



Club Inter-sports et de Haute Montagne

Randonnée skis nordique Dans l'AUBRAC 4 jours : du 13 au 16 février 2020

Randonnée nordique itinérante sans difficulté technique, avec portage sur le plateau de l'Aubrac entre 1000 et 1200m d'altitude.

Nous cheminerons sur le plateau à travers les chaumes et GR, par-dessus les barbelés, de Malbouzon vers Recoules d'Aubrac, St Urcize, St Chély d'Aubrac, Aubrac et Nasbinal. Nous y trouverons des burons, les belles vaches de la race Aubrac, des chevaux avec au loin au nord les sommets du Cantal. En espérant éviter le souffle de la burlle, nous aurons l'occasion de goûter à l'Aligot.

Cartographie : IGN Top25 2537 OT et 2538 OT

Organisateurs : Pascal Etiève 06 09 16 34 44 courriel : etieve.cihm@yahoo.fr
Catherine Bon 06 89 77 43 03

Nombre de participants : 6

Suivant les conditions d'enneigement, nous ferons du ski de randonnée nordique, ou de la randonnée pédestre. Le parcours pourra être modifié suivant les conditions météo.

Transport : Train depuis Paris Bercy. Bus et taxi. Chaque participant achète ses billets de train A/R Paris – Aumont Aubrac (le bus est compris dans le billet de train). Taxi réparti entre tous.

Programme :

Jeudi 13 :

Train départ de **Paris Gare de Bercy à 7h** - arrivée Clermont Ferrand à 10h30

Bus départ de Clermont Ferrand à 10h50 – arrivée à **Aumont Aubrac à 12h40**

Pique-nique en gare de Aumont Aubrac

Taxi à 13h15 de Aumont Aubrac pour rejoindre Malbouzon

Départ à skis de Malbouzon pour rejoindre Recoules d'Aubrac (hôtel Les Genêts d'or)

Distance à ski : env. 15km

Vendredi 14 : En passant dans le joli village de Saint Urcize, nous nous dirigerons vers St Chély d'Aubrac (gîte le Sarbonnel). Distance à ski : env. 20 km

Samedi 15 : Nous remonterons vers Nasbinal pour y passer la nuit en passant par Aubrac (Gîtes équestre).

Distance à ski : env. 18km

Dimanche 16 : Nous irons en direction de St Laurent du Muret ou Prinsuéjol, selon les conditions météo, pour rejoindre Aumont Aubrac. Distance à ski : env. 15km.

Retour en taxi vers Aumont Aubrac.

Bus départ de **Aumont Aubrac à 17h00** – arrivée Clermont Ferrand à 19h

Train départ de Clermont Ferrand à 19h30 - arrivée **Paris Gare de Bercy à 23h04**

Matériel : Ski de **randonnée nordique + peaux** . Aucune possibilité de location à Paris et à Aumont-Aubrac. Des skis de fond larges même sans carres peuvent convenir. Possibilité de louer les peaux au CIHM. Chaussures de randonnée en cas d'absence de neige.

Dans le sac (non exhaustif) : équipement de sécurité (sifflet, couverture de survie, frontale), lunettes de soleil, crème solaire, thermos, pharmacie personnelle, les pique-niques, "vivres de courses et/ou encas", serviette de toilette, drap de sac, vêtements chauds et crème solaire. Ne pas oublier les chaussons pour l'hébergement.

Maillot de bain pour le Jacuzzi de St Chély

Prévoir liquide et/ou chèques, CB, pour taxis et hébergement, etc.

Prix du week-end : environ 125 EUR (pour les 3 hébergements).

Bus + Taxi + train + consommations et éventuels pique-niques en sus.



Club Inter-sports et de Haute Montagne

**Randonnée skis nordique
Dans l'AUBRAC
4 jours : du 13 au 16 février 2020**

Inscription auprès des organisateurs après accord téléphonique.

L'inscription ne sera validée qu'après réception d'un chèque de 100€ à l'ordre de Pascal Etieue accompagné du bulletin d'inscription rempli.

Indispensable :

Etre titulaire de sa carte d'adhérent CIHM 2020 et d'une attestation d'assurance.

Chaque participant s'occupe lui-même de son billet de train après avoir obtenu l'accord des organisateurs.

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

Nom et prénom :

N° adhérent CIHM 2020 obligatoire

Adresse :

Code postal, ville:

Tél mobile: E-mail:

Personne à contacter en cas d'accident :

Nom Prénom Parenté :

Tél :

Je déclare être assuré (e) pour la couverture de l'activité choisie :

Assureur : N° affiliation : Tél urgence

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.

Location peaux : OUI / NON : (8€ pour le week-end)

Niveau : moyen confirmé

Conditions d'annulation: Voir les clauses détaillées sur le site du CIHM

Si vous devez annuler votre inscription, tout désistement doit être signalé au plus tôt et par écrit à l'organisateur et fera l'objet de frais d'annulation : la retenue couvrira l'intégralité des frais engagés non récupérables avec un montant minimal forfaitaire de 15€. Quelles que soient les modalités d'inscription, aucun report sur une autre sortie n'est possible. Les inscriptions sur liste d'attente ne font l'objet d'aucun frais d'annulation, excepté cas particulier dûment précisé.

Je suis conscient que les organisateurs CIHM ne sont ni guides, ni moniteurs professionnels et que je suis avant tout responsable de ma propre sécurité. Néanmoins, adhérant à un groupe, je m'engage à ne pas m'isoler seul hors des pistes.

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.

Date : Signature