

Découverte, Sensations & Evasion

Avez-vous un projet, une envie, une idée une destination précises en tête ?

.....

.....

.....

5 mots-clé qui résument les priorités de votre projet, envie ?

1)

2)

3)

4)

5)

Aptitudes techniques	Lire au verso les critères de qualification (* Saisir le nombre de personnes)	débutant (*)	moyen (*)	Bon (*)	Très bon (*)
Ski / Snowboard piste					
Ski / Snowboard hors piste					
Propension à l'effort / Goût pour l'effort sur l'engin de glisse					
Endurance					
Pente raide					

Expérience Alpine	Lire au verso les critères de qualification (* Saisir le nombre de personnes)	débutant (*)	moyen (*)	Bon (*)	Très bon (*)
Marche en crampons					
Encordement					
Propension à l'effort / Goût pour l'effort					
Propension à l'effort / Goût pour l'effort					
Endurance					
Pente raide					

Durée	Nb Heures	à la Journée	Nb séances	NB WeekEnd	Semaine
En semaine					
Week end					
Pendant vacances scolaires CH					
Pendant vacances scolaires FR					

Date(s) envisagée(s) :

Hébergement	Séjour ****(*)	Séjour ***(**)	Cabane	Bivouac	Igloo
chambre simple					
Chambre double					
Chambre 4-6					
dortoirs					

Priorités budgétaires	Priorités budgétaires (1 = dépenser le plus)				
	1	2	3	4	5
Accompagnement (mon temps passé avec vous...)					
Activité(s) (Remontées mécaniques, transferts...)					
Hébergement					
Repas					
Loisirs (Sorties diurnes ou nocturnes, entertainment)					
Transports					

Déplacements	oui	non
Transports publics		
Voiture personnelle		
Pas de voiture personnelle		
Déplacement avec DES		

Budget souhaité	de CHF	à CHF
Budget total par personne		
OU Budget global pour le groupe (Nb de personnes :))		

Coordonnées	Signature
NOM / Prénom :	
No tel : Email :	

Profil psychologique en conditions extérieures	NB fragile	NB fort
Face à l'adversité		
Indépendance		
En relation avec la pente		
En relation avec le vide		

cocher	Equipement * dans la mesure où DSE-CH peut me le procurer) - inscrire n/a si non applicable	à louer par moi	à louer par DSE-CH	* à prévoir par DES-CH	J'AI
	Matériel technique Glisse : Skis / Snowboard / Skis de Fond / Skis de Peau / Bâtons de ski / Casque (recommandé) / Sac de Montagne (30-35 L) / Thermos / Compléments énergétiques / boisson / Pique-nique le cas échéant				
	il me/nous manque :				X
	Matériel technique Rando : Peaux-de-Phoque / Couteaux / Fixations de marche / 1 DVA / 1 sonde / 1 pelle / 1 sonde / sous-pull et chaussettes de rechange / au printemps : baskets				
	il me/nous manque :				X
	Matériel technique alpin : baudrier / 2 mousquetons à vis / 1 cordelette pour prussik / 2 cordelettes de sauvetage / couverture de survie / 1 sangle / descendeur / crampons / pharmacie légère				
	il me/nous manque :				X
	Matériel technique Marche : Chaussures / Raquettes / baskets / Bâtons de ski				
	il me/nous manque :				X
	Matériel technique Vêtements : Sous-pull / Pull / Polaire / Veste de ski (Capuche) / Collant (?) / pantalon de ski / protège-visage / bonnet / écharpe / bandeau / gants				
	il me/nous manque :				X
	Matériel technique Accessoires : (Lunettes et masque de ski (Classe 4) / protection solaire / lipstick / smartphone / Mouchoirs / Pièce Identité / Argent / Carte de Paiement-Crédit / Carte de membre (CAS, CAF...) / Abonnement (demi-tarif etc...)				
	il me/nous manque :				X
	Matériel technique Bivouac : rechanges CHAUDS (chaussettes et sous-pull) / ThermaRest / Sac de couchage (température de confort : -10 -15) / Sac de montagne (45-50 L) / Briquet / Cuillère / Couteau / P-Cul / Bougie				
	il me/nous manque :				X

Niveau Technique	
débutant	- Chasse-neige piste verte voire bleue
Moyen	- Virages Stem très sûrs , Virages Parallèles maîtrisés en conditions favorables jusqu'à pistes rouges.
Bon	- Virages parallèles et Virages courts jusqu'à pistes rouges y compris glacées. - Virages parallèles et Virages courts jusqu'à pistes noires non glacées. - Maîtrise de sa vitesse en toute circonstance. - Niveau moyen en toute neige et en hors piste ou bon mais seulement en poudreuse. - Pente raide hors piste : débutant. - Tombe parfois.
Très Bon	- Virages parallèles et Virages courts jusqu'à piste noires y compris glacée. - Maîtrise de sa vitesse en toute circonstance et sur toute piste. - Maîtrise sa vitesse et sa technique de virage en hors piste toute neige. - Pente raide jusqu'à 30-35 degrés (ou plus...) - Ne tombe quasiment pas.

Expérience Alpine	
débutant	- Aucune expérience hivernale en altitude. - Jamais mise un baudrier ou pratiqué d'encordement (via ferrata par exemple). - Jamais été sur glacier ou hors piste.
Moyen	- Petite expérience hivernale en altitude. - Pratiqué une ou quelques fois l'encordement (via ferrata par exemple). - Pas d'expérience ou quasi pas sur glacier. - Peu d'expérience en hors piste (a fait de la peau de phoque une ou deux fois)
Bon	- Expérience hivernale en altitude. - Sait s'encorder. - Pratiqué par exemple l'alpinisme, l'escalade en été de façon occasionnelle ou régulière. - Skie régulièrement en hors piste ou/et peau de phoque.

Commentaires