

	Saison 2009/ 2010	CAF Ile de France Ski de montagne Accueil : 12, rue Boissonade 75014 PARIS tel : 01 42 18 20 00 Site web : http://www.clubalpin-idf.com
---	-------------------	---

Fiche-programme de la sortie de ski de montagne n° S 085 .
du 27 au 29 mars 2010 inclus, soit 3 jours

Testa della Costabella del Piz - Montagnette

Accord préalable des encadrants pour l'inscription : NON (mais appeler au téléphone pour prendre contact)
Nombre de participants à la sortie yc les encadrants : 12

Nom et coordonnées des encadrants :

Christophe Arqué christophe.arque@allianceservices.fr Tél : 06 16 02 33 37	Guy Levi glevi@noos.fr Tél : 06 09 65 28 88 Jeanne Marie Roux-Fouillet Mail : jeanne-marie.roux-fouillet@developpementdurable.gouv.fr
--	--

Programme prévisionnel :

1 ^{er} jour	Pietraporzio (1246m) – Testa della Costabella del Piz (2760m) ou Monte Ciaval (2642m) - AR
2 ^{ème} jour	Pietraporzio (1246m) - Passo di Rostagno (2536m) – Refuge Zanotti (2144m)

**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 membre du CAF Ile de France
au plus tôt un mois avant le premier jour de la sortie**

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 : _____,

e-mail : _____

Adresse : _____

Avez-vous obtenu l'accord formel de l'encadrant pour participer à la sortie ? : en attente - obtenu

Souhaitez vous souscrire l'assurance annulation : oui / non (8 € pour un week end – se renseigner au secrétariat)

Pour les voyages en train :
Réduction SNCF : taux : % - Nature de la réduction :

Personne à prévenir en cas d'accident :

NOM : _____, Prénom : _____, Lien de parenté : _____

Téléphone : domicile : _____ ; bureau : _____, portable : _____

e-mail : _____

Adresse : _____

A : _____, le : _____, Signature : _____

3^{ème} jour	Refuge Zanotti (2144m) – Cima Est della Montagnetta (2949m) - Pietraporzio
Ces renseignements sont indicatifs; le programme est susceptible d'être modifié, voire écourté ou annulé, selon les conditions nivo-météo prévues avant le départ ou rencontrées sur le terrain.	
http://www.camptocamp.org/routes/122528/it/cima-e-della-montagnetta-per-il-vallone-del-piz http://www.camptocamp.org/summits/38207/fr/testa-della-costabella-del-piz	

Cartes : IGN 1 : 25000 Alpes Sans Frontières n°6 Haute Tinée – Alta Val Stura

Caractéristiques du parcours programmé :

Rythme d'ascension requis : 350 mètres par heure en moyenne sur tout le parcours

Difficulté : PD. 2 skieurs. Dénivelé journalier : 1400m ou 1500m J1

Particularités : course en AR et en traversée.

Conditions d'hébergement : En fonction des conditions nivo-météo nous serons logés soit en demi-pension les 2 jours à l'auberge de Pietraporzio, soit une seule nuit à Pietraporzio et l'autre au refuge Zanotti (non gardé). La décision sera prise 48h avant le départ.

Coût prévisionnel (en plus du montant réglé à l'inscription) : **entre 70 et 100 euros en fonction de l'hébergement.**

Pour préparer ce programme, le club a déposé € à titre d'arrhes qui sont susceptibles d'être facturés aux participants en cas d'annulation ou de changement de destination

Voyage : car-couchettes (Moreau)

Départ : vendredi 26mars 2010: RV 19h45 Départ 20h

Retour : mardi 30 mars vers 05h30 Porte d'Orléans

Equipement individuel :

Matériel individuel indispensable pour toutes les sorties : cf NEIGES 2010

Une pelle et une sonde sont indispensables

Je soussigné (NOM) _____ (Prénom) _____

membre du CAF à jour de ma cotisation, désire m'inscrire à la sortie :

1^{er} choix : S____, 2^{ème} choix : S____, 3^{ème} choix : S____, après avoir pris connaissance de conditions générales de leur organisation, telles qu'elles figurent dans les fiches programme et dans le Programme NEIGES 2007.

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 :

- vous faites du jogging / de la natation / autre : (préciser) - combien de fois par semaine ? :

- Combien de sorties à ski réalisées en 2006 : - 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 (2006) ? :

- Citez une course qui représente votre niveau habituel :

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

- Observations :

.....

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).

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

Matériel individuel obligatoire spécifique à la sortie :

Crampons. Frontale. Piolet léger.

Matériel de glacier (baudrier...) : voir revue neiges

Nourriture à emporter :

Vivres de course pour 3 jours

Documents administratifs nécessaires :

Carte CAF / Pièce d'Identité

Réunion préparatoire ou contact téléphonique avec les organisateurs dès l'inscription :

Pour des raisons de sécurité, les inscriptions des personnes n'ayant pas pris contact avec les organisateurs ne seront pas confirmées.

---oo0oo---

Je soussigné (NOM) _____ (Prénom)

membre du CAF à jour de ma cotisation, désire m'inscrire à la sortie :

1^{er} choix : S____ , 2^{ème} choix : S____ , 3^{ème} choix : S____ , après avoir pris connaissance de conditions générales de leur organisation, telles qu'elles figurent dans les fiches programme et dans le Programme NEIGES 2007.

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 :

- vous faites du jogging / de la natation / autre : (préciser) - combien de fois par semaine ? :

- Combien de sorties à ski réalisées en 2006 : - 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 (2006) ? :

.....

- Citez une course qui représente votre niveau habituel :

.....

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

.....

- Observations :

Je soussigné (NOM) _____ (Prénom)

membre du CAF à jour de ma cotisation, désire m'inscrire à la sortie :

1^{er} choix : S____ , 2^{ème} choix : S____ , 3^{ème} choix : S____ , après avoir pris connaissance de conditions générales de leur organisation, telles qu'elles figurent dans les fiches programme et dans le Programme NEIGES 2007.

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 :

- vous faites du jogging / de la natation / autre : (préciser) - combien de fois par semaine ? :

- Combien de sorties à ski réalisées en 2006 : - 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 (2006) ? :

.....

- Citez une course qui représente votre niveau habituel :

.....

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

.....

- Observations :