

3.3. Environnement de pratique : milieu montagne INITIE

23/03/2024 au 24/03/2024

Responsable : Alain Bourgeois
Stage reconnu par le Comité régional FFCAM d'Île-de-France sous le numéro
024FCCOPIN11702

Cette sortie nécessite l'accord de l'organisateur

Nombre de stagiaires : 8

Ce stage est destiné à tous les participants désireux de devenir plus autonome au sein des sorties organisées par le club. **Il permet de valider les compétences 3.3 du niveau initié.**

Une priorité sera donnée aux participants souhaitant poursuivre leur formation vers une autonomie complète.

Programme

- Connaître et s'adapter au milieu montagne : météo, altitude, température, protection des espaces naturels
- Évoluer dans le milieu montagne - cartographie / orientation 1 (ex CO1)

Participation aux frais : 45 € comprenant la nuitée, matériel pour le stage et une partie du transport local Bois-le-Roi → Le Coquibus.

- Prévoir 10 à 15 Euros supplémentaires en fonction du nombre de participants pour le taxi. Les transports depuis Paris A/R et les repas ne sont pas compris dans le coût.

LIEU, MOYEN D'ACCÈS ET RENDEZ-VOUS

Ce stage se déroulera à la ferme de Coquibus (gîte d'étape) en pleine forêt de Fontainebleau à proximité des sites des trois

Pignons



Le point bleu est le gîte d'étape

Pour ceux qui viennent en véhicule :

Accès route : autoroute A6, sortie 13, à Milly la Forêt prendre la rue de la Plaine, traverser la rocade, prendre le chemin de terre vers la forêt.

Accès transport SNCF

- **ALLER** : Le samedi 23 mars Paris gare de Lyon -gare de Bois-Le-Roi départ 8 h 15 - Arrivée 8h49
- **RETOUR** : Le dimanche 24 mars Gare de Bois-le-Roi-Paris gare de Lyon Départ 17h 09 -

En fonction du mode de transport de chacun, pour ceux qui viennent en train, le rendez-vous est fixé le samedi matin à 9h 00 en gare de Bois-le Roi. Un taxi nous déposera au gîte d'étape. **Le coût du transport taxi est en partie à la charge des participants.** Si des participants ont un véhicule, merci d'informer l'organisateur. S'ils souhaitent transporter des participants à ce stage, ils seront remboursés du kilométrage effectué. **Dans tous les cas le rendez-vous est fixé à 9 h 45 au gîte d'étape le Coquibus.** Pour ceux qui viennent en voiture, un code d'accès à la barrière de la route forestière vous sera transmis.

MATÉRIEL NÉCESSAIRE A VOUS PROCURER

- Carte IGN TOP 25 N° 2417 OT de la forêt de Fontainebleau et forêt des trois pignons avec porte-cartes en plastique transparent (protection contre la pluie). Stylo, Crayon, gomme, bloc-notes. GPS de randonnée si vous en disposez.
- Prévoir son drap sac, sa serviette et sa trousse de toilette
- Petit sac à dos, tenue de randonnée, chaussures de randonnée. Veste imperméable et cape de pluie.
- Tenue simple pour se changer le soir avec chaussures légères. Gourde ou thermos.
- Petite pharmacie personnelle. Lampe de poche ou frontale.
- **Le club prête une boussole à chaque participant.**

INSCRIPTION

Pour les adhérents du CAF Île de France, en ligne dans l'espace membre

EN CAS D'ACCIDENT GRAVE

Si un accident grave advient lors de la sortie, il est indispensable d'avertir au plus vite les dirigeants du Club. Leurs contacts sont disponibles au lien suivant : <https://www.clubalpin-idf.com/contacts-urgence>.