayen—Giesebour-Rosport-Girsterboesch-Girsterklaus (ravi tiré du sac; emporter des boissons; le café n'est peut-être pas ouvert-)
 Mauerheck-Girsterbach-Schlangenzong-Born-Fielsenergruef--
 Haeregart-Deiwelskopp-Wangertsbiereg-Givenich-Karpeschbiereg-Hesselbiereg--Moersdorf-
 Retour par bus . départ: 17.13 arrivée à Steinheim à 17.27 heures



Légende pour les randonnées:

- * plus de 10 km
- ** plus de 20 km ou plus de 300 m de dénivelé
- *** plus de 30 km ou plus de 600 m de dénivelé
- **** plus de 40 km ou plus de 900 m de dénivelé
- ***** plus de 50 km ou plus de 1200 m de dénivelé

Distance : 22 km Dénivelé: 450 m Evaluation: **



PREAVIS
 Pour le mois de juin 2010
 :Super-randonnée: samedi le 05 juin: Martelange-Echternach avec Armand di Marco
 Grande randonnée: 20 juin avec Armand di Marco
 Petite randonnée: 27 juin autour de Hollenfels avec Jevy Lorang

ESCALADE.

CALENDRIER POUR LES MOIS À VENIR.

MAI 2010



COMPÉTITION ENFANTS.

LE GAL organisera

Samedi le 08 mai 2010 à partir de 14.00 heures

UNE COMPÉTITION INTERNE

pour

SES JEUNES GRIMPEURS

de 6 à 11 ans.

Il y aura deux catégories de grimpeurs:

1. pour les jeunes de 6 à 8 ans
2. pour les jeunes de 9 à 11 ans.

Les enfants peuvent tester leur compétences acquises au courant de l'année dans deux voies spéciales enfants, une simple et une moyenne.

Tout participant aura un petit cadeau comme souvenir et le premier de chaque catégorie un prix .

Des snacks et boissons seront offerts au cours de la soirée.

Venez nombreux!!!

Tous ceux qui désirent aider nos responsables à organiser cette petite fête pour nos plus jeunes grimpeurs sont les bienvenus.



LUNDI 10 MAI 2010

LUNDI 17 MAI 2010

**SORTIE EN GROUPE DU GAL AU MUR D'ESCALADE D'ETTELBRÜCK.
CETTE SORTIE EST RÉSERVÉE AUX MEMBRES DÉTENTEURS D'UN BREVET D'ESCALADE.**

Pour obtenir les détails de la sortie et pour s'inscrire.

Veuillez vous adresser aux responsables

Wolak Christian : 51 81 17/621 37 07 92

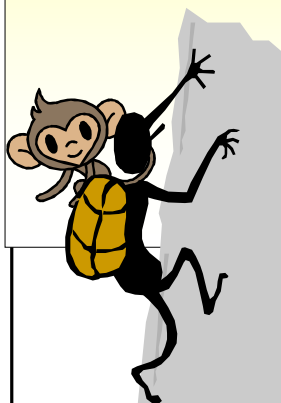
Wolak Michel: 51 81 17 / 691 92 09 87

Il est préférable de faire l'inscription par e-mail

Christian_Wolak@internet.lu

Mich_Wolak@internet.lu

Il faut emporter votre carte de membre du GAL ainsi que votre brevet.



Nota bene: A la fin du mois de mai la salle d'escalade au Limpertsberg restera fermée pendant les vacances de Pentecôte et pendant la période des examens de fin d'études du Lycée de Garçons.

INITIATION À L'ESCALADE EN TÊTE AU MUR D'ESCALADE.

Nota bene. Changement de Dates

Depuis la réfection du mur d'escalade à la halle Victor Hugo, il n'est plus possible, pour des raisons de sécurité, d'y grimper en tête.

Pour les personnes qui désirent s'y initier, nous organiserons des sessions d'initiation au mur d'escalade de l'Auberge de Jeunesse d'Echternach,
LES SAMEDIS 15 MAI (GROUPE A) ET 22 MAI 2010 (GROUPE B)

Cette formation

SE FAIT EN UN CYCLE DE DEUX SESSIONS.

1. La **PRÉPARATION THÉORIQUE** d'une durée de 1 ½ heure est obligatoire pour pouvoir participer aux sessions du samedi,

AURA LIEU PENDANT LES SOIRÉES D'ESCALADE / DEMANDER AU RESPONSABLE pendant la séance normale d'entraînement

AU MUR D'ESCALADE DU LIMPERTSBERG

2. La **FORMATION PRATIQUE** d'une durée de 4 heures

AURA LIEU LE SAMEDI 15 MAI À 15.00 HEURES (A)

ET LE SAMEDI 22 MAI À 10.00 HEURES (B)

SÉANCE THÉORIQUE ET PRATIQUE.

Au mur d'escalade

DE L'AUBERGE DE JEUNESSE D'ECHTERNACH

Chemin vers Rodenhof

L-6479 Echternach Tél. 72 01 58

Il est obligatoire de participer à la session théorique pour pouvoir participer à la session du samedi.

Les séances sont organisées pour 10 personnes. Il reste deux places libres.

. Prière de s'adresser aux responsables

Obertin Claude: 26383465/691 72 13 52

Wolak Christian : 51 81 17/621 37 07 92

Wolak Michel: 51 81 17 / 691 92 09 87



JUIN 2010 PRÉAVIS

Il est prévu également d'organiser des sorties en groupe accompagné au pilier du pont CFL près de l'Auberge de Jeunesse à Luxembourg. Les mardis 02 juin, 08 juin 15 juin:

Pour de plus amples renseignements veuillez vous adresser aux responsables

Obertin Claude: 26383465/691 72 13 52

Wolak Christian : 51 81 17/621 37 07 92

Wolak Michel: 51 81 17 / 691 92 09 87



JUILLET 2010 PRÉAVIS

DES SÉANCES D'INITIATION SONT PRÉVUES POUR LES PERSONNES QUI N'ONT JAMAIS GRIMPÉ DANS LES FALAISES DE BERDORF APRÈS LA FERMETURE DE LA SALLE.

Les intéressés peuvent s'inscrire dès maintenant auprès des RESPONSABLES.

ENFANTS.

UNE SORTIE EST PRÉVUE DANS LES FALAISES PRÈS D'AUDUN-LE-TICHE (France.) au début du mois de juillet.



« NEWS »



**PROJET DE SÉJOUR DANS LES DOLOMITES EN ÉTÉ
2010.**

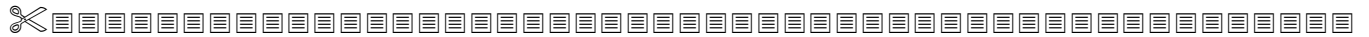
Fin août- début septembre

Nous projetons d'organiser une semaine d'escalade avec initiation à l'escalade en montagne et 2-3 courses avec guide diplômé dans la région des "Tre Cime".

Si vous êtes intéressé, veuillez vous préinscrire: des détails vous parviendront en temps utile.

Adresse e-mail galiste@pt.lu

Ou bien à l'adresse du *Groupe Alpin Luxembourgeois, B.P. 363 L-2013 Luxembourg*



NOM ET PRÉNOM: _____

ADRESSE: _____

TEL. _____ GSM: _____ FAX _____ E-MAIL: _____

PERSONNES: SUIS INTÉRESSÉ DÉSIRE OBTENIR DES INFORMATIONS

