



Programme Ivry Ski de randonnée 2021-2022

Dates	Activités	Coordinateurs/Référents	Préparation
Samedi 20/11/2021 à 13h30	Entretien du matériel de ski de rando, cordes... réparations,	La Coop Alpi	Lieu : Comité FSGT 94
21/10/2021	Préparation séjour ski rando scolaire	Michel Tafflet	Lieu : Maison du club (US Ivry) : 1, rue Lucien Selva 94 Ivry
Samedi 11 décembre 2021	Information nivologie Théorie + manipulation DVA/ARVA	Bertrand Gentou (Guide Hte Montagne)	Lieu : Comité FSGT 94-Infos à venir
Mardi 7 décembre 2021 à 19h00	Préparation de la sortie débutants ski de rando des 23, 24 et 25 janvier 2022	Jean-Louis Bonnentien	Lieu : Comité FSGT 94 - Info : voir affiche spécifique Débutants US Ivry
WE : 3 jours, Ve, Sa, Di 14, 15 et 16 janvier 2022	Conduite de courses en ski de rando. Nivologie sur le terrain	Formateur : B. Gentou(Guide Hte Montagne) D. Pesce (USI)	Tout adhérent fsgt escalade-montagne IdF. Plusieurs saisons de pratique. Vouloir s'investir dans l'encadrement. Lieu : Comité FSGT 94. Info : voir affiche spécifique
WE : 3 jours Sa, Di, Lu 22, 23 et 24 janvier 2022	Débutants/nouveaux ski de rando alpin -Départ minibus. Participation à la journée nivologie de décembre recommandée	Jean-Louis Bonnentien	Massif des Aravis Lieu de réunion : Comité FSGT 94 (Ma 07/12/2021) voir affiche spécifique. Débutants US Ivry
WE 3 jours, selon enneigement : 7 au 10 janvier 2022 ou 21 au 24 janvier 2022 ou 28 au 31 janvier 2022 ou 11 au 14 février 2022	Découverte ski nordique sous tente, avec pulkas	Francette Tafflet	
?	WE igloo-ski de rando	Cédric Mathieu	

Semaine du 26/02 au 05/03 2022	Séjour ski de rando alpin - scolaire Lieu à déterminer	Michel Tafflet	Réunion préparation Je 21 octobre, 19h00 ; Maison du club 1 rue Lucien Selva 94 Ivry
Semaine du 05 au 13 mars 2022	Séjour ski de rando alpin (hors scolaire) Haute Ubaye	Jean-Louis Bonnentien	Information dans affiche spécifique (mail hebdo + site web de la section) Débutants et confirmés
02/04 au 9/04/2022	Raid à skis alpin		
Fin mars – début avril 2022	Randonnée nordique – Carélie – Russie / Finlande	Francette Tafflet	
23/04 au 30/04/2022	Raid à skis alpin		

Personnes à contacter :

Jean-Louis Bonnentien	US Ivry	j-louis.bonnentien@wanadoo.fr
Michel Tafflet	US Ivry	michel.tafflet@orange.fr
Francette Tafflet	US Ivry	francette.tafflet@orange.fr
Cédric Mathieu	US Ivry	cedmath@yahoo.fr

Matériel :

La CoopAlpi (FSGT) dispose de matériel qui peut être emprunté par les adhérents pour **les sorties collectives**. Le matériel est sous la responsabilité de l'emprunteur et doit être rendu en bon état, remboursé en cas de perte, vol ou destruction. Il y a comme fonction principale d'équiper les débutants.

Une caution est demandée (prévoir un chèque à l'ordre de : Coop-Alpi)

Il est rappelé que ce matériel est destiné aux activités d'initiation et sorties collectives ; que la coop-alpi est une association mais surtout pas une prestation de service. Les utilisateurs sont vivement invités à participer aux journées d'entretien du matériel.

