

	Saison 2007 / 2008	CAF Ile de France Ski de montagne 2, rue Boissonnade 75014 PARIS tel : 01 42 18 20 00
---	--------------------	---

**Fiche-programme de la sortie de ski de montagne n° S071  
Val Maira du 1<sup>er</sup> au 09 mars 2008**

Accord préalable des encadrants pour l'inscription : **OUI** (appeler C. Petit ou J.P. Gambotto pour prendre contact)  
Nombre de participants à la sortie yc les encadrants : 10

**Nom et coordonnées des encadrants :**

Christian PETIT Mail : <a href="mailto:oursourcq@easyconnect.fr">oursourcq@easyconnect.fr</a> Tél dom. :01 48 71 08 82	Jean-Pierre GAMBOTTO Mail : <a href="mailto:jp.gambotto@aliceadsl.fr">jp.gambotto@aliceadsl.fr</a> Tél. dom.: 01 46 63 03 40
--	--

**Programme prévisionnel :**

<b>7-9* jours</b> <i>*possibilité de ne venir qu'une semaine</i>	Au départ du refuge Brec dal Verm en Valle Maira. Courses en boucle et en aller-retour à partir de ce refuge (cf programme prévisionnel en annexe)
<b>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.</b>	

- Cartes :** spéciale de l'IGN3 « Alpes Sans Frontières » no.9 Chambeyron Val Maira.  
**Topos :** [1] Dalle Alpi Liguri alla Valle di Susa, M. Grilli, Centro di documentazione alpina, Turin.  
[2] Charamaio, Nevica en Val Maira, B. Rosano, Cuneo, 2004  
[3] Site Gulliver : <http://www.gulliver.it>

**Caractéristiques du parcours programmé :**

Rythme d'ascension requis : 300/350 mètres par heure en moyenne sur tout le parcours  
Difficulté : (cf. document décrivant la cotation de la difficulté des sorties disponible au secrétariat ou sur internet)  
Itinéraires : PD conduite de course : 2 skieurs Dénivelé journalier : environ 1000 à 1300 mètres  
Particularités : .....

**Conditions d'hébergement :** Gite

<b>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 membre du CAF Ile de France  au plus tôt un mois avant le premier jour de la sortie</b>	
<b>Eléments d'information pour l'inscription à la sortie</b> (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 : _____	
<b>Avez-vous obtenu l'accord formel de l'encadrant pour participer à la sortie ? : en attente <input type="checkbox"/> - obtenu <input type="checkbox"/></b>	
<b>Souhaitez vous souscrire l'assurance annulation : oui / non</b> (8 € pour un week end – se renseigner au secrétariat)	
<b>Pour les voyages en train :</b> Réduction SNCF : taux : ..... % - Nature de la réduction : .....	
<b>Personne à prévenir en cas d'accident :</b> NOM : _____, Prénom : _____, Lien de parenté : _____ Téléphone : domicile : _____ ; bureau : _____, portable : _____ e-mail : _____ Adresse : _____	
A : _____, le : _____, Signature : _____	

**Coût prévisionnel** (en plus du montant réglé à l'inscription) : **environ** 35€/jour pour l'hébergement en demi-pension. Frais de transport en plus, soit partage de frais de voiture, soit TGV Paris-Turin. Les modalités de transport seront arrangées en fonction du nombre et des possibilités des participants.

Pour préparer ce programme, le club a déposé 150€ à titre d'arrhes qui sont susceptibles d'être facturés aux participants en cas d'annulation ou de changement de destination

**Voyage** : Train (TGV Paris –Turin) et/ou aller-retour en voiture selon véhicules disponibles.

Possibilité de ne venir qu'une semaine (dans ce cas rendez-vous sur place).

**Equipement individuel :**

Matériel individuel indispensable pour toutes les sorties : cf NEIGES 2008

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 :**

Pelle à neige, sonde, piolet, crampons

**Nourriture à emporter :**

Quelques vivres de course

**Documents administratifs nécessaires :**

Carte CAF / Pièce d'Identité (carte d'identité ou passeport)

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

**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<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 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 : .....  
.....

## Descriptif de la sortie

C'est une sortie de niveau moyen, au fin fond du Piémont italien, avec possibilité de ne venir qu'une semaine (dans ce cas, rendez-vous sur place, avec aller ou retour en train depuis Paris – TGV Paris Turin – et aller ou retour en voiture selon véhicules disponibles).

Cette vallée est le pendant italien de l'Ubaye – Queyras (relief, végétation et climat des alpes du sud). Eloignée des grands axes et peu envahie par les remontées mécaniques, elle a gardé un aspect « montagne » qu'on ne rencontre plus guère dans les alpes du nord urbanisées.

Les courses prévues sont d'environ 1200m à 1300m de dénivelée, en aller-retour, entre 1200m et 2700m d'altitude, dans des terrains mixtes non glaciaires, avec alternance de fonds de vallons, forêt de mélèzes, et grandes pentes d'alpages. Pas de difficultés techniques particulières. Début mars est une période où il fait en général encore assez froid, mais en Italie, on ne peut exclure les brusques revirements de temps (redoux, grosses chutes de neige).

Durée moyenne de chaque course d'environ 6-7h, avec départ sur les skis vers 7h du matin, retour vers 13-14h, et après-midi en terrasse au soleil (s'il y en a, à cette saison, la journée dehors se prolonge sans problème).

**Programme prévisionnel** : à partir du refuge Brec dal Verm (1389m), Commune de Marmora.

Les courses seront choisies la veille selon les conditions nivo-météo

sommet	Altitude (m)	Dénivelé (m)	niveau	Page topo [1]
Rocca della cernauda	2284	1000	2S	149
Monte cialme	2308	950	2S	150
Punta tempesta	2679	1300	2S	151
Monte Tibert	2647	1300	2S	150
Punta della Piovosa	2601	1200	2S	151
Punta sebolet	2582	1300	2S	151
Monte Pelvo /Colle de Valonneta	2447	950	2S	152
Colle del Mulo	2527	1050	2S	152
Monte Giobert	2435	900	1S	150
Rocca la Bianca	2746	1200	2S	153
Monte Bert	2393	900	1S	154
Colle d'Ancocchia	2533	1000	2S	155
Monte Giordano	2766	1200	2S	156
Passo di Rocca Brancia	2600	1050	1S	156
Bric Boscasso	2589	1050	1S	157

## Valle Maira

