

**Au pied du Hohneck
Week-end de mise en jambes
du 9 au 11 décembre 2022 (3 jours)
Ski de randonnée nordique ou raquettes**



Week-end de ski de randonnée nordique, ouvert aux débutants sachant skier et aux raquettes. Randonnées en étoiles au grand air vosgien. Hébergement dans une ancienne marcairerie transformée en refuge confortable à 15mn à pied du sommet du Hohneck, à 1200m d'altitude. A 3h30 de Paris seulement ! Selon les conditions météorologiques, randonnées à pied et marche nordique.

Cartographie : IGN Top25 3618 OT

Organisateurs: Pascal Etiève 06 09 16 34 44 etieve.cihm@yahoo.fr
Catherine Bon 06 89 77 43 03 SMS uniquement

Nombre de participants: 8 personnes

Programme :

1er jour : Minibus de la Gare de Saint Dié au Grand Valtin 850m
Du Grand Valtin nous rejoignons via la crête des Vosges notre hébergement le refuge du Sotré
2^{ème} jour : Randonnée à pieds, ou à skis sur les sommets
3^{ème} jour : Randonnée à pieds, ou à skis vers les lacs vosgiens
(Ces itinéraires sont indicatifs et peuvent changer suivant les conditions météo et l'enneigement)

Transport :

Le participant achète lui-même son billet de train / le minibus sera partagé (coût 25-30 €/pers)
Aller vendredi 9 décembre: Départ de Paris (gare de l'Est) à **7h10** (arrivée Nancy à 8h48- départ Nancy 8h59)
arrivée St Dié **10h03** puis Taxi
Retour dimanche 11 décembre : Taxi au départ du refuge jusqu'à Saint Dié
Train départ de Saint Dié à **19h22** (arrivée Nancy 20h32 – départ Nancy 21h16) arrivée à Paris **22h46**

Hébergement :

Refuge du Sotré (1200m) (1/2 pension 66€) - Dortoirs de 4 personnes avec salle de bains
(prendre un drap de sac et serviette).
Possibilité de louer des raquettes sur place (7€/jours)

L'équipement : (liste non exhaustive)

Skis de randonnée nordique + peaux, raquettes,
Équipement de sécurité : sifflet, couverture de survie, Frontale
Lunettes de soleil, vêtements chauds et crème solaire à mettre dans un petit sac à dos. Pharmacie personnelle.
Prévoir des chaussures de randonnée en cas d'absence de neige !
Ne pas oublier les chaussons pour l'hébergement
Prévoir 3 pique-niques, Possibilité de commander les pique-niques à l'hébergement (10€ à commander la veille)

Prix du week-end : 132€ + mini bus + train + boissons

Documents : Carte d'adhérent CIHM 2022/2023 + attestation d'assurance,

Inscription : auprès de Pascal Etiève

Les conditions d'annulation : 15€ de retenue pour un désistement intervenant avant le 1er décembre, 100% de la somme après le 1er décembre .Si vous êtes remplacé par quelqu'un de la liste d'attente, 15€ seront retenus quelle que soit la date de désistement.

Bulletin d'inscription

Au pied du Hohneck du 09 au 11 décembre 2022

Inscription auprès des organisateurs 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.

Attention : l'adhésion au CIHM pour la saison 2022/2023 doit être obligatoirement faite avant inscription au week-end.
Indispensable : Être titulaire d'une attestation d'assurance valide.
Chaque participant s'occupe lui-même de son billet de train après avoir obtenu l'accord des organisateurs.

NOTE COVID : lors des déplacements, le port du masque est recommandé (train, taxi, etc...). Prévoir du gel hydroalcoolique.

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

Nom et prénom :

N° adhérent CIHM 2022-2023 **obligatoire**

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 peaux : OUI / NON : (8€ pour le week-end)

Activité : Ski rando nordique : Raquettes :

Niveau : moyen confirmé

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.*

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

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, adhérent 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

Date : Signature