Skis avec couteaux	200 €	ARVA, Pelle, sonde	250 €
Peluches	40 €	Piolet randonnée	50 €
Bâtons	30 €	Crampons	50 €
Kit skieur (skis, peluches, bâtons, DVA, pelle, sonde)	500 €	Kit cascade (2 piolets traction, crampons)	400 €

Aspects financiers :

L'ensemble des frais de la sortie est partagé entre les participants : hébergement, nourriture, frais de transport, péage. Les frais de déplacement sont calculés selon le barème suivant :

0,306 € du km + péage par véhicule.

Nombre de personnes par véhicules de 2 à 3 : on applique une base 3 personnes pour le kilométrage et le nombre effectif de personnes pour le péage.

Nombre de personnes par véhicules 4 et + : on applique le nombre effectif de personnes.

Formation à la nivologie

Samedi 11 décembre 2021 de 9 h à 17 h

Au comité FSGT Val de Marne : 115 avenue Maurice Thorez 94200 Ivry

Voir affiche spécifique

- Le matin : aspect théorique avec support vidéo, la neige et les avalanches,
RDV : 9h00 au comité.
- Le midi : repas sur place en commun (chacun apporte son repas)
- L'après-midi : entraînement avec DVA (en extérieur à la plage bleue : Valenton).

Ouvert à tous. RDV 13h30 au comité (prévoir des véhicules).

Ski de randonnée :

Saison 2021-2022

Les conditions :

Les sorties inter clubs sont ouvertes aux adhérents des clubs escalade FSGT selon les disponibilités (licenciés et assurés).

La pratique du ski de randonnée exige :

- **Une bonne condition physique** (capacité à marcher au minimum 3 à 4 heures)
- **Un niveau de ski correct** (être capable de tourner convenablement et en sécurité dans des pentes relativement raides, dans des neiges variables-non damées). L'efficacité prime le style.
- **Un matériel adapté** : chaussures de ski permettant la marche, skis avec fixations permettant la marche, peluches, ARVA (appareil de recherche de victime d'avalanche), sac à dos, équipement vestimentaire adapté à la montagne en hiver (voir liste) ...

Pour la randonnée nordique :

Les conditions sont les mêmes sauf que le terrain est peu pentu, donc pas besoin de savoir pratiquer le ski de descente.

Le matériel est proche de celui du ski de fond.

Comment :

Dans le cadre des activités inter clubs, le ski de montagne se pratique dans **un esprit d'autonomie et de responsabilité** :

- Chacun participe, à égalité, à la préparation et au déroulement de la sortie.
 - L'encadrement bénévole, quand il existe, est chargé de l'initiation des débutants. Ce n'est pas un guide qui serait chargé de conduire tout le monde.
 - Les frais sont partagés (base remboursement associatif) entre les participants.
- Les sorties sont ouvertes selon les niveaux : débutants ou autonomes. **Il est vivement conseillé aux débutants de participer à la sortie initiation et/ou aux semaines d'initiation. Les raids et sorties de printemps ne sont pas ouverts aux débutants.**

Il est indicatif. Les lieux sont choisis à la réunion préparatoire en fonction des participants, des conditions météorologiques et de nivologie. En cas d'annulation, la sortie peut être reportée au week-end suivant.

Les référents :

Ce ne sont ni des guides, ni des « gentils organisateurs ». Ce sont des pratiquants adhérents des différents clubs ayant des compétences et de l'expérience. Ils :

- animent la réunion préparatoire.
- distribuent et réintègrent le matériel individuel et collectif nécessaire.
- veillent à la répartition des tâches.
- assurent envers les débutants

l'apprentissage des techniques, notamment de sécurité, indispensables.

Les pratiquants autonomes sont des licenciés des clubs capables de décider et de conduire leurs courses.

Les réunions préparatoires :

Ont lieu aux dates indiquées sur le programme au mur de l'OAC ou au siège du comité FSGT 94 (115, av. Maurice Thorez 94200 Ivry).

- réintégration et sortie du matériel
- confirmation de la participation de chacun
- choix des courses, cartes, topos
- organisation du transport (voitures personnelles, location de véhicules)
- organisation de l'hébergement
- organisation de la nourriture
- choix du matériel

Pour les WE prolongés ou les semaines de ski, des dates de réunions préparatoires seront communiquées à ceux qui auront manifesté leur intérêt pour y participer.