



Fiche programme de la sortie ski de montagne n° **S140**

Vanoise

Pointe de la Vallaisonnay- Dômes de Chasseforêt

Du 1 au 3 mai 2009 inclus, soit 3 jours

Accord préalable pour l'inscription : **NON**
Nombre maximal de participants : 6.

1. Noms et coordonnées du ou des organisateurs :

Encadrant : Christophe de Faily
Mail : cf11@free.fr
Tél. : 01 45 03 57 96

Encadrante : Anne-Laure Boch
Mail : a-laure.boch@psl.aphp.fr
Tél. : 06 20 11 67 86

2. Programme prévisionnel :

		Montée	Descente
1 ^{er} jour :	Montée à la pointe de la Vallaisonnay (3020m) –Descente au refuge de la Glière ou du col du Palet	1500m	1000m
2 ^e jour :	Traversée du col de la grande Casse	1050m	1200m
3 ^e jour :	Traversée des dômes de Chasseforêt	1000m	1500m

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.

3. Caractéristiques de la course programmée :

3.1 Niveau de difficulté (cf .explications complémentaires dans NEIGES 2009)

Cotation : difficulté intrinsèque : AD-
niveau de conduite de course : 2S
Type de course : Traversée
Dénivelé journalier maximal prévu : 1500 mètres
Rythme d'ascension exigé : environ 350 m/h
Cartes et topos décrivant l'objectif : IGN 3633ET et 3534OT
Guide Savoie Ed.Olizane

Particularités :

3.2 Conditions d'hébergement : Refuge gardé

3.3 Coût prévisionnel (en plus du montant de l'inscription): 120€

Attention : le club a versé des arrhes pour l'hébergement; en cas d'annulation ou de changement de destination imposés par les conditions de la montagne, il sera facturé 10 €

4. Voyage : Car-couchettes

Départ de Paris Porte d'Orléans, le 30 avril ; rendez-vous à 21h45 pour un départ au plus 15' après
Retour à Paris Porte d'Orléans le 4 mai vers 5h30

5. Equipement individuel

5.1 Matériel indispensable pour toutes les sorties : voir NEIGES 2009.

Nota : L' **ARVA, la pelle et la sonde** sont 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)

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

5.2 Matériel individuel obligatoire spécifique à la sortie : Matériel de sécurité sur glacier (Crampons, piolet, baudrier, anneaux de cordelette, 1 sangle, 2 mousquetons à vis)

5.3 Nourriture à emporter : Vivres de course pour 3 jours.

5.4 Documents administratifs nécessaires: Carte CAF

6. Contact avec les encadrants :

Contactez l'un des organisateurs par téléphone dès l'inscription.

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

---oo0oo---

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**

Eléments 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 :

.....
.....