

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.

T1 : randonnée

T2 : randonnée en montagne

T3 : randonnée en montagne exigeante

T4 : randonnée alpine

T5 : randonnée alpine exigeante

T6 : randonnée alpine difficile

F : facile

PD : peu difficile

AD : assez difficile

D : difficile

TD : très difficile

ED : extrêmement difficile

Randonnées à skis

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
Sorties du week-end et séjours				
14/04	Pic blanc du Galibier	Cerces	2 / 900 m	G. Perrin
14/04	Col du Tepey, descente par la Plagne Vaumard ou le Glacier d'Arguille	Belledonne	PD+ à AD/1648 m	C. Bouchard
21/04	Grande Lauzière (de Chamrousse à Freydière)	Belledonne	AD- /1224 m	J. Guyot
S 27 & D 28/04	Hospice du Grand Saint Bernard	Valais	PD à AD	JJ. Cleyrat
Me 01/05	Crête Rosière (2702 m)	Matheysine	AD+ /1700 m	M. Gibergy
05/05	Le Grand Renaud (2776 m)	Oisans	AD- / 1280 m	M. Gibergy
Me 08 au D 12/05	col d'Arnes, ouille d'Arberon, L'Albaron	Alpes Grées sud	PD à AD / 900 à 1400 m	P. Bourbon
J 16/05	Pic de l'Agnelin (2740 m)	Belledonne	AD+ /1040 m	M. Gibergy
V 24 au D 26/05	Mont Rose - Punta Margarita	Mont Rose	PD+ /1800 + 900 m	J. Guyot
S 08 & D 9/06	Col de la Nova - Aiguille du grand Fond	Beaufortain	PD+/960 m AD+ /1030 m	P. Bourbon M. Gibergy

Randonnées en raquettes

D 14/04	Pic Blanc du Galibier 2955 m	Oisans	R3/1000 m	P. Pichard
J 18/04	Pic de Valsenestre	Oisans	R3/1500 m	J. Monnet
D 21/4	Col de Corps (2105 m)	Dévoluy	R2 /955 m	L. Vincent

VTT

S18-D19-L20/05	Pentecôte – St-Auban – Alpes-Maritimes	Préalpes de Castellane		
02/06	Boucle de la Roizonne	Matheysine	PD 24Km/520m	Ch. Bouchard
23/06	Balcons du bout du lac du Bourget (Chambotte - Clergeon)	Bauges	PD+ 29Km/730m	Ch. Bouchard
14/07	Forêt de Lente (1475m)	Vercors	PD 20Km/400m	M. Gibergy

Randonnées Pédestres

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
14/04	Rando village – La Forteresse	Chambarans	T2 500m	G. Piot
21/04	Drôme – Les Trois Becs (Le Veyou, le Signal, Roche Courbe)	Diois	T3 1100m	A. Houillon
28/04	La Corriere – Col de Léchaud et de la Ruchère	Chartreuse	T2 950m	G. Beaudoin
M01/05	Sentier des Sources de la Bourbre	Voironnais	T2 500m	G. Piot
05/05	Montagne de Charance – Le Cuchon (1903m)	Dévoluy	T3 900m	A. Houillon
J09/05 (Ascen.)	Lauvitel – Lac plan Vianney	Oisans	T3 1250m	G. Beaudoin
12/05	Col de Baure par le Château Nardent (1200m)	Chartreuse	T3 700m	M. Benoit
S18-D19-L20/05	Pentecôte – St-Auban – Alpes-Maritimes	Préalpes de Castellane	T2/T3	B. Blanchet A. Houillon
19/05	Bonnet de Calvin (1937m)	Dévoluy	T3 960m	Stan. Besson
<i>S25/05</i>	<i>Connaissance flore Alpine avec R. Chevraud de Gentiana</i>	<i>Chartreuse</i>	<i>T1</i>	<i>R. Javellas</i>
26/05	Tour du rocher de Cambise	Chartreuse	T2 800m	G. Piot
<i>26/05</i>	<i>Orchidées et chants d'oiseaux</i>	<i>Chartreuse</i>	<i>Facile</i>	<i>F. Naud</i>
26/05	Pic Queyrel (2440m)	Champsaur	T2 840m	L. Vincent
26/05	Lac Pétael – Lac Cebeyras	Oisans	T3 1100m	G. Beaudoin
S01/06	Sortie contes et Légendes		T1	A. Grimandi
02/06	Col des Bachassons (1661m)	Vercors	T2 600m	F. Vallin
02/06	Pinéa depuis Charmette – Fleurs orchidées et sabots	Chartreuse	T3 800m	J. Monnet
<i>02/06</i>	<i>Clelles en train – circuit environs de Trezanne</i>	<i>Vercors</i>	<i>T3 950m</i>	<i>A. Houillon</i>
09/06	Col des Pellas -Col de Papavet	Vercors	T2 400m	C. Jacquet
09/06	Traversée du Trélod (2181m)	Bauges	T3/T4-980 m	P. Bourbon
S15/06	Cornafion (2049m)	Vercors	T4 874m	Stan. Besson
16/06	Refuge de l'Alpe du Pin	Oisans	T2 536m	M. Benoit
16/06	Traversée de Chamousset (2089m) – Haut Buëch	Dévoluy	T3 1100m	J.J. Plessis
23/06	Piquet de Nantes face ouest (2214m)	Matheysine	T2 800m	H. Bouttier
23/06	Rosuel → Lac Plan Richard	Vanoise	T3 1230m	G. Beaudoin

