



Bessans (Vanoise)

20 au 26 février 2022

Stage de ski de fond

**Apprentissage / perfectionnement / randonnée
classique / skating / raquette**

Organisatrice : Françoise Mathieu, francoise.mathieu2@orange.fr, tél : 06 70 85 31 09.

Nombre de places réservées : 8

Semaine de stage de découverte ou de perfectionnement au ski de fond et la raquette.

Elle s'adresse

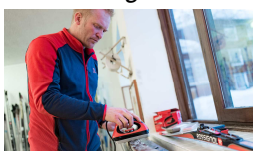
*à ceux qui souhaitent améliorer leur technique de glisse afin de gagner en efficacité et en plaisir,
et à ceux qui veulent découvrir le ski de fond, le skating ou la raquette.*

Elle se déroulera à la Bessannaise, centre de ski de fond et de randonnée, membre de l'ANCEF, qui accueille depuis 35 ans les amateurs de ski de fond : encadrement sportif diplômé, accès direct au domaine nordique de Bessans, à ses 133 km de pistes situées à 1 750 mètres d'altitude dans le cadre exceptionnel de la Haute Maurienne.

Son équipe sportive expérimentée, composée de moniteurs de ski nordique diplômés ou stagiaires et d'accompagnateurs en montagne, s'attache à former à toutes les techniques de ski de fond et à faire découvrir le riche environnement de la Haute-Maurienne : les sentiers de montagne qui parcourent les hauts vallons d'une montagne protégée au sein d'un parc national, un patrimoine de villages préservés et de hameaux traditionnels, de chapelles baroques et de maisons anciennes.

Le centre offre en outre un environnement d'après-ski confortable et convivial.

24 heures de la vie d'un stagiaire :



Séjour en **pension complète** (petit-déjeuner, déjeuner et dîner), **cours de ski matin et après-midi pendant 6 jours, prêt d'un matériel de ski complet.**

Début du séjour avec le petit-déjeuner du dimanche matin et fin du séjour avec le petit-déjeuner du samedi suivant. Arrivée possible le samedi à partir de 17 h, sur réservation expresse à l'inscription.

Voyage aller-retour non compris dans le séjour. Chaque participant doit réserver ses billets de **train aller-retour Paris-Modane** et ses billets de **car aller-retour Modane-Bessans**.

Hébergement réservé en **chambres de 3 personnes**.

(hébergement en chambre à deux possible, sous réserve et avec sur-classement ; contacter l'organisatrice).

L'option de ski est choisie par le participant et indiquée sur le bulletin d'inscription

(descriptif, niveau et tarif des options exposés sur le site internet de la Bessannaise : www.labessannaise.com)

- | | |
|--|-------------------------------------|
| o Code HSK B000 Ski de Fond-santé Initiation | o Code HSK G010 Skating Clés |
| o Code HSK B010 Ski de Fond-santé Perfectionnement | o Code HSK G020 Skating Sensation |
| o Code HRQ A010 Raquette et nature | o Code HSK G030 Skating Plaisir |
| o Code HRQ C020 Raquette et ski de fond | o Code HSK G040 Skating Plus |
| o Code HSK B020 Randonnées ski de fond | o Code HSK C030 Skate et Classic |
| o Code HSK A020 Randonnées raquette | o Code HSK M040 Biathlon Découverte |

Répartition des stagiaires en groupes de niveau effectuée le premier jour à 10 heures ; présence requise à partir de 9h ; retardataires éventuels intégrés l'après-midi.

PRIX FORFAITAIRE DU SEJOUR

693 euros à 743 euros selon l'option choisie.

Le prix du forfait se paye intégralement à l'inscription auprès de l'organisateur.

Les frais annexes se règlent sur place à l'arrivée au centre.

DISPOSITIONS SANITAIRES

L'accès au centre est conditionné par la présentation d'un **passé sanitaire valide**.

Le **port du masque** est obligatoire à l'intérieur du centre

Cette sortie du CIHM d'une durée d'une semaine n'est pas ouverte aux détenteurs d'une « Carte Découverte ».

LIRE ATTENTIVEMENT LE VERSO DE LA FICHE AVANT DE REMPLIR LE FORMULAIRE D'INSCRIPTION

PRESTATIONS COMPRISES DANS LE PRIX FORFAITAIRE DU SEJOUR :

- L'hébergement (tarif de base en chambres de trois personnes, linge de lit fourni, linge de toilette **NON** fourni),
- La restauration (vin compris), un crédit de 10 E de boissons au bar,
- Le prêt de matériel complet : skis de fond, chaussures et bâtons, fart et paraffine, matériel de fartage,
- Les cours de ski de fond par petits groupes avec un moniteur, pendant 6 jours, matin et après-midi,
- L'animation après ski.

PREVOIR EN OUTRE :

- L'adhésion à l'ANCEF **obligatoire**, délivrée au centre, (18 E),
- son complément assurance -*Passeport Montagne ANCEF*-, facultatif, délivré avec l'adhésion, (1,50 E),
- la redevance d'accès aux pistes (environ 27,50 E pour six jours, tarif préférentiel *via* La Bessannaise),
- La taxe de séjour (environ 0,85 E/nuit),
- éventuellement la nuitée du samedi précédant le stage (31,50 E),
- éventuellement le dîner du samedi précédant le stage (19,50 E).
- déduction pour usage de matériel de ski personnel (20 E)

ANNULATION

En vertu des règles du CIHM, la retenue couvrira l'intégralité des frais engagés non récupérables (avec un minimum forfaitaire de 15 €).

