

**WEEK-END D'ORGANISATEURS**

**FICHE TECHNIQUE - Réf : RW 52**

	<b>Sur la piste des organisateurs, d'aujourd'hui et de demain !</b>	<u>Dates</u> : 5 et 6 juin 2010 <u>Niveau</u> : moyen ▲▲ <u>Nombre de personnes</u> : 12 <u>Budget</u> : 35€ hors trajet aller/retour Paris-Moûtiers <u>Inscriptions</u> : à/c du 26 février
---	---	--

Objectifs :

- Favoriser l'échange d'expériences entre organisateurs de la région Ile de France, dans une ambiance naturellement conviviale.
- Encourager des organisateurs récents ou futurs à organiser sur plusieurs jours.
- Faire découvrir la montagne et encourager sa fréquentation.

Programme indicatif

- Samedi** : En salle avant le départ : étude de l'itinéraire de la journée.  
Puis départ pour des exercices d'orientation en montagne : le dénivelé positif et négatif de la journée pourra être de 600m environ.  
En soirée : préparation d'un plan de marche pour le lendemain.
- Dimanche** : Randonnée d'environ 1000m de dénivelé, avec étude de différents types de terrain et des techniques de sécurité s'y rapportant.



**Attention** : le programme est susceptible d'être modifié en fonction des conditions météorologiques, du niveau des participants ou d'aléas de toute nature.

Transport et hébergement

- Aller** : **Vendredi 4 juin**, départ de **Paris-Austerlitz à 23h02** pour Moûtiers.  
Rendez-vous samedi 5 juin à 7h03 dans la gare de Moûtiers où un taxi nous attendra pour nous emmener au gîte « Le Passe Montagne » à St Martin de Belleville.  
Petit déjeuner au gîte.
- Nuitée** : **du 5 au 6 juin**, au gîte, repas du soir préparé par nous-mêmes sur place, nuit en dortoirs et petit-déjeuner.

**Retour :** **Dimanche 6 juin**, départ de St Martin de Belleville en taxi pour Moûtiers.  
Départ de la **gare de Moûtiers à 22h12** pour Paris-Austerlitz, arrivée le lendemain matin à 6h21.



**Attention :** *la réservation et le paiement des billets SNCF pour Moûtiers sont à la charge des participants.*

### **Matériel à emporter :**

#### Equipement

- Sac à dos pour la journée. Des affaires pourront rester au gîte.
- Equipements adaptés à la randonnée en montagne (protection contre le soleil, la pluie, le froid)
- Habits de rechange pour le soir (et le retour) avec chaussures légères ou chaussons
- Chaussures de randonnée en moyenne montagne à tige montante
- Bâtons de marche obligatoires (névés, pierriers)
- Gourde
- Casquette
- Gants
- Lunettes de soleil
- Crème solaire
- Affaires de toilette avec serviette légère + mouchoirs + papier hygiénique
- Drap sac
- Bouchons d'oreilles contre le ronflement des autres (bouchons optionnels, ronflements garantis !)
- Deux pique-niques de midi et des en-cas

#### Sécurité

- Couverture de survie, sifflet
- Lampe (frontale ou poche)
- Effets de premiers secours usuels et **médicaments personnels** le cas échéant

#### Orientation

- Cartes IGN 3433ET et 3534OT + loupe
- Feutre fluo, papier, crayon, gomme
- Boussole
- Altimètre
- GPS (optionnel)

#### Indispensable

- Carte du CAF
- Billets SNCF + carte de réduction le cas échéant

### **Inscription :**



*L'accord de l'organisateur est requis.*

L'inscription est possible à partir du 26 février et n'est définitive qu'après paiement d'une somme de **35 €** accompagnée d'un bulletin d'inscription rempli.

(Paiement par chèque à l'ordre du CAF Ile-de-France et envoi par la poste ou paiement direct au secrétariat).

**Budget : 35 €**

Ce budget prévisionnel comprend :

- le taxi pour le trajet aller/retour Moûtiers-St Martin de Belleville.
- Le petit-déjeuner du samedi matin.
- l'hébergement en 1/2 pension au gîte « Le Passe-Montagne »

Il ne comprend pas :

- les frais de transport SNCF
- le repas du dimanche soir, les deux pique-niques de midi et les en-cas.

