

Fiche-programme de la sortie de ski de montagne n° **S 23**
Queyras
Du **13 janvier 2006 au 15 janvier 2006 inclus**, soit 3 jours

Accord préalable des encadrants pour l'inscription : OUI pour ceux que je ne connais pas (appeler au téléphone pour contact et interview AVANT l'inscription)

Nombre de participants à la sortie avec les encadrants : 8. Fournir son mail à l'inscription svp.

Nom et coordonnées des encadrants :

Didier Chaminade tel : 06 07 57 00 47 e-mail : dchaminade@wanadoo.fr	tel : e-mail :
--	-------------------

Programme prévisionnel :

1^{er} jour	Pic de Caramantran ou Pic Traversier	+600 m	-1000 m
2^{ème} jour	Pic du Fond de Peynin	+900 m	-1470 m
3^{ème} jour	Pic de cascavelier ou du Château Renard selon groupe	+700 ou 1000 m	Id.
4^{ème} jour			
5^{ème} jour			

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 : IGN 25000è 3637 OT Mont Viso Saint-Veran

Caractéristiques du parcours programmé :

Rythme d'ascension requis : 300 mètres par heure en moyenne sur tout le parcours

Difficulté : PD	Dénivelé journalier : max 900 m	Particularités : AR et T
-----------------	---------------------------------	--------------------------

**Fiche à découper et à renvoyer au secrétariat
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 au stage (à remplir soigneusement)

N° d'adhérent CAF : _____, Club : _____
(joindre une copie de votre carte CAF en cas d'affiliation hors CAF IdF)
Domicile : téléphone : _____, e-mail : _____
Adresse : _____

Personne à prévenir en cas d'accident :

NOM : _____, Prénom : _____, Lien de parenté : _____
Domicile : téléphone : _____; Mobile : _____, Fax : _____
Adresse : _____
Bureau : téléphone : _____; Mobile : _____, Fax : _____
A : _____, le : _____, Signature : _____

Conditions d'hébergement :

Gîte demi-pension

Coût prévisionnel (en plus du montant réglé à l'inscription) : de 35 €/nuit. 3 nuits. Remontées mécaniques Saint Véran possible.

Pour préparer ce programme, le club a déposé XX € à titre d'arrhes qui sont susceptibles d'être facturés aux participants en cas d'annulation ou de changement de destination

Voyage : Voiture

8 participants, encadrant compris => 2 voitures de 4. L'encadrant fournit une voiture.

Départ : Porte d'Orléans, le jeudi 12 janvier 15 heures	Retour : Porte d'Orléans, le dimanche 15 janvier minuit
---	---

Equipement individuel :

Matériel individuel indispensable pour toutes les sorties : cf NEIGES 2006

Une pelle et une sonde sont indispensables

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 :

- Crampons, lampe frontale
- Cette sortie est organisée pour des surfeurs : prévoir un moyen de montée spécifique (ex : raquettes) et s'assurer que les chaussures acceptent le montage de crampons
- Si sortie sur terrain glaciaire : **baudrier et matériel d'auto sauvetage obligatoires** (2 mousquetons à vis / 2 anneaux de cordelette 5 ou 7 mm ou système mécanique –Tibloc ou Ropeman / sangle de torse pour pédale)

Nourriture à emporter :

Vivres de course pour 3 jours

Documents administratifs nécessaires :

Carte CAF / Pièce d'Identité

Réunion préparatoire avec les organisateurs: Réunion le mercredi 4 janvier 2006 soir. Lieu confirmé par mail.

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

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 2005.

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 / du vélo / de la natation / autre : (préciser)
 combien de fois par semaine ? : sur quelle distance ? :
- quelle est votre dernière sortie de ski-alpinisme réalisée cette saison ? :

- quelle course de plus haut niveau avez-vous réalisée la saison dernière (2005) ? :

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

- Observations :
