



**FICHE D'INSCRIPTION**  
**- Vosges y Cimes – 29 janvier 2022 -**  
**Station des Bagenelles (68)**

Toutes les informations utiles et présentation de l'événement sur  
<http://grandest.ffme.fr/index.php/vosges-y-cimes>



**Une fiche par participant à retourner, accompagnée du règlement,  
à Rémi ARAGON, 7A rue des Jonquilles 68770 AMMERSCHWIHR  
avant le **20/01/2022** (dans la limite des places disponibles)**

Nom : ..... Prénom : ..... Date de naissance : \_\_\_ / \_\_\_ / \_\_\_  
Téléphone : ..... Mail : .....  
N° de licence FFME : .....

*Rappel : les ateliers sont accessibles aux licenciés et non licenciés FFME majeurs ou mineurs de plus de 16 ans accompagnés de leur représentant légal participant aux mêmes ateliers.*

**CHOIX DES ATELIERS**

Chaque atelier est décrit sur la page suivante. Utilisez les lettres A à E pour saisir vos vœux ci-dessous.

**1<sup>er</sup> atelier pour tous : L'Atelier sécurité l'hiver en montagne avec le PGM**

**2<sup>ème</sup> atelier : Vœu 1 : ..... Vœu 2 : ..... Vœu 3 : ..... (Merci de tout remplir pour nous permettre de répondre au mieux à vos vœux)**

**PRET DE MATERIEL**

Nous disposons de raquettes à neige et de packs DVA/pelle/sonde que nous pouvons prêter (dans la limite du stock disponible). La location est à payer à l'inscription par chèque séparé (voir ci-dessous). **Un chèque de caution de 200 euros sera demandé sur place.** Nous ne disposons pas de skis de rando. Nous vous laissons donc vous organiser.  
**Attention, n'attendez pas le dernier moment pour réserver car les loueurs sont fréquemment à court de matériel disponible.**

**REGLEMENT**

**En m'inscrivant à la manifestation :**

- **J'ai pris connaissance du matériel à apporter et j'ai noté que le port du casque est obligatoire sur les ateliers techniques** et qu'une tenue et un équipement adaptés aux conditions hivernales sont indispensables.
- Je m'engage à **respecter les règles de sécurité et les consignes sanitaires qui me seront communiquées** par les organisateurs avant et durant la manifestation.
- **J'autorise la ligue Grand Est FFME, la FFME et les partenaires de l'événement à utiliser les photos et vidéos prises dans le cadre de la manifestation.** Les photos seront, également, envoyées à l'ensemble des participants.

**Assurance de la manifestation :** Tous les participants à la Vosges Y cimes, bénéficient dans le cadre de la présente manifestation, des garanties prévues au contrat d'assurance en responsabilité civile souscrit par la FFME auprès de la compagnie Allianz.

L'assurance individuelle accident est de la responsabilité de chacun. Pour les non licenciés FFME ou les licenciés n'ayant pas souscrit l'option base, base+ ou base ++ au moment de la prise de licence (à vérifier sur la licence), **il peut être dans leur intérêt de souscrire, auprès de l'assureur de leur choix, un contrat couvrant les dommages corporels auxquels leur participation à la Vosges Y Cimes peut les exposer.** Une telle assurance individuelle accident peut être souscrite à l'inscription pour la durée de l'événement, uniquement pour les non-licenciés. (pour connaître les garanties, contacter r.aragon@grandest.ffme.fr)

**Certificat médical :** Les participants **NON LICENCIÉS** doivent fournir avec la fiche d'inscription, un **CERTIFICAT** de non contre-indication à la pratique des sports de montagne.

**Annulation :** En cas d'annulation de la part :

- de l'organisateur, l'inscription sera intégralement remboursée
- du participant : avant le 15/1/22 : remboursement de 50% du montant de l'inscription. Après le 15/1/22 : pas de remboursement.

