

	Saison 2006 / 2007	CAF Ile de France Ski de montagne Accueil : 12, rue Boissonade 75014 PARIS  tel : 01 42 18 20 00 Site web : <a href="http://www.clubalpin-idf.com">http://www.clubalpin-idf.com</a>
---	--------------------	---

Fiche-programme de la sortie de ski de montagne n° S 101  
Du 17 au 18 avril 2010 inclus, soit 2 jours  
  
Gran Serra

Accord préalable des encadrants pour l'inscription : NON (mais appeler au téléphone pour prendre contact)  
Nombre de participants à la sortie yc les encadrants : 8

**Nom et coordonnées des encadrants :**

Sébastien Liaud <a href="mailto:sebastien.liaud@laposte.net">sebastien.liaud@laposte.net</a> ; <a href="mailto:sebastien.liaud@edf.fr">sebastien.liaud@edf.fr</a> 06 89 52 97 55	Guy Levi <a href="mailto:glevi@noos.fr">glevi@noos.fr</a> 06 09 65 28 88
--	--

**Programme prévisionnel :**

1 <sup>er</sup> jour	Valnontey (1696m) – Refuge Vittorio Sella (2584m) +/- col ou sommet en AR
2 <sup>ème</sup> jour	Refuge Vittorio Sella – selon conditions : Gran Serra (3552m) en AR ou Punta Rossa (3630m) en traversée avec descente par le vallon de Vermianaz
<b>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.</b>	

**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 : \_\_\_\_\_

**Cartes : IGC 101 1:25000 Gran Paradiso – La Grivola – Cogné**

**Caractéristiques du parcours programmé :**

Rythme d'ascension requis : 300 mètres par heure en moyenne sur tout le parcours

Difficulté : PD 2 skieurs Dénivelé journalier : **1100m**

Particularités : **Course en traversée**

**Conditions d'hébergement : Refuge gardé en 1/2 pension**

**Coût prévisionnel** (en plus du montant réglé à l'inscription) :

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 16 avril 2010 RV Porte d'Orléans 20h30 départ 20h45

Retour : lundi 19 avril 2010 vers 05h30

**Equipement individuel :**

Matériel individuel indispensable pour toutes les sorties : cf NEIGES 2007

Une pelle et une sonde sont indispensables

**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 - piolet léger – baudrier avec matériel glaciaire (cuissard + a minima 1 longe, 3 mousquetons dont 2 à vis, 1 broche, 2 cordelettes ou autobloquants).

**Nourriture à emporter :**

Vivres de course pour 2 jours

**Documents administratifs nécessaires :**

Carte CAF / Pièce d'Identité

Je soussigné (NOM) \_\_\_\_\_ (Prénom)

\_\_\_\_\_

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

1<sup>er</sup> choix : S\_\_\_\_, 2<sup>ème</sup> choix : S\_\_\_\_, 3<sup>ème</sup> 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 : .....

**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<sup>er</sup> choix : S\_\_\_\_ , 2<sup>ème</sup> choix : S\_\_\_\_ , 3<sup>ème</sup> 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 : .....