



# CAIRNS

## PROGRAMME DES ACTIVITES 2019/2020

### Horaires des séances sur SAE en salle

**Contact et inscriptions :** cairnsaverne@gmail.com  
 Les informations sur les horaires sont disponibles sur notre site : [cairns67.fr](http://cairns67.fr) dans la rubrique « Vous cherchez ? »

<b>Lundi</b>	<b>Escalade Adultes autonomes</b>				
	<b>20h à 22h</b>				
<b>Mercredi</b>	<b>Ecole d'escalade jeunes Groupe M1</b>	<b>Ecole d'escalade jeunes Groupe M2</b>	<b>Ecole d'escalade jeunes Groupe M3</b>	<b>Escalade Adultes débutants</b>	
	<b>15h30 à 17h00</b>	<b>17h00 à 18h30</b>	<b>18h30 à 20h</b>	<b>20h à 22h</b>	
<b>Vendredi</b>	<b>Ecole d'escalade jeunes Groupe V1</b>	<b>Ecole d'escalade jeunes Groupe V2</b>	<b>Escalade Adultes autonomes</b>		
	<b>17h à 18h30</b>	<b>18h30 à 20h</b>	<b>20h à 22h</b>		

**Cotisation adhésion 2019/2020 CAIRNS + FFME.**  
 Toutes les informations à propos de l'inscription sont disponibles sur notre site : [cairns67.fr](http://cairns67.fr) dans la rubrique « Vous cherchez ? »

<b>1. COTISATION (obligatoire)</b>  Adhésion à CAIRNS + Adhésion à la FFME + Responsabilité civile obligatoire	ADULTE.....	95€
	ETUDIANT.....	80€
	ENFANT.....	74€
	FAMILLE (à partir du 3 <sup>ème</sup> membre).....	43€
	Déjà ADHERENT FFME Nom du club : N° de licence :	42€

(Entourer les sommes concernées)

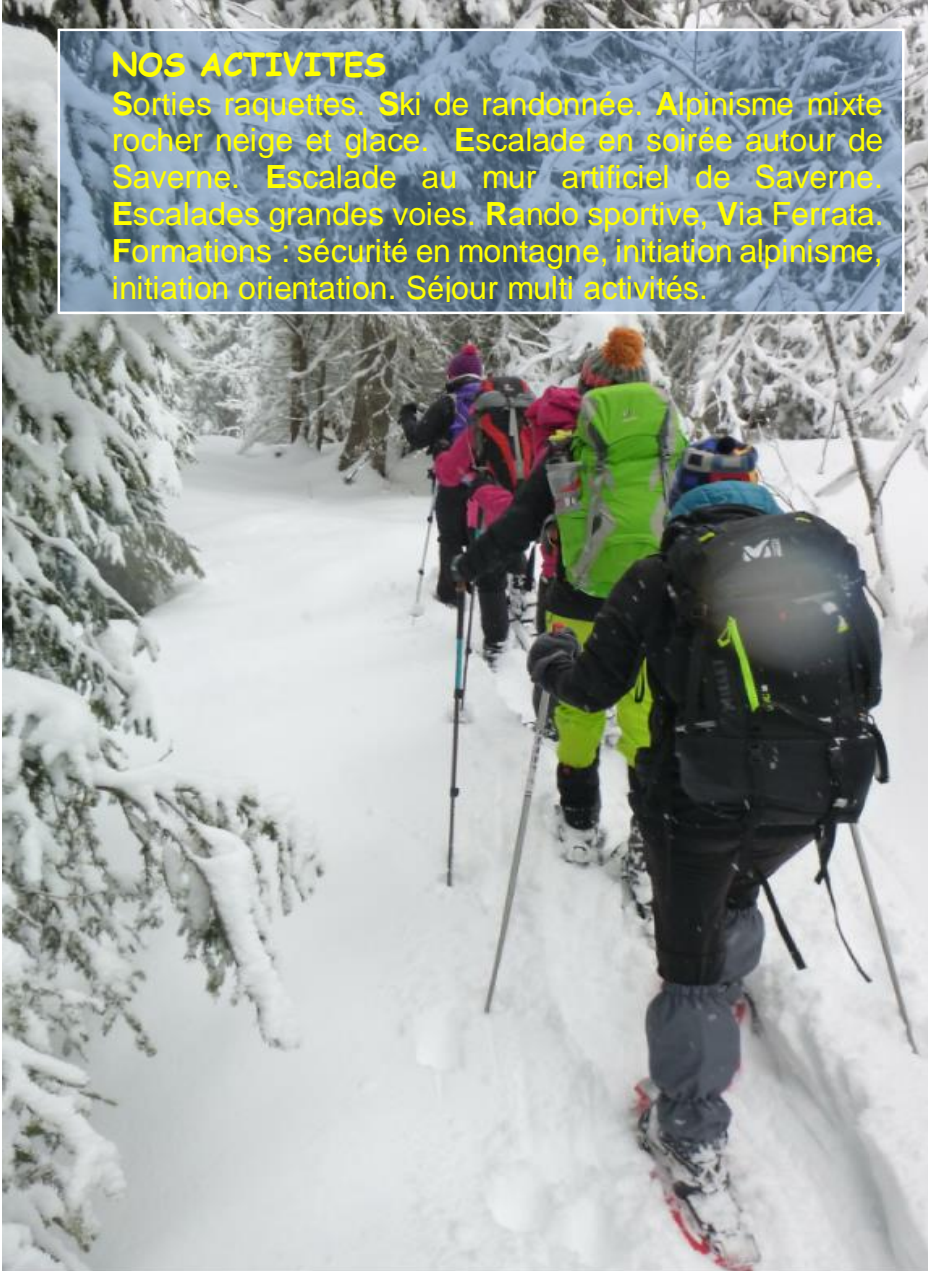
<b>2. ASSURANCE (obligatoire)</b> (un seul choix possible)	BASE.....8€	BASE +.....11€	BASE++.....18€
---	-------------	----------------	----------------

