

# CABRI (Printemps 2025) - Bivouac en montagne

du vendredi 27 juin 2025 au dimanche 29 juin 2025

Encadrants : [Baptiste M.](#), [Manon Dolbakian](#), [Louis Soussand](#), [Solenne Billard](#)

Niveau : **Moyen+ T3** <sup>1</sup>

Avec accord : **Oui**

Itinérant avec portage

Effectif maximum : **10**

bivouac

Le cycle CABRI (Cycle Autonomie Bivouac et Randonnée Itinérante) a pour objectif de vous conduire, en 2 week-ends et 4 soirées, vers l'autonomie en randonnée itinérante en montagne.

Nous vous apporterons des conseils pour bien préparer et suivre votre itinéraire, préparer votre sac, vous alimenter correctement en optimisant le portage, et bivouaquer dans les règles de l'art !

*Pour ce second week-end de bivouac, nous irons à la montagne pour mettre en œuvre tous les éléments vus précédemment lors des ateliers et du 1er bivouac en forêt de Fontainebleau.*



**Cette sortie est réservée aux participants inscrits à la formation ([25-FOR15 - CABRI](#)).**



**Le parcours de cette sortie montagne reste à définir.**

Le choix sera définitivement fait lors de la dernière soirée du cycle (17 juin) à partir des différents itinéraires proposés par les participants.

## Niveau et esprit

Apprentissage, échange d'expérience, mise œuvre de tous les éléments vus précédemment lors des ateliers et du 1er bivouac en forêt de Fontainebleau.

(1) voir [ici](#) les définitions des niveaux physique et technique.

# Participation aux frais

**45 €**

**Incluant** : les transports locaux depuis Grenoble, les frais administratifs et d'organisation (cartes si nécessaire).

**N'incluant pas** : l'aller-retour Paris-Grenoble, les repas, les en-cas et boissons.

## Transport

**Aller** : Départ vendredi 27 juin à 07h13 de PARIS GARE DE LYON. RV à l'entrée du quai à 06h50. Arrivée à 10h13 à Grenoble.

**Retour** : Départ dimanche 29 juin à 18h45 de Grenoble. Arrivée à 21h48 à PARIS GARE DE LYON.

## Hébergement et repas

Sous une tente en binôme et tous les repas sont tirés du sac

## Programme

**Jour 1/2/3** : environ 15km et au maximum +1200m -1300m en 7h de marche effective.

*Les encadrants se réservent le droit de modifier le programme retenu à tout moment, notamment en fonction des conditions du terrain, d'obstacles imprévus, des transports, du groupe, de la météo et pour toute raison de sécurité. Les participants doivent avoir le niveau physique et technique demandé ainsi que l'entraînement correspondant.*

## Équipement

### Papiers

- Carte CAF, pièce d'identité,
- Carte d'assurance-maladie,
- Carte bancaire ou espèces,
- 1 chèque pour régler un éventuel solde,
- Coordonnées téléphoniques des encadrants.

### Marche et portage

- Chaussures de moyenne montagne avec une bonne accroche,
- Bâtons recommandés,
- Sac à dos de 35 à 50 litres,
- Gourde ou poche à eau à tuyau de 2 à 3 litres.

### Alimentation

- 3 déjeuners, 2 dîners et 2 petits-déjeuners, encas, eau pour la première journée,
- Couteau pliant, fourchette, cuillère, gobelet.

### Hygiène

- Effets de toilette, petite serviette.

### Vêtements

- Chemisette ou tee-shirt,
- Pantalon ou short,
- Tenue de rechange,
- Chapeau ou casquette.

### Pluie ou froid

- Polaire, coupe-vent imperméable et respirant,
- Vêtement de pluie,
- Surpantalon de pluie si besoin,
- Housse de pluie du sac à dos,
- Bonnet, gants, tour du cou ou écharpe,
- Grand sac plastique.

### Sécurité

- Petite pharmacie personnelle, pastilles pour purifier l'eau,
- Sifflet, couverture de survie,
- Téléphone mobile et batterie si besoin,
- Crème et lunettes de soleil,
- Lampe frontale.

## Nuitées

- Tente 2 places à partager,

- Duvet et drap-sac,
- Bouchons d'oreille (selon le confort recherché).

## 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 avec le lien suivant : <https://www.clubalpin-idf.com/contacts-urgence>.

## Inscription

Sauf mention contraire sur la page de la sortie, la demande d'inscription est possible dès maintenant en ligne ou auprès du secrétariat. Elle ne sera effective qu'après réception de vos règlements ou paiements en ligne. Vous devez impérativement effectuer tous les paiements demandés à l'inscription y compris les paiements différés.

Les places seront attribuées à partir du **jeudi 5 juin 2025** selon les [règles de priorité](#) du club.

Vous pouvez vous faire remplacer ou annuler votre inscription à tout moment avant le début de la sortie, moyennant les frais spécifiés dans les [conditions d'annulation et de remboursement](#). À plus de 30 jours du départ, vous pouvez en outre souscrire une assurance annulation pour couvrir ces frais, à l'exclusion d'une franchise et du montant de cette assurance.