



# GAL INFO

Juillet **2015**

## Sommaire

1. Randonnées du mois de juillet
2. Escalade
3. Fermetures

## Rédaction du GAL Info

Sandrine Nardecchia  
groupealpin@gmail.com

## Evaluation des randonnées

- \* plus de 10km
- \*\* plus de 20km ou 300m d+
- \*\*\* plus de 30km ou 600m d+
- \*\*\*\* plus de 40km ou 900m d+
- \*\*\*\*\* plus de 50km ou 1.200m d+

## Auteur

Groupe Alpin Luxembourggeois asbl  
BP 363  
L-2013 Luxembourg  
CCP: IBAN LU57 1111 0060 7157 0000  
groupealpin@gmail.com | gal.lu  
T: +352 26513866  
F: +352 26513866

## 1. Randonnées

### Dimanche 12/07/2015 : Grande Randonnée – Kiischtentour

Avec Armand Di Marco - Tél : 661 552 596

Départ 9h00 au parking près de la Poste à Luxembourg-Gare

Itinéraire : Hesperange, Syren (pause à 10h45 aux sources de la Syre), Waldbredimus (midi au café si ouvert, sinon près de l'église à 12h30, ravi tiré du sac) Scheierbiert, Remich (arrivée vers 16h 15, Patt sur une terrasse près du pont, ensuite pic-nic et grill-party au Lustgarten : à la sortie de Remich vers Grevenmacher, prendre une rue à gauche, se trouver devant les caves St Rémy Desom, emprunter le petit chemin à droite qui gravit au Lustgarten)

Nous serons heureux d'accueillir tout le monde à ce pic-nic, même ceux qui n'ont pas participé à la randonnée.

Veillez s.v.pl. apporter une petite contribution (boisson, pâtisserie ou viande à griller) soit le matin au départ de la randonnée où elle sera prise en charge, soit directement au Lustgarten.

Le chef grill-master étoilé: René Ollinger 252917

Distance: 27 km, Dénivelé positif 150m, Evaluation\*\*

### Samedi 18/07/2015 : Grande randonnée à Martelange

Avec : Simone et Paul Lorang - Tél : 440016

Rendez-vous à 8h15 à Luxembourg-Siewebueren pour covoiturage ou à 9h à Martelange (en venant de la direction d'Arlon, prendre à droite et puis encore à droite en bas du village, direction ardoisières de Haut-Martelange, 1er parking à droite devant un magasin).

Parcours: ardoisières de Haut-Martelange, Perlé, Schinnerswald, Grouff, Weierboesch, Aeschlaedchen, Hoelzergrohn, Biert (midi), Huuscht, Wéinesch, Moulin de Bigonville, Moulin de Boulaide, Gaessefouss, Ferme de Martelville, Éileruecht, Éilerlay, Pretel, Suel.

Midi sous abri en forêt, apportez également vos boissons.

Distance 33 km, dénivelé 800 m, évaluation \*\*\*.

## 2. Escalade : Autonomie en falaise équipée

2 jours pour apprendre et revoir les techniques de sécurité et de progression pour évoluer en autonomie en falaise équipée.

Programme : Escalade en tête (consignes de sécurité pour le grimpeur & l'assureur), installation de la moulinette (2 méthodes), via Ferrata (consignes de sécurité), descente en rappel avec auto-bloquant, installation du relais (2 méthodes), rappels fractionnés, lecture de topo...

Dates : weekend du 12&13/09 de 10 à 18h00.

Lieu : Rochers des Grands Malades & rochers d'Yvoir

([http://fr.belclimb.be/massives\\_detail.asp?cragid=153](http://fr.belclimb.be/massives_detail.asp?cragid=153) )

([http://fr.belclimb.be/massives\\_detail.asp?cragid=88](http://fr.belclimb.be/massives_detail.asp?cragid=88) ).

Niveau requis: escalade régulière en salle et expérience élémentaire en falaise.

Prix : 120€/pers pour l'encadrement (5 participants minimum).

Matériel technique individuel :

- baudrier + casque + chaussons confortables
- Réverso (ou autre système similaire) + 2 mousquetons à vis (1 x normal+ 1 x poire)
- 2 sangles 60cm (idéalement Dyneema, le top mammoth), 1 sangles 120 cm (idem)
- 2 cordelettes de 7mm pour autobloquants (idéalement de 150cm et 200cm)
- 2 mousquetons à vis (forme poire)

Matériel technique de cordée (par 2 personnes) :

- corde à simple 70 m minimum
- 14 dégaines

Le matériel technique peut être prêté sur demande pour 5€/pers/jour.

Matériel divers :

- chaussures de marche légère et confortable (genre basquet outdoor)
- vêtements adaptés + veste ou k-way imperméable
- Pic nique + eau (pas de snack dans les environs)

Responsable : Christophe Lehner (moniteur d'escalade) – 0477/46 88 91

Inscription : via mail à [groupealpin@gmail.com](mailto:groupealpin@gmail.com)

## 3. Fermeture du secrétariat et du mur d'escalade

Le secrétariat du GAL sera fermé les mois de juillet et août – Attention: L'émission de cartes de membres sera limitée durant cette période.

Pour les retardataires qui n'auraient pas encore payer leur cotisation 2015, dernière semaine avant les vacances pour régulariser votre situation et recevoir rapidement votre carte de membre 2015!!!

Le mur d'escalade est fermé durant les vacances scolaires, du 11 juillet au 21 septembre.

BONNES VACANCES A TOUTES ET A TOUS