



## PROGRAMME DE SKI DE RANDONNEE SAISON 2023/2024



| DATES  | THEME                                | RESPONSABLE (S)   |
|--|--------------------------------------|---|
| Samedi 06 janvier 2024                             | Petite sortie pour Révision sécurité | Tous  |
| Samedi 13 janvier 2024                             |                                      | Bidou / Jean Claude   |
| Samedi 20 janvier 2024                             |                                      | Michel / Christophe   |
| Dimanche 28 janvier 2024                           |                                      | Jean Michel / Bidou   |
| Samedi 03 février 2024                             |                                      | Bidou / Christophe  |
| Samedi 10 février 2024                             |                                      | Jean Claude / Christophe  |
| Dimanche 18 février 2024                           |                                      | Jean Michel / Michel  |
| Samedi 24 février 2024                             |                                      | Valentin / Michel   |
| Samedi 02 mars 2024                                |                                      | Bidou / Jean Michel   |
| 09 au 11 mars 2024                                 | Week-end 3 jours                     | Valentin / Jean Claude / Christophe<br>Inscriptions avant le 10 février |
| Dimanche 17 mars 2024                              |                                      | Valentin/ Jean Michel   |
| Samedi 23 mars 2024                                |                                      | Michel / Bidou  |
| 30 mars au 01 avril 2024                           | Week-end 3 jours                     | Jean Claude / Jean Michel<br>Inscriptions avant le 10 février           |
| Samedi 06 avril 2024                               |                                      | Valentin / Michel   |
| Samedi 13 avril 2024                               |                                      | Jean Michel / Christophe  |
| Sorties suivantes à programmer selon l'enneigement |                                      |   |

## Rappel et bonnes pratiques

- la "**licence carte neige**" ou la "**licence dirigeant**" F.F.S. est **obligatoire** pour toutes les sorties proposées dans ce programme pour chaque randonneur ;

- Les sorties s'adressent à tous ceux qui sont attirés par les sommets enneigés, qui montent 1000 mètres en 3 heures et skient dans toutes les neiges.

- Des moniteurs fédéraux, au sein de la fédération Française de ski, encadrent les sorties.

- Le randonneur s'engage à participer à un exercice obligatoire de recherche DVA organisé par les moniteurs.

- Le D.V.A. sur soi, et la pelle et la sonde dans le sac sont les outils OBLIGATOIRES à chaque sortie, pour chaque randonneur

- les conditions météo, d'enneigement ou de sécurité peuvent amener les responsables des sorties à modifier ce programme, par exemple annuler la rando d'un samedi et la reporter au lendemain dimanche ou l'avancer d'une journée.

- Le début de saison est un moment privilégié pour les débutants qui voudraient s'initier à la randonnée alpine ou faire connaissance avec les randonneurs du SCCS.

**Tous les thèmes (recherche DVA, orientation, progression en arête, technique de cramponnage, tracer un itinéraire, ...) pourront être abordés lors des sorties.**

- Le coût du covoiturage est à gérer entre les utilisateurs des véhicules et le conducteur de son véhicule
- Lieu de rendez-vous : Gare de Cruet ou éventuellement parking des 3 vallées à St Pierre

## IMPORTANT

- Il est très important d'avoir une bonne condition physique.

-Les sorties s'effectuent sous la responsabilité des moniteurs. Les participants doivent **obligatoirement** emprunter l'itinéraire défini par eux, tant à la montée qu'à la descente.

## INSCRIPTIONS

Grâce au lien Framdate que le responsable de la sortie vous fera parvenir par mèl et au plus tard le jeudi soir qui précède la date indiquée sur le programme.

Ceci est primordial pour le choix de la course.

Pour les inscriptions nécessitant une réservation d'hébergement il vous sera demandé de verser des arrhes en respectant la date demandée.

## RESPONSABLES RANDONNEE DU SCCS

Jean-Claude GIGUET  
[giguetic@orange.fr](mailto:giguetic@orange.fr)  
07.81.89.96.36.

Michel ROBIN (Bidou)  
[dom.et.bidou@orange.fr](mailto:dom.et.bidou@orange.fr)  
06.87.75.42.82

Jean-Michel ALPETTAZ  
[jeanmialpettaz@orange.fr](mailto:jeanmialpettaz@orange.fr)  
06.06.41.06.21

Christophe FOURNIER  
[christophe.fournier73@orange.fr](mailto:christophe.fournier73@orange.fr)  
06.15.41.17.16

Michel MARTIN  
[mic.martin@wanadoo.fr](mailto:mic.martin@wanadoo.fr)  
06.73.99.36.47

Valentin Rochet  
[valentin.rochet90@gmail.com](mailto:valentin.rochet90@gmail.com)  
06.78.78.45.48

Mèl groupé à tous les moniteurs : [monorando@googlegroups.com](mailto:monorando@googlegroups.com)

**Bonne saison à toutes et à tous.**