**MONTANT A REGLER (à joindre à l'inscription)**

Inscription	Montant
Inscription Vosges Y Cimes (20€ Licenciés FFME saison en cours ou 30€ non licenciés FFME)	€
Assurance individuelle facultative à 6€ (pour non licenciés FFME seulement)	€
<b>Total chèque 1 (ordre ligue Grand Est FFME)</b>	€

**Inscription à la Course « la Bagenelle Ski Alpi »**

Inscription directement sur le site de l'organisateur .  
**Inscription non ouverte à ce jour.**  
<https://skiclubsaintemarieauxmines.jimdofree.com/>

Location matériel (si souhaitée)	Montant
1 paire de Raquettes à neige à 5€	€
1 Pack DVA/pelle/sonde à 5€	€
<b>Total chèque 2 (ordre ligue Grand Est FFME)</b> (Chèque de caution de 200€ sur place)	€

*Date et signature précédées de la mention « Lu et approuvé »:*

	<b>TOUS : Atelier sécurité l'hiver en montagne</b>	<b>A - Ski de randonnée initiation</b>	<b>B - Ski alpinisme perfectionnement</b>	<b>C - Alpinisme :</b>	<b>D – Randonnée raquettes - connaissance du milieu</b>	<b>E - Randonnée raquettes - techniques associées :</b>
<b>Niveau</b>	Tout niveau	Niv minimum : être à l'aise sur piste rouge	Niv minimum : maîtriser les bases du ski de randonnée.	Tout niveau	Bonne condition physique : être capable de marcher 3h en hiver et 500m de dénivelé  Tout niveau technique.	Bonne condition physique générale pour faire une petite randonnée en hiver (raquettes)
<b>Contenu</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilisation DVA/sonde/Pelle</li> <li>- Présentation et recommandations (fond de sac, info sur les avalanches, bulletin météo, BRA, appel secours, ...)</li> </ul> <p>En fonction du temps disponible :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Confection abris de secours.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Présentation du matériel et équipement</li> <li>- Découverte des manipulations</li> <li>- Présentation des techniques de montée</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Préparer sa sortie</li> <li>- présentation d'un équipement de sécurité en fond de sac</li> <li>- sensibilisation à la gestion de groupe</li> <li>- gagner du temps dans les manipulations</li> <li>- les techniques de portage -</li> <li>- tirer son second à l'élastique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cramponnage et progression pente de neige</li> <li>- Enrayement d'une chute</li> <li>- Assurage en mouvement type pente de neige (sécurisation)</li> </ul> <p>Selon le temps restant :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Techniques de mouflage</li> <li>sortie de crevasse et conseil progression sur glacier.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Découverte et présentation de la faune et du milieu montagnard en hiver</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Savoir lire et s'orienter avec une carte et une boussole</li> <li>- Connaître et retrouver sur la carte les éléments caractéristiques d'un paysage.</li> <li>- Comprendre la représentation du relief.</li> <li>- Connaître la technique d'orientation sans visibilité</li> </ul>
<b>Matériel individuel obligatoire</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gants de rechange</li> <li>- DVA / Pelle / sonde (Prévoir un éventuel pantalon de rechange)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Skis de randonnée, peaux, chaussures ski de rando et bâtons (<b>attention réserver très tôt en cas de location et essayer l'équipement à l'avance</b>)</li> <li>- Casque de ski ou de ski rando (aux normes)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Skis de randonnée, peaux, chaussures ski de rando et bâtons (<b>attention réserver très tôt en cas de location et essayer l'équipement à l'avance</b>)</li> <li>- Casque de ski ou de ski rando (aux normes)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Casque d'alpi ou escalade</li> <li>- Baudrier</li> <li>- Chaussures d'alpinisme</li> <li>- Crampons, Piolet</li> <li>- 1 Mousqueton à vis directionnel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Raquettes à neige</li> <li>- Une paire de bâtons</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Raquettes à neige</li> <li>- Une paire de bâtons</li> <li>- Carte du secteur (si possible)</li> <li>- Boussole</li> </ul>
<p><b>Pour tous les ateliers :</b></p> <p>Vêtements permettant de résister aux conditions hivernales Boisson et repas de midi Couverture de survie - Lampe frontale - Petit sac à dos</p>						

#FFMEGrandEst - #VosgesYCimes  
[www.facebook.com/ffme.grand.est](https://www.facebook.com/ffme.grand.est)  
[www.instagram.com/ligueeffme/](https://www.instagram.com/ligueeffme/)



Possibilité de s'inscrire et participer à la course de « la Bagenelle Ski Alpi » - départ 18h  
(inscription sur le site <https://skiclubsaintmarieauxmines.jimdofree.com/>)