

CAROUX MONTAGNE ET GRIMP' A SAINT-PONS

Week-end à la neige du 09 et 11/01/26

A FICHE D'INSCRIPTION AU SKI DE RANDONNÉE ENCADRÉ niveau minimum en descente à skis : pistes rouges

Nom et prénom : _____

Niveau skieur : _____

Pistes rouges ou pistes noires et/ou pratique du hors-piste.

La randonnée à ski est un effort d'endurance à la montée d'où l'entraînement en endurance conseillé.

Cocher les cases niveau et mode de déplacement.

Niveau découverte si première rando à skis ou pas de rando depuis 2 saisons. ☐

Niveau confirmé si j'ai fait plusieurs randos à skis les 2 saisons passées. ☐

Niveau expert si j'ai tout mon matériel et maîtrise le ski en pente raide. ☐

Mode de déplacement : skis ☐ ou raquettes + surf à la descente ☐

B FICHE MATÉRIEL

1) Matériel pour se déplacer sur la neige

j'ai mon matériel ou je le loue moi-même. ☐

Je souhaite profiter de la location groupée. Je coche ci-dessous ce dont j'ai besoin.

chaussures de ski de rando ☐ préciser la pointure : _____

skis de rando ☐ préciser taille et poids : _____

Prix pour skis avec peluches, chaussures de rando et bâtons compter une trentaine d'euros/jour.

2) Matériel de sécurité : obligatoire pour les niveaux confirmé et expert, facultatif pour le niveau découverte.

J'ai mon matériel de sécurité ou je le loue moi-même. ☐

A défaut je coche ce qui me manque ci-dessous :

casque ☐ prêté par le club

DVA ☐ Détecteur de Victime d'Avalanche, 3 au club puis à louer

pelle ☐ qui entre dans un sac à dos 3 au club puis à louer

sonde ☐ 3 au club puis à louer

3) pour les niveaux confirmé et expert, autre matériel qui peut être utile :

Crampons J'ai mes crampons ☐ J'ai besoin de crampons ☐
prêtés pour les premiers à réserver puis location.