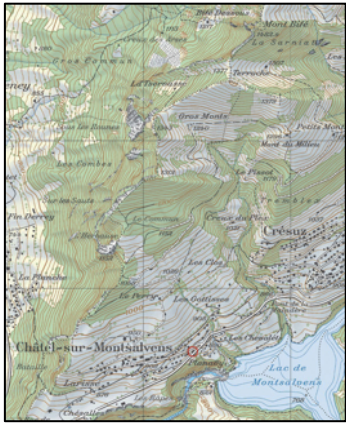


23 OCTOBRE 2011

Entre terre et ciel

Randonnée accompagnée



www.suissemobile.ch © swisstopo

Horaire Rdv le dimanche 23 octobre 2011 à 9h dvt le restaurant de la Tour à Châtel-sur-Montsalvens (départ de Lausanne à 6h45 pour Fribourg puis Châtel-sur-Montsalvens, Rest. - arrivée à 8h41) - Retour au même endroit vers 16h30 (départ de Châtel-sur-Montsalvens, Rest. à 16h58 pour Bulle, Palézieux puis Lausanne - arrivée à 19h15 à Lausanne) - Horaire détaillé des transports publics sur www.cff.ch - Cf. ci-joint plan d'accès en voiture

Randonnée Boucle d'environ 4 heures de marche (sans les pauses et les animations) sur les hauts de Châtel-sur-Montsalvens, au rythme d'un petit sentier, à travers pâturages et forêts, en direction de Bifé - Environ 600m de dénivelé positif - Quelques passages un peu abruptes, glissants par temps humide, "vertigineux" par endroit - Pour les membres du Club Montagne de l'EPFL, ayant un bon pied et ne souffrant pas particulièrement de vertige

Thématique Entre terre et ciel, partir à pied dans la fraîcheur d'un matin d'automne à la rencontre d'arbres extraordinaires... accrochés aux flancs d'une arête rocheuse... fièrement amarrés au milieu d'un pâturage... blottis à l'orée d'une forêt... - Animations de groupe à la découverte d'un milieu de vie, de ses spécificités, de ses richesses, ...

Inscription OBLIGATOIRE - Par e-mail (clubmontagne@epfl.ch) jusqu'au 20 octobre 2011 - Nombre max. de 12 personnes - Prix CHF 10.- par personne à verser au Club Montagne de l'EPFL

Liste matériel

Indispensable

- ☐ Chaussures de randonnée montante (au-dessus de la cheville), imperméables, avec une semelle bien profilée (type Vibram)
- ☐ Sac à dos confortable, bien adapté à sa taille/morphologie, max. 30 litres
- ☐ Habits de randonnée (pantalon et t-shirt léger en polyester ou fibres synthétiques, chaussettes de randonnée)

- ☐ Veste coupe-vent et imperméable (type Gore-tex), avec capuchon
- ☐ Pull ou jaquette polaire (habit chaud)
- ☐ Casquette, chapeau ou couvre-chef
- ☐ Lunettes solaires
- ☐ Crème solaire, indice minimum 30
- ☐ Gourde/Thermos (min. 1 litre), remplie de thé, d'eau ou de sirop (boissons sucrées bienvenue !)

- ☐ Pique-nique pauses et repas de midi
- ☒ Bonne humeur !

Facultatif

- ☐ Bâtons télescopiques
- ☐ Jumelles
- ☐ Appareil photo
- ☐ Affaires personnelles (couteau suisse, médicaments d'urgence, ...)

Conditions générales

Météo La randonnée a lieu par tous les temps.

Modifications L'accompagnateur se réserve le droit de changer d'itinéraire voire de région selon les conditions météo et/ou la forme physique de ses clients.

Santé Le client doit annoncer à l'accompagnateur, avant la randonnée, d'éventuels problèmes de santé (allergies, diabète, problèmes cardiaques, ...). Il est également tenu de prendre avec lui les médicaments courants et d'urgence nécessaires.

Assurances Chaque client doit être au bénéfice des couvertures d'assurance suivantes : maladie - accident - responsabilité civile incluant les accidents en montagne - frais de recherches, de sauvetage et de rapatriement en cas d'accident.

