

Groupe alpin luxembourgeois

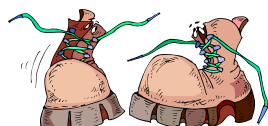
R A N D O N N É E S

2014

AVRIL

SOMMAIRE.

1. Randonnées
2. Escalade
3. News:



DIMANCHE LE 6 AVRIL 2014 : PETITE RANDONNEE AUTOUR DE LUXEMBOURG

avec: Charel Meyers tél: 221119/621646846

Rendez-vous : à 09.55 heures au Parking Tennis Spora, au Bambëscht

Départ: à 10.00 heures précises

Parcours: Bambëscht, Biergerkreitz, Stéseler Plateau, Koplescht, Kehlen, (midi avec pic-nic à 13.00 hrs au Café Excell tél. 26103603) Mamerdall, Bambëscht.

Distance: 25 Km Dénivelé : + 520m Evaluation : **

Retour vers 17.00 hrs

REDACTION.

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

SECRETARIAT: Nardecchia Sandrine

e-mail: Groupealpin@gmail.com.

SITE INTERNET:

Groupealpin.lu ou Gal.lu

Nota Bene..

La sortie vers les Vosges prévue pour le samedi 12.04.2014 avec Julien Cadé a dû être annulée pour cas de force majeure. Julien nous avertira de la date à laquelle il pourra la reprendre.

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



DIMANCHE LE 27 avril 2014: GRANDE RANDONNÉE à WILTZ

avec: Armand di Marco tél. 55 25 96 / GSM 621 290 721

Rendez-vous : Train 7h50 Gare de Luxembourg, Wiltz 8h56

Départ: à 09.00 hrs précises

Parcours : Wiltz- Biermecht, Heirig, Naashecken, Brachtenbach, (pic-nic en chemin, ravi tiré du sac), Alemillen, Doennange, Asselburermillen, Sassel, Troisvierges,

Distance : 35 km Dénivelé: 500 m Evaluation:***

Rentrée en train

PREAVIS.

Dimanche 11.mai 2014 : petite randonnée tour des orchidées avec Nico Ruppert

Samedi 17 mai 2014: Superrandonnée Martelange-Echternach avec Armand di Marco

Dimanche 25 mai Grande Randonnée.: Siewebueren mam Armand



Nota bene: Les deux semaines suivantes, il n'y aura pas de sessions non plus en raison des vacances scolaires. La salle rouvrira le mardi 22 avril aux horaires habituels.

2

RAPPEL.

N'oubliez pas notre rendez-vous du

2 avril 2014 : au BANFF MOUNTAIN FILM FESTIVAL considéré aujourd'hui comme étant le plus grand et le plus prestigieux festival de films d'aventure en montagne au monde qui fera un arrêt au Luxembourg, plus précisément à la Rockhaal à Esch-sur-Alzette.

Le GAL y sera représenté par plusieurs de ses membres afin de promouvoir les activités de notre club.

En raison de la présence de nos responsables d'escalade au festival, **la salle d'escalade restera par conséquent fermée ce mercredi 2 avril 2014.**

En revanche, vous êtes convié(e) à venir voir les films du festival à Esch. Toutes les infos et tickets sur banff.lu

GAL OPEN.

SAMEDI LE 26.04.2014.

Le 26 avril le Gal organise un Gal Open au mur d'escalade du hall au Limpertsberg

Cette compétition est ouverte aux licenciés FLERA, mais aussi aux non-licenciés.

La compétition est réservée aux 6-12 ans.

L'inscription est ouverte jusqu'au 21 avril 2014.

Les intéressé(e)s peuvent s'inscrire sur notre site internet:

groupealpin.lu regardez sous escalade.

Les frais d'inscription de 5 EUR sont à régler sur place.



STAGE POUR GRIMPER EN TÊTE .

Les sessions de ce stage sont prévues pour

le 19 avril: en langue luxembourgeoise et allemande

le 17 mai: en langue française et anglaise.

