



G13 ET C19 ORGANISENT



DU VENDREDI 8 MARS 18H
AU LUNDI 11 MARS 2019

Un week-end d'initiation au ski de rando

Séjour ouvert aux adhérents
de Grimpe 13 et de Cimes 19

HÉBERGEMENT

Le lieu de la sortie n'est pas encore fixé (Vanoise, Maurienne ou Beaufortain). Hébergement soit en refuge d'altitude, soit en gîte dans la vallée.

TRANSPORT

Transport **en voiture** (covoiturage entre participants ou location d'un minibus).

ENCADREMENT DES DÉBUTANTS

5 initiateurs bénévoles encadreront les débutants. Le séjour est ouvert à 5 adhérents de Grimpe 13 et 5 adhérents de Cimes 19.

PRÉPARATION

Réunion début janvier pour organiser le transport, les achats de vivres, les activités, l'emprunt de matériel...

CE SÉJOUR EXIGE

- D'avoir suivi une formation théorique à la gestion du risque avalanche.
- Une bonne condition physique (capacité à marcher au minimum 3 à 4 heures à la montée).
- Un niveau de ski correct: être capable de tourner convenablement et en sécurité dans des pentes relativement raides, dans des neiges variables (non damées). L'efficacité prime sur le style.
- Un équipement vestimentaire adapté à la montagne hivernale et un sac à dos de 30/40L.

LA COOPÉRATIVE FSGT DE MATÉRIEL DE MONTAGNE PRÊTE AUX DÉBUTANTS (dans la limite du stock disponible)

Skis, bâtons, peaux, couteaux, ARVA, pelle, sonde.

Vous devrez donc fournir les chaussures de ski (location à la Haute Route).

Dans le cadre des activités interclubs, le ski de montagne se pratique dans un esprit d'autonomie et de responsabilité: chacun participe à égalité, à la préparation et au déroulement de la sortie. Les encadrants bénévoles sont chargés de l'initiation des débutants. Ils ne sont ni des guides, ni des « gentils organisateurs », mais des pratiquants adhérents des différents clubs ayant des compétences et de l'expérience.

Gardez toujours à l'esprit que vous faites partie d'une association de bénévoles.
Vous n'avez pas passé commande à une organisation professionnelle!

ENCADREMENT



GREGOIRE

gregoiremouly@hotmail.com



ROBIN

bergsmarobin@gmail.com



ADAM

adam.larat@gmail.com



ELSA

elza.godet@gmail.com



MATHIAS

mathias.virilli@gmail.com

INSCRIPTION ICI

Remplissez le questionnaire en ligne
AVANT LE 31 DÉCEMBRE

[Liens cliquables sur le PDF](#)
[en pièce jointe](#)

Votre inscription est effective dès la réception d'un mail de confirmation de notre part.