

Stage n°32

## Randonnée sous terre

Mardi 18 novembre 2014

### BULLETIN D'INSCRIPTION

Nom:.....

Prénom:.....

Adresse:.....

CP: ..... Ville : .....

Téléphone fixe : .....

Téléphone mobile: .....

E-mail: .....

Date de naissance : .....

Nom de votre association : .....

Montant de l'inscription : 48 €

Date limite d'inscription : 11/11/2014

**Informations importantes :** pour les tailles des combinaisons fournies merci de bien nous préciser les données suivantes :

- Poids : .....
- Taille:.....

Je donne au Comité Sport et Retraite, pour sa promotion et ses publications, l'autorisation d'utiliser les photos prises au cours des stages sur lesquelles j'apparais.

Signature



Stage

## Randonnée sous terre

Mardi 18 novembre 2014

### ORGANISATEUR



Comité DRÔME-ARDÈCHE

en collaboration avec le  
COMITÉ DE SPÉLÉOLOGIE DE  
L'ARDÈCHE

Nos partenaires :



Pour toutes informations, nous contacter au :

Tél/répondeur : 04 75 75 47 90

E-mail: sportretraite2607@mbsport.fr

Blog : <http://sportretraite.hautetfort.com>

SPORT et RETRAITE

Comité DRÔME-ARDÈCHE

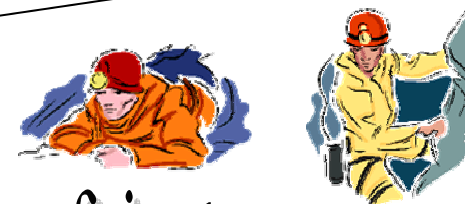
71, rue Latécoère

26000 Valence

## Stage Randonnée sous terre n°34

Mardi 18 novembre 2014

*Perfectionnement*



Je fais du sport !!!!!



Permanences :

Mardi : 14h - 17h

Vendredi : 9h - 12h

# Stage

## Randonnée sous terre

Mardi 18 novembre 2014

n°34

**Durée** : 1 journée

**Encadrement** : Brevets d'État du Comité Départemental de Spéléo de l'Ardèche

**Accompagnement** : Cadre Technique Sport et Retraite : Cyril Pailharet

**Participation** : 48 €

*L'inscription devient définitive par le règlement du stage*

**Nombre de places** : maxi 12 mini 10

**Transport** : à la charge et à l'initiative des participants

### ANNULATION

Toute annulation d'inscription sans justificatif médical ne sera pas remboursée.

Sur présentation d'un certificat, le remboursement se fera sur la base de 75 %, les 25 autres % restant au Comité pour couvrir les frais engagés.

### Horaire du stage :

De 10h à 16h30

### Lieu de rendez-vous : 10h

**Parking de la Poste**

(direction Villefort)

**à Les Vans (07140)**

Tel: 06 13 08 29 46

### Équipement personnel :

- Une vieille paire de chaussures de randonnée ou des bottes.
- Un pantalon et un pull léger ne craignant pas d'être salis. La température sous terre étant aux alentours de 13 degrés.
- Prévoir un élastique pour les cheveux longs.
- Une paire de gants de jardinage ou de maçonnerie.
- Une tenue de rechange complète
- Un petit sac à dos pour transporter le repas et l'eau.

### Repas :

Une pique-nique à transporter et manger sous terre + minimum 1 L d'eau

# Stage

## Randonnée sous terre

Mardi 18 novembre 2014

### But du stage : perfectionnement

Poursuivre la découverte du milieu souterrain et de la spéléologie avec un public ayant déjà participé aux sorties précédentes.

Découverte de La Grotte de Fontaine de Champclos sur la commune de Vans

### Programme technique :

Marche d'approche de 25 min - descente et remontée de verticale de 5 à 15 mètres - escalade avec main courante - remonté d'une rivière

### Niveau de pratique demandé :

- Avoir déjà pratiqué l'activité.
- Être capable de randonner plusieurs heures.
- Être à l'aise pour ramper à quatre pattes pendant plusieurs mètres.
- Ne pas craindre le vertige.

Fiche à retourner au :

**Comité Sport et Retraite**

