

CAF Rocbaron  
A L'Asso du Sport

# Rassemblement des écoles Eychauda - 2016



Du 6 au 8 Février

# Principe d'organisation du rassemblement des écoles CAF

---

Comme les années précédentes, un stage de découverte des activités de montagne est organisé par le CAF les 3 premiers jours des vacances de Février soit les 6/7/8 février prochain.

Les principes du stage :

- Chacun est libre de venir 2 ou 3 jours.
- Tout le monde loge au chalet de l'Eychauda
- Les groupes d'activités sont ajustés tous les jours en fonction des choix des jeunes
- Tous les jeunes (moins de 14 ans) participent au challenge (donc tout le monde arrive au plus tard le samedi midi)

## Le challenge jeune

---

La première demi journée (samedi après midi, histoire de laisser à tous le temps d'arriver sur place) nous faisons un grand challenge sous forme de jeux où les jeunes sont mélangés entre eux pour qu'ils fassent connaissance, s'entraident, vivent une expérience commune. Les différentes épreuves du challenge doivent permettre à tous de participer et sont en lien avec le séjour. Une fois connu le nombre de participants, je vous ferai parvenir le programme de ce challenge.

Pour idée voici les épreuves de l'an dernier, sachant que certaines vont sûrement être modifiées

- course de la mort
  - tir à la corde
  - slackline
  - parcours brancard de fortune
  - tyrolienne
  - recherche DVA
  - bloc (en soirée)
-

# Pour les « moins » jeunes

---

En fonction de la météo et des cadres disponibles les activités proposées sont les suivantes :

- cascade de glace
- ski de randonnée
- rando luge
- ski toutes neiges
- raquette
- escalade en salle le soir après les activités (à 10 m du refuge).

Le dimanche, les jeunes ayant participé au challenge intègre aussi ces activités.

## Organisation CAF Rocbaron

---

Le départ est prévu le vendredi 5 février au soir après l'école et le travail entre 18h et 19h pour une arrivée vers 22h sur site. Un co-voiturage est organisé pour limiter le nombre de voiture et les coûts.

- L'hébergement au refuge d'Eychauda est en demi-pension.
- Il est possible de venir pour les 2 jours (retour le dimanche soir) ou pour 3 jours (retour le Lundi dans la journée).
- Prévoir un pique-nique pour le voyage du vendredi ainsi que pour les 2 ou 3 repas du midi.
- Les locations pour le ski de randonnée se font sur place (skis+ chaussures)
- Le matériel spécifique aux autres activités est mis à disposition par le club (casque, baudrier, crampon, piolet, corde, ...)

Les inscriptions se font uniquement sur internet en utilisant le lien suivant :

[Lien vers la fiche d'inscription](#)

La date limite pour les inscriptions est le dimanche 17 Janvier 2016.

Le nombre de place est limité à 15 personnes.

## Coût prévisionnel du séjour

---

L'organisation du co-voiturage permet de prévoir un coût de déplacement d'environ 35 € par personne aller/retour (hypothèse de 5 personnes par voiture).

**IMPORTANT : ne pas oublier votre licence FFCAM pour bénéficier des tarifs du refuge.**

Tarif du refuge d'Eychauda :

- Pour les licenciés FFCAM le tarif de groupe : 9.4 € (taxe chauffage incluse)
- Repas du soir + petit déjeuner : 22.50 €
- Pique nique : 7.5 € (pour ceux qui préfèrent)

Location ski :

- Tarif location des skis de randonnée : environ 25 €/jours

Coût estimatif pour 2 jours (déplacement compris sans location) : environ 100 €/personne

Coût estimatif pour 3 jours (déplacement compris sans location) : environ 130 €/personne

## Liste de l'équipement personnel

---

Le but de cette liste n'est pas de vous faire acheter les équipements ci-dessous mais de vous informer ou de vous guider pour la préparation du séjour. Les activités hivernales proposées nécessitent des équipements chauds mais surtout devant pouvoir s'adapter à la dépense d'énergie lors des activités.

La licence FFCAM

Duvet ou « sac à viande » pour le refuge (des couvertures sont disponibles)

1 pantalon de randonnée (au minimum déperlant) [http://www.decathlon.fr/forclaz-500-warm-homme-noir-id\\_8282495.html](http://www.decathlon.fr/forclaz-500-warm-homme-noir-id_8282495.html)

1 paire de collant ou caleçon long comme sous couche

1 paire de chaussette chaude montante

1 paire Chaussures de randonnée (tige montante et semi rigide pour la fixation des crampons. On peut aussi louer sur place).

2 paires de gants (une paire de sous-gants en plus est généralement bien appréciée !!!)

1 Bonnet

1 paire de lunette de soleil pour le ski et/ou masque de ski

1 pharmacie perso, si besoin, avec crème solaire et baume à lèvres

1 ou 2 tee shirts de type micro-fibre à manche longue

1 ou 2 Pull idéalement en polaire

1 veste de type gore Tex ou un anorak ( doudoune + coupe vent étanche)

1 sac à dos environ 25 l pour le pique nique