

QUESTIONNAIRE POUR L'INSCRIPTION EXTREME

Pour participer à la course EXTREME, tu dois justifier d'une expérience avérée en montagne.

Pour évaluer cette expérience, les guides de la direction de course s'appuient sur tes réponses aux questions ci-dessous. La décision du comité de la course est irrévocable.

Si, en répondant à ces questions, tu as des doutes sur ta participation à l'EXTREME, nous te recommandons de t'inscrire à une course techniquement plus facile au Matterhorn Ultraks.

En cas de refus, tu as le choix entre une place dans l'une des autres courses ou un remboursement.

Confirmation de la réponse : Mountain Autonomie (réponse obligatoire)

- Je confirme que je peux être autonome en cas de mauvais temps et/ou de brouillard en haute montagne, hors des sentiers de randonnée. En outre, j'ai bien vérifié les limites de temps.

QUESTION 1 : Expérience en compétition de skyrunning

- J'ai terminé lors d'une édition EXTREME dans les temps impartis.
- J'ai été accepté pour une précédente édition de la course EXTREME, mais je n'ai pas pu y participer.
- J'ai déjà participé à l'une des courses suivantes :
- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Tromso (NOR) | <input type="checkbox"/> Kima (ITA) |
| ▪ année : _____ | ▪ année : _____ |
| ▪ Temps de course : _____ | ▪ Temps de course : _____ |
| ▪ Rang : _____ | ▪ Rang : _____ |
| <input type="checkbox"/> Glen Coe (GBR) | <input type="checkbox"/> Pirinenc Els 2900 (AND) |
| ▪ année : _____ | ▪ année : _____ |
| ▪ Temps de course : _____ | ▪ Temps de course : _____ |
| ▪ Rang : _____ | ▪ Rang : _____ |

QUESTION 2 : Expérience en montagne

J'ai déjà effectué les sommets suivants ou des courses en montagne similaires en été
(indiquer 3 au maximum).

Les sommets doivent être rocheux ou mixtes (roche/glace). Merci de noter que les sommets enneigés ou glacés comme le Mont Blanc ne sont pas pris en compte.

- _____
 - Avec un guide de montagne
 - Sans guide de montagne
- _____
 - Avec un guide de montagne
 - Sans guide de montagne
- _____
 - Avec un guide de montagne
 - Sans guide de montagne

Les parcours de référence possibles sont les suivants ou équivalents :

- L'arête du Hörnli du Cervin
- Lagginhorn voie normale
- Itinéraire normal du Weisshorn
- Zinalrothorn Route normale
- Dépassement de Besso
- Crête d'aiguille
- Täschhorn Mischabelgrat
- Grand Combin Meitingrat
- Itinéraire normal du Monte Viso
- Alphubel Rotgrat
- Obergabelhorn
- Dent Blanche
- Eiger Mittellegigrat
- Schreckhorn
- Lauteraarhorn
- Traversée de l'Aiguille Dorée
- Traversée des Pointes des Ecardies

QUESTION 3 : Expérience en escalade

J'ai déjà fait la via ferrata suivante (indiquer 3 au maximum) :

- _____

Niveau de difficulté : K1 : K2 : K3 : K4 : K5 : K6.

- _____

Niveau de difficulté : K1 : K2 : K3 : K4 : K5 : K6.

- _____

Niveau de difficulté : K1 : K2 : K3 : K4 : K5 : K6.

QUESTION 4 : Vitesse en montée

Quelle est ta vitesse d'ascension en mètres par heure ?

- _____ Dénivelé par heure

Pour participer à l'EXTREME, nous recommandons une vitesse d'ascension minimale de 800 mètres de dénivelé par heure. Si tu n'y parviens pas, tu auras du mal à atteindre les limites de temps prescrites.