

Venez apprendre l'orientation en terrain varié !

Plusieurs types de terrains sont proposés, plaine, moyenne et haute montagne.

La présence de plusieurs organisateurs vous permettra de marcher en petits groupes et d'en profiter pour vous concentrer sur l'apprentissage de l'orientation.

Le cycle est ouvert à 6 participants.

Le CIO 2014 comprend :

- Une balade d'une journée en Ile de France le 19 avril **14-RPI13**
- Une sortie dans la chaîne des Puys du Massif central du 29 mai au 1 juin **14-RW71**
- Une sortie dans le Massif de la Lauzière en Savoie du 21 au 22 juin **14-RW81**

Nous conseillons de faire précéder ce cycle par une formation en orientation du 29 au 30 mars.



Niveau et accord :

Le CIO s'adresse à tous les adhérents du club déjà habitués à la randonnée en montagne, afin que l'attention puisse se focaliser sur l'orientation sans être détournée par d'autres aspects (effort physique, ...).

Les niveaux physique et technique seront :

Pour 14-RPI13, physique Facile, technique itinéraire montagnard facile.

Pour 14-RW71, physique Moyen, technique itinéraire montagnard facile.

Pour 14-RW81, physique Moyen+, technique itinéraire montagnard peu difficile.

Le niveau du cycle sera donc Moyen+ et technique montagnard peu difficile, voir les définitions des niveaux.

Toutes les sorties nécessitent l'accord des organisateurs. Pour obtenir celui ci faites-en la demande, en ligne de préférence, au niveau de la sortie du 29 mai au 1 juin 14-RW71.



Inscription et budget:

Les inscriptions se font pour l'ensemble du cycle. Le budget prévisionnel de 550 euros comprend le transport SNCF A/R à partir de Paris du week end 14-RW81. Le budget sera ajusté après la fin du cycle.

Le paiement de cette participation sera concentré sur l'inscription à la sortie 14-RW71 en Massif central en deux fois 250 euros et une fois 50 euros. Votre premier paiement sera encaissé à la validation de l'inscription le 21 mars, le second le 9 avril et le dernier le 2 mai.

Organisateurs

Le responsable du CIO 2014 est Jean Charles Ricaud

Les organisateurs sont François Degoul, Michel Lohier, Xavier L

Complément d'information

Des informations pratiques détaillées pour chaque sortie (heure de RV et de retour, précisions sur le matériel à prévoir) seront envoyées avant la sortie aux inscrits.



Le programme n'est pas contractuel mais donnée à titre indicatif. Les organisateurs se réservent le droit de le modifier notamment en fonction des conditions météorologiques ou de la forme du groupe. Version du 14 mars 2014

Bureaux : 12 rue Boissonade 75014 PARIS – Adresse postale : 5 rue Campagne Première 75014 PARIS

Téléphone : 01 42 18 20 00 – Télécopie : 01 42 18 19 29 – Courriel : accueil@clubalpin-idf.com

Site internet : www.clubalpin-idf.com

Association loi 1901, affiliée à la Fédération Française des Clubs Alpins et de Montagne
Agrément tourisme AG 075 95 0054 – Siret 784354 482 00043 – APE 926C