

	Saison 2011 / 2012	CAF Ile de France Ski de montagne Accueil : 12, rue Boissonnade 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° 13-S037

du 2 au 4 février 2013 inclus, soit 3 jours

Pic de Ségure - Pic de Maloqueste - Pelvas

Accord préalable des encadrants pour l'inscription : OUI (appeler au téléphone pour prendre contact)

Nombre de participants à la sortie yc les encadrants : 8

Nom et coordonnées des encadrants :

Christophe ARQUE christ.arque@gmail.com 06 16 02 33 37	Guy Levi glevi@noos.fr Tél : 06 09 65 28 88
--	--

Programme prévisionnel :

1 ^{er} jour	Ristolas (1600m) - Le Roux: Tour de la Tête du Pelvas D+ 1200
2 ^{ème} jour	Ristolas - Pic de Maloqueste (2754m) D+ 1100m
3 ^{ème} jour	Ristolas - Pic de Ségure (2990m) D+ 1390m

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.

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

Eléments 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 : IGN 1 :25000 3637 OT Mont Viso

Caractéristiques du parcours programmé :

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

Difficulté : PD . 2 skieurs. Dénivelé journalier : entre 1100m et 1400m

Particularités : course en traversée le premier jour sinon AR.

Conditions d'hébergement : Gite à Ristolas en demi pension 42€ x 2 nuits

Coût prévisionnel (en plus du montant réglé à l'inscription) : environ 120€

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 1 février 2013: RV 20h15 Départ impératif 20h30

Retour : mardi 5 février 2013 vers 05h30 Porte d'Orléans

Equipement individuel : Vivres de course pour 3 jours

Matériel individuel indispensable pour toutes les sorties : cf NEIGES 2011

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 : Piolet, crampons, frontale, sac de couchage

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^{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 :

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

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

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 :