

## **Ski de fond Dans le Val d'Aoste (Italie)** **Du 10 au 11 mars 2018**

**Responsable du car : Bernadette P.**

*Vous pouvez prendre contact avec elle via le [KiFaiKoi](#) sur le site Web.*

**Coordinateurs des groupes :** Bernadette P. et Bruno Alix

*A partir de Cogne rayonnent de nombreuses vallées, Granson, Bardonnay, l'Urtie, toutes situées dans le parc national du Grand Paradis et dominées par des glaciers et des sommets à plus de 3500m. C'est le paradis du ski de fond classique ou patinage. Le domaine est vaste et le décor très alpin. Vous pourrez admirer les beaux sommets environnants, le Mont Grivola, le Grand Paradis et la pointe Tersine, les cascades de glace de Lillaz et avec un peu de chance chamois et bouquetins vous y attendent parfois même au milieu des pistes !*



**NIVEAU : ski libre**

Cette sortie convient à des skieurs autonomes de niveau 1 minimum. Pas de cours dispensé.

Il n'est pas prévu d'accompagnement spécifique des skieurs mais nous vous conseillerons au mieux et nous vous proposerons des pistes et itinéraires. Nous vous aiderons à vous coordonner par niveau et style de ski. Bruno (en classique) et Bernadette (en pas de patineur) accompagneront ceux dont le niveau est compatible.

**RENDEZ-VOUS** : Rendez-vous Porte d'Orléans au monument du Général Leclerc le vendredi 9 mars.

**VOYAGE** : **Aller** : RV vendredi soir à 20h30 pour un départ à 21h précises  
**Retour** : Arrivée Paris pour les premiers métros à 5h30 lundi matin au même endroit.

Prévoir un petit duvet pour le trajet en car couchettes que vous pourrez laisser dans le car.

### **PROGRAMME**

Ski libre. Nous explorerons au mieux le domaine qui s'offre à nous : nous parcourrons sur nos skis chacune des 3 vallées qui constituent le domaine skiable : la vallée d'Epinel, le Valnontey qui rejoint le Grand Paradis et le val de Lillaz (célèbre aussi pour ses cascades de glace)

### **EQUIPEMENT**

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

Si vous avez vos propres skis prenez-les.

Vêtements de ski de fond et en particulier bonnet, gants, lunettes de soleil, coupe-vent, sous-vêtements chauds et petit sac à dos, bouchons d'oreilles. Pour le car couchettes nous vous conseillons un petit duvet.

**Pensez à apporter les pique-niques pour le midi.** On peut acheter des provisions sur place.

**HÉBERGEMENT :** Hôtel typiquement valdôtain avec lits individuels - ½ pension chez Darma, à l'hôtel Belvédère à Gimillan (Cogne) avec une vue splendide sur les vallées. Du petit déjeuner du samedi au dîner du dimanche soir.

### **PARTICIPATION AUX FRAIS**

**200 €** tout compris (hors forfait de ski et location de matériel). Cette participation comprend le transport aller et retour en car couchettes avec 2 chauffeurs, 1 nuit à l'auberge Belvédère de Gimillan (Cogne) en demi-pension, le petit déjeuner du samedi matin en arrivant et le dîner du dimanche soir.

### **INSCRIPTION**

En ligne ou en passant au Club pendant les heures d'ouverture. Dès que vous lisez cette fiche vous pouvez demander votre inscription. Le nombre de places est limité.

Aucune inscription n'est prise en compte sans paiement associé.

Vous devez être membre du Club Alpin d'Ile-de-France ou du CIHM-CAF (licence FFCAM du CIHM).

Vous pouvez retrouver l'essentiel des [règles d'inscription et d'annulation ici](#).

### **ANNULATION**

Vous pouvez souscrire une assurance annulation lors de votre inscription qui vous couvre au cas où vous soyez obligé d'annuler votre sortie. Voir lors de l'inscription ainsi que les conditions de remboursement et les motifs couverts. Franchise de 30 €.

### **INFOS NEIGE**

En cas de manque de neige, nous n'annulerons pas la sortie, les engagements financiers étant trop importants. Vous pourrez alors pratiquer sur place, librement, une activité alternative : randonnée pédestre, raquettes à neige, vélo, marche nordique ou autre.