Randonnées Pédestres (suite)

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
28 au 30/06	<i>Randonnée bio-climatique entre Maurienne et Clarée</i>	<i>Maurienne</i>	<i>T2</i>	<i>B. Souchier</i>
30/06	Lac Lautier (2360 m) – Valgaudemar	Oisans	T2 1320m	F. Vallin
30/06	Chamousset par le Pas de l'Ane (2089m)	Dévoluy	T3 900m	A. Houillon
06-07/07	Week-end en gîte	Valgaudemar	T3 700+1100m	G. Piot
07/07	Col de la Temple (3321 m)	Oisans	T3 - 1600m	B. Blanchet
08 au 13/07	Raid dans le massif du Mont Thabor	Cerces	T3/T4	M. Nechtschein
14/07	2 arches en boucle - Pas des Charrasons – Escalade 10 m en 3	Chartreuse	T3/T4 850m	P. Bourbon
21/07	Refuge de la Lavey (1797 m)	Oisans	T2 - 523 m	M. Benoit
21/07	Col du Loup par le Crozet (2399m)	Belledonne	T3 - 1300 m	F. Reille
21/07	Aiguille du Goléon (3427 m)	Grandes Rousses	T5 - 1549m	Stan. Besson
28/07	Cime du Sambuis (2734 m)	Belledonne	T3 - 865m	L. Vincent
28/07	Tête des Filons (2396m)	Rochail	T2/T3 1200m	J.J. Plessis
28/07	Grand Veymont en traversée ((2341m)	Vercors	T3/T4 1600m	Ch. Boudol
Sorties en semaine				
J 18/04	Le Rougnou (2577m)	Dévoluy	T3 -1400m	J. Monnet
J 25/04	Cirque de Combe Laval	Vercors	T3 -1120m	A. Houillon
J 02/05	Etang des Boeufs (2259m)	Belledonne	T3 -1300m	J. Monnet
J 09/05	Lauvitel – Lac plan Vianney	Oisans	T3 -1250m	G. Beaudoin
J 16/05	Col du Merlet (2286m)	Belledonne	T3 -1200m	J. Monnet
J 30/05	Vallon du Montagnon	Oisans	T3 -1300m	J. Monnet
J 06/06	La Ronde – la Luerte	Glandasse	T4 -1300m	A. Houillon

Randonnées Pédestres » (suite)

Sorties en semaine				
Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
J 13/06	Pic de Valsenestre (2752m)	Oisans	T4 - 1500m	J. Monnet
V21/06	Dent de Crolles en circuit	Chartreuse	T3 - 700m	B. Blanchet
J 27/06	Col des Fétoules (3147m)	Oisans	T4 - 1600m	J. Monnet
J 11/07	Le Puy Gris (2908m)	Belledonne	T4 -1800m	J. Monnet
J 18/07	Mont Mirantin (2461m)	Beaufortain	T3 -1200m	A. Houillon
J 25/07	Sentier de la Baronne	Dévoluy	T4 - 1420m	A. Houillon

Sorties Jeunes familles

20/04	Rando famille avec des ânes	Chartreuse	T2	F. Naud
09/06	Visite ferme aromatique Montaud	Vercors		A. Gerber

Alpinisme

S08- D09/06	Traversée Bec du Canard Arias (bivouac lac des Bèches)	Oisans	AD+ 1900m	M. Bedez
L10- M11/06	Grand Paradis (4061m) – Refuge Victor Emmanuel II	Italie	PD+ 740+1325m	P. Pichard
S15- D16/06	Ecole de Neige et Glace Refuge de la Selle	Oisans	Formation	O. Mansiot
M19- J20/06	Dôme des Sonnaillles 3351m – Refuge de la Valette	Vanoise	F 870+781m	H. Debarnot
S22 au V28/06	Camp de base à Ailefroide Escalade et Alpinisme	Oisans	F à TD	P. Eon Duval / M.Bedez
S29- D30/06	Aiguille de Péclet – Refuge de Péclet Polset	Vanoise	PD- Formation	O. Mansiot
S29- D30/06	Pointe Brevoorth – Grande Ruine	Oisans	F 1450/592m	F. Reille
M02- M03/07	Dôme des Glaciers (3592m) – Refuge Robert Blanc	Mont-Blanc	F/PD 961+842m	H. Debarnot
S06- D07/07	L'Olan (3564m) Pilier Anne + traversée des sommets	Olan	D+ 500m	M. Bedez
S06-	Pic Nord des Cavales (3362m)	Oisans	PD+	P. Eon Duval