Elles sont strictement réservées aux membres du GAL qui ont atteint le niveau 5a /5b.

Date d'inscription: 05 avril 2014 par e-mail:

soit au groupealpin@gmail.com

Suite : stage pour grimper en tête

soit auprès de Christian Wolak: christian_wolak@internet.lu

en indiquant : nom, prénom, téléphone et e-mail, no de la carte de membre

Rendez-vous: 9h45 à l'Auberge de Jeunesse Echternach Chemin vers Roudenhaff

Début et déroulement des séances: à 10h00; 2 heures de théorie et de pratique suivies d'un picnic pris sur place; 14h00-18h00 exercices pratiques à grimper en tête.

La date de la 2ème journée pour les deux groupes dans les falaises de Berdorf, sera fixée lors de ces sessions.

NEWS

I Climb CUP.

Les membres du Gal suivants ont participé à cette compétition : Cynthia, Raynaldo, Sophie , Anne-sophie, Alex.

Cynthia a obtenu la 2ème place au tournoi des dames.

LES ECRINS A LA PORTEE DE TOUS.

Cher membre,

En AVRIL le GAL propose une activité haute montagne dans les Ecrins avec Pierre Dewit, moniteur d'alpinisme.

Ce stage s'adresse aussi bien aux personnes ayant un niveau débutant qu'aux personnes désireuses de pratiquer une première fois l'alpinisme. En effet, le programme peut être adapté pour convenir à un public très large.

Ascensions dans les pics de Combeynot

Date 19/04/2014 au 21/04/2014

Programme

Ascension du Combeynot Ouest (3155m) face nord, du Roc Noir du Combeynot (3112m), couloir intime (400m) et de la Pyramide de Laurichard (2772m), couloir des patinettes (250m) + arête finale.

Difficulté : de PD+ à AD

L'intérêt de ce spot est qu'il est très facile d'accès au niveau marche d'approche. Ces sommets sont très faciles d'accès depuis le Col du Lautaret dans les Ecrins.

Nombre de participants: minimum 4, maximum 6.

¹ Auteur: Groupe Alpin Luxembourgeois, B.P. 363 L-2013 Luxembourg CCP LULL: IBAN LU57 1111 0060 7157 0000

Logement.

En gîte près du col du Lautaret, en formule auto gérée; nous préparerons la cuisine nous même.

Matériel.

Chaussures cramponables, deux paires de gants chauds, pantalon de montagne chaud (de préférence de type Gore Tex), guêtres, veste imperméable et respirant, veste isolante (Primaloft ou duvet), casque, baudrier, polaire chaude, sous-vêtements techniques, sac à viande pour le refuge, sac à dos de 35-45l, passe-montagne ou bonnet, 4 mousquetons à vis, 3 sangles cousues de 1,20m, longe personnelle, lunettes glacier (Indice 4), éventuellement un masque de ski, gourde et/ou thermos.

Les piolets techniques et les crampons peuvent être mis à disposition par l'organisateur pour les participants qui n'en disposent pas.

Les chaussures peuvent être louées auprès de Pierre Dewit.

Prix

Le prix est d'approximativement 125 € par personne. Ce prix couvre les honoraires et frais de logement du moniteur et le cas échéant le prêt du matériel technique tel qu'indiqué ci-avant.

NB: Il peut encore augmenter si on n'arrive pas à organiser un co-voiturage.

Prérequis

Etre en bonne condition physique. La pratique de l'escalade ou de l'alpinisme estival constitue un avantage

Prestations non-incluses

Le prix ne couvre ni les frais de transport(*) et dépenses personnelles, ni logement et nourriture.

Autres dépenses personnelles.

Pour plus d'informations ou pour vous inscrire, veuillez envoyer un email à groupealpin@gmail.com,

(*) co-voiturage à organiser



ET AUSSI

AU MOIS DE MAI

Traversée de l'arête des Spitzkoepfe.

