



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

Fiche programme de la sortie de ski de montagne n° S009 : **Piz Nair, Chruzlistock**
Du samedi 5 au dimanche 6 décembre 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 de RAPHELIS
Portable : + 33 6 72 62 54 29
Mail : anne.de.raphelis@free.fr

Christine CAYREL
Tél. dom.:+33 1 30 57 50 06
Portable à utiliser en priorité: + 33 6 75 38 98 77
Mail : christine_cayrel@yahoo.fr

2. Programme prévisionnel

		Montée	Descente
1 ^{er} jour :	1er jour: Départ de Rueras (1400m), montée au Piz Nair (selon les conditions) (3051m) par le Val Giuo , puis descente sur Etzli Hutte (2052m) L'ascension du Piz Nair sera en option selon les conditions. Les 2 jours pourront être inversés	1400 m ou 1600 m	800 m ou 1000 m
2 ^e jour :	2ème jour: Depuis Etzli Hutte montée au Mittleplatten (2472m) puis au Chruzlistock (2709m) et descente sur Rueras	700m	1300 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.
N'oubliez pas qu'en début de saison, les changements de destination sont usuels.

Cartes : CNS 1/25 000 ⇔ N° 112
CNS 1/50000 n° 256 S (Disentis / Muster)

Topos :
Voir aussi <http://skirando.camptocamp.com>

3. Caractéristiques de la course programmée

3.1 Niveau de difficulté (cf. explications complémentaires dans NEIGES 2008) :

Cotation : PD - 2 skieurs
Type de course : Traversée
Dénivelé journalier maximal prévu : 1600 m
Rythme d'ascension exigé : 400 m/h

3.2 Particularités : Les journées sont très courtes à cette période, un bon entraînement physique est nécessaire

3.3 Conditions d'hébergement : Refuge non gardé.

3.4 Coût à prévoir (en plus du montant de l'inscription) : 50 à 60 FS (train + déjeuner samedi matin et repas dimanche soir)

4. Voyage : **Départ de Paris Porte d'Orléans, le vendredi 4 décembre 2009, 21h00**
Retour à Paris Porte d'Orléans, le lundi 7 décembre 2009, vers 5h30

5. Equipement individuel

5.1 Matériel individuel indispensable pour toutes les sorties : voir NEIGES 2010.

L'ARVA, la PELLE et la SONDE sont absolument obligatoires.
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.

5.2 Matériel individuel obligatoire spécifique à la sortie :

Lampe frontale.

5.3 Nourriture à emporter :

2 vivres de course, 1 repas du soir et 1 petit déjeuner

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

6. Après confirmation de votre inscription, informez-nous par mail pour pouvoir mieux organiser le WE.