



Fiche programme de la sortie ski de montagne n° **S0108**
Piz Medel – Cima di Camadra
Du 4 au 5 avril 2009 inclus, soit 2 jours

Accord préalable pour l'inscription : **Non**
Nombre maximal de participants : ~ 5

1. Noms et coordonnées du ou des organisateurs

Anne-Laure BOCH
Mail: a-laure.boch@psl.aphp.fr
Tel : 01 45 35 11 69 / 06 20 11 67 86

Nicolas Domine
Mail : ondomine@free.fr
Tel : 06 86 03 00 27

2. Programme prévisionnel

		Montée	Descente
1 ^{er} jour :	Curaglia (1300 m) – Cabane Medel (2524 m)	1200 m	
2 ^e jour :	Cabane Medel (2524 m) – Piz Medel (3210 m) et Cima da Camadra (3172 m) – Curaglia (1300 m)	1200 m	2200 m

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

Cartes CNS 1233 et 256S
Topos Scanavino, Gansser, Auf der Maur : courses 699 et 699a

3. Caractéristiques de la course programmée

3.1 Niveau (cf .explications dans NEIGES)

Cotation	<i>Difficulté alpine</i>	PD+
	<i>Conduite de course</i>	2 skieurs
Type de course		AR et traversée
Dénivelé journalier maximal prévu		1200 m
Rythme d'ascension exigé		environ 300 m/h

3.2 Particularités	jolie balade sur glacier, défendue par un passage bien raide
3.3 Conditions d'hébergement	refuge gardé
3.4 Participation aux frais	cf. Neiges 2009
3.5 Frais prévisionnels supplémentaires	120 FS
3.6 Arrhes	Non

4. **Voyage** : Car-couchettes

Départ de Paris Porte d'Orléans, le 3 avril ; rendez-vous à 20h15 pour un départ au plus 15' après.
Retour à Paris Porte d'Orléans le 6 avril vers 5h30

5. **Equipement individuel**

5.1 *Matériel indispensable pour toutes les sorties* : ARVA, pelle, sonde, voir NEIGES

Nota : L' ARVA, la pelle et la sonde sont est absolument obligatoires.

L' organisateur ne pourra pas autoriser un participant à suivre une 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* : matériel de glacier : crampons, piolet, baudrier, 2 autobloquants, 2 mousquetons, 1 broche à glace

5.3 *Nourriture à emporter* : 2 vivres de course

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

6. **Réunion préparatoire**

Contactez les organisateurs par mail ou téléphone au maximum une semaine avant le départ.

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

7. **Formulaire à compléter par les personnes qui s'inscrivent par courrier ou au secrétariat du club**

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
Éléments 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 : _____
Adresse : _____ _____

Souhaitez vous souscrire l'assurance annulation : oui / non (8 € pour un week end – se renseigner au secrétariat)
Personne à prévenir en cas d'accident :
NOM : _____, Prénom : _____, Lien de parenté : _____
Téléphone : domicile : _____ ; bureau : _____, portable : _____
e-mail : _____
Adresse : _____ _____

Je soussigné (NOM) _____ (Prénom) _____
membre du CAF à jour de ma cotisation, désire m'inscrire à la sortie n° 09 S _____ après avoir pris connaissance des conditions générales de son organisation, telles qu'elles figurent dans la fiche programme. 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 :

- Combien de sorties à ski avez-vous déjà réalisées en 2009 :

- 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 (2008) ? :

.....

- Citez une course qui représente votre niveau habituel :

.....

- Pratiquez vous l'alpinisme ? OUI / NON si oui précisez :

.....

- Observations :

.....