

Fiche-programme de la sortie de ski de montagne n° S 129

Vanoise : Le Roc Merlet et le Petit Mont Blanc

du 14 au 15/04/2007 inclus, soit 2 jours – **Version du 20/02/07**

Accord préalable des encadrants pour l'inscription : NON

Nombre de participants à la sortie yc l' encadrant : **10**

Nom et coordonnées de l'encadrant

CONNILLE Philippe
3 rue Pierre Mendès-France
92290 CHATENAY
TEL : 01 47 02 49 51 ou 06 75 06 02 01
Mail : familleconnille@mac.com

Programme prévisionnel :

1^{er} jour	Bus pour Courchevel 1650 ; remontées mécaniques pour le col de Chanrossa (2546m) ; refuge des lacs Merlet (2430m) ; Facultatif : Roc Merlet (2734 m) ou tour de l'Aiguille du Rateau
2^{ème} jour	Rge. – Petit Mont Blanc (2678 m) par le col des Saulces (2457 m) et Facultatif : Rocher de Plassay (2835 m) puis retour sur Courchevel 1650
3^{ième} . jour	

**Fiche à découper et à renvoyer au secrétariat du CAF IdF
avec le chèque de participation aux frais d'organisation de la sortie
et la photocopie de la carte d'adhérent pour les non membre du CAF Ile de France
au plus tôt un mois avant le premier jour de la sortie**

Eléments d'information pour l'inscription à la sortie (à remplir lisiblement) N° d'adhérent CAF : _____,
Club : _____ (joindre copie de la carte CAF si affiliation hors CAF IdF) (
Téléphone : domicile : _____, bureau : _____, portable : _____,
e-mail : _____
Adresse : _____

Avez-vous obtenu l'accord formel de l'encadrant pour participer à la sortie ? : en attente - obtenu

Souhaitez vous souscrire l'assurance annulation : oui / non (8 € pour un week end – se renseigner au secrétariat)

Pour les voyages en train :

Réduction SNCF : taux : % - Nature de la réduction :

Personne à prévenir en cas d'accident :

NOM : _____, Prénom : _____, Lien de parenté : _____
Téléphone : domicile : _____ ; bureau : _____, portable : _____
e-mail : _____
Adresse : _____

A : _____, le : _____, Signature : _____

4^{ème} jour

Ces renseignements sont indicatifs; le programme est susceptible d'être modifié, voire écourté ou annulé, selon les conditions nivo-météo prévues avant le départ ou rencontrées sur le terrain.

Cartes : Didier Richard 1/50000 Vanoise ; IGN 1/25000 3534 OT TOP 25 Les 3 Vallées-Modane

Topo : Paris Chamonix FEV. 71 ET N° 28 DE JUIL. 78

Caractéristiques du parcours programmé :

Rythme d'ascension requis : 300 mètres par heure en moyenne sur tout le parcours

Difficulté : PD Dénivelé faible 1^{er} jour ; 2^{ème} jour : 1000m max dont 500 facultatifs

Particularités : Remontées mécaniques, d'où augmentation du coût; ambiance haute montagne (superbe panorama); quelques passages raides ; nécessité d'une neige bien stabilisée. Bon niveau à skis souhaitable.....

Conditions d'hébergement : Refuge PNV non gardé ; en principe matériel de cuisson disponible (sera confirmé ultérieurement)

Coût prévisionnel (en plus du montant réglé à l'inscription) : **Train, : 130 € (tarif découverte) + Remontées mécaniques (23,50€) + Bus, refuge, 1 petit déj. (environ 50 €)**

Voyage : Train Paris – Moutiers AR. ; Couchette à l'aller. TGV depuis Aix les Bains au retour

Départ : Paris Austerlitz le 13/04 à 22h25 . Arrivée à 7h03. Rendez vous en tête de quai au départ à **22h**

Encadrant dans voiture N°50, couchette 76

Retour : Départ Moutiers le 15/04 à 17h51 Cht. à Aix les Bains 19h21/19h40 pour TGV. Arrivée à Paris Lyon à 22h 31 **Encadrant dans voiture 18, Place 31**

