

CAF de SLV

"Fich'info" du 1er trimestre 2017

MERCI YVONNICK !

Au nom des adhérents de notre club laurentin le comité directeur - lors de sa réunion du 7 décembre 2016 - a tenu à exprimer ses remerciements à Yvonnick CHESNEL pour l'action qu'il a su mener avec assiduité en tant que Président durant les huit dernières années. Yvonnick a toujours œuvré pour que le CAF de Saint Laurent du Var soit dynamique, ouvert à tous, et techniquement irréprochable. Il a particulièrement tenu, aussi, à ce que le CAF- SLV soit un lieu de convivialité.

Un grand nombre d'adhérents lui ont témoigné leur gratitude et leur amitié. Et la somme de 700 € a ainsi été collectée.

En présence de Madeleine qui a toujours soutenu Yvonnick, et sous les applaudissements nourris des membres du comité directeur, c'est Patrice GHIBAUDO, notre nouveau Président, qui lui a remis ce chèque cadeau, non sans une réelle émotion.



COMMISSIONS RANDO MONTAGNE - RANDO VELOURS

Ensemble on tire les rois le dimanche 8 janvier 2017 !

Ce jour-là vont se retrouver au col de l'Ablé (1149 m) :

-Un groupe velours conduit par Alain BERTHE, qui partira de Lucéram
Rando R1 (dénivelé : 650 m ; 12 km)

-Un groupe montagne conduit par Aline MONIER
Rando R3 (dénivelé : 1050 m ; 16 km).

COMMISSION SKI DE RANDONNÉE

-> *Lirio communique :*

1. Stage d'initiation au ski de randonnée :

Le CAF de Saint Laurent du Var organise un stage d'initiation au ski de randonnée les samedi 7 et dimanche 8 Janvier 2017. Il reste encore des places disponibles.

Objectifs:

Aborder les principes de base pratiques et théoriques du ski de randonnée. Cela comprend les points suivants: techniques de progressions à ski, recherche de victimes d'avalanche, connaissance de la neige. Le lendemain dimanche, une petite course d'application permettra de mettre en pratique ces différentes notions sur le terrain.

Modalités d'inscription:

Par mail adressé à "lirio.martinez@laposte.net" (ou "skirando@cafslv.com"). Attention ! la clôture des inscriptions est le 16 décembre 2016.

Hébergement:

Estenc, au refuge de la Cantonnière (<http://www.refuge-cantonniere.fr/>)

Matériel:

Avoir tout le matériel de ski de montagne : skis, couteaux, peaux, chaussures, bâtons, et impérativement le kit DSP (DVA / sonde / pelle) ; location possible à Chullanka à Antibes, Sport EV ou Alticoop à Nice, ou ACA (Aventure Côte d'Azur) à Nice sur la 6202 près de Nikaia (pensez à réserver à l'avance dans ce cas).

Prérequis:

Avoir un niveau de ski de descente sur piste rouge au minimum.
Etre adhérent au CAF SLV à jour de sa cotisation.

2. Stage de ski de randonnée dans le Val Maira :

Le CAF de Saint Laurent du Var organise un séjour de ski de randonnée du samedi 18 au vendredi 24 Février 2017. Il reste encore des places.

Programme :

Courses à la journée (en étoile) de niveau A/A+ (1000m/1200m de dénivelé positif).

Prérequis:

Avoir un bon niveau et tout le matériel de ski de randonnée.

Hébergement:

A l'auberge "Le Marmotte" : <http://www.lemarmotte.com/>

Modalités d'inscription:

Par mail adressé à "lirio.martinez@laposte.net"_ou "skirando@cafslv.com".
Clôture des inscriptions : le 20 Janvier 2017.

COMMISSION RAQUETTES

1/ Initiation raquettes

En partenariat avec la commission Ski de randonnée, la commission raquettes recommande à ceux des adhérents qui sont intéressés de s'inscrire rapidement au stage commun d'initiation qui a lieu les 7 et 8 janvier 2017.

Ce stage a pour thèmes : la nivologie et la recherche des victimes d'avalanche (utilisation du DVA).

