



La section montagne-escalade de l'USI organise :

du 20 février au 27 février 2010

Queyras : Haut Guil
Ski de rando

Séjour pratiquants autonomes et débutants

Ouvert à tous les adhérents des clubs/sections montagne-escalade FSGT

Hébergement :

- gîte Quen' Chant' Le Guil à Aiguilles 05470 – **24 places**.
<http://www.mf-qcg.com>
en **gestion libre** : repas et ravitaillements en commun, chacun son tour. Frais de navettes de voitures en coopérative.

Encadrement des débutants :

- Les skieurs expérimentés encadrent à tour de rôle les débutants.

Préparation :

- réunion le jeudi 11 février 2010 au Comité FSGT 94 à 19h00 : transport, achat vivres, organisation des activités, prise de matériel

Coût approximatif : 250 euros

Inscriptions et renseignements :

NOM -Prénom..... CLUB.....

Courriel.....

Téléphone..... Voiture.....

ARRHES (obligatoire) : 125 euros, chèque à l'ordre de USI section montagne-escalade à envoyer ou remettre à : Jean-Louis Bonnentien
62, avenue Simon Bolivar 75019 Paris

j-louis.bonnentien@wanadoo.fr - 01 42 40 33 92 – 06 86 94 68 89

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, peluches auto-collantes, ARVA (appareil de recherche de victimes d'avalanches), sac à dos, équipement vestimentaire adapté à la montagne hivernale.

La coopérative FSGT de matériel de montagne prête : skis, bâtons, peaux, couteaux et ARV pelle, sonde

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, quant il existe, est chargé de l'initiation des débutants. Ce n'est pas un guide qui serait chargé de conduire tout le monde.
- 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.