



WEEK-END SKI DE FOND

SAMEDI 13 et DIMANCHE 14 JANVIER 2024

Week-end proposé par le club alpin français et organisé par Emmanuel Klein et Yves Archimbaud
3 places réservées pour le CIHM. Voyage en train (à votre charge) ; départ le vendredi soir et retour le dimanche soir.

Attention : les billets de TGV sont déjà en vente et nous conseillons de les acheter dès maintenant

ORGANISATION :

Nous proposons un week-end organisé par le CAF IDF à Autrans, les 13 et 14 janvier 2024. Coordinateur au sein du CIHM : Franck PAUL – franck.paul@laposte.net .

ACTIVITES :

Le village d'Autrans est situé à 1050 m. d'altitude dans le massif du Vercors. Le domaine de 160 km de pistes tracées et balisées, permet la pratique du ski de fond en pas classique et en skating. Des locations de skis sont proches de l'hébergement. Au sein du CAF comme de notre groupe nous skierons de manière autonome, le niveau requis est moyen ou confirmé. Nous vous conseillons fortement de ne pas skier seul dans le domaine, mais d'être au moins deux.

ÉQUIPEMENT - Il est préférable d'avoir son propre matériel, mais il est possible d'en louer sur place. Prévoir l'équipement complet de ski de fond : bonnet, gants, lunettes, coupe-vent, sous-vêtements chauds et petit sac à dos. (liste non exhaustive).

TRANSPORT ET RENDEZ-VOUS :

Chacun doit acheter son billet de train :

Indications sur les trains conseillés pour profiter du transport vers la station organisé par le CAF (vous pouvez arriver plus tôt et repartir plus tard bien sûr) :

Aller - Vendredi 12 janvier : départ Paris gare de Lyon à 19h14, arrivée Grenoble à 22h13

Retour - Dimanche 14 janvier : départ Grenoble à 18h47, arrivée Paris Gare de Lyon à 21h46

HEBERGEMENT, REPAS :

Hébergement situé au départ des pistes de ski, à proximité du village. Penser à apporter vos 2 pique-niques du samedi et du dimanche midi. Les repas prévus au gîte sont les 2 petits déjeuners du samedi et du dimanche et le dîner du samedi. Les draps sont fournis. Apporter vos affaires personnelles de toilette, y compris votre serviette de bain. Des bouchons d'oreilles peuvent être les bienvenus.

RÈGLES SANITAIRES :

Le masque est recommandé dans le train. Vous devrez veiller à vous laver fréquemment les mains et à apporter votre gel hydro-alcoolique.

PRIX : 189 euros (à l'ordre du CIHM).

- Transport inclus seulement depuis la gare de Grenoble vers la station (Compagnie de car local : Actibus).
- Hébergement et repas inclus en demi pension : petits déjeuners du samedi et dimanche, dîner du samedi, nuitées du vendredi et du samedi.
- Forfaits de ski de fond : inclus .
- Pensez à apporter des pique-niques notamment pour les repas du midi et les dîners dans le train.
- Location de matériel de ski : non compris mais possible sur place.

INFOS NEIGE :

En cas d'absence de neige, nous ne pourrions sans doute pas annuler la sortie, les engagements financiers étant trop importants. Vous pourrez alors pratiquer sur place, librement, une activité alternative : randonnée pédestre, raquettes à neige, vélo, marche nordique ou autre suivant les ressources de la station.

Association CIHM

Site Internet : www.cihm.info – E mail : association@cihm.info



Bulletin d'inscription

Week-end Ski de fond à Autrans (Isère) – 13 et 14 janvier 2024

Bulletin d'inscription à renvoyer à Franck PAUL après contact préalable par e-mail (franck.paul@laposte.net).

L'inscription ne sera validée qu'après réception d'un chèque de 189 € à l'ordre du CIHM, accompagné du bulletin d'inscription complété et adressé à : **Franck PAUL – 26 RUE DES ECOLES - 92330 SCEAUX.**

Merci de me transmettre un email à franck.paul@laposte.net , pour recevoir un accusé de réception.

INDISPENSABLE : être titulaire de sa carte d'adhérent CIHM 2023/2024 et d'une attestation d'assurance valide.

A remplir en lettres capitales (une fiche par participant):

Nom : Prénom :

N°adhérent CIHM 2023-2024 obligatoireou carte découverte CIHM :

Adresse :

Code postal, ville:

Tél mobile: E-mail:

Personne à contacter en cas d'accident : NomPrénom.....

Parenté : Tél :

Je déclare être assuré (e) pour la couverture de l'activité choisie :

L'assurance doit couvrir les accidents corporels (assurance individuelle accident) ainsi que les frais de recherche, de secours, d'évacuation et de rapatriement.

Assureur : N°affiliation : Tél urgence

Loi Informatique et Libertés du 6 Janvier 1978 : voir notice dans la brochure du CIHM.

Conditions d'inscription:

- J'accepte les conditions d'inscription et de participation contenues dans la brochure et dans la fiche technique du week-end.
- Je suis conscient que les organisateurs CIHM ne sont ni guides, ni moniteurs professionnels et que je suis avant tout responsable de ma propre sécurité. Néanmoins, adhérant à un groupe, je m'engage à ne pas m'isoler seul hors des pistes.
- J'accepte les conditions sanitaires à appliquer lors des déplacements et dans l'hébergement.

Conditions d'annulation: Voir les clauses détaillées sur le site du CIHM

- Si vous devez annuler votre inscription, tout désistement doit être signalé au plus tôt et par écrit à l'organisateur et fera l'objet de frais d'annulation : la retenue couvrira l'intégralité des frais engagés non récupérables avec un montant minimal forfaitaire de 15€. Quelles que soient les modalités d'inscription, aucun report sur une autre sortie n'est possible. Les inscriptions sur liste d'attente ne font l'objet d'aucun frais d'annulation, excepté cas particulier dûment précisé.

Date : Signature

Association CIHM

Site Internet : www.cihm.info – E mail : association@cihm.info