



Groupe alpin luxembourgeois

R A N D O N N É E S

2014
septembre

DIMANCHE LE 28.09.2014 : GRANDE RANDONNEE TREVES-LUXEMBOURG

Avec : Armand di Marco Tél-552596/661552596 Rendez-vous: 06h20 Gare de Luxembourg: Train pour Trèves arrivée Trier Hauptbahhof à 7h06

Départ : 8.08

Parcours: Pallien-Niederweiler- Metzdorf Moersdorf, Aessen, Berbourg (midi ravi tiré du sac au café en face de l'église) Biwer, Rodenbourg, Hochsitz Serge-Gerrit, Spetzlay, Dommeldange.

Dommeldange. (entre 18.00-19.30 h)

Distance:55 km Dénivelé: 500 Evaluation: *****

Pour le rendez-vous de midi contactez Armand svp

En cas de changement de l'horaire du train vous serez averti(e)s dans le Galinfo du mois d'octobre

SOMMAIRE.

1. Randonnées
2. Escalade
3. News:

REDACTION.

GALINFO: Speicher Nicole e-mail: nspeiche@gmail.com

SECRETARIAT:
Nardecchia Sandrine e-mail: Groupealpin@gmail.com

SITE INTERNET:
Groupealpin.lu ou Gal.lu



PAS DE PETITE RANDONNEE AU MOIS DE SEPTEMBRE

PREAVIS

12.10.2014 Grande randonnées avec Armand di Marco: Drauffelt-Clervaux (remake)

19.10.2014 Petite randonnée avec Norbert Streweler:Saeul-Reckenerwald-Mersch (midi)-Hollenfels-Tuntange-Saeul

Légende pour l'évaluation des 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

ESCALADE.

NEWS

ASCENSION DE L'AIGUILLE DU GOLEON, 3427M (MASSIF DES ECRINS)

Date: **13 & 14 septembre 2014**

Avec: Pierre Dewit, moniteur d'alpinisme

Participants: min. 4; max 6.

Difficulté: F (facile) ; escalade facile sur l'arête finale (2-3)

Refuge: Refuge du Goléon, 2500m (refuge privé)

Prix: 115€ + refuge (41€ en demi-pension) + dépenses personnelles

Programme: Jour 1 (samedi) - départ vers 04:00 heures pour le hameau des Hières (près de La Grave; arrivée vers 11:00 heures), puis montée en refuge (1,5 heures; 700m +). Explications pour la course du lendemain.

Jour 2 (dimanche) - départ matinal pour le sommet (5:30), par le glacier Lombard et l'arête du Goléon (3,5 à 4 heures, 900m +). Puis descente en vallée et retour au Luxembourg.

- Matériel: Gore-Tex, pantalon de montagne, bonnet, casquette ou chapeau, lunettes de soleil (indice 4), crème solaire, gants chauds, chaussures cramponnables, piolet, crampons, deux mousquetons à vis, deux sangles, veste chaude, sous-vêtements techniques, polaire, sac à dos 35 litres, gourde/thermos, papiers d'identité, argent liquide, sac à viande pour le refuge, ...
- Covoiturage à organiser.
- Vivres de course à prévoir (sandwichs, barres de céréales,)

Pour des renseignements supplémentaires ou pour une inscription, veuillez contacter le secrétariat du GAL par email (groupealpin@gmail.com) ou téléphoner au +352 621.162.565

PROGRAMME D'ESCALADE EN SALLE.

Le programme du déroulement des séances de l'escalade en salle connaîtra quelques changements et nous vous prions de bien vouloir regarder attentivement le programme ci-joint pour les mois de septembre et octobre

09/2014

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
		18:00 - 19:30 INFO	18:00 - 19:30 INFO 19:30 - 21:30 ELA			
28	29	30				
		18:30 - 21:30 ELA				
Notes:						
INFO : Séance d'informations ELA : Escalade libre adultes INE : Initiation enfants (6 à 8 ans) INA-1 : Initiation Adultes module 1 INA-2 : Initiation Adultes module 2 TRE : Entraînement enfants (8 à 12 ans)						

10/2014

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
	18:00 - 19:00 INE 19:30 - 20:30 INA-1	18:30 - 21:30 ELA	18:00 - 19:30 TRE 19:45 - 21:30 ELA			
12	13	14	15	16	17	18
	18:00 - 19:00 INE	18:30 - 21:30 ELA	18:00 - 19:30 TRE 19:45 - 21:30 ELA			
19	20	21	22	23	24	25
	18:00 - 19:00 INE 19:30 - 20:30 INA-1	18:30 - 21:30 ELA	18:00 - 19:30 TRE 19:45 - 21:30 ELA			
26	27	28	29	30	31	
	VACANCES SCOLAIRES	VACANCES SCOLAIRES	VACANCES SCOLAIRES	VACANCES SCOLAIRES	VACANCES SCOLAIRES	
Notes:						
INFO : Séance d'informations ELA : Escalade libre adultes INE : Initiation enfants (6 à 8 ans) INA-1 : Initiation Adultes module 1 INA-2 : Initiation Adultes module 2 TRE : Entraînement enfants (8 à 12 ans)						