(Entourer les sommes concernées)

<b>3. ASSURANCES OPTIONNELLES</b> (choix multiples)	SKI.....5€	SLACK.....5€	VTT.....30€	TRAIL.....10 €
	Indem. Journalières 1 : 18€	Indem. Journalières 2 : 30€	Indem. J. 3 : 35€	

(Entourer les sommes concernées)

















<b>MONTANT TOTAL (1.cotisation+2. Assurance Complémentaire +3. Ass. optionnelles)</b> Attestation d'inscription et de paiement <input type="checkbox"/>	€
--	---









**NOS ACTIVITES**  
 Sorties raquettes. Ski de randonnée. Alpinisme mixte rocher neige et glace. Escalade en soirée autour de Saverne. Escalade au mur artificiel de Saverne. Escalades grandes voies. Rando sportive. Via Ferrata. Formations : sécurité en montagne, initiation alpinisme, initiation orientation. Séjour multi activités.

# Programme des activités hiver 2019 / 2020

Les sorties proposées sont réservées aux membres à jour de leur cotisation et possédant la licence 2019-2020

Novembre		Activité	Encadrants
	sam 9	Randonnée dans les Vosges moyennes	Philippe TROESCH
	dim 17	Étape de la coupe d'escalade compétition jeunes	Cairns
	jeu 28	AG CAIRNS	
Décembre		Activité	Encadrants
	sam 7	Sentier des roches ou autre selon conditions météo	Laurent HILT
	ven 13	Soirée vin chaud	CAIRNS
	dim 15	Féeries de Saverne avis aux volontaires pour l'encadrement de la patinoire et du petit mur d'escalade	CAIRNS
Janvier		Activité	Encadrants
	18-19	Randonnée raquettes en Suisse	Laurent HILT
	dim 26	Randonnée raquettes dans les Vosges	André Kister
Février		Activité	Encadrants
	sam 1	Raquettes nocturne	Denis WEBER
	sam 8	Initiation ski de randonnée débutant	Laurent HILT
	dim 16	Randonnée raquettes	Denis WEBER
Mars		Activité	Encadrants
	le 14-15	Ski de randonnée à Chamonix (Vallée Blanche et Les Grands Montets)	Laurent HILT Denis WEBER
	28-29	Randonnée raquettes dans le Jura	André Kister
Avril		Activité	Encadrants
	le 18-19	Skis de randonnée Suisse	Laurent HILT Denis WEBER
Mai		Activité	Encadrants
	16 ou 17	Formation cartographie et orientation	Denis WEBER
Juin		Activité	Encadrants
	sam 6	Formation rochers terrain d'aventure. (Vosges)	Laurent HILT

## Les rendez-vous à ne pas manquer.

-  9 novembre « Randonnée dans les Vosges moyennes »
-  17 novembre « Etape de la coupe d'escalade compétition jeunes »
-  28 novembre « AG Cairns »
-  8 février initiation ski de randonnée
-  16 ou 17 mai formation cartographie et orientation
-  6 juin « Formation rocher terrain d'aventure »

## Initiation ski de randonnée débutant

Les sorties "Initiation" sont prévues pour les débutants.

Skis aux pieds, vous pouvez découvrir une autre façon de faire de la randonnée dans la neige. **Niveau requis** : savoir tenir sur les skis en descente sur des pentes de skis de niveau facile.

## Ski de randonnée à Chamonix

Le sommet des Grands Montets et la descente de la Vallée blanche est une occasion unique de découvrir le monde magnifique de la haute montagne.

La Vallée blanche, accessible depuis le téléphérique de l'Aiguille du Midi, est un itinéraire d'envergure de 20 km et de 2000 m de dénivellation négative offre un ski hors-piste à caractère alpin. Cet itinéraire demande un bon niveau de ski est aussi une très bonne forme physique.

La connaissance du maniement d'un ARVA et la possession des équipements de sécurité sont des prérequis indispensables à la pratique de cette activité

### REFERENCES DES ENCADRANTS

Nom	Adresse internet
WEBER Denis	weberdenis@hotmail.com
HILT Laurent	laurent-hilt@outlook.fr
TROESCH Philippe	philippe.troesch1@aliceadsl.fr
KISTER André	kister.andre@outlook.fr

Pensez à visiter régulièrement notre site internet [cairns67.fr](http://cairns67.fr) afin d'être informé sur d'éventuels changements du programme