



FICHE TECHNIQUE

Week-end raquettes en Vercors – Réf : RQ O3B

7 et 8 janvier 2006

Niveau : 2 en raquettes , M en randonnée

Nombre de participants : 9 (organisatrice en plus)

Vendredi 6 janvier :

Le voyage jusqu'à Grenoble est à la charge et à l'initiative de chacun.

A titre indicatif, il y a un départ TGV de Paris-gare de Lyon pour Grenoble à 18 h 34.

Chacun aura pris son repas du soir avant d'arriver.

Rendez-vous dans la gare de Grenoble, devant le magasin de journaux, à **21 h 33**, heure de l'arrivée du TGV venant de Paris.

Un car nous attendra pour monter à Autrans.

Nuit à l'auberge de jeunesse d'Autrans avec petit-déjeuner inclus.

Samedi 7 janvier :

Le pique-nique de midi pourra être acheté sur place.

Randonnée raquettes (si neige) ou pédestre (si manque de neige) avec un accompagnateur en montagne, sur le thème : « traces et indices de vie de la faune sauvage ».

Dénivelé à la montée : 600 m sur une distance de 9 km.

Nuit à l'auberge de jeunesse d'Autrans en demi-pension.

Dimanche 8 janvier :

Le pique-nique de midi pourra être acheté sur place.

Randonnée raquettes (si neige) ou pédestre (si manque de neige) vers les crêtes de la Molière. Vue panoramique sur la chaîne des Alpes si le temps est beau.

Dénivelé à la montée : 600 m sur une distance de 7 km.

Car pour Grenoble à 17 h 55, arrivée à la gare de Grenoble à 18 h 55.

Dispersion du groupe.

A titre indicatif, il y a un départ de TGV pour Paris à 19 h 39, arrivée à Paris à 22 h 35.

Remarques :

Ce programme pourra être modifié en fonction des conditions météorologiques, de l'enneigement, ou du niveau des participants.

Carte IGN 3235 OT

Matériel à emporter :

Équipement d'hiver en montagne : anorak, gants, grosses chaussettes, bonnet....

Lunettes de soleil.

Crème solaire.

Affaires de toilette avec serviette.

« Sac à viande » ou paire de draps.

Lampe de poche.

Sac à dos pour la journée.

Chaussures de randonnée en moyenne montagne à tige montante.

Raquettes (il est possible d'en louer sur place ; dans ce cas, prévenir l'organisatrice à l'avance pour les réserver).

Dépense totale à prévoir : **110 €** par personne.

Cette somme comprend : le transport en car aller et retour Grenoble-Autrans, les nuitées à l'auberge de jeunesse avec un repas du soir et deux petits-déjeuners, la prestation de l'accompagnateur en montagne le samedi, les frais administratifs du CAF île de France, le transport de l'organisatrice, réparti entre les participants, et une participation aux frais d'organisation de l'organisatrice.

Cette somme ne comprend pas : le voyage aller-retour jusqu'à Grenoble, le repas du vendredi soir, la location éventuelle des raquettes, les deux pique-niques de midi.

Verser **75 €** à l'inscription par chèque à l'ordre du Club Alpin Français d'île-de-France.

Le reste, soit **35 €**, sera versé directement à l'organisatrice le jour du départ (de préférence en liquide).