

<http://www.clubalpin-idf.com/>

Fiche programme de la sortie de ski de montagne n° S146  
Ski de randonnée dans les Alpes de Lyngen (Norvège)  
Du 27 avril au 7 mai 2007 inclus, soit 11 jours

Accord préalable pour l'inscription : OUI  
Nombre maximal de participants : 4

## 2. Noms et coordonnées du ou des organisateurs

Pierre DAVAL  
tél. dom. : 01 49 06 03 19 – port. : 06 03 59 75 61  
mailto : [pierre.daval@areva.com](mailto:pierre.daval@areva.com)

François RENARD  
tél. dom. : 01 39 49 90 08 – tél. prof. : 01 69 26 62 99  
mailto : [fran.renard@free.fr](mailto:fran.renard@free.fr)  
<http://franval.renard.free.fr/>

## 2. Programme prévisionnel

L'objectif est d'explorer le massif des Alpes de Lyngen, en réalisant les sommets les plus alpins, en aller-retour ou en traversée, au nord et au sud de Lyngseidet :

- au nord : Istinden (1550 m), Tafeltinden (1395 m), traversée Koppangen – Straumen, Storgalten, etc.
- au sud : Jiehkkevarri (1833 m), Balggesvarri (1600 m), Steindalstinden (1511 m), Biellogaissa (1356 m), Rieppetind, etc.

Ces renseignements sont indicatifs ; l'organisateur est susceptible de modifier le programme, voire d'interrompre la sortie, selon les conditions nivo-météorologiques rencontrées sur le terrain.

Cartes : Cartes norvégiennes au 1/50000 : 1634 III, IV, 1633 IV, 1533 I  
Topos : -

**Fiche à découper et 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 membres de l'Ile de France  
(au plus tôt deux mois avant le premier jour de la sortie).**

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>e</sup> choix : S \_\_\_\_\_, 3<sup>e</sup> choix : S \_\_\_\_\_ , après avoir pris connaissance des 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.

Pour les voyages en train, réduction SNCF éventuelle: \_\_\_\_\_ %, nature: \_\_\_\_\_

Autre réduction: \_\_\_\_\_ %, nature: \_\_\_\_\_

### 3. Caractéristiques de la course programmée

3.1 Niveau de difficulté (cf. explications complémentaires dans NEIGES 2007) :

Cotation : D, 3S  
 Type de course : AR  
 Dénivelé journalier maximal prévu : 2000 m  
 Rythme d'ascension exigé : environ 400 m/h

3.2 Particularités :

Longues, voire très longues, courses à la journée, souvent en terrain glaciaire : excellentes condition physique et technique alpine indispensables.

3.3 Conditions d'hébergement : En appartement ou en gîte.

3.4 Coût à prévoir (en plus du montant de l'inscription) : Estimation grossière :

avion = 400 euros, location voiture = 200 euros, logement et nourriture = 600 euros, soit environ 1200 euros/personne.

### 4. Voyage : Avion + location voiture

Avion Paris-Oslo-Tromso, location de voiture sur place.  
 Départ possible dès le vendredi 27 avril. Retour le lundi 7 mai.

### 5. Equipement individuel

5.1 Matériel individuel indispensable pour toutes les sorties : voir NEIGES 2007.

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).

5.2 Matériel individuel obligatoire spécifique à la sortie :

Pelle à neige, sonde, lampe frontale, crampons et piolet, baudrier, petit matériel de glacier.  
 Le matériel collectif sera réparti par les organisateurs sur place.

5.3 Nourriture à emporter :

Emporter uniquement quelques vivres de course pour les premiers jours. Les courses seront faites sur place.

5.4 Documents administratifs nécessaires : Carte CAF, Carte d'identité

### 6. Réunion préparatoire

Contactez l'un des organisateurs par téléphone le mardi ou le mercredi précédant le départ.

Aucun inscrit dérogeant à cette règle ne sera autorisé à participer à la collective.

#### Eléments d'information pour l'inscription (à remplir complètement) :

n° adhérent CAF : \_\_\_\_\_, section : \_\_\_\_\_

(joindre une copie de votre carte si hors Ile de France)

Domicile : Téléphone : \_\_\_\_\_, Télécopie : \_\_\_\_\_, e-mail : \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Bureau : Téléphone : \_\_\_\_\_, Télécopie : \_\_\_\_\_, e-mail : \_\_\_\_\_

#### Personne à prévenir en cas d'accident :

NOM : \_\_\_\_\_, Prénom : \_\_\_\_\_, Lien de parenté: \_\_\_\_\_

Domicile : Téléphone : \_\_\_\_\_, Télécopie : \_\_\_\_\_, e-mail : \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Bureau : Téléphone : \_\_\_\_\_, Télécopie : \_\_\_\_\_, e-mail : \_\_\_\_\_

A \_\_\_\_\_, le \_\_\_\_\_. Signature: