



club alpin français
Annecy

ՏԻՖԱԿՐԱԿՆԻՏԿԱՆ



ՏԵՎԵՐԱԿՆԻՏԿԱՆ

12
03

SBK
Shabrakross
COL des Aravis

nichés au fond d'une dépression, au pied de la reine Meije et baptisés au Cerdon, il y a plus de 10 ans, les Shabraks voyaient le jour. Depuis cet évènement intergalactique, l'esprit plus que jamais vivace, proluxe et créateur de toute chose, ils ont eu l'idée de regrouper tous les snowboarders lors d'un derby façon Shabrak : le **Shabrakross**.

Pour la troisième saison, l'invitation en est donnée à toutes les sections de snowboard de rando de France, débutant en rando ou confirmé la porte est ouverte - l'impératif étant d'être licencié au CAF et de sortir régulièrement en collective.



Pour résumer le Shabrakross c'est un départ en ligne, deux montées, deux descentes et un chronomètre pour départager les plus compétitifs. Un bonus time comprenant une recherche DVA en fin de parcours achèvera d'établir le classement.

Ce jour là l'esprit festif doit être célébré. Pour cela toutes spécialités liquides, solides ou vestimentaires peuvent représenter votre région de provenance.



Matériel obligatoire :

- matos de snowboard - raquettes ou split - bâtons - boots
- vêtements chauds et adaptés pour la rando
- matériel de sécurité - DVA - pelle - sonde

On fournit deux barres de céréale et une bouteille de 0,5 l.
A vous de compléter selon vos besoins.
La course s'effectue sur deux fois 300 m. de D+

La date est le **12 mars 2016**, avec un rendez-vous pour la distribution des dossards au Col des Aravis à partir de 7h30 pour un départ à 9h00.

Pour avoir un dossard et prendre le départ, vous devrez régler le jour de la course **15 euros** en espèces - ce qui correspond aux frais d'organisation et le BBQ d'après course.

Dès à présent et jusqu'au 1 mars, pour réserver une place il suffit de remplir le document d'inscription et de le renvoyer par mail à l'adresse : shabrakross@gmail.com

Fin des inscriptions le mardi 1 mars 2016.

On se retrouvera le soir même pour un repas festif au club.
Compter **5 euros** en supplément par personne.



12
03

SRK
ShabrAkross
COL des Aravis

SHABRAKROSS 2016 - 12 MARS 2016 - BULLETIN D'INSCRIPTION

à retourner le plus tôt possible - fin des inscriptions le 1 mars

Nom / Prénom : - pratiquant - initiateur

N° adhérent CAF : Ville :

Mail : N° portable :

- raquettes/snow - - split - - ski / télém.

- règlement et bulletin d'inscription - Signature :
avec mention 'lu et approuvé'

- je viens accompagné (famille, amis) - nombre :

- repas du samedi soir - 5 euros par personne :

5 X +15 = (à régler en espèces le jour de la course)

régime alimentaire spécial :

- je viens du vendredi soir et demande le gîte pour la soirée.

seul - accompagné - nombre :

- je reste aussi le samedi soir pour profiter de la soirée,
j'ai besoin d'une nouvelle nuitée pour le gîte.

seul - accompagné - nombre :

- dimanche, j'en ai dans les jambes, je suis dans la Yaute,
je suis chaud pour sortir en rando.

Des questions : shabrakross@gmail.com

LE GRAND
BORNAND

— STATION  VILLAGE —



Au Vieux Campeur



TSL OUTDOOR

FLUM
splitboard

RIPCURL
BOARDING COMPANY



YOGI TEA[®]
BIOLOGIQUE



RÈGLEMENT SHABRAKROSS 2016

- **1 CALENDRIER** : Le Shabrakross se déroulera le samedi 12 mars 2016

- **2 PARTICIPATION** : L'épreuve est ouverte à toutes et à tous les snowboarders de randonnée, licenciés FFCAM - quelques exceptions particulières autorisent la participation aux skieurs et télémarcheurs.

Tout concurrent ne maîtrisant pas suffisamment son engin pourra se voir refuser le départ.

L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident matériel ou corporel pouvant survenir aux concurrents et des suites éventuelles qui pourraient en découler, en cas de dommage causé par un participant à un autre participant ou à un tiers, ainsi qu'en cas de perte ou de vol des effets personnels, "notamment" lors de la venue au lieu de départ au Col des Aravis.

- **3 ENGAGEMENTS** : Le prix de l'inscription est de 15 € NDT (net de taxe), réglé le jour de la course contre remise du dossard et du matériel fourni par l'organisation. L'inscription se fait par retour du bulletin d'inscription par mail à l'adresse : shabrakross@gmail.com et ne sera validée qu'une fois payée le jour de la course.

Toute inscription incomplète, tout bulletin incomplet ou non signé et non accompagné du paiement de l'engagement ne pourra être pris en compte. Le nombre de concurrents admis à participer à l'épreuve est déterminé par l'organisation, le nombre est fixé à 100 participants maximum. Les engagements seront clos sans préavis lorsque le nombre maximum de concurrents admis à participer sera atteint.

- **4 LES DOSSARDS** : Seuls les porteurs du dossard pourront participer à l'épreuve. Les dossards seront à retirer le jour de la course à partir de 7h30 lors de la validation de l'inscription.

La validation sera complète après présentation de la licence CAF saison 2015-2016 et du bulletin d'inscription dûment complété daté et signé et portant la mention "règlement et bulletin d'inscription Lu et Approuvé".

