



REGLEMENT DES PARTICIPANTS AUX COURSES DE LA SECTION

1. INSCRIPTIONS

- pour les courses d'un jour, les inscriptions s'ouvrent en principe 1 mois avant la date de la course ; pour les courses de plusieurs jours, elles s'ouvrent 3 mois avant et un acompte peut être demandé pour la validation de l'inscription. Le candidat annonce son intention au chef de course (CdC), avec ses coordonnées personnelles et le numéro de portable d'une personne proche (utilisé en cas d'urgence uniquement)
- si les inscriptions sont prévues sur le site Internet de la section, le participant se conforme au processus prévu.

2. EXIGENCES

- la personne intéressée à participer à une course doit justifier d'un niveau physique et technique suffisant
- elle est tenue d'informer le CdC d'éventuels éléments personnels qui pourraient influencer le déroulement de la course
- si elle est empêchée de participer, elle doit l'annoncer au plus tôt au CdC, de manière à permettre son éventuel remplacement
- le participant s'assure d'avoir l'équipement nécessaire et la maîtrise de son utilisation (cf. point 5 du présent règlement)
- pendant la course, il suit les instructions et respecte les décisions du CdC ; s'il quitte le groupe durant l'activité, il le fait à ses risques et périls.

3. ASSURANCES

- la participation à une course officielle ne confère pas d'assurance-accident ni de RC. Il appartient à chaque membre de s'assurer qu'il dispose de telles assurances.

4. FRAIS

- l'inscription engage à partager l'ensemble des frais de la course et à prendre en charge les frais du chef de course et/ou du guide divisés par le nombre de participants (déplacement, nuitée, taxe, pension, ...), même en cas de désistement
- une assurance voyage comprenant les frais d'annulation peut être conclue personnellement
- pour les courses avec un guide de montagne, les Conditions générales du contrat (CGC) éditées par l'Association suisse des guides de montagne s'appliquent en principe aux participants.



5. EQUIPEMENT POUR LES COURSES DE SECTION

L'équipement standard nécessaire pour les courses se compose de l'équipement de base et de l'équipement supplémentaire pour le type de course. Le chef de course peut modifier la **liste indicative** ci-dessous. Le matériel technique sera de type homologué par l'UIAA.

1. Équipement de base

<ul style="list-style-type: none">• Vêtements adaptés et chauds. Habits de rechange• Chaussures (montagne ou ski de rando avec semelle de type Vibram)• Sac à dos (avec fixations pour skis/ piolet)• Veste imperméable (type Gore-Tex)• Guêtres (facultatif)• 1 ou 2 paires de gants/mouffles• Bonnet (adapté au casque)• Masque de ski (lunettes tempête)• Lunettes de soleil, casquette• Crème solaire et protection pour les lèvres• Lampe frontale (piles/accumulateur vérifiés)	<ul style="list-style-type: none">• Thermos ou gourde• Nourriture• Couteau de poche• Pharmacie de premiers secours et couverture de survie• Mouchoirs en papier• Smartphone et/ou matériel d'orientation (carte, boussole ou GPS)• Carte d'identité• Argent• Abonnement ½ tarif/AG (selon course)• Nuitée : Carte de membre du CAS, affaires de toilette, « sac à viande » et chargeur de smartphone
---	---

2. Équipement supplémentaire pour randonnées à raquettes

<ul style="list-style-type: none">• Raquettes ajustées aux chaussures• Bâtons (éventuellement rondelle de réserve)• DVA trois antennes avec fonction de marquage	<ul style="list-style-type: none">• Pelle à neige (homologuée)• Sonde (min. 240cm)
--	---

3. Équipement supplémentaire pour randonnées à skis

<ul style="list-style-type: none">• Skis de randonnée avec fixation réglée• Bâtons (éventuellement rondelle de réserve)• Peaux de phoque et fart à peaux• Couteaux adaptés	<ul style="list-style-type: none">• DVA trois antennes avec fonction de marquage• Pelle à neige (homologuée)• Sonde (min. 240cm)
---	--

4. Équipement supplémentaire pour courses d'alpinisme, d'escalade et de cascades de glace

<ul style="list-style-type: none">• Baudrier• Casque• 1 dégaine• 1 descendeur/assureur (type Reverso ou ATC guide)• 2 mousquetons HMS à vis pour assurage au ½ nœud d'amarre• 2 mousquetons à vis (assez fins pour les relais)• 2 sangles cousues de 120cm• 1 longe d'auto-assurage de type Mammut belay sling ou Béal dynadoubleclip	<ul style="list-style-type: none">• 3 cordelettes prussik de 110 cm, 180 cm et 300 cm et Ø 6 mm• Chaussons d'escalade• Piolet (adapté à la glace)• Crampons ajustés aux chaussures• 1 vis à glace• Pour la cascade de glace en supplément : 1 paire supplémentaire de gants/mouffles, 2 piolets ancreurs et crampons adaptés à la cascade.
--	--

5. Équipement supplémentaire indicatif pour chefs de courses et premiers de cordée

<ul style="list-style-type: none">• Liste des participants• Numéros de téléphone de secours et du prés./vice-prés. et responsables alpinisme du CAS Moléson• Radio avec canal REGA et E (161.300MHz)• Topo guide pour la course• Corde	<ul style="list-style-type: none">• Cordelettes et sangles• Matériel de mouflage avec poulie type Microtraxion• Dégaines• Coinceurs et « Friends »• Vis à glace, crochet à lunules
--	--

Tiré de CAS Moléson. Directives de la commission d'alpinisme pour chefs de course et participants