

SKI NORDIQUE

SAISON 2013 – 2014
Ski de fond à Lamoura (Jura)
25 – 26 janvier 2014

Responsable sortie : Olivier Renault (06 89 65 55 75)

ANIMATEURS :

Découverte toutes techniques (14-F12) avec Christian Kieffer

Initiation Patinage (14-F14) avec Agnès Méoulet-Morieux

Progression patinage (14-F15) avec Bernadette P.

Ski loisir classique (14-F16) avec Olivier Renault

Ski libre (14-F17) en autonomie

Vous pouvez prendre contact avec eux via le KiFaiKoi sur le site Internet. Pour la définition des niveaux, se reporter au site Web ou à la brochure Neiges 2014

RENDEZ-VOUS : Porte d'Orléans, près du monument Leclerc, à 22h15 le 24 janvier

VOYAGE : Transport par autocar-couchettes (Autocars Moreau)
Départ le 24 janvier à 22h45 **précises**
Retour le 27 janvier au matin pour les premiers mètres (5h30 environ)

PROGRAMME

Les niveaux techniques et les itinéraires des pistes sont ici très variés , depuis la combe du lac plate et facile vers les massifs des Arobiers jusqu'à Prémanon , ou vers Lajoux par le massif du Massacre . Ce site est relié au réseau des Rousses , vers le Risoux, Bellefontaine et Bois d'Amont et au réseau de Bellecombe (pour les adeptes des longues distances). Changement de groupe possible en cours de séjour. En principe, chaque jour, technique le matin et balade l'après-midi avec mise en pratique.

Pensez à apporter le pique-nique du samedi et dimanche midi.

EQUIPEMENT

Il est conseillé d'avoir son matériel, **mais il sera possible d'en louer sur place.**

Farts prévus par le Club. Pour le cours découverte prendre des chiffons pour le défartage.

Equipement complet de ski de fond : bonnet, gants, lunettes, coupe-vent, sous-vêtements chauds et petit sac à dos.

PARTICIPATION AUX FRAIS

190 € tout compris (hors forfait ski et location de matériel).

INSCRIPTION

Bulletin d'inscription dans l'Espace Membre, paiement en ligne possible.

INFORMATIONS EN CAS D'ANNULATION

De mauvaises conditions de neige ou un car insuffisamment rempli peuvent nous conduire à annuler une sortie. Il vous sera alors proposé de transférer l'inscription sur une autre sortie dans la limite des places disponibles, ou le remboursement de votre inscription. Toutefois, si les arrhes versées pour la réservation d'un hébergement ne peuvent être totalement récupérées, le CAF IdF se réserve la possibilité d'en retenir une quote-part.