Cher membre,

En mai le GAL propose de vous emmener dans les Vosges afin d'y réaliser la traversée de l'arête des Spitzkoepfe.

Ce stage encadré par Pierre Dewit, moniteur d'alpinisme, nous fera découvrir une traversée d'arête en style alpin. Nous allons grimper en grosses chaussures, placer des points d'assurage, progresser à corde tendue sur l'arête.

Le niveau de difficulté n'excède pas la 4c; cependant nous n'aurons pas nos chaussons aux pieds, et surtout nous grimperons avec notre sac à dos sur les épaules.

Date. 11/05/2014

Minimum 4 participants, maximum 6

Programme

Départ tôt le matin du Luxembourg pour arriver vers 10 heures dans les Vosges.

Marche d'approche d'une heure environ.

Traversée de l'arête, en autonomie ou bien sur la corde du moniteur.

Retour vers les véhicules vers 15 heures, puis debriefing autour d'un verre. Ensuite retour vers le Luxembourg.

Matériel

Chaussures de montagne, de préférence avec semelle rigide. Sac à dos de 30 à 35 L. Fonds de sac: polaire, Gore Tex, bonnet. Casque, baudrier, longe personnelle, descendeur de type Reverso ou tube. Eventuellement quelques sangles. Quelques vivres de course. Lunettes de soleil, chapeau ou casquette. Crème solaire.

Cordes, dégaines, coinçeurs et friends seront mis à disposition.

Prix

Le prix est d'approximativement 60 € par personne. Ce prix couvre les honoraires du moniteur ainsi que ses frais de route

Prérequis

Etre en bonne condition physique. La pratique de l'escalade constitue un avantage.

Prestations non-incluses

Le prix ne couvre ni les frais de transport(*) et dépenses personnelles. Autres dépenses personnelles. (*) **co-voiturage à organiser**

Pour plus d'informations ou pour vous inscrire, veuillez envoyer un email à groupealpin@gmail.com,

¹ Auteur: Groupe Alpin Luxembourgeois, B.P. 363 L-2013 Luxembourg CCP LULL: IBAN LU57 1111 0060 7157 0000

Gemmipass



Climbing, Summits and Via Ferrata

When 02.08.2014 - 10.08.2014

Where , Suisse, Wallis, Leukerbad, Lämmererhütte 2500m /

Wildstrubelhütte

Climbing:

Sportscimbing sites Wildstrubel, Multipitch

Summits:

Daubenhorn 2941m F, Rinderhorn 3448m PD+, Wildstrubel PD (to be discussed)

Via Ferrata:

Trial one, very easy

Gemmi Daubenhorn, the longest and hallucinating of Switzerland

Responsible:

Climbing / Via Ferrata: Joe & Peter

Summits / Via Ferrata: Chris

Schedule

Day 1 Ascending? (900m, 3h? Berghotel) depending on joining people

Day 2 Summit / Climbing

Day 3 Climbing / Via Ferrata (Small one) / Via Ferrata (big one)?

Day 4 Summit / Climbing multipitch

Day 5 Via Ferrata (big one) / open

(Day 6 return / Hiking??)

Material:

- Rope/quick draws/Helmet/Rucksack/Climbing shoes/etc.
- Rope/shoes/gloves/fleece/Jacket/(crampons)/sunglasses/sun blocker/lipstick/Beanie
- Via Ferrata set/Chest-Harness/bike/Via Ferrata gloves/headlights
- Sleeping bag/earplugs ☺ /medipack

Details on registration: **Email** groupealpin@gmail.com

Max people: 6-8 (2-3 pro responsible)

For more informations : www.groupealpin.lu/escalade/activites

<http://www.gemmi.ch/highlights/berghotel-wildstrubel/zimmerpreise/>

<http://www.laemmerenhuette.ch/>

¹ Auteur: Groupe Alpin Luxembourgeois, B.P. 363 L-2013 Luxembourg CCP LULL: IBAN LU57 1111 0060 7157 0000