

# Cycle CABRI : Soirée d'accueil et préparation de sac !

mardi 1 octobre 2024

Organisateurs : [Solenne Billard, Manon Dolbakian, Baptiste M., Solène Roux, Louis Soussand, Renaud Thillaye](#)

Niveau : Facile

Avec accord : **Oui**

Effectif maximum : **14**

**Cette soirée s'adresse exclusivement aux participant(e)s du Cycle Autonomie Bivouac et Randonnée Itinérante (CABRI).**

Tu ressens l'appel des grands espaces ? Tu te vois déjà te réveiller face aux premiers rayons sur une barre rocheuse, au-dessus d'une mer de nuages ?

Le Cycle CABRI (Cycle Autonomie Bivouac et Randonnée Itinérante) a pour objectif de vous conduire, en 2 week-ends et 3 soirées, vers l'autonomie en randonnée itinérante en montagne.

Préparation du sac idéal

Tu es débutant ou tu as déjà un peu d'expérience : nous reverrons ensemble les bases de la préparation de sac dans un esprit convivial et de partage.

Quels sont les indispensables ?

Quelles sont les erreurs à éviter ?

Comment randonner léger sans manque r?

Bien choisir son matériel



**Pour participer à cette sortie, il est nécessaire d'effectuer une demande d'inscription sur la sortie : [25-RC03 - Cycle CABRI \(Cycle Autonomie Bivouac et Randonnée Itinérante\) - 1er week-end à](#)**

## Fontainebleau.

### Participation aux frais

0 €. Il s'agit d'une sortie gratuite à effectif **limité**, réservée aux adhérents du club **inscrits** à cette sortie.

### Inscription

La **demande d'inscription** est possible dès maintenant. Elle s'effectue uniquement en ligne, sur la page de la sortie.

#### Ne postulez pas si :

- vous présentez des **symptômes** du COVID 19 (*fièvre ou toux ou maux de tête ou de gorge, perte de goût et de l'odorat...*) ou êtes un *cas contact*.

Les places seront attribuées par le secrétariat à partir du **vendredi 27 septembre 2024**. . Votre inscription vous sera **confirmée** par courriel que vous soyez inscrit ou en liste d'attente.

### Annulation

Si vous devez annuler, merci de contacter le **secrétariat**. S'il est trop tard pour le contacter, prévenez l'organisateur.

### Rendez-vous et transport

Afin d'éviter un attroupement en gare de départ, le rendez-vous se fera **à l'arrivée**.

Le lieu et l'heure de ce rendez-vous, ainsi que les horaires de transport, seront si nécessaire précisés par l'organisateur aux seuls inscrits. **Toute personne non inscrite sera refusée.**

### Consignes à respecter

Chaque participant doit apporter son **masque** et son **gel** hydroalcoolique. Le port du masque est **obligatoire** dans les **transports** collectifs et les gares. Lavez-vous les **main**s en sortant des transports avant le début de la sortie, et régulièrement pendant la sortie. Évitez de vous toucher le **visage** pendant la sortie. Utilisez uniquement **votre** matériel, **votre** alimentation et **votre** boisson. Marchez toujours à plus de **2 m derrière** un autre randonneur et à plus de **1,5 m à côté** de lui, en le **croisant** ou **à l'arrêt**. Lors des pauses, **distancez-vous !** Respectez les consignes données par **l'organisateur** au départ ou au cours de la sortie. En cas de non respect, l'organisateur est en droit de vous **refuser** au départ ou de vous **exclure** ensuite.

### 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>.