Des places sont encore disponibles pour les pratiquants-raquettes. Mais il est indispensable de prendre rapidement contact par mail

à raquettes@cafslv.com

2/ weekend raquettes avec le CAI -> Thanh Hong HUA communique :

Dans le cadre du jumelage de notre club avec nos amis italiens, le CAI de Bolzanetto organise un weekend raquettes les samedi 21 et dimanche 22 janvier 2017.

-Lieu : au refuge Allavena au col Melosa (accès en voiture)

Bon restaurant (plats typiques)

-Sortie tous niveaux ; au programme : cime Marta, et sommets proches.

-Organisation et encadrement assurés par le CAI.

-Tarif* : 40 € (demi-pension) ; chèque à libeller au nom du CAF- SLV et à adresser à Madama HUA Thanh Hong, 721 avenue des Pugets, 06700 Saint Laurent du Var.

Attention ! Se munir de sa carte CAF pour bénéficier du tarif CAF

Pour plus de renseignements s'adresser à Paul THAON

Mel : paul.thaon@laposte.net Tél. : 06 82 78 60 94.

COMMISSION SKI ALPINISME

-> **Bruno communique :**

Le raid dans les Encantats initialement prévu du 25 mars au 2 avril 2017 a été avancé : il aura lieu du samedi 4 au dimanche 12 mars 2017, et ce pour des raisons de dates d'ouverture des refuges.

La date limite d'inscription est fixée au 15 janvier 2017.

Ce raid est ouvert aux adhérents et adhérentes qui ont les prérequis et qui auront participé à quelques sorties planifiées au programme (sous réserve de l'acceptation de l'organisateur).

Pour tout renseignement contacter Bruno au 06 88 75 13 22.

NB : Suite à ce changement de date la sortie A+ initialement prévue le 5 mars 2017 est donc annulée.

COMMISSION ALPINISME

-> **Bruno communique :**

La journée J3 de l'Unité de Formation « Vers l'autonomie en Neige » initialement prévue le 12 Mars 2017 est repoussée au Dimanche 26 mars 2017.

La date limite d'inscription à cette UF est fixée au 15 Janvier 2017.

Rappel : Les alpinistes suivant cette UF ont pour ambition de devenir leaders de cordée autonome lors de sortie CAF programmée, et ceci, bien entendu, sous la responsabilité d'un cadre breveté.

Les prérequis sont :

- avoir déjà pratiqué l'alpinisme en terrain enneigé
 - fournir une liste de course de niveau PD : position dans la cordée et type de sortie c'est-à-dire entre amis, avec un guide, dans un club....
- Pour tout renseignement, contacter Bruno au 06 88 75 13 22.

COMMISSION ESCALADE

-> **William communique :**

La journée escalade (groupe Espoir CAF des Alpes Maritimes) qui était prévue initialement le samedi 14 janvier est déplacée au samedi 21 janvier.

COMMISSIONS RANDONNÉE VELOURS - MONTAGNE

Rappels +++

1) Séjour Rando Velours « La Drôme provençale »

Date : du mardi 2 au jeudi 4 mai 2017

Pour les retardataires, on rappelle que la date limite d'inscription est reportée au 15 Janvier 2017. Mais, passée cette date, il n'y aura plus d'inscription possible.

-Hébergement : Gite de Villeperdrix.

-Conditions : 88 € pour les deux nuits en demi-pension.

-Contact exclusivement avec l'encadrant : établir un chèque libellé au nom du CAF- SLV à adresser à Alain BERTHE, 24 Rue de Jussieu 06000 NICE, 06 72 66 10 56, aberthe@mac.com,

2) Weekend Commun 2017 à « Beuil Les Launes »

Date : 3,4, et 5 Juin 2017

La date limite d'inscription est reportée au 15 Janvier 2017. Mais passée cette date il n'y aura plus d'inscription possible.

-Hébergement : Gite Nature et Montagne

- Conditions : 84 € pour les deux nuits en demi-pension.

- Contact : Inscriptions auprès d'Alain BERTHE exclusivement (ceci afin d'éviter plusieurs listes non concordantes) 06 72 66 10 56, aberthe@mac.com

Etablir le chèque au nom du CAF SLV, ce chèque pourra être

soit reçu à la permanence du CAF le vendredi

soit adressé à Alain BERTHE, 24 Rue de Jussieu, 06000 Nice.

