



SEJOUR ESCALADE - RANDONNEE PEDESTRE AUTOUR D'AVIGNON

Dates : du **samedi 22 octobre au samedi 29 octobre 2011**

Départ : le samedi 22/10 vers 9 h - Retour : le samedi 29/10 vers 13 h

Lieu : Autour d'AVIGNON (à 2 h 30 de route de St Priest)

Niveau demandé pour s'inscrire : minimum passeport vert

Organisatrice :

- **Cécile Menu** tél : 06 76 81 69 71 (entre 17 h 30 et 21 h de préférence)
- email : doumenu@orange.fr

A noter que ce séjour est organisé en collaboration avec le Club Alpin Français de Moselle (autre club dont Cécile est adhérente et encadrante).

Hébergement et restauration :

- Samedi 22/10 : nuit en hôtel économique (style formule 1) et repas en pizzeria ou crêperie
- Du dimanche soir 23/10 au samedi matin 29/10 : Hébergement en demi-pension (comprenant petit-déj et repas du soir) au **Centre de séjour « la souvine » à Avignon**
- Chambre de 2 à 4 lits – sanitaires dans le couloir – draps et couvertures fournis
- Pique-nique de midi tirés du sac ⇒ Chacun prévoit le nécessaire (possibilité de faire des courses pendant le séjour).

Transport : co-voiturage entre les participants (liste fournie vers le 09/10/2011)

Chacun s'arrangera avec ses partenaires de voiture pour l'aspect financier du transport.

Activités :

Chaque jour seront proposées une sortie escalade et une sortie randonnée pédestre. Et chacun choisit en fonction de ses envies, y compris ne rien faire avec le groupe !

- Lieux envisagés pour l'escalade : Mouriès, Aureille, Orgon, Cavailon, Dentelles de Montmirail, ...
- Randonnées : les sorties seront proposées et encadrées par Bernard, initiateur rando au Club Alpin de Moselle



Matériel :

Votre matériel personnel d'escalade sans oublier un **casque**, un machard, une longe - Votre gourde (2 plutôt qu'une !) – un coupe-vent – crème solaire – chaussures de randonnée – petite pharmacie personnelle – votre carte d'adhérent SPM

Corde, dégaines, mousquetons peuvent être mis à disposition par le club.

Participation financière :

Environ 220 euros comprenant hébergement en demi-pension à la souvine, nuit et repas du samedi soir

Prévoir en sus : frais de transport du voyage et sur place

Date limite d'inscription : Pour le vendredi 30 septembre 2011 au plus tard

A la permanence du club par téléphone ou mail **et obligatoirement confirmée par courrier auprès de Cécile MENU** (11 allée René Cassin 69500 BRON) **en joignant un chèque d'arrhes de 50 euros à l'ordre de : Club Alpin Français de Moselle.**

A noter que : aucune inscription ne sera prise en compte sans réception du chèque d'arrhes le 30/09/2011 – en cas de désistement après le 9/10, les arrhes ne seront pas remboursés.

Pour plus d'informations : contacter Cécile.

A noter qu'à l'occasion de la manche de coupe du monde d'escalade de difficulté le samedi 29 octobre à VALENCE, Cécile vous propose de prolonger ce séjour par un **week-end autour de cet évènement.**

Au programme :

samedi 29/10 après-midi et soirée : demi-finales et finales de la coupe du monde

Dimanche 30/10 : escalade sur un site autour de Valence à définir avec les participants (si la météo le permet).

Hébergement : hôtel économique à Valence – pique-nique les samedi et dimanche

Participation financière : 13,80 € coupe du monde + env. 15 € (hôtel) + frais de covoiturage