

<http://www.clubalpin-idf.com/>

Fiche programme de la sortie de ski de montagne n° S045  
Courses à la journée en Val Stura  
Du samedi 2 février au samedi 9 février 2008 inclus, soit 8 jours

Accord préalable pour l'inscription : **OUI**

Nombre maximal de participants : 6

### 1. Noms et coordonnées du ou des organisateurs

Valérie Renard

Tel. Domicile : 01 39 49 90 08 – tél. prof. : 01 58 55 99 03

Portable : +33 6 89 63 72 18

Mail : [vale.renard@free.fr](mailto:vale.renard@free.fr)

Pierre DAVAL

Tél. dom.: +33 1 49 06 03 19 - tél. prof.: +33 1 34 96 78 78

Portable : + 33 6 03 59 75 61

Mail : [pierre.daval@areva.com](mailto:pierre.daval@areva.com)

### 2. Programme prévisionnel

		Montée	Descente
1 <sup>er</sup> jour :	Rocca Reis (2701 m) en traversée ou Mt Aiga (2832 m) de Villagio (1484 m)	1400 m	1400 m
2 <sup>e</sup> jour :	Villagio (1484 m) - Cimes des Blanches (2762 m) - St Pontebernardo (1307 m)	1400 m	1600 m
3 <sup>e</sup> jour :	Traversée Oronaye - Oserot au départ du col de Larche	1200 m	1600 m
4 <sup>e</sup> jour :	Testa di Costabella del Piz (2760 m) de Pietraporzio (1249 m)	1500 m	1500 m
5 <sup>e</sup> jour :	Bagni di Vinadio - Tour du Corborant (2925 m) - San Bernolfo (1663 m)	1700 m	1400 m
6 <sup>e</sup> jour :	Sommets en aller/retour autour de San Bernolfo	1500 m	1500 m
7 <sup>e</sup> jour :	San Bernolfo (1663 m) - Traversée de la tête de l'Autaret - Bagni	1800 m	2000 m

Ces renseignements sont indicatifs ; l'organisateur est susceptible de modifier le programme, voire d'interrompre la sortie, selon les conditions nivo-météorologiques rencontrées sur le terrain.

N'oubliez pas qu'en début de saison, les changements de destination sont usuels.

Cartes : Cartes ASF n°6 : Val Stura

Cartes CNS 1/25000 – 1328 -1329 – 1348

Topos : Guide Artou – Ski de randonnée Alpes du Sud – Courses 46 à 51

### 3. Caractéristiques de la course programmée

3.1 Niveau de difficulté (cf. explications complémentaires dans NEIGES 2008) :

Cotation : Très bon skieur (AD à D - Traversées)

Type de course : T

Dénivelé journalier maximal prévu : 1600 m

Rythme d'ascension exigé : 400 m/h

**Fiche à découper et renvoyer au secrétariat  
avec le chèque de participation aux frais d'organisation de la sortie  
et la photocopie de la carte d'adhérent pour les non membres de l'Ile de France  
(au plus tôt un mois avant le premier jour de la sortie).**

Je soussigné (NOM) \_\_\_\_\_ (Prénom) \_\_\_\_\_ ,

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

1<sup>er</sup> choix : S045, 2<sup>e</sup> choix : S \_\_\_\_\_, 3<sup>e</sup> choix : S \_\_\_\_\_, après avoir pris connaissance des conditions générales de leur organisation, telles qu'elles figurent dans les fiches-programme et dans le programme NEIGES 2008.

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.

Pour les voyages en train, réduction SNCF éventuelle: \_\_\_\_\_ %, nature: \_\_\_\_\_

Autre réduction: \_\_\_\_\_ %, nature: \_\_\_\_\_

### 3.2 Particularités : Longues courses à journée.

3.3 Conditions d'hébergement : en gîte en vallée et éventuellement 1 refuge gardé (à confirmer)

3.4 Coût à prévoir (en plus du montant de l'inscription) : 400 € + billets de train - Location de voiture à partir de Gap

### 4. Voyage :

Départ de Paris Porte gare d'Austerlitz, le vendredi 1<sup>er</sup> février 2008, rendez-vous vers **22h00 (à confirmer)**.

Retour à Paris gare d'Austerlitz, le dimanche 10 février 2008, vers 6h45

Location de voiture à partir de Gap.

### 5. Equipement individuel

5.1 Matériel individuel indispensable pour toutes les sorties : voir NEIGES 2008.

#### **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

5.2 Matériel individuel obligatoire spécifique à la sortie :

Pelle à neige, sonde, lampe frontale, crampons, piolet technique.

5.3 Nourriture à emporter :

8 vivres de course, 2 petit déjeuner, 2 repas du soir (possibilités de courses sur place à confirmer).

5.4 Documents administratifs nécessaires : Carte CAF, Carte d'identité

### 6. Réunion préparatoire

Contactez l'un des organisateurs par téléphone le mercredi ou le jeudi précédant le départ.

Après confirmation de votre inscription, informez-nous par mail pour pouvoir mieux organiser le WE.

Aucun inscrit dérogeant à cette règle ne sera autorisé à participer à la collective.

#### **Eléments d'information pour l'inscription (à remplir complètement) :**

n° adhérent CAF : \_\_\_\_\_, section : \_\_\_\_\_

Si accord de l'organisateur nécessaire, celui-ci a-t-il été obtenu : OUI/NON

(joindre une copie de votre carte si hors Ile de France)

Domicile : Téléphone : \_\_\_\_\_, Télécopie : \_\_\_\_\_, e-mail : \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Bureau : Téléphone : \_\_\_\_\_, Télécopie : \_\_\_\_\_, e-mail : \_\_\_\_\_

#### **Personne à prévenir en cas d'accident :**

NOM : \_\_\_\_\_, Prénom : \_\_\_\_\_, Lien de parenté: \_\_\_\_\_

Domicile : Téléphone : \_\_\_\_\_, Télécopie : \_\_\_\_\_, e-mail : \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Bureau : Téléphone : \_\_\_\_\_, Télécopie : \_\_\_\_\_, e-mail : \_\_\_\_\_

A \_\_\_\_\_, le \_\_\_\_\_. Signature: