



Club Inter-sports et de Haute Montagne

## Week-end Initiation Ski de fond à Méaudre (Vercors) les 17 18 19 janvier 2025

**Séjour de 3 jours avec initiation au ski de fond au pas alternatif et/ou au skating. Voyage en train + bus, départ en train depuis Paris le vendredi matin. 8 places proposées.**

**Organisateurs:** Pascal Etiève 06 09 16 34 44 [etieve.cihm@yahoo.fr](mailto:etieve.cihm@yahoo.fr) (inscription auprès de Pascal)  
Catherine Bon 06 89 77 43 03

Au cœur du Parc naturel régional du Vercors, Autrans et Méaudre sont deux villages voisins formant la commune nouvelle d'Autrans-Méaudre en Vercors. Venez découvrir le charme et la richesse de cette vallée accueillante.

**Transport:** Train à l'aller et au retour. Transferts entre Grenoble et Méaudre (bus ou taxi). **Le participant achète ses billets de train. Le taxi et/ou le bus seront partagés entre les participants (coût taxi 25/30 €/pers.).**

Aller le vendredi 19 janvier : Paris gare de Lyon départ **07h52** - Grenoble arrivée **11h39**  
Bus ou Taxi Grenoble – Méaudre

Bus Grenoble gare routière 12h30 – Lans en Vercors Office de tourisme 13 :11  
Bus Lans en Vercors Office de tourisme 13h15 - Méaudre Place 13h37

Retour le dimanche 21 janvier : Bus de Méaudre à Grenoble

Bus Méaudre Place **16h22** - Lans en Vercors Office de tourisme **16h50**  
Bus Lans en Vercors Office de tourisme **16h50** - Grenoble gare routière **17h35**

Ou

Bus Méaudre Place **17h27** - Lans en Vercors Office de tourisme **17h55**  
Bus Lans en Vercors Office de tourisme **18h05** - Grenoble gare routière **18h50**  
Ou Bus Lans en Vercors Office de tourisme **19h00** - Grenoble gare routière **19h39**

**Horaires possibles pour le Train Grenoble - Paris gare de Lyon**

départ 19h00 arrivée 22h39  
départ 20h14 arrivée 23h13

**Note :** Le masque peut être conseillé dans le train, le car. Pensez à vous munir de gel hydroalcoolique.

### Équipement :

- Il est conseillé d'avoir son matériel, mais il sera possible de louer sur place.
- Prévoir : bonnet, gants, lunettes, coupe-vent, vêtements et sous-vêtements chauds, lunettes de soleil, crème solaire, pharmacie personnelle .... (liste non exhaustive) et petit sac à dos.
- Prévoir équipement de sécurité : sifflet, couverture de survie, frontale
- Prendre des chaussons pour l'hébergement ainsi que vos affaires personnelles de toilette.

**Hébergement :** Domaine des Mateaux, Méaudre.

Chambres de 4 personnes avec salle de bain. Draps fournis. Serviettes de toilette non comprises

**Participation aux frais :** Prix du week-end : **125€**, comprenant l'hébergement et la 1/2 pension (les petits déjeuners des samedi et dimanche et les dîners des vendredi et samedi soir)

Ce tarif ne comprend pas :

- Les dépenses partagées entre tous : les transports en bus et taxi
- Les dépenses personnelles (les billets de train AR Paris-Grenoble, boissons ..) /!\ l'hébergement ne prend pas la CB !
- Les repas des midis : Pique nique à prévoir depuis Paris ou à faire (magasins en ville)
- La location du matériel de ski au foyer de ski de fond : env. 15 €/jour
- Le forfait de ski de fond : prévoir environ 30€ pour 2 jours et demi

## BULLETIN D'INSCRIPTION - INITIATION SKI DE FOND À MÉAUDRE LES 17, 18, 19 JANVIER 2025

Inscription auprès de Pascal Etève après accord téléphonique. L'inscription ne sera validée qu'après réception du chèque de **125€** à l'ordre du CIHM accompagné du bulletin d'inscription rempli.

**Indispensable** : être titulaire de sa carte d'adhérent CIHM 2024/2025 et d'une attestation d'assurance valide.

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

**Infos neige** : En cas d'absence ou de neige insuffisante, nous pratiquerons sur place, une activité alternative (ran-donnée pédestre, marche nordique, ou autre)

A remplir en lettres capitales (une fiche par participant): Nom et prénom : .....

N° adhérent CIHM 2024-2025 **obligatoire** ..... ou carte découverte CIHM .....

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 ski : OUI / NON :

Activité : Ski fond alternatif  Skating:  Ski libre :

Niveau :  débutant  faux débutant  débutant  faux débutant

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

**Conditions d'annulation** : Montant minimal forfaitaire 15€ ainsi que l'intégralité des frais engagés non récupérables.

De 60 jours à 31 jours du départ: 25 % - De 30 jours à 8 jours du départ: 50 % - A moins de 8 jours du départ : 100 %

Si vous êtes remplacé par quelqu'un de la liste d'attente, 15€ seront retenus quelle que soit la date de désistement.

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.

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

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.

J'accepte les conditions sanitaires à appliquer lors des déplacements et à l'hébergement

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

Je joins un chèque de **125€**.

Date : ..... Signature .....