

# Informations pratiques

## Réunions

Tous les jeudis soir de 20h15 à 21h45 (le mercredi lorsque le jeudi est férié).

## Adhésions

Les trésorier(e)s enregistrent les adhésions ainsi que les licences - assurances (FFME, FFRP) pour lesquelles un certificat médical de non contre-indication à la pratique des sports de montagne est obligatoire.

Si vous ne souhaitez pas prendre de licence - assurance par notre intermédiaire, veillez à ce que votre assurance individuelle couvre l'ensemble des sports que vous pratiquez en montagne. Vous devrez alors, nous fournir une attestation d'assurance.

## Inscriptions aux sorties

L'inscription auprès de l'organisateur de la sortie le jeudi soir ou par téléphone est obligatoire. Il vous fournira tous les renseignements nécessaires.

Extrait de la charte des sorties collectives :

- *L'organisateur a le devoir de refuser d'inscrire quelqu'un ne lui paraissant pas du niveau de la sortie et doit alors l'orienter vers une sortie plus adaptée.*
- *L'heure annoncée le jeudi soir n'est pas l'heure de rendez-vous, mais l'heure de départ.*

## Matériel

En dehors du matériel spécifique nécessaire indiqué par l'organisateur de la sortie, il est indispensable d'avoir une bonne paire de chaussures adaptée au terrain.

Du matériel technique peut être fourni aux débutants dans la limite de nos stocks. L'organisateur se charge du matériel collectif.

## Les lieux de rendez-vous :

- Ils sont déterminés par l'organisateur soit :
- devant l'église Saint Pierre du Rondeau,
  - derrière le centre commercial Meylan,
  - derrière la MC2.

## Déplacements

Quand ils sont effectués en voiture particulière, les frais de transport sont partagés .

## Sécurité

Seules les sorties officielles inscrites dans le calendrier, ou affichées dans notre salle de réunion et encadrées par des organisateurs habilités, peuvent mettre en jeu la responsabilité de l'association.

Le nombre de participants peut-être limité.

**Pour toutes les sorties effectuées en milieu enneigé le port d'un DVA (détecteur de victimes d'avalanche) est obligatoire quelle que soit la saison.**

A la demande du Comité de Gestion, les organisateurs de sorties en milieu enneigé prévoient si possible, un temps consacré à un exercice de recherche.

Afin d'avertir un proche en cas de nécessité, il est impératif de nous fournir **le numéro d'appel d'une personne** à contacter. **Ce numéro doit aussi être glissé dans votre sac à dos et/ou figurer dans le répertoire (accessible !) de votre portable suivi des lettres ICE.**

# LEGENDES DU CALENDRIER

## Cotations

Les cotations employées sont conventionnelles et indicatives du niveau minimum pour effectuer la course. Les conditions météorologiques ou de terrain au jour de la sortie pouvant les modifier.

- F** : facile,
- PD** : peu difficile,
- AD** : assez difficile,
- D** : difficile,
- TD** : très difficile,
- ED** : extrêmement difficile
- RHM** : Randonnée Haute Montagne

