

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, FFR) 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.

R1 : randonnée facile

R2 : randonnée raquettes < 25°

R3 : randonnée raquettes exigeante < 30°

R4 : Course en raquettes > 30°

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				
14/12	Piquet de Nantes	Matheysine	PD 860 m	Ch Bouchard
13-14 /12	Traversée du Grand Mean (glacier du Mulinet)	Hte Maurienne	PD + 564 + 800 m	Ph Morel
21/12	Col de l'Aigleton	Belledonne	PD 1000 m	P. Bourbon
27-28 / 12	Réveillon au refuge de la Sambue Tête de la Garde	Dévoluy	PD 550 + 320 m	M. Gibergy
28/12	Dent de la Portetta	Vanoise	PD 1135 m	Ph Morel
11/01	Croix du Léat (<i>Initiation</i>)	Belledonne	F 800 m	G. Revellin
11/01	Mont Rosset versant Sud	Beaufortain	F 1050 m	Ph Morel
S 17/01	Quermoz versant ouest	Beaufortain	F/PD+ 980 m	Ph Morel
18/01	Cime de Lancheton	Maurienne	F 970 m	P. Bourbon
25/01	Petit Som - Col de Mauvernay	Chartreuse	F/PD 1000 m	D. Bonfils
25/01	Bec Charvet - Pravouta, Boucle en huit	Chartreuse	F 1200 m	G. Revellin
<i>S 31/01</i>	<i>Formation Sécurité, Neige et Avalanche</i>			<i>O. Mansiot</i>
01/02	Le Grand Coin en traversée	Maurienne	PD + 1200 m	M. Gibergy
01/02	La Quarlie depuis Besse	Oisans	F - 770 m	Rt Javellas
08/02	Tour du Petit Som (<i>Initiation</i>)	Chartreuse	PD - 760 m	M. Gibergy
08/02	Pic de Bure par la Combe Ratin	Dévoluy	AD- 1220 m	Ch Bouchard
08/02	Tricotage dans les Vans (<i>initiation pente raide</i>)	Belledonne	D- 1270 m	Ph Morel
S14/02	Grand Eulier Petite Vaudaine Vans	Belledonne	F 1700 m	G. Revellin
15/02	Mont de Rouse depuis Sainte Luce	Beaumont	PD 695 m	Rt Javellas

Randonnées à skis (suite)

Sorties du week-end et séjours				
Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
15/02	Le Grand Mont	Beaufortain	PD+ 1338 m	P. Bourbon
22/02	Tête Pelouse	Aravis	PD 1100 m	D. Bonfils
22/02	Couloir du Pertuis	Belledonne	D 1600 m	G. Revellin
S 28/02	Grand Aréa (couloir)	Cerces	D+ / D- 1370 m	Ph Morel
01/03	Pas de la Coche Col de l'Aigleton	Belledonne	PD+ 1300 m	G. Revellin
01/03	Tête de la Grisonnière	Matheysine	AD+ 1450 m	M. Gibergy
08/03	Brèche du Replomb	Belledonne	AD 1500 m	G. Revellin
15/03	Rassemblement de printemps			B. Blanchet Ph. Morel Ch. Bouchard
22/03	Col François	Lauzière	PD 1100 m	D. Bonfils
22/03	Croix de Belledonne	Belledonne	AD 1800 m	G. Revellin
21 et 22/ 03	Week-end au chalet Alpage La Sussaz Col du Mont 2630 m Col de la Sassièrre 2840 m	Hte Tarentaise	PD+ / PD 1400 - 1100 m	P. Bourbon
29/03	Cheval Noir	Maurienne	AD + 1324 m	Ph Morel
29/03	Grand Arc	Maurienne	AD 1100 m	G. Revellin
05/04	Pic du Rognolet par la Combe Bridan	Lauzière	PD 1358 m	Ch Bouchard
12/04	Vieux Chaillol	Champsaur	AD 1600 m	G. Revellin
12/04	Aiguille de la Grande Sassièrre	Tarentaise	AD / D- 1630 m	Ph Morel
11 et 12/ 04	Traversée Grande Lauzière - Col du Bâton	Belledonne	AD+ 900 + 940 m	M. Gibergy
19/04	Trou de la Mouche	Aravis	D 1100 m	D. Bonfils

Randonnées en skis (suite)