Toutes les sections du Club peuvent trouver des activités : Rando velours, Montagne, Alpine, Nordique, Canyoning ...(sous réserve de la disponibilité des encadrants concernés).

Venez nombreux !

C'est l'occasion de se retrouver, de lier des contacts et de participer à la vie collective du club.

3) Weekend commun rando

-> **Thanh Hong HUA communique**

Le CAF-SLV prévoit un weekend randonnée en commun, auquel participera le CAI Bolzaneto

-Date : samedi 9 et dimanche 10 septembre 2017

-Lieu : Refuge des Merveilles

-Sortie commune tous niveaux (velours, montagne, alpine)

-Programme : Mont Bego, entre autres sommets (à préciser ultérieurement) ; visite des gravures (avec guide assermenté) possible

-Tarif voisin de 35 € (tarif 2016). Réservations avant le 1^{er} mars 2017

Détails pratiques à venir.

Renseignements auprès de Paul THAON.

AUTRES ANNONCES

Soirée thématique :

« *Les oiseaux de l'arrière-pays* »

Par Bernard LEROUX, de la Ligue de Protection des Oiseaux (LPO)

Date : Mardi 31 janvier à 19 h 30, Salle E à Saint Laurent du Var.

NB : Ce type de manifestation, qui recueille un réel succès depuis qu'il a été instauré, permet de partager des expériences, ou des curiosités, ou des récits ayant en commun de faire référence à la montagne, qui est notre terrain de jeu favori. Dans l'avenir ces réunions amicales pourront certainement s'enrichir par toute aventure, histoire, expédition ... vécue ou connue par tel ou tel d'entre nous qui souhaiterait en faire part aux adhérents (dès lors, bien entendu, que ces communications ont toujours la montagne pour toile de fond ou pour prétexte).

Informations importantes concernant le certificat médical de non contre-indication à la pratique des sports de montagne +++

a) La réglementation sur le certificat médical à fournir par les licenciés a été modifiée par la loi du 26 janvier 2016 et par le décret du 24 août 2016. Comme par le passé, tout nouvel adhérent au CAF SLV doit présenter un certificat médical attestant de l'absence de contre-indication (ou « CACI ») à la pratique des sports de montagne.

Aucune adhésion au CAF ne peut donc être enregistrée sans ce certificat.

b) En outre certaines activités sont désormais considérées comme "présentant des contraintes particulières". Ce sont- pour ce qui concerne les sports de montagne- l'alpinisme, la spéléologie et les sports aériens. Pour ces activités, il est demandé un examen médical spécifique annuel. À titre transitoire, la FFCAM nous a demandé de réclamer à tous les licenciés qui ont déclaré pratiquer l'une de ces trois activités un « CACI », établi pour l'instant par leur médecin traitant sans forme particulière (1).

Dorénavant aucune inscription à une sortie alpinisme ne sera acceptée si le CACI n'a pas été préalablement fourni.

Si l'adhérent déclare pratiquer la compétition, ceci doit être indiqué sur le CACI. (1) : si l'adhérent ne pratique plus ces activités, il doit le signaler au gestionnaire des adhérents (alainvc06@gmail.com) qui décochera les cases correspondantes dans la base de données FFCAM.

c) Pour les adhérents pratiquant en dehors des activités encadrées par le CAF ou par une autre association, on ne peut que leur conseiller vivement d'obtenir le dit certificat médical.

VOTRE AGENDA EN RÉSUMÉ

(Pour vous y retrouver dans ce programme plutôt dense)

<u>Janvier</u>	7 et 8	{Ski de rando (initiation) {Raquettes (initiation)
	8	Gâteau des rois (velours et montagne)
	21	Escalade
	21 et 22	Weekend raquettes avec le CAI
	31	Soirée thématique
<u>Février</u>	18-24	Ski de rando (stage)
<u>Mars</u>	4-12	Ski alpinisme (raid)
	26	Alpinisme (journée UF)
<u>Mai</u>	2-4	Rando velours (Drôme)
<u>Juin</u>	3,4 et 5	Weekend commun (Beuil)
<u>Septembre</u>	9 et 10	Weekend commun (Casterino)

***Tous nos souhaits à Patrice, notre nouveau président !
Bonnes fêtes de fin d'année à toutes et à tous !
A bientôt avec le CAF-SLV***

...