

### Ranjonnee accompagnee



www.suissemobile.ch © swisstopo

Horaire Rdv le dimanche 9 octobre 2011 à 9h dvt le restaurant de la Tour à Châtel-sur-Monsalvens (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 fraicheur d'un matin d'automne à la rencontre d'arbres extraordinaires... accrochés aux flancs d'une arrête 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 3 octobre 2011 - Nombre max. de 12 personnes - Prix CHF 10.- par personne à verser au Club Montagne de l'EPFL

## Liste materiel

#### **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 tshirt 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
- ☐ Casquette, chapeau ou couvre-che ☐ 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 generales



**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.