

**Club Alpin Français-Ile de France**  
5 rue Campagne Première (adresse postale)  
12 rue Boissonade (accueil)  
75014 Paris  
Tél. 01 42 18 20 00

# ***SKI NORDIQUE***

**SAISON 2010 – 2011**

**Ski de fond à Praz-de-Lys – 11-F27  
19 et 20 Mars 2011**

*Au cœur de la vallée du Giffre (Haute-Savoie), à 1500 mètres d'altitude sur un plateau ouvert sur la chaîne du Mont-Blanc, le domaine de Praz de Lys - Sommand offre un relief intéressant de petites collines en belvédère. Ses forêts et ses panoramas en font un décor féérique pour le ski de fond.*

**60 km de pistes** pourront vous accueillir sur tout le domaine de Praz-de-Lys - Sommand, dont une piste noire qui relie les deux plateaux (aller et retour 24 km d'un foyer à l'autre) via le Col de la Ramaz.

\* **Responsable sortie : Bernadette P.** (me contacter par le kifaikoi)

\* **Transport** : Car-couchettes. Rendez-vous à **Denfert-Rochereau** devant Monceau Fleurs, Boulevard Raspail (Métro Denfert Rochereau) le vendredi 18 mars à **22h00**. **Départ à 22h30 précises**. Retour lundi 21 mars à 5h30.

\* **Hébergement : Le gîte** – L'Auberge La Savolière - Bois de la Savolière 74440 PRAZ DE LYS - située au pied des pistes de ski de fond. Draps fournis. Une spécialité savoyarde est prévue samedi soir.

\* **Programme** :

Nous explorerons au mieux le domaine qui s'offre à nous que je ne connais pas encore.

\* **Niveau** : Ski distance loisir. De préférence en ski de patinage mais si vous avancez bien en classique c'est possible aussi. Eventuellement les groupes pourront se mélanger entre les deux associations suivant les types de ski pratiqués.

\* **Equipement** :

**Penser à** : 2 pique-niques, petit sac à dos, couverture de survie, gants, bonnet, anorak ou coupe-vent, thermos éventuel, bonnes lunettes de soleil, crème solaire, serviette de toilette. Petit duvet léger conseillé pour le car.

**La location du matériel** – De préférence sur Paris (magasin La Haute Route : 33 bd Henri IV, Métro Bastille, 01 42 72 38 43 Location possible au centre de Praz de Lys mais ce n'est pas juste à côté ou bien son propre matériel.

\* **Participation au frais**: **160 €** (tout compris, sauf la redevance et la location du matériel et les piques-nique du midi). Le petit déjeuner du samedi matin et le diner du dimanche soir sont inclus.

\* **Inscription au secrétariat** : remplissez le bulletin d'inscription en ligne et envoyez votre paiement ou bien procédez à une demande de paiement en ligne. Cette sortie comporte 8 places.

\* **Information en cas d'enneigement faible**

En cas de mauvaises conditions de neige (en particulier par défaut de celle-ci) la sortie serait maintenue mais transformée en une sortie raquettes à neige. La région ne manque pas d'objectifs intéressants et panoramiques à atteindre. La décision serait prise le mercredi précédant le départ.