Depuis cette année **BILLETS A PRENDRE PAR CHAQUE PARTICIPANT**

NOTA : **Fin des vacances scolaires zone A et début zone B . Ne pas tarder pour prendre les billets,**

Equipement individuel :

Matériel individuel indispensable pour toutes les sorties : cf NEIGES 2007

Le nombre de pelles et sondes sera défini par l'encadrant en liaison avec les participants

L'ARVA est absolument obligatoire

L'organisateur ne pourra pas autoriser un participant à suivre la collective, si celui-ci ne dispose pas d'un ARVA en bon état de fonctionnement (il est conseillé d'emporter des piles de rechange).

Au delà de la possession d'un appareil en état de marche, chaque participant doit en **maîtriser le fonctionnement en émission et en réception** et connaître le principe des méthodes de recherche de victime avec ces appareils

Matériel individuel obligatoire spécifique à la sortie :

Couteaux, crampons, frontale

Je soussigné (NOM) _____ (Prénom) _____

membre du CAF à jour de ma cotisation, désire m'inscrire à la sortie :

1^{er} choix : S____, 2^{ème} choix : S____, 3^{ème} choix : S____, après avoir pris connaissance de conditions générales de leur organisation, telles qu'elles figurent dans les fiches programme et dans le Programme NEIGES 2007.

Je certifie posséder les aptitudes techniques et physiques générales requises pour la pratique du ski de montagne et être informé des risques présentés par cette activité.

A : _____, le : _____, Signature :

Ma préparation et mon niveau à ski

Pour mieux vous connaître et faciliter la préparation de la sortie par les encadrants, merci d'indiquer ci-dessous votre niveau de préparation actuel ainsi que vos dernières réalisations en ski de montagne :

- vous faites du jogging / de la natation / autre : (préciser) - combien de fois par semaine ? :
- Combien de sorties à ski réalisées en 2006 : - Quelle est votre dernière sortie de ski-alpinisme réalisée cette saison ? :
- Quelle course de ski alpinisme de plus haut niveau avez-vous réalisée avec succès la saison dernière (2006) ? :
- Citez une course qui représente votre niveau habituel :
- Pratiquez vous l'alpinisme ? OUI / NON si oui précisez :
- Observations :

Matériel collectif (cordes,...) pris par l'encadrant

Nourriture à emporter :

Vivres de course pour 2 jours + 1 petit déjeuner et 1 dîner

Documents administratifs nécessaires :

Carte CAF / Pièce d'Identité, 1 chèque

Contact téléphonique à l'initiative de l'organisateur

---oo0oo---

Je soussigné (NOM) _____ (Prénom) _____

membre du CAF à jour de ma cotisation, désire m'inscrire à la sortie :

1^{er} choix : S____, 2^{ème} choix : S____, 3^{ème} choix : S____, après avoir pris connaissance de conditions générales de leur organisation, telles qu'elles figurent dans les fiches programme et dans le Programme NEIGES 2007.

Je certifie posséder les aptitudes techniques et physiques générales requises pour la pratique du ski de montagne et être informé des risques présentés par cette activité.

A : _____, le : _____, Signature :

Ma préparation et mon niveau à ski

Pour mieux vous connaître et faciliter la préparation de la sortie par les encadrants, merci d'indiquer ci-dessous votre niveau de préparation actuel ainsi que vos dernières réalisations en ski de montagne :

- vous faites du jogging / de la natation / autre : (préciser) - combien de fois par semaine ? :
- Combien de sorties à ski réalisées en 2006 : - Quelle est votre dernière sortie de ski-alpinisme réalisée cette saison ? :
- Quelle course de ski alpinisme de plus haut niveau avez-vous réalisée avec succès la saison dernière (2006) ? :
- Citez une course qui représente votre niveau habituel :
- Pratiquez vous l'alpinisme ? OUI / NON si oui précisez :
- Observations :