

Chers Randonneurs,

Après avoir fait une petite excursion dans nos montagnes voici quelques conseils pour le TGV qui approche à grand pas...

En montant jusqu'au col de la Vanoise, nous avons pu remarquer qu'il reste beaucoup de neige sur le terrain. Les bâtons s'avèrent donc d'une grande utilité.

En outre, vous risquez d'avoir les pieds mouillés sur une grande partie du parcours par conséquent, il est important de s'équiper en conséquence : Chaussures adaptées, pansements pour les ampoules...

Afin que vous vous rendiez compte de la neige qu'il reste au dessus de 2000m d'altitude nous avons fait quelques images que nous avons mis en ligne sur *Daily Motion*, voici le lien pour accéder directement à la vidéo :  
**<http://www.dailymotion.com/videos/relevance/search/tgv%20trail>**

Dernières petites recommandations, comme vous le savez la rando se déroule pour une grande partie dans le Parc national de la Vanoise, il est donc indispensable de respecter l'environnement :

- Animaux, plantes, fossiles appartiennent au paysage : cueillettes et prélèvements sont interdits
- Conservez la nature propre : ne jetez pas de déchets : bouteilles d'eau, emballages papiers...
- Respectez le tracé des sentiers : ne sortez pas des sentiers balisés

Tout comportement allant à l'encontre de cet esprit, impliquera une sanction envers son auteur, sans possibilité d'appel.

Voilà, n'oubliez pas que le rendez-vous pour le retrait des dossards est fixé vendredi 4 juillet à 19h en salle polyvalente ou à 6h30 le samedi matin.