- **5 DÉPART** : Le départ se fera en ligne et à pieds. Il est prévu normalement à 9h. Cet horaire pourra être avancé ou reculé en fonction des conditions nivo-météo du jour.

- **6 PARCOURS** : Cette course se déroule sur le site du Col des Aravis dans les premières pentes de l'Etale versant nord.

Le départ est prévu sur l'alpage peu avant l'arrivée au col côté Haute-Savoie et l'arrivée au même point, cet endroit sera matérialisé par les tentes accueil et balisage mis en place ; selon les conditions d'enneigement.

Entre ces 2 points, l'itinéraire est composée d'une première montée suivant un balisage mis en place d'environ 320 m. ; l'arrivée au contrôle 1 désigne la conversion pour la première descente qui est libre jusqu'au deuxième point de contrôle ; point de départ de la seconde montée d'environ 250 m. en suivant le balisage mis en place jusqu'au point de contrôle trois. Ce sera la dernière conversion pour l'ultime descente libre jusqu'au parc DVA. Il suffira de trouver un DVA pour finir la course.

Seuls les dangers importants, tels que barres rocheuses ou rochers situés dans l'axe des trajectoires pourront être balisés ou signalés. Ce balisage, implanté en site montagne, ne pourra être ni intégral, ni exhaustif. Cependant le non-respect de ce balisage entraînera la disqualification du concurrent.

Le choix de l'itinéraire est sous la responsabilité de chacun, les coureurs sont informés des risques d'accidents graves inhérents aux courses de montagne.

- **7 ÉTAT DU TERRAIN** : Le terrain ne fera l'objet d'aucune préparation particulière et sera livré aux concurrents dans les conditions imposées par la météo et l'état de la neige.

L'attention des concurrents est tout particulièrement attirée sur le fait que le parcours, situé hors-piste et dans un domaine naturel de haute montagne, ne fait l'objet d'aucune sécurisation préalable contre les risques d'avalanches. En cas de risque d'avalanche anormal, l'organisation pourra décider, jusqu'au dernier moment ainsi que durant l'épreuve, d'annuler ou d'interrompre celle-ci pour raison de sécurité.

- **8 SÉCURITÉ** : Samedi 12 mars 2016 - 8h30 : Briefing participants, présence obligatoire.

La liste du matériel obligatoire est fournie et sera contrôlée au moment de l'inscription. L'organisation se réserve le droit de refuser le départ à tous

participants ne répondant pas aux exigences citées dans cette liste.

Les secours sont organisés et mis en place sous la responsabilité de l'organisation.

L'organisation insiste sur le fait qu'il appartient au coureur et ce sous son entière responsabilité de vérifier son matériel ainsi que le bon fonctionnement du DVA.

- **9 ÉTHIQUE** : Vous évoluez sur un terrain montagne et en altitude. Nous vous demandons de respecter ces espaces sauvages. Ne rien jeter au sol. Merci de respecter les autres usagers de ces mêmes espaces.

- **10 ANNULATION** : L'organisation se réserve le droit de reporter ou d'annuler l'épreuve, notamment en cas de mauvaises conditions météorologiques ou d'instabilité du manteau neigeux.

- **11 ARRÊT DE LA COURSE** : L'organisation se réserve le droit d'arrêter définitivement la course en cas de force majeure.

- **12 REMBOURSEMENT** : Si l'épreuve ne peut avoir lieu pour l'une des raisons indiquées ci-dessus, ou en cas de force majeure, le prix des engagements ne sera pas remboursé.

- **13 LISTE DU MATÉRIEL** : Le matériel listé ci-dessous est exigé pour tous le parcours.

Le matériel de sécurité noté par * doit être conforme aux normes CE UIAA sans aucune modification.

- Matériel individuel :

- progression raquette :

- snowboard

- boots

- raquettes adaptées à la randonnée alpine

- bâtons télescopiques

- sac à dos de portage snowboard avec accès rapide aux outils de sécurité

- progression split board - ski :

- snowboard et fixations de type splitboard

- skis et fixations avant et arrière permettant le mouvement du talon à la montée et son blocage à la descente. La fixation doit posséder un système de déclenchement latéral et frontal
- peaux antidérapantes adaptées au splitboard ou aux skis
- boots ou chaussures de ski de randonnée adaptées aux fixations
- bâtons télescopiques
- sac à dos pouvant contenir tout le matériel exigé avec accès rapide aux outils de sécurité
- vêtements :
 - haut de corps : trois couches à manches longues et à la taille du participant : veste de type gore-tex - doudoune ou softshell - tee-shirt technique
 - bas du corps : pantalon coupe-vent à la taille du participant
 - une paire de gants : couvrant toute la main et portée pendant toute la durée de la course.
 - une paire de lunette ou masque de ski - filtrant - niveau 3
 - bonnet ou bandeau
 - casque de ski ou d'alpi - au libre choix des participants.
- triptyque de sécurité :
 - DVA* : détecteur de victime d'avalanche conforme à la norme EN 300-718
Porté contre son corps, sous les vêtements, en mode émission pendant toute la durée de la course.
Le participant est responsable du bon fonctionnement de l'appareil
 - Pelle à neige : sans modification de sortie d'usine
 - Sonde à neige : longueur minimale de 2,40 m. et d'un diamètre minimum de 10 mm.
sans modification de sortie d'usine
- Matériel fournis par l'organisation :
 - dossard des participants - portés pendant toute la durée de la course
 - deux barres de céréales
 - une bouteille de 0,5 l. d'eau