

	Saison 2006 / 2007	CAF Ile de France Ski de montagne Accueil : 12, rue Boissonade 75014 PARIS adresse postale : 5 rue Campagne Première tel : 01 42 18 20 00 Site web : http://www.clubalpin-idf.com
---	--------------------	---

**Fiche-programme de la sortie de ski de montagne n° S 095
Du 24 au 25 mars, soit 2 jours**

Accord préalable des encadrants pour l'inscription : NON.
Nombre de participants à la sortie y compris les encadrants : 10 (+/- 1 ou 2)

Nom et coordonnées des encadrants :

Jérôme ROUX - tel dom: 01 30 57 59 86 Tel travail : 01 47 44 75 14 Tel mobile : 06 30 48 24 62 Email : jerome.roux2@numericable.fr	Didier Perrot - tel dom : 01 73 71 30 64 Tel mobile : 06 13 01 31 37 Email : didier.perrot@m4x.org
--	---

Programme prévisionnel :

1^{er} jour	Pralognan, télési des Fontanettes (2010m), Col de la Vanoise (2517 m), Pointe de la Réchasse (3212 m), descente vers Entre Deux Eaux jusque vers 2400m, traversée (pt 2750 m) jusqu'au refuge de l'Arpont (2309 m).
2^{ème} jour	Dôme de Chasseforêt (3586 m), descente sur les Prioux (1711 m) puis Pralognan (1420 m).
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 : TOP 25 3534 OT, 3633 ET

Caractéristiques du parcours programmé :

Rythme d'ascension requis : 350 m/h
Niveau de la sortie : 3 skieurs (voir signification sur site web du CAF).
Dénivelé journalier prévu: 1600 m (1^{er} jour), 1300 m (2^{ème} jour)

**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 membres du CAF Ile de France
au plus tôt un mois avant le premier jour de la sortie**

Eléments 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 : _____

Particularités : 2 journées en traversée. Longue traversée le premier jour.

Conditions d'hébergement : Refuge de l'Arpont, gardé (sauf contre ordre).

Coût prévisionnel : Montant de l'inscription : 115 euros.

Demi-pension en refuge gardé : 33,60 euros. Prévoir en plus de quoi dîner dimanche soir (restaurant ou snack).

Remontée mécanique de Pralognan : entre 5 et 10 euros.

Voyage : car-couchettes

Départ : Porte d'Orléans, le 23 mars, 22h15, **Rendez-vous 21h45**

Retour : Porte d'Orléans, entre 5h15 et 5h30

Equipement individuel :

Matériel individuel indispensable pour toutes les sorties : cf NEIGES 2007

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 :

Matériel de glacier : baudrier, piolet, crampons, 1 broche, 2 cordelettes, 1 mousqueton à vis + longe, 2 mousquetons.

Nourriture à emporter :

Vivres de course pour 2 jours.

Documents administratifs nécessaires :

Carte CAF / Pièce d'Identité

Contact téléphonique avec les organisateurs dès l'inscription : veuillez appeler ou contacter par mail un des organisateurs dès votre inscription (ou avant si vous avez des questions)

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 2006.

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 2005 : - 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 (2005) ? :
- Citez une course qui représente votre niveau habituel :
- Pratiquez vous l'alpinisme ? OUI / NON si oui précisez :
- Observations :