*Randonnées en Raquettes*

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
<b>Sorties du week-end</b>				
S 07/01	Croix de Chamrousse 2253 m - <b>Pleine lune</b>	Belledonne	PD / 450 m	P. Pichard
8/1	Lac de la Grande Sitre	Belledonne	F / 680 m	A. Supply
8/1	Le Charmant Som	Chartreuse	F / 600 m	N. Armand
15/1	Le Connest (1770 m)	Matheysine	F / 500 m	R. Javellas
15/1	Col du Sabot	Rousses	PD / 800 m	S. Besson
15/1	Cote Rouge (2015 m)	Trièves	F / 250 m - 8 km	M. Benoit
22/1	L'Aubeyron (1553 m)	Vercors	AD / 800 m	A. Houillon
29/1	Col du Merdaret 1812 m - <b>Initiation DVA</b>	Belledonne	PD / 545 m	P. Pichard
29/1	Roc d'Arguille	Chartreuse	F / 350 m	JP. Dulaurent
S 04/02	Plateau de Sornin 1550 m - <b>pleine lune</b>	Vercors	PD / 770 m	P. Pichard
04 & 05/02	Valgaudemar - nuit en gite	Valgaudemar	F / 500 - 700 m	G. Piot
5/2	Lauvitel	Oisans	F / 550 m	L. Vincent
5/2	Col de la Charmille	Chartreuse	F / 750 m	A. Supply
V 10/02	Autour de l'Arzelier - <b>Pleine lune</b>	Vercors	F / 200 m	R. Javellas
12/2	Croix de l'Alpe	Chartreuse	F / 800 m	S. Besson
12/2	La croix du Léat	7 laux	PD / 800 m	A. Houillon
19/2	Darbounouse	Vercors	F / 260 m - 16 km	JP. Dulaurent
19/2	Charande depuis la Croix Perrin	Vercors	F / 620 m	N. Armand
26/2	Col de Bovinant 1646 m	Chartreuse	PD / 700 m	P. Pichard
26/2	Chalet de l'Aulp Bernard (1575 m)	Belledonne	F / 475 m - 6 km	M. Benoit

*Randonnées en Raquettes*

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
26/2	<i>Découverte de la nature hivernale - dplt car</i>	Vercors	Non signif	B. Blanchet
4/3	Le Grand Manti en boucle	Chartreuse	PD / 850 m	A. Supply
4/3	Col des Charmilles	Chartreuse	F / 800 m	G. Piot
4/3	Le Grand Galbert	Taillefer	AD / 1275 m	A. Houillon
S 10/03 au 14/03	Saint Véran—Séjour	Queyras	PD / 600-800 m	V. Lebrun
18/3	Col de l'Aupet 1653 m	Vercors	PD / 540 m	P. Pichard
25/3	Les lacs Robert depuis Casserousse	Belledonne	PD / 600 m	N. Armand
25/3	l'Emeindras de Dessus	Chartreuse	PD 600 m	JP. Dulaurent
25/3	Brèche des Lacs Robert 1998 m	Belledonne	D / 600 m	P. Pichard
1/4	Crêtes de Brouffier	Taillefer	PD / 1000 m	A. Supply
1/4	Pic Blanc du Galibier 2955 m	Oisans	D / 985 m	P. Pichard
8/4	Les crêtes de Brouffier	Taillefer	PD / 940 m	L. Vincent
8/4	Côte Rouge	Beaumont	PD 1310 m	JP. Dulaurent
19/4	Pointe du Sciallet	Belledonne	PD+ / 1150 m	R. Blache
<b>Sorties du Jeudi</b>				
J 12/01	La Peyrouse par le sud	Connest	PD- / 900 m	R. Blache
J 26/01	Le col d'Hurtières les Banettes	Chartreuse	PD- / 1000 m	R. Blache
J 02/02	Pas Ernadent 1833 m	Vercors	PD / 750 m	P. Pichard
J 09/02	Montagne de Tigneux	Belledonne	PD / 1100 m	R. Blache
J 23/02	La tête d'Oriol	Dévoluy	PD6- / 1300 m	R. Blache
J 08/03	La Querlie	Grande Rousses	PD- / 800 m	R. Blache
J 15/03	Tour des Prêtres	Dévoluy	AD / 1100 m	A. Houillon
J 22/03	Le Pic de Pré Chambenne	Dévoluy	PD / 980 m	R. Blache
J 05/04	Le Petit Som	Chartreuse	PD / 950 m	R. Blache

