

Fiche-programme de la sortie de ski de montagne n° S 105
Du 24 au 26... inclus, soit 3 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 : Jean Pierre ASTOR grand de COURCY -

tel : 01 47 27 35 06

e-mail : astorjp@wanadoo.fr

tel : 01 42 22 50 52 -

e-mail :

Programme prévisionnel :

1 ^{er} jour	Col du Lautaret -
2 ^{ème} jour	Col de laurichard 2654 m
3 ^{ème} jour	Pic Blanc du Galibier - 2955 m
4 ^{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 :

Caractéristiques du parcours programmé :

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

Difficulté : Dénivelé journalier : 1000 max.

Particularités :

Conditions d'hébergement : Refuge Gordé 1/2 pen s'm -

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 : _____

(S 105) GALIBIER J PASTOR

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

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

Voyage : car-couchettes / Train / Voiture

DEPART

train pour BRIANÇON

Départ : Porte d'Orléans, le 23/03 à 22.05h

GARE d'AUSTRERLITZ - le 23/03 à 22.05h

Retour : Porte d'Orléans, le 27/03 à 06.30h

Billet jusqu'à MONTDAPHIN

Equipement individuel :

RETOUR

MONTDAPHIN PARIS par train de nuit

Matériel individuel indispensable pour toutes les sorties : cf NEIGES 2005 Arrivée PARIS le 27 mars matin 06.30h -
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

obligatoire -

Nourriture à emporter :

Vivres de course pour 3 jours

Documents administratifs nécessaires :

Carte CAF / Pièce d'identité

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

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

---00000---

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 : _____