

Organisé par le Club Alpin Français  
d'Avignon et de Vaucluse  
84000 Avignon

# 2019 SKI HORS PISTES



## 3 jours JANVIER

Fin Semaine 4 /WE  
du Jeudi 24 soir  
au Dimanche 27 soir  
**LES 2 ALPES 38**  
Vallons de la Meije  
L'Alpe d'Huez  
*plus de poudre \**

## 5 jours FEVRIER

Semaine 6  
du Dimanche 3 soir  
au Vendredi 8 soir  
**TIGNES 73**

*plus de poudre \**

## 5 jours MARS

Semaine 11  
du Dimanche 10 soir  
au Vendredi 15 soir  
**TIGNES 73**

*plus de soleil \**

*\* Selon statistiques*

OUVERT A TOUS LES MEMBRES DE LA FFCAM

Perfectionnement toutes neiges avec remontées mécaniques, encadrement par Guides H M du bureau des guides de TIGNES ( tous membres du CAF) et des 2 ALPES.

## DESCRIPTIF

Ces stages s'adressent à des skieuses/skieurs de piste et de rando, qui veulent améliorer leurs compétences sur toutes les neiges hors pistes sous la conduite d'un guide qui conseille et invite à corriger les défauts. Les remontées mécaniques permettent de passer un maximum d'heures en descente.

En MARS, le 4ème groupe aura un/e monit/eur/trice pour réviser les fondamentaux du ski en hors piste (possible en Février pour le 3ème groupe).

**Niveau obligé:** Bon tonus physique, aisance sur piste noire, volonté d'aller dans la neige profonde et dans la pente. Respect des consignes de sécurité, convivialité et bonne humeur

**Equipement:** Skis typés free-ride (un peu larges) avec fixations rando, peaux, crampons à neige (couteaux), souhaités pour atteindre 2 ou 3 spots suivant enneigement et conditions. Tenue 4 couches, petit sac à dos, masques yeux et visage. DVA (ARVA) pelle, sonde. Les guides, aimables et vigilants peuvent prêter des dva pelle sonde: prévenez à l'inscription. Vous pouvez louer des skis adaptés à proximité. Pour ski sur glacier: baudrier prêté par les guides

**Coût:** JANVIER- 2 ALPES: 590 € FEVRIER-MARS - TIGNES: 900 € pour ½ pension + remontées mécaniques + guides. Reste à la charge des participants: covoiturage, parking, consommations, restaurant d'altitude si mauvais temps, assurances individuelles, faux frais... Pique-nique (superette SPAR à 200 m). Assurance annulation séjour + RM (hors guide) incluse pour TIGNES uniquement ( Les 2 Alpes exclue)

*Dédits remplacés: 60 € prélevés sur acompte versé, avant remboursement en mai*

**Programme:** 1 guide ou monit/eur/trice hors piste pour 6 personnes (7 exceptionnel) JANVIER/2 Alpes : 3 groupes - FEVRIER/TIGNES: 3 groupes - MARS/TIGNES: 4 groupes de niveaux différents. Un groupe supplémentaire pourra être formé suivant les disponibilités d'hébergement. 2 Alpes : hotel. Tignes: chalet en face le Lodge des Almes

### Hébergement:

#### LES 2 ALPES 38860

Hotel La Belle Etoile  
111 Avenue de la Muzelle.  
Bien situé. Chambres de 3, et 2. Collation  
Sauna. Jacuzzi. Salle de sport. Bar  
Spécialités italiennes, hors vins



#### TIGNES 73320

Lodge des Almes (TIGNES LE LAC)/Bât CAF  
géré par Cap Vacances (entrée station) à D. Face  
arrêt de cars. Confort, nourriture + Ambiance d'une  
petite structure. Collation retour ski. Piscine à la  
maison de Tignes. Assurance annulation incluse  
( sauf guide)

### Pour vous inscrire :

Demandez le bulletin d'inscription à : CASTAN Jean Paul 13 av. lou-castelet MONTFAVET 84140 AVIGNON  
**0490310316 - 0607626775 - 0629977916 - 0648471373 Heures repas**  
Renvoyez le : complété, signé avec les 2 chèques à l'adresse ci-dessus + Photocopie Carte FFCAM 2018-2019  
Entourez la date choisie: JANVIER, FEVRIER ou MARS. (1 Bulletin d'inscription par stage et par personne)