

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

**Fiche programme de la sortie de ski de montagne n° S157  
Grand Paradis, Grand Serra, Punta Nera,  
Du 5 au 8 mai 2007 soit 4 jours**

Accord préalable pour l'inscription : non  
Nombre maximal de participants : 6

**1. Noms et coordonnées du ou des organisateurs**

Jérôme Roux  
tél. dom.: 01 30 57 59 86- tél. prof. : 01 47 44 75 14  
Tel portable : 06 30 48 24 62  
mailto: jerome.roux2@numericable.fr

Christophe de Faily  
Tel dom : 01 45 03 57 96  
Mail : cf11@free.fr

**2. Programme prévisionnel**

	Montée	Descente
1 <sup>er</sup> jour : Montée au refuge Chabod (2750m)	900 m	
2 <sup>e</sup> jour : Grand Paradis (4061m) en AR	1300 m	1300 m
3 <sup>ème</sup> jour : Traversée du Gran Serraz (3552m) / refuge Vitorio Sella (2584m)	1100m	1000m
4 <sup>ème</sup> jour : Punta Nera (3683m) / Cogne (1534m)	1200m	2100m

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 : Carte Grand Paradis n°101 IGC, IGN Italie France 14 & 15  
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 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.

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 : AD / 2 skieurs  
 Type de course : Traversée  
 Dénivelé journalier maximal prévu : 1300 m  
 Rythme d'ascension exigé : 350 m/h à 400 m/h

3.2 Particularités : Connaissances et pratiques de la randonnée glaciaire, et maîtrise des techniques de progression alpines sur glacier et terrain mixte indispensables. Des passages en terrain mixte et exposés sont prévus durant la progression

3.3 Conditions d'hébergement : Refuges

3.4 Coût à prévoir (en plus du montant de l'inscription = 150 Euros) : 160€ (Refuges, petit-déjeuner du samedi et repas du dimanche soir)

### 4. Voyage : Car couchette

Départ de Paris Porte d'Orléans, le 4/5, rendez-vous à **21h00**, départ du car à **21h15** précises.  
 Retour à Paris Porte d'Orléans, le 9/5 au matin vers 5h30.

### 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, ARVA, sonde, crampons, piolet, baudrier, 3 mousquetons dont 1 à vis, 2 anneaux de cordelette, (poignée autobloquante). Le matériel collectif sera réparti par l'organisateur lors de la réunion préparatoire.  
 Pour ceux qui ont du mal à marcher avec leurs chaussures de ski, prévoir une paire de chaussures légères.

5.3 Nourriture à emporter :

4 vivres de course

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

### 6. Réunion préparatoire

Contactez l'un des organisateurs par téléphone le mercredi ou le jeudi 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: