

**CASCADE DE GLACE**  
**ALPINISME HIVERNAL**  
**HIVER 2009**  
**Pour les 14/18 ans - Niveau II**

Pour pouvoir participer il faudra avoir effectué les précédentes journées du mois de janvier "niveau I" ou être capable de grimper en tête des cascades d'un niveau III+/IV et avoir une bonne expérience de l'alpinisme et de l'escalade.

Exemple d'itinéraires réalisables : Freissinières (le torrent de Gramusat, les larmes de Nicodème), Ceillac (le Y, les formes du chaos), Les Orres (Béatrix, Nadia), Le Mont Guillaume (le ravin de la pisse), Réallon (la combe de l'Aubrié), Fournel (les nains des ravines), Ubaye (la cascade du Vallon du Pont, la Légende du roi Arthur), Vautreuil, Le Râteau Ouest (arête Ouest).

Dates : Dimanche 25 Janvier, Dimanches 01 et 08 Février 2009.

Participation financière : 120 € par Jeunes, pour 3/4 participants.  
Elle comprend l'encadrement par un guide de haute montagne, le matériel technique collectif, le transport et pour ceux qui ne le possède pas, le matériel technique individuel (Piolet, crampons, baudrier, casque).

Les rendez-vous et les itinéraires envisagés seront déterminés la veille de l'activité.

Date limite d'inscription : Le jeudi 15 Janvier 2009 au local du club, 3 rue du Séminaire. Permanence les Jeudis de 18 h 30 à 20 h.

Pour tous renseignements :

C.A.F Embrun tel: 04-92-43-81-85. Email:[caf.embrun@orange.fr](mailto:caf.embrun@orange.fr)

Tchourila Strba:04.92.43.53.91/06.74.88.76.15. Email:[barbara.strba1@libertysurf.fr](mailto:barbara.strba1@libertysurf.fr)

ThierryAmoros: 04-92-43-80-70 / 06-88-47-28-94.Email:[thierry.amoros@wanadoo.fr](mailto:thierry.amoros@wanadoo.fr)

CASCADE DE GLACE  
ALPINISME HIVERNAL  
HIVER 2009  
Pour les 14/18 ans - Niveau II

Matériel individuel à prévoir :

- vêtements chauds et de type multi-couches
- veste et pantalon Gore Tex ou combinaison de ski
- une paire de chaussures chaudes et rigides
- une paire de crampons (réglés et munis d'anti-boot) (prêt possible) \*
- une paire de guêtres
- deux piolets type cascade (prêt possible) \*
- une paire de gants chauds et une paire de moufles
- un sac à dos (35/40 litres environ)
- un bonnet ou une cagoule
- une paire de lunettes de soleil
- un casque (prêt possible) \*
- un baudrier (prêt possible) \*
- un assureur avec un mousqueton à vis (prêt possible) \*
- Des vivres de courses
- un thermos acier ou une gourde (1,25 L minimum)
- petite pharmacie individuelle : élastoplaste, compeed ...

Matériel facultatif :

- cannes de marche "télescopiques" (conseillés)
- broches à glace
- Cordelettes
- sangles
- appareil photo

Matériel facultatif en fonction du lieu et des conditions nivologique :

- ARVA, pelle, sonde, (prêt possible) \*
- ski de randonnée ou raquettes à neige

\* En faire la demande

**Activité: Cascade - Niveau II- Hiver 2009** **Date limite d'inscription le 15/01/2009**

Montant du stage..... € Arrhes..... €

Chèque  Nom de la banque .....

Espèces  (Mettre au dos du chèque le nom de l'enfant et l'intitulé du stage)

**L'enfant**

Nom : ..... Prénom : .....

Date de naissance : .....

CAF de : ..... N° de licence : .....

**Les parents**

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

N° téléphone : ..... Email : .....

Personne à prévenir en cas d'accident : .....

N° téléphone : .....

Signature des parents :

**Autorisation parentale pour les mineurs**

Je soussigné, ..... légal(e) responsable  
du mineur ci-dessus autorise le responsable du séjour à prendre, le cas échéant, toutes  
mesures médicales rendues nécessaires par l'état du mineur.

Le ..... Signature :

**Fiche d'inscription à déposer ou à envoyer au local du CAF**

**Permanence le jeudi de 18h30 à 20h**

Tel : 04.92.43.81.85

Email : caf.embrun@orange.fr

Courrier : C.A.F. Embrun  
BP 45  
05202 Embrun cedex