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
Sorties en semaine				
J 18/12	Col du Galibier (<i>Initiation</i>)	Cerces	PD 660 m	M. Gibergy
J 15/01	Col de la Cochette	Bauges	AD 1120 m	M. Gibergy
J 29/01	Tête des Ormans par la Cluse (<i>Initiation</i>)	Dévoluy	PD - 930 m	M. Gibergy
J 12/02	Rochers de l'Ours	Vercors	PD +860 m	M. Gibergy
J 19/02	Pointe d'Arcalod épaule ouest	Bauges	PD + 1300 m	M. Gibergy
Ma 10/03	La Vallée Blanche	Mont Blanc	AD - 2800 m	P. Pichard
J 12/03	Pic de Bure - Boucle versant sud	Dévoluy	AD+ 1350 m	M. Gibergy
J 26/03	Col de Prentiq	Champsaur	AD-1180 m	M. Gibergy
<i>Randonnées en raquettes</i>				
Sorties du week-end et séjours				
14/12	La Cabane des Selles "Clottous"	Oisans	R3 - 1000 m	A. Houillon
21/12	Pas Ernadant 1833 m	Vercors	R2 750 m	P. Pichard
21/12	Sommet de Pierre Planté	Matheysine	R2 600 m	G. Piot
S 27/12	Le Moucherotte de nuit	Vercors	R2 415 m	P. Pichard
28/12	Fort du Saint Eynard (<i>Initiation</i>)	Chartreuse	R2 400 m	Rt Javellas
27-28 / 12	Réveillon au refuge de la Sambue Tête de la Garde	Dévoluy	R2 - 550 m + 320 m	M. Gibergy
Me 31/12	Réveillon au refuge de la Petite Valloire	Belledonne	R2 - 800 m	J. Monnet
31/12 au 04/01	Gite de l'Ancolie	Champsaur	R2	V. Lebrun

Randonnées en raquettes (suite)

Sorties du week-end et séjours				
Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
11 / 01	Tour dans les Coulmes	Vercors	R2 600 m	G Piot
11 / 01	Col du Merdaret 1817 m <i>Initiation DVA</i>	Belledonne	R2 430 m	P Pichard
11 / 01	Refuge du Serre du Sâtre	Vercors	R1 - 710 m	A Suply
18 / 01	Le Lauvitel	Oisans	R2 - 530 m	L Vincent
18 / 01	Col de Bovinant 1646 m	Chartreuse	R2 - 760 m	P. Pichard
25 / 01	Pic de l'Oeilley	Belledonne	R2 - 310 m	JP Dulaurent
25 / 01	Col du Sabot 2166 m	Gdes Rousses	R2 - 750 m	P. Pichard
<i>S 31 / 01</i>	<i>Formation Sécurité, Neige et Avalanche</i>			<i>O. Mansiot</i>
01 / 02	La Quarlie	Oisans	R2 - 770 m	F. Vallin
01 / 02	Piquet de Nantes par les Crêtes (2214 m)	Matheysine	R3-1000 m	A. Houillon
08 / 02	Dent de Rossanaz	Bauges	R2 - 900 m	L. Vincent
14 et 15 / 02	Week-end à Villard d'Arène	Oisans	R2 600 à 800 m	G. Piot
15 / 02	Pointe du Sciallet 2312 m	Belledonne	R3-1115 m	P. Pichard
15 / 02	Pas de Bellecombe	Vercors	R2 - 500 m	JP Dulaurent
22 / 02	Brèche du lac Robert 2000 m	Belledonne	R2 - 790 m	P. Pichard
22 / 02	Pointe Feuillette	Bôchaine	R2 - 730 m	F. Vallin
01 / 03	Petit Som depuis le Pont des Allemands (1772 m)	Chartreuse	R2 - 950 m	A. Houillon
01 / 03	Le Gros Têt 2613 m	Oisans	R3 - 900 m	P. Pichard
01 / 03	La Peyrouse	Matheysine	R2 - 850 m	A. Suply

Randonnées en raquettes (suite)

