

	Saison 2007 / 2008	CAF Ile de France Ski de montagne Accueil : 12, rue Boissonnade 75014 PARIS tel : 01 42 18 20 00 Site web : http://www.clubalpin-idf.com
---	--------------------	--

Fiche-programme de la sortie de ski de montagne n° S150.
Du 24 au 25 mai inclus, soit 2 jours

Accord préalable des encadrants pour l'inscription : NON (mais appeler au téléphone pour prendre contact)

Nombre de participants à la sortie yc les encadrants : 8

Nom et coordonnées des encadrants :

Benoît Senechal 06 60 48 10 10 Mail : bsech@free.fr	Philippe Sikora 06 06 95 73 52 Mail : philippe_sikora@hotmail.com
---	---

Programme prévisionnel :

1 ^{er} jour	Verbier (1522m) - Cabane du Mont-Fort (2 457m)
2 ^{ème} jour	Cabane du Mont-Fort (2457m) – La Rosablanche (3336 m) – Fionnay (1490 m) ou retour par l'itinéraire de montée

Ces renseignements sont indicatifs; le programme est susceptible d'être modifié, voire écourté ou annulé, selon les conditions nivo-météo prévues avant le départ ou rencontrées sur le terrain.

Cartes : Arolla – N°283S

**Fiche à découper et à renvoyer au secrétariat du CAF IdF
avec le chèque de participation aux frais d'organisation de la sortie
et la photocopie de la carte d'adhérent pour les non membre du CAF Ile de France
au plus tôt un mois avant le premier jour de la sortie**

Éléments d'information pour l'inscription à la sortie (à remplir lisiblement) N° d'adhérent CAF : _____

Club : _____ (joindre copie de la carte CAF si affiliation hors CAF IdF) (

Téléphone : domicile : _____, bureau : _____, portable : _____,

e-mail : _____

Adresse : _____

Avez-vous obtenu l'accord formel de l'encadrant pour participer à la sortie ? : en attente - obtenu

Souhaitez vous souscrire l'assurance annulation : oui / non (8 € pour un week end – se renseigner au secrétariat)

Pour les voyages en train :
Réduction SNCF : taux : % - Nature de la réduction :

Personne à prévenir en cas d'accident :

NOM : _____, Prénom : _____, Lien de parenté : _____

Téléphone : domicile : _____ ; bureau : _____, portable : _____

e-mail : _____

Adresse : _____

A : _____, le : _____, Signature : _____

Caractéristiques du parcours programmé :

La course se déroule en terrain glaciaire.

Rythme d'ascension requis : 350 mètres par heure en moyenne sur tout le parcours

Difficulté : AD

Dénivelé journalier maxi : 1200 m

Particularités : Portage probable en cette saison, présence possible de dépose hélico au sommet.

Conditions d'hébergement :

En refuge non gardée : la cabane du Mont-Fort contient des couvertures et de quoi faire chauffer les aliments. Nous apporterons notre dîner pour le samedi soir.

Coût prévisionnel (en plus du montant réglé à l'inscription) : **50 FS**

Voyage : **car-couchettes / Train / Voiture**

Départ : de Paris Porte d'Orléans le vendredi 23 mai 2008, à **XXXh** pour un départ à **YYYh**

Retour : à Paris Porte d'Orléans le lundi 26 mai 2008, vers **XXXh**

Equipement individuel :

Matériel individuel indispensable pour toutes les sorties : cf NEIGES 2008

L'ARVA est absolument obligatoire

L'organisateur ne pourra pas autoriser un participant à suivre la collective, si celui-ci ne dispose pas d'un ARVA en bon état de fonctionnement (il est conseillé d'emporter des piles de rechange).

Au delà de la possession d'un appareil en état de marche, chaque participant doit en **maîtriser le fonctionnement en émission et en réception** et connaître le principe des méthodes de recherche de victime avec ces appareils

Matériel individuel obligatoire spécifique à la sortie :

Pelle à neige, sonde, lampe frontale, crampons, piolet, baudrier, longe, 3 mousquetons dont au moins un à vis, 3 cordelettes « prussik » ou autobloquant mécanique, 1 broche à glace à visser manuellement.

Nourriture à emporter :

Vivres de course pour 2 jours + repas du soir pour le samedi (refuge non gardé)

Je soussigné (NOM) _____ (Prénom)

membre du CAF à jour de ma cotisation, désire m'inscrire à la sortie :

1^{er} choix : S____, 2^{ème} choix : S____, 3^{ème} choix : S____, après avoir pris connaissance de conditions générales de leur organisation, telles qu'elles figurent dans les fiches programme et dans le Programme NEIGES 2008.

Je certifie posséder les aptitudes techniques et physiques générales requises pour la pratique du ski de montagne et être informé des risques présentés par cette activité.

A : _____, le : _____, Signature :

Ma préparation et mon niveau à ski

Pour mieux vous connaître et faciliter la préparation de la sortie par les encadrants, merci d'indiquer ci-dessous votre niveau de préparation actuel ainsi que vos dernières réalisations en ski de montagne :

- vous faites du jogging / de la natation / autre : (préciser) - combien de fois par semaine ? :

- Combien de sorties à ski réalisées en 2007 : - Quelle est votre dernière sortie de ski-alpinisme réalisée cette saison ? :

.....

- Quelle course de ski alpinisme de plus haut niveau avez-vous réalisée avec succès la saison dernière (2007) ? :

.....

- Citez une course qui représente votre niveau habituel :

.....

- Pratiquez vous l'alpinisme ? OUI / NON si oui précisez :

.....

- Observations :

Documents administratifs nécessaires :

Carte CAF / Pièce d'Identité

Réunion préparatoire ou contact téléphonique avec les organisateurs dès l'inscription :

Contactez l'un des organisateurs par téléphone le mercredi ou le jeudi précédant le départ.

Après confirmation de votre inscription, informez-nous par mail pour pouvoir mieux organiser le WE.

Pour des raisons de sécurité, les inscriptions des personnes n'ayant pas pris contact avec les organisateurs ne seront pas confirmées.

---oo0oo---

Je soussigné (NOM) _____ (Prénom)

membre du CAF à jour de ma cotisation, désire m'inscrire à la sortie :

1^{er} choix : S____ , 2^{ème} choix : S____ , 3^{ème} choix : S____ , après avoir pris connaissance de conditions générales de leur organisation, telles qu'elles figurent dans les fiches programme et dans le Programme NEIGES 2008.

Je certifie posséder les aptitudes techniques et physiques générales requises pour la pratique du ski de montagne et être informé des risques présentés par cette activité.

A : _____ , le : _____ , Signature :

Ma préparation et mon niveau à ski

Pour mieux vous connaître et faciliter la préparation de la sortie par les encadrants, merci d'indiquer ci-dessous votre niveau de préparation actuel ainsi que vos dernières réalisations en ski de montagne :

- vous faites du jogging / de la natation / autre : (préciser) - combien de fois par semaine ? :

- Combien de sorties à ski réalisées en 2007 : - Quelle est votre dernière sortie de ski-alpinisme réalisée cette saison ? :

.....

- Quelle course de ski alpinisme de plus haut niveau avez-vous réalisée avec succès la saison dernière (2007) ? :

.....

- Citez une course qui représente votre niveau habituel :

.....

- Pratiquez vous l'alpinisme ? OUI / NON si oui précisez :

.....

- Observations :