

Fiche-programme de la sortie de ski de montagne n° S 123  
Du 8 au 14 avril ..... inclus, soit 7 jours

Accord préalable des encadrants pour l'inscription : NON (mais appeler au téléphone pour prendre contact)  
Nombre de participants à la sortie y compris les encadrants 10 maxi si questions

**Nom et coordonnées des encadrants :**

CLAUDE EVEN	Tél 01 49 63 99 08 < 5 Février 04 50 32 51 97 > 5 Février
-------------	--

**Programme prévisionnel :**

1 <sup>er</sup> jour	RM+600m ↘ Arcellin ↗ Roc de la pêche (300)	5 <sup>e</sup> jour	Arguille de Polset 350m ↑ 1050m AR
2 <sup>ème</sup> jour	Tête de l'Argentine 2951m ; ↑ 1040m AR	6 <sup>e</sup> jour	Dôme de Polset 3326m par le sud, 850m AR
3 <sup>ème</sup> jour	Selle du Rosaire 3241m ↑ 1230m AR	7 <sup>e</sup> jour	Col du Burgne ↘ Méribel ↑ 600m T
4 <sup>ème</sup> jour	Col des Fonds 2907 ↘ Ref. Pelet Polset ↑ 1000m		ou Col d'Ausseis ↘ Pralognan " " "

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 TOP 25 35340T

**Caractéristiques du parcours programmé :**

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

Difficulté : PD<sup>+</sup> Dénivelé journalier : Mini 600, Maxi 1230, Moy ≈ 1000m SAR, 2T (petites)

Particularités : *Sortie orientée vers les pentes soutenues et le beau ski... Hébergement... Pour partir dans le refuge le plus chic des Alpes Françaises (?)*

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 : \_\_\_\_\_

**Conditions d'hébergement :** Demi-pension dans deux refuges très confortables (douches)

**Coût prévisionnel** (en plus du montant réglé à l'inscription) : 280 €

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~~ couchettes

Départ : ~~Route d'Orléans, le à heures~~ Gare de Lyon, le 7 avril à 22h25 → Moutiers 7h03

Retour : ~~Route d'Orléans, le à 5 heures 45~~ Moutiers 16h33 → Paris 21h41 le 14 avril

**Equipement individuel :** Chaque participant(e) prend lui-même son billet de train (1)

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 :**

Crampons *Oui*

*Rendez-vous du groupe = le 8/4 à*

**Nourriture à emporter :**

*7h15 devant la gare de Moutiers.*

Vivres de course pour 7 jours

**Documents administratifs nécessaires :**

Carte CAF / Pièce d'identité *Oui*

**Réunion préparatoire ou contact téléphonique avec les organisateurs dès l'inscription :** *V. ci dessous*

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

---00000---

Appeler impérativement C. Even le vendredi soir 6 avril entre 19h30 et 20h30 pour confirmation de départ ou modification.

(1) Attention, période du week-end de Pâques. Prendre son billet le plus tôt possible.

Je soussigné (NOM) \_\_\_\_\_ (Prénom) \_\_\_\_\_

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

1<sup>er</sup> choix : S \_\_\_\_\_, 2<sup>ème</sup> choix : S \_\_\_\_\_, 3<sup>ème</sup> 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 2007.

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 2006 : ..... - 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 (2006) ? : .....
- Citez une course qui représente votre niveau habituel : .....
- Pratiquez vous l'alpinisme ? OUI / NON si oui précisez : .....
- Observations : .....