*Randonnées à skis*

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
<b>Sorties week-end et séjours</b>				
18/12	Station de Lans - <b>initiation</b>	Vercors	F / 300 m	JJ. Cleyrat
8/1	Chamechaude - <b>Dplt en car</b>	Chartreuse	PD/700 m	B. Blanchet
8/1	Rochers du Lorzier (1787 m)	Chartreuse	PD	D George
S 14/01	Mont Morbié - <b>Initiation</b>	Bauges	F / 700 m	F. Naud
15/1	<b>Initiation</b> / Echauffement		F	G. Perrin
15/1	Orionde (2040 m) combe nord est - <b>Initiation</b>	Belledonne	PD / 790 m	J. Guyot
S 21/01	Rochers de l'Ours	Vercors	PD+/860 m	C. Lavanant
21 22/01	<b>recyclage conduite de course</b>	Vercors	<b>Formation</b>	M. Gibergy
22/1	Crête du Chardonnet	Cerces	PD 1000 m	R. Le-Bihan
22/1	La Peyrouse	Matheysine	F / 750 m	M.Nechtschein
22/1	Charmant Som par le Mont Fromage - <b>initiation</b>	Chartreuse	PD / 330 m	JJ. Cleyrat
29/1	La Gardiole 2753m	Briançonnais	F / 1255 m	C. Bouchard
29/1	Le Sarrier	Vercors	PD / 600 m	R. Javellas
S 04/02	Roche Rousse face Est	Belledonne	AD 1750 m	C. Lavanant
5/2	La Grande Côte	Oisans	PD 1000 m	M. Gibergy
12/2	Mt Mirantin, Trav des arêtes	Beaufortain	AD-1400m	C. Lavanant
12/2	Pas de la Balme depuis Corrençon - <b>initiation</b>	Vercors	PD / 600 m	JJ. Cleyrat
19/2	Le Chauvet (1705 m)	Beaumont	F / 660 m	R. Javellas
19/2	Le Thabor	Matheysine	PD / 950 m	M. Nechtschein
26/2	La pointe du Scialet (2312 m)	Belledonne	PD/1100 m	D. George
S 25/02- 04/03	Séjour dans les Pyrénées centrales	Pyrénées	PD / AD-	M. Gibergy
4/3	Col du Mouchillon en traversée ouest / nord 2460 m	Belledonne	PD / 1371 m	C. Bouchard
4/3	Pas du Follet (2170)	Dévoluy	PD / 640 m	R. Javellas
11/3	Grande Lauzière (2741 m)	Belledonne	AD/1700 m	J. Guyot

*Randonnées à skis*

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
11/3	Croix de Chamrousse par lac Achard - <b>initiation</b>	Belledonne	PD / 600 m	JJ. Cleyrat
18/3	<b>Rassemblement de printemps</b>			C. Bouchard A. Gerbert
18/3	Les Vans	Belledonne	PD 1200 m	M. Nechtschein
Mardi 20/03	Vallée Blanche - Chamonix	Mont-Blanc	D/2810 m	P. Pichard
25/3	Pic de la Belle Etoile	Belledonne	AD/1300 m	R. Le-Bihan
25/3	Au départ de Chamrousse - <b>montée en car</b>	Belledonne	PD/800 m	B. Blanchet
14 au	Raid	Argentera	D	M. Gibergy
28 & 29/04	Pointe Ferrand (refuge)	Ambin	AD+ / 600 + 990	N. Rivaud
<i><b>Cascade - Escalade</b></i>				
07 & 08/01	Cascade de glace- <b>Initiation</b>	Oisans	F / 50 m	P. Eon-Duval
20 au 22/01	Les Gondoins - gite à réserver	Champoléon	4 et 5	M. Caminiti
S 28/01	<b>Manipulations de corde</b> à Berthe de Boissieux		F	P. Eon-Duval
S 04/02	Goulotte :	Belledonne	D /200 m	N. Rivaud
18 & 19/02	Cabane de Plancol - Goulotte - nuit au refuge	Taillefer	AD+ 600	M. Caminiti
S 03/03	Dent du Loup	Belledonne	D / 200 m	N. Rivaud
4/3	Selon conditions	Ecrins		N. Rivaud
<i><b>Ski de fond</b></i>				
S 07/01	Biathlon	Vercors		V. Andre
8/1	Domaine du col du Barrioz	Belledonne	F / 500 m	G. Piot