Sortie raquettes et ski de randonnée à Luz Saint Sauveur
Du samedi 3 février au samedi 10 février 2024

Structure responsable : Club APEM

Inscription : jusqu'au 31 décembre 2023

Format
8 jours / 7 nuitées

Discipline
Ski de randonnée
Raquettes

Public ciblé
Initiation
Perfectionnement

Hébergement
Auberge Les cascades 17 rue Sainte Barbe
65120 Luz Saint SAUVEUR

Nombre de participants : 20

Description :

Pour les raquettes :

Itinéraire à difficulté modulable, les pentes sont assez classiques pour des raquettistes habitué.es. Pour certains passages l'état de la neige et de la pente peuvent nécessiter l'usage des crampons.

Pour le ski de randonnée :

Premiers pas en ski de randonnée, ce stage vous propose de découvrir et d'acquérir progressivement les bases du ski de randonnée : journées "mixtes" en station et hors-piste pour débuter la semaine, dénivelé d'environ 600 m, pentes tranquilles, soleil* et neige de cinéma*. (*non garanties)

Ateliers animés par les initiateurs montagnisme :

- Découvrir les notions liées aux risques de la neige et des avalanches.
- S'exercer à la recherche de victime d'avalanche et manipuler un D.V.A.

Passeport et modules :

Selon le profil des stagiaires, ce stage permettra de valider les modules suivants :

- Montagnisme : modules Randonnée, Connaissance du milieu montagnard, Sensibilisation au risque avalanche, module hors sentier, module lecture de carte, module neige et secours en avalanche.
- Ski Alpinisme : modules techniques de ski, module nivologie et sécurité en groupe, module nivologie et décision

Prérequis :

- Pour le ski de randonnée : avoir un niveau de ski de piste "débrouillé" c'est à dire d'être à l'aise sur une piste rouge.

Equipement à prévoir :

- L'APEM, dans le cadre de la sortie, met à disposition l'équipement de sécurité : D.V.A., pelle et sonde.
- Ski de randonnée : Prévoir la location de matériel si vous n'êtes pas équipés (loueur à proximité de l'hébergement).

Restauration – hébergement :

- Hébergement :42€ en 1/2-pension/nuit/personne - dortoir

Structure responsable : APEM

Raquettes : Thierry BERTRAND : **vincentl@apem-poitiers.fr** Louis GAY : **louisg@apem-poitiers.fr**

Ski : Vincent LAGARRIGUE : **vincentl@apem-poitiers.fr**

Il est tout à fait possible de combiner les 2 activités sur la semaine. Il vous est donc demandé de bien vouloir le signaler au moment de votre inscription.

Coût

- Pour confirmer votre inscription des arrhes de 100 € seront à verser à : tresorier@apem-poitiers.fr .Merci de bien vouloir intituler le versement : Sortie Luz Saint Sauveur - février 2024