Alpinisme

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
L08-M09/07	Dôme de Miage (3670m) – Refuge des Conscrits	Mont-Blanc	PD-Formation	O. Mansiot
S13-D14/07	Aiguille de l'Olan (3564m) – 1300m du refuge de Font Turbat	Oisans	PD	P. Eon Duval
S20-D21/07	Les Rouies (3589m) – éperon WNW	Oisans	PD	P. Eon Duval
S20-D21/07	Pointe Thorant – Pilier Est (bivouac)	Oisans	D+650m+250m	Nathalie Rivaud
S27-D28/07	Pointe du vallon des Etages (3564m) – 1800m de la Bérarde	Oisans	PD	P. Eon Duval

Via Ferrata

S27/04	Initiation + ferrata Grenoble Bastille	Chartreuse	F à AD+ L250/D120m	G. Beaudoin
S27/04	Les vias du Diable (9 tronçons)	Aussois	F à TD L200/D120m	P. Pichard
S04/05	La Cascade de la Pisse	Oisans	D+ L500/D450m	P. Pichard
S25/05	Lacs Robert => Approche : 1h50	Belledonne	AD L300/D150m	G. Beaudoin
16/06	L'Alpe d'Huez "les Gorges de Sarenne"	Oisans	AD D L400/D250m	G. Piot
S22/06	Crolles - Cascade de l'Oule - Vire des Lavandières	Chartreuse	D PD L800/D270m	G. Beaudoin
23/06	Roche Veyrand	Chartreuse	AD TD L800/D250m	L. Vincent
S06/07	Vaujany – Cascade de la Fare	Grandes Rousses	PD D L500 -/D380m	P. Pichard
S13/07	Corps - Les Tunnels & le Grand Frisson	Oisans	PD AD L2700/ D160m	P. Pichard

Canyoning

26/05	Furon partie basse	Vercors	V3 à 3I	F. Rivaud
18-19-20/05	Pentecôte – Clue de St-Auban (06)			F. Rivaud
09/06	Ruisseau de l'Alloix	Chartreuse	V4 à 3I	F. Rivaud
07/07	Ravin de la Mouna	Vercors	V3 à 3II	F. Rivaud

Escalade

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
26-27-28/04	Voies et Ecole au Caroux (camping)	Languedoc	D coincideurs	Nathalie Rivaud
18-19-20/05	St-Auban – Alpes-Maritimes	Préalpes Castellane		M. Bedez
S25/05	Des poils et des Cornes	Chartreuse	D+	Nathalie Rivaud
D02/06	Fête de l'Escalade	Alpe du Gd Serre	Facile à AD	M. Bedez/ J. Guilmeau
09/06	OMS Fête des Sports- Parc P.Mistral	Grenoble		
D09/06	Arête de l'Aup du pont	Belledonne	PD+ 200m	M. Bedez
14-15-16/06	Voies d'escalade depuis le refuge Adèle Planchard	Oisans	D	Nathalie Rivaud
S15-D16/06	Dent d'Ambin – Pilier Est	Maurienne	AD+ 300m	M. Bedez
S22/06	Voie au Mont Aiguille	Vercors	D 900+250	F. Reille
S22 au V28/06	Camp de base à Ailefroide – Escalade et Alpinisme	Oisans	F à TD	P. Eon Duval / M. Bedez
S06/07	Voie Max Chamrousse	Belledonne	D+ 150m	F. Reille
S20-D21/07	Directe 1976 – Pilier Chèze	Soreiller	TD AD 400m	M. Bedez
Escalade du mercredi				
24/04	Vizille	Vizille	4b à 7a	P. Eon Duval
15/05	Jardin suspendu	St-Egrève	4b à 7a	P. Eon Duval
22/05	Le coup de sabre	Sassenage	5c à 7a+	P. Eon Duval
29/05	Comboire => Coinceurs-artif	Claix	4b à 8a	P. Eon Duval
05/06	Jardin suspendu	St Egrève	4b à 7a	P. Eon Duval
12/06	Pont de Vence	Quaix	5c à 7b	P. Eon Duval
19/06	Jardin suspendu	St Egrève	4b à 7a	P. Eon Duval
26/06	Le coup de sabre	Sassenage	5c à 7a+	P. Eon Duval
03/07	Le désert de l'Ecureuil => Barbecue	Seyssinet P	5c à 6c	P. Eon Duval
10/07	Jardin suspendu	St-Egrève	4b à 7a	P. Eon Duval
17/07	St-Paul-de-Varces	St-Paul-de-V	6a à 7c+	P. Eon Duval
24/07	Le désert de l'Ecureuil	Seyssinet-P	5c à 6c	P. Eon Duval
31/07	Jardin suspendu	St-Egrève	4b à 7a	P. Eon Duval