

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

Fiche programme de la sortie de ski de montagne n° S137
Val de Cogne du 10 au 12 mai 2008 inclus, soit 3 jours

Accord préalable pour l'inscription : OUI

Nombre maximal de participants : 6

1. Noms et coordonnées du ou des organisateurs

Anne-Laure Boch

tél. dom. 01 45 35 11 69 – tél. por. 06 20 11 67 86

mailto : a-laure.boch@psl.aphp.fr

Valerie RENARD

tél. dom.: 01 39 49 90 08 - tél. prof.: 01 58 55 99 03

mailto : vale.renard@free.fr

<http://franval.renard.free.fr/>

2. Programme prévisionnel

	Montée	Descente
1 ^{er} jour : Valnontey – Refuge Vittorio Sella – Col Lauson (3296m) – Refuge V.S	1600 m	700 m
2 ^e jour : Refuge Vittorio Sella – Grand Serraz (3552) – Refuge Chabod	1425 m	1200 m
3 ^e jour : Refuge Chabod – Grand Paradis (4061m) – Pont (1960m)	1300 m	2100 m

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 : IGC N° 101 : Grand Paradis, ASF N° 14 et N° 15

Topos : Les plus beaux raids à skis (Colonel-Minelli), Dal Monviso al Sempione (Aruga, Poma)

**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 S015, après avoir pris connaissance des conditions
générales de son organisation, telles qu'elles figurent dans la fiche-programme et dans le programme NEIGES 2008.

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 2008) :

Cotation : PD+/ AD-, 3S
 Type de course : Traversée
 Dénivelé journalier maximal prévu : 1600 m
 Rythme d'ascension exigé : environ 400 m/h

3.2 Particularités :

Bonne condition physique indispensable. Bonne technique alpine pour la traversée du Grand Serraz

3.3 Conditions d'hébergement : Refuges gardés

3.4 Coût à prévoir (en plus du coût du transport) : 150 Euros (à confirmer).

4. Voyage : Bus

Départ (21h) et retour (vers 5h30-6h) en car Porte d'Orléans

5. Equipement individuel

5.1 Matériel individuel indispensable pour toutes les sorties : voir NEIGES 2008.

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, piolet
 Matériel de glacier : baudrier + longe, 4 mousquetons (dont 2 à vis), 2 autobloquants (ex poignée, ropeman) et une broche à glace

5.3 Nourriture à emporter :

3 vivres de course.

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:

