



Le Semnoz

30 - 31 mars 2019

Ski de fond classique et skating et ski alpin



- Cécile Rouanes 06 83 29 09 17 cecile.rouanes@yahoo.fr

Le site

Un domaine entre 1450 / 1704 m d'altitude, 12 remontées mécaniques donnant accès à 15 km de pistes ski alpin avec des forfaits à l'heure, 46 km de pistes de ski de fond : on skie depuis 1872 au Semnoz, une des stations du Parc Naturel du Massif des Bauges !

Du haut du Crêt de Châtillon, où se trouve une table d'orientation, il est possible d'observer les différentes montagnes aux alentours : Parmelan, Dents de Lanfon, pointe Percée, Mont Blanc, dôme et aiguille du Goûter, Dent du Géant, aiguille du Midi, massif du Beaufortain, mont Pourri, massif des Bauges, massif des Écrins, Dent du Chat, ainsi que deux des 3 lacs : lac du Bourget et lac d'Annecy.

L'hébergement

Vendredi soir (obligatoire parce que réservé) : Allobroges Park Hôtel, 11, rue Sommeiller, Annecy
 Samedi soir : Les Rochers Blancs www.lesrochersblancs.com

A noter :

- Apportez les pique-nique de samedi midi, dimanche midi et dimanche soir

Le transport

Merci de procéder vous-même à vos réservations de train :

Aller	Retour
Train	
le vendredi 29 mars Suggestion (vous arrivez quand vous voulez) : Paris → Annecy 18.45 Taxi collectif au départ d'Annecy samedi matin, l'horaire sera communiqué aux inscrits	le dimanche 31 mars Départ Annecy 18.32 (ne pas prendre plus tôt) Taxi collectif au départ du Semnoz

Le versement d'engagement

17 € à régler par chèque à l'ordre CIHM.

Il vous faudra **ajouter sur place** :

- **la nuitée de vendredi soir : 46 € (taxe de séjour comprise) + possibilité de petit-déjeuner : 10 €**
- **le dîner de samedi soir et le petit-déjeuner à 10 €**
- **le taxi collectif aller-retour depuis Annecy : la station est à 20 minutes d'Annecy**
- **le solde de la demi-pension (taxe de séjour comprise) : 18 €**
- **le forfait ski et la location des skis si nécessaire.**

Documents

Carte d'adhérent CIHM ou CAF, attestation d'assurance, carte d'identité, Carte Vitale.

A défaut de carte d'adhérent, la « Carte Découverte » (déduits de la cotisation annuelle si vous décidez ensuite d'adhérer) est obligatoire.

Consignes de sécurité

Les conditions climatiques peuvent varier très rapidement et de manière importante. Aussi nous vous recommandons de prévoir un équipement adapté à ces éventualités (couverture de survie, gants, bonnet et chaussettes de rechange). Il est souhaitable de vous munir du plan des pistes, de l'adresse précise du gîte et d'une frontale. Il est déconseillé de partir seul.

Les organisateurs sont des bénévoles. Ils ne sont ni des guides, ni des moniteurs, ni des accompagnateurs professionnels. Chaque participant est responsable de sa propre sécurité et doit être assuré (voir tous renseignements sur le programme du CIHM).

Bulletin d'inscription – Le Semnoz

Bulletin d'inscription + chèque à l'ordre CIHM envoyer au plus vite à :

Cécile ROUANES

22, avenue Edouard Belin

92500 RUEIL MALMAISON

A remplir en lettres capitales (une fiche par participant) :

Nom et prénom : _____

Pensez à initier le renouvellement de vos adhésions CIHM et assurance suffisamment à l'avance

Adresse : _____ Code postal, ville: _____

Tél mobile : _____

Tél domicile : _____

E-mail : _____@_____

Personne à contacter en cas d'accident : _____ Tél : _____

Assureur _____ Tél urgence : _____ N° affiliation : _____

Activité(s) prévue(s) : ski de fond classique ski de fond skating ski alpin

Niveau : débutant (1) piste verte piste bleue piste rouge piste noire
(1) merci de contacter l'organisatrice

Je joins 1 chèque à l'ordre CIHM : 17 €

A défaut de carte d'adhérent CIHM ou CAF, la « Carte Découverte » doit être souscrite sur le site www.cihm.info

Loi Informatique et Libertés du 6 Janvier 1978 : voir notice dans la brochure du CIHM.

J'accepte les conditions d'inscription et de participation contenues dans la brochure et dans la fiche technique du week-end.

CONDITIONS D'ANNULATION :

Les inscriptions se font directement auprès de l'organisateur. Tout désistement devra lui être signalé au plus tôt.

Voir les clauses annulation de la brochure Hiver.

RESPONSABILITE : Les organisateurs sont des bénévoles. Ils ne sont ni guides, ni moniteurs, ni accompagnateurs professionnels.

Chaque participant est donc seul responsable de sa propre sécurité. Dans le cas de mineurs, cette responsabilité incombe aux parents. Une assurance facultative, couvrant les accidents corporels (assurance individuelle accident) ainsi que les frais de recherche, de secours, d'évacuation et de rapatriement est vivement conseillée.

Date : Signature