



Club Inter-sports et de Haute Montagne

Week-end Initiation Ski de fond à Corrençon (Vercors) Du 19 au 21 janvier 2024

Séjour de 3 jours proposé par Pascal Etiève et Catherine Bon. Week-end d'initiation au ski de fond. Voyage en train, départ en train le vendredi matin. 8 sont places proposées.

Dans le nord Vercors, aux portes de la Réserve Naturelle des Hauts-Plateaux et à plus de 1 050 m d'altitude, nous vous invitons à venir découvrir à ski de fond ces grands espaces vierges.

Initiation au pas alternatif et au skating.

Organisateurs: Pascal Etiève 06 09 16 34 44 etieve.cihm@yahoo.fr (inscription auprès de Pascal)
Catherine Bon 06 89 77 43 03

Transport:

Train à l'aller et au retour. Transferts entre Grenoble et Corrençon en taxi ou bus.

Le participant achète lui-même ses billets de train. Le taxi et le bus sont partagés (compter 25/30 €/pers.)

Aller le vendredi 19 janvier : Paris gare de Lyon départ **07h14** - Grenoble arrivée **10h13**
Taxi Grenoble – Corrençon

Retour le dimanche 21 janvier : bus de Corrençon à Grenoble (17h23 arrivée Grenoble 18h53)

Horaires possibles pour le Train Grenoble - Paris gare de Lyon (voire site SNCF)

départ 19h21 arrivée 23h10

départ 19h30 arrivée 23h18

départ 20h06 arrivée 23h22 (Ouigo le moins cher)

départ 20h47 arrivée 23h46

Note : Le masque est conseillé dans le train, le bus. Pensez à vous munir de gel hydroalcoolique.

Équipement :

- Il est conseillé d'avoir son matériel, mais il est possible d'en louer sur place.
- Prévoir : bonnet, gants, lunettes, coupe-vent, vêtements et sous-vêtements chauds, lunettes de soleil, crème solaire, pharmacie personnelle (liste non exhaustive) et petit sac à dos,
- Prévoir équipement de sécurité : sifflet, couverture de survie, Frontale,
- Prendre des chaussons pour l'hébergement ainsi que vos affaires personnelles de toilette.

Hébergement : Hôtel Zecamp (1090m).

Chambres de 4 personnes avec salle de bain. Linge de toilette et draps fournis.

Participation aux frais :

Prix du week-end : 132€, qui comprend l'hébergement et la 1/2 pension (les petits déjeuners des samedi et dimanche, ainsi que les dîners des vendredi et samedi soir)

Ce tarif ne comprend pas :

- dépenses partagées entre tous : les transports en bus et taxi
- dépenses personnelles
- Les repas des midis. Pique nique à l'hébergement (à vérifier) ou à faire (magasins en ville)
- La location du matériel de ski au foyer de ski de fond : compter 12 €/jour
- Le forfait de ski de fond : compter 31€ pour 2 jours et demi
- les Billets de train AR Paris-Grenoble

Infos neige : En cas d'absence ou de neige insuffisante, nous pratiquerons sur place, une activité alternative (randonnée pédestre, marche nordique, ou autre)

Bulletin d'inscription
Initiation ski de fond à Corrençon les 19, 20 et 21 janvier 2024

Inscription auprès de Pascal Etiève après accord téléphonique. L'inscription ne sera validée qu'après réception d'un chèque de 100€ à l'ordre de Pascal ETIEVE accompagné du bulletin d'inscription rempli.

Indispensable : être titulaire de sa carte d'adhérent CIHM 2023/2024 et d'une attestation d'assurance valide. Chaque participant achète lui-même son billet de train après avoir obtenu l'accord des organisateurs.

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

Nom et prénom :

N° adhérent CIHM 2023-2024 **obligatoire** ou carte découverte CIHM

Adresse :

Code postal, ville:

Tél mobile: E-mail:

Personne à contacter en cas d'accident : Nom Prénom

Parenté : Tél :

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

Assureur : N°affiliation : Tél urgence

Une assurance facultative, couvrant les accidents corporels (assurance individuelle accident) ainsi que les frais de recherche, de secours, d'évacuation et de rapatriement est vivement conseillée.

Location ski : OUI / NON :

Activité : Ski fond alternatif Skating: Ski libre

Niveau : débutant faux débutant débutant faux débutant

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

Conditions d'annulation : 15€ de retenue pour un désistement intervenant avant le 1^{er} janvier 2024, 100% de la somme après le premier janvier 2024.

Si vous êtes remplacé par quelqu'un de la liste d'attente, 15€ seront retenus quelle que soit la date de désistement.

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 à l'hébergement.

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

Date : Signature