Conditions d'annulation imposées par la Bessannaise :

Pour information, la Bessannaise ne procède à aucun remboursement en cas d'annulation un jour avant le début du séjour, ou après le commencement du séjour. En cas d'annulation au moins deux jours avant le début du séjour, elle rembourse l'inscription sur présentation d'un certificat médical (ou d'une attestation pour dommages graves atteignant vos biens), déduction faite d'une retenue (non récupérable) pour frais divers :

- de 50 E si l'annulation intervient plus de 21 jours avant la date du séjour,
- de 75 E si l'annulation se fait entre 21 et 9 jours avant la date du séjour.
- de 100 E si l'annulation se fait entre 8 et 1 jours avant la date du séjour.

PRESTATIONS NON CONSOMMEES

Le prix du séjour étant **forfaitaire**, aucun remboursement ne peut intervenir en cas de non-participation aux activités, d'arrivée tardive ou de départ anticipé.

ASSURANCE

Les participants sont rappelés à la nécessité de posséder au minimum une assurance en responsabilité civile. La Bessannaise, membre de l'ANCEF, peut délivrer l'assurance « Passeport Montagne ANCEF » couvrant la responsabilité civile, les frais de recherche et de secours, le premier transport, les frais de retour au domicile ou à l'établissement de soin le plus proche (informations sur www.passeportmontagne.com).

RESPONSABILITE

La Bessannaise rappelle que toute activité physique et sportive peut comporter des risques, même très minimes. Chacun doit en être conscient et les assumer en toute connaissance de cause. Il convient notamment d'être apte à participer à l'option choisie et, le cas échéant, prendre un avis médical. Chaque participant doit se plier aux règles de prudence et suivre les consignes données par l'encadrant ou l'intervenant. La Bessannaise indique que le centre, son personnel ou ses différents prestataires ne pourraient être tenus pour responsables de l'imprudence d'un participant. En pareil cas, les membres de la famille directe ou tout ayant droit ne sauraient s'en prévaloir.

EQUIPEMENT PERSONNEL:

Vêtements chauds, pantalon de sport chaud, veste coupe-vent, sous-vêtements thermiques, bonnet, gants, lunettes de soleil, crème solaire, maillot de bain, pharmacie personnelle, masques sanitaires.

Attention : linge de toilette non fourni.

Ainsi que carte d'adhérent CIHM, carte ANCEF (si vous en détenez une), attestation d'assurance, carte d'identité, carte vitale.

La Bessannaise

73480 BESSANS

Tél. 04.79.05.95.15

E-mail : info@labessannaise.com

Site internet : www.labessannaise.com

Train Paris-Modane : voyages-sncf.com

Gare de Modane : 36.35

Car Modane-Bessans : Altibus (par autocars Transdev Savoie), 09 70 83 90 73, www.altibus.com
(réservation recommandée)

Taxi : environ 100 E, (à organiser en trajet collectif)

Office de Tourisme de Bessans : 04.79.05.96.52

Les organisateurs sont des bénévoles. Ils ne sont pas des accompagnateurs professionnels.

R.G.P.D. exposé sur le site du CIHM..

BULLETIN D'INSCRIPTION

au stage de BESSANS du 20 au 26 février 2022

A remplir *LISIBLEMENT* et *COMPLETEMENT*, et à adresser à l'organisateur avec votre règlement après contact préalable

Françoise Mathieu - francoise.mathieu2@orange.fr - 06 70 85 31 09

Nom et prénom :

N° adhérent CIHM 2021/2022 :

Tél. mobile :

Courriel :

Adresse :

Nom, prénom et tél. de la personne à contacter en cas d'accident :

Assureur, n° affiliation, nom de l'assisteuse, tél d'urgence de l'assisteuse :

Option séjour (mention obligatoire) :

- ☐ Arrivée le dimanche avant 9 heures OU ☐ Arrivée le samedi soir à partir de 17 heures,
☐ Nuit du samedi soir, le cas échéant (31,50 E*), ☐ Dîner du samedi soir, le cas échéant (19,50 E*).

* à régler sur place à l'arrivée

Option ski* (mention obligatoire) -un seul choix- :

- ☐ Clé du Skating (693 E) ☐ Skating Sensation (693 E) ☐ Skating Plaisir (693 E) ☐ Skating Plus (693 E)
☐ Ski de fond-Santé initiation (693 E) ☐ Ski de fond-Santé perfectionnement (693 E)
☐ Raquette et ski de fond (703 E) ☐ Raquette et nature (699 E)
☐ Skate & Classic (703 E) ☐ Biathlon (743 E)
☐ Randonnées ski de fond (718 E) ☐ Randonnées raquette (718 E)

Option matériel :

- ☐ Usage exclusif de mon matériel personnel

ANNULATION : **Conditions d'annulation spécifiques exposées dans la fiche technique.**

RESPONSABILITÉ : Chaque participant est seul responsable de sa propre sécurité. Une assurance couvrant, outre la responsabilité civile, les accidents corporels (assurance individuelle accident) ainsi que les frais de recherche, de secours, d'évacuation et de rapatriement est vivement conseillée.

- Je joins un chèque à l'ordre du CIHM du montant correspondant à l'option ski que je retiens.
- J'ai pris connaissance et j'accepte les conditions générales d'inscription aux sorties du CIHM.
- J'ai pris connaissance et j'accepte les conditions tarifaires et les conditions d'annulation exposées dans la présente fiche technique.
- J'ai pris connaissance des informations relatives à la sécurité et aux assurances.
- Je m'assurerais avant le départ que mon état de santé « covid » n'est pas préjudiciable pour la vie en collectivité.

Date : Signature

*Les organisateurs sont des bénévoles. Ils ne sont pas des accompagnateurs professionnels.
R.G.P.D. exposé sur le site du CIHM.*