



**5ème CANTAL'Y CIMES**  
**samedi 12 et dimanche 13 mars 2016**

<b>NOM :</b>	<b>PRENOM :</b>
<b>Date de naissance :</b>	
<b>1 - Je suis licencié(e) :</b> <b>Licence :</b> FFME - FFCAM ( <i>rayez la mention inutile</i> ) <b>N° licence :</b> Club :	
<b>2 - Je ne suis pas licencié(e) FFME ou FFCAM : voir (a)</b>	
<b>Adresse :</b>	
<b>E-mail :</b>	<b>N° tél :</b>

Je participe à CANTAL'Y CIMES 2016. Je joins un chèque de **35 € (b)** libellé à l'ordre de **AURILLAC MONTAGNE ESCALADE**.

**(a) Je ne suis pas licencié(e) ni à la FFME, ni à la FFCAM :** Je joins un chèque de **45 € (b)** libellé à l'ordre de **AURILLAC MONTAGNE ESCALADE** pour ma participation à CANTAL'Y CIMES et la souscription d'une licence temporaire et **joins un certificat médical pour la pratique des activités de montagne.**

**(b) Je note que ce chèque :** correspond à la prise en charge sur les ateliers ; **qu'il sera encaissé en cas de désistement de ma part ;** qu'il sera détruit en cas d'annulation de la manifestation.

**Le port d'un Appareil de Recherche de Victime d'Avalanche est exigé pour participer**

- Je n'ai jamais marché en crampons
- Je souhaite participer à l'**Atelier Ski Alpinisme (inscription obligatoire - 1 seul atelier) :**
  - "Initiation" Ski de Montagne**  
débutant ou peu d'expérience (samedi)
  - "Perfectionnement" Ski Alpinisme**  
skieur régulier (dimanche)
- Je souhaite prendre le **repas en commun** le samedi 12 au soir : **13 €**

*Signature du participant + date*

Pour les mineurs, je soussigné(e) ..... autorise mon fils/ma fille  
..... à participer à CANTAL'Y CIMES 2016.

*Signature du représentant légal + date*

Hébergement possible au chalet des Galinottes - Contact : - chalet-des-galinottes@galinottes.net  
- 04.71.49.50.51

**Fiche et règlements à retourner à :** Jean-Pierre FORCE - 20 rue Frédéric Mistral - 15000 AURILLAC  
Renseignements : [www.cantalycimes.fr](http://www.cantalycimes.fr) ou [www.ame15.com](http://www.ame15.com)  
ou par e-mail : [mobilcabforce@wanadoo.fr](mailto:mobilcabforce@wanadoo.fr)

**Accueil des participants samedi 12 à 8h00 au chalet des Galinottes Station du Lioran**

# CANTAL Y'CIMES 2016

## MATERIEL PERSONNEL DE SECURITE

- casque
- lunettes solaires + crème solaire
- baudrier d'escalade
- 2 longes + mousquetons à vis
- système d'assurage de type Reverso ou Huit
- au moins 1 piolet
- chaussures d'alpinisme rigides (boots de snow tolérées mais pas recommandées)
- crampons d'alpinisme acier (10 pointes minimum avec 2 pointes avant)
- 1 thermos avec boisson chaude (recommandé)

## MATERIEL COLLECTIF

- **une corde de 50 m** tel qu'un brin de rappel, évitez de prendre une corde de falaise à simple en 70 m, c'est lourd et en plus vous la porterez toute la journée (si moins de 50 m vous ne pourrez pas participer aux ateliers goulottes)

## VETEMENTS

- bonnet
- T-shirt anti-transpirant
- veste intermédiaire de type polaire ou softshell
- veste imperméable et coupe vent de type GORE TEX ou équivalent
- doudoune (recommandé) pour les phases statiques
- pantalon coupe vent de type softshell ou GORE TEX
- collant (recommandé)
- 2 paires de gants (fins et chauds)
- chaussettes chaudes
- guêtres (recommandé)

**Í Compte tenu de la rigueur que peut avoir le climat auvergnat nous vous demandons de ne pas prendre à la légère cette liste. Nous rappelons que nous évoluons dans un milieu montagnard hivernal qui comporte des risques malgré toutes les précautions prises.**

Le secteur du Bataillouse est une zone assez ventée, les températures peuvent être très basses malgré une météo anticyclonique. Vous allez évoluer en montagne dans des itinéraires qui sont de vraies voies sécurisées pour l'occasion.

Vous aurez des phases statiques, en particulier s'il y a de l'affluence aux ateliers ou à l'assurage. La doudoune et le thermos sont rarement de trop dans ce cas là !

Bien que l'accès au col de Rombière-Bataillouse soit facilité par le télésiège, la descente s'effectuera à pieds. En fonction des personnes 40 min à 1h30 peuvent être nécessaires pour rejoindre le parking de fond d'Alagnon. Tout cela pour vous dire que cet événement requiert d'être physiquement au moins un bon randonneur.

Enfin si vous possédez des broches à glaces ou des coinces mécaniques, il est inutile de les prendre. Tous les itinéraires seront équipés de cordes fixes avec des mousquetons à clipper lors de votre passage.

## **Í A l'attention des participants à l'atelier Ski**

Dans la mesure où cet atelier vous mobilisera la journée entière sur le site Rombière-Bataillouse, nous vous recommandons de ne pas participer aux deux ateliers durant le week-end, sans quoi vous n'aurez pas le temps d'aller pratiquer au Griou ou dans les gorges de l'Alagnon.

Si possible prenez votre matériel (skis, chaussures, peaux, couteaux, bâtons) sinon voici les magasins susceptibles de louer ce matériel au Lioran (réduction pour les inscrits) :

- J'SPORTS : Prairie des Sagnes - Tél : 04.71.49.52.23
- LA GODILLE SPORTS : Prairie des Sagnes - Tél : 04.71.49.54.45