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
Sorties du week-end et séjours				
08/03	Tête de l'Aupet	Dévoluy	R3-1500 m	L. Vincent
08/03	Tour du Petit Som	Chartreuse	R2 - 750 m	A. Suply
Du 07 au 10/03	Séjour à Albiez Montrond	Maurienne	R2	V. Lebrun
15/03	Rassemblement de printemps			B. Blanchet Ph. Morel Ch. Bouchard
22/03	Crête de l'Etoile (2280 m)	Dévoluy	R3-1070 m	A. Houillon
22/03	Les Vans 2448 m	Belledonne	R2 - 400m	P. Pichard
22/03	Saint Eynard	Chartreuse	R2-650 m	JP Dulaurent
29/03	La Croix de l'Alpe	Chartreuse	R2-700 m	F. Vallin
29/03	Col de Rabou 1888 m	Dévoluy	R2-536 m	P. Pichard
4, 5 et 6 /04	Séjour à Ristolas	Queyras	R2 - 600 à 800 m	G. Piot
05/04	Pic Blanc du Galibier 2955 m	Cerces	R3-985 m	P. Pichard
12/04	L'Emeindras du dessus	Chartreuse	R2-500 m	JP Dulaurent
12/04	Pointe de la Tête Noire ou de la Mandette (2842 m)	Cerces	R3 950 m	A. Houillon
12/04	Crêtes d'Arvillard	Belledonne	R2-850 m	A. Suply
19/04	Col de l'Aiguillette	Cerces	R2-825 m	L. Vincent
26/04	Lac de la Courbe	Taillefer	R2-1000 m	F. Vallin

Randonnées en raquettes (suite)

Sorties en semaine				
Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
Janvier	Besse, col Nazié, Saint Georges, tête du Vallon	Oisans	R2-1300 m	J. Monnet
J 08/01	La Peyrouse 1710 m	Matheysine	R2 - 900 m	R. Blache
J 08/01	Pointe de la Gorgeat	Chartreuse	R2 - 450 m	V. Lebrun
J 15/01	Col d'Arpisson	Chartreuse	R2 - 650 m	Rt Javellas
J 22/01	Les Grandes Buffes 2164 m	Gdes Rousses	R2 - 850 m	R. Blache
J 22/01	Lac Claret	Trièves	R2 - 490 m	V. Lebrun
J 05/02	La Souille, lac Blanc, Col de Roche Noire	Belledonne	R2 1400 m	J. Monnet
J 05/02	Crête de l'Etoile 2280 m	Dévoluy	R3-1073 m	R. Blache
J 12/02	Le Platary	Trièves	R2 - 600 m	V. Lebrun
J 19/02	Côte Belle 2027 m	Beaumont	R2 - 900 m	R. Blache
J 26/02	Cabane des Cloutons	Taillefer	R2 - 450 m	V. Lebrun
J 05/03	Pointe du Sciallet 2312 m	Belledonne	R3-1050 m	R. Blache
J 12/03	Tête de Lapras	Dévoluy	R3-1400 m	J. Monnet
J 19/03	Le Paquier du Roi 2680 m	Gdes Rousses	R3 - 950 m	R. Blache
J 02/04	Col de la Sure	Chartreuse	R2 - 600 m	V. Lebrun
J 02/04	La Brèche Nord/Croix 2253 m	Belledonne	R2 - 920 m	R. Blache
J 09/04	Col du Tepey	Belledonne	R2-1600 m	J. Monnet
J 16/04	Chapotet/Arvillard 2076 m	Belledonne	R2-1000 m	R. Blache

Cascade de glace/Escalade/Alpinisme

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
03/01 au 05/01	Cascade de glace : La Cordée, Pisse Froide (Gite à Saint Christophe)	Oisans	3+ / 4+ 200 /250 m	N. Rivaud
10 et 11/01	<i>Initiation cascade de glace</i>	Oisans	F - 50 m	P. Eon Duval
S 24/01	Grandes voies cascades de glace	Oisans	D-300 m	P. Eon Duval
S 07/02	Cascade de la Pouilla	Champsaur	3+ / 4 250 m	N. Rivaud
S 07/02	Atelier manipulation de cordes au Gymnase Berthe de Boissieux	Grenoble	F	P. Eon Duval
15 / 02	<i>Initiation cascade de glace – Moulinettes</i>		F	Michel Bedez
22/02	Cascade de glace		3 + 200 m	Michel Bedez
08/03	Goulotte - Arêtes du Gerbier	Vercors	AD -150	N. Rivaud
19/04	Escalade au Dôme de Bellefond L'Eperon des Pins	Chartreuse	D - 180 m	N. Rivaud

Ski de fond

21 / 12	Ski de fond alternatif	Autrans	Bleue	Michel Bedez
25 / 01	Domaine du Col du Barioz	Belledonne		Gilbert Piot

<p style="text-align: center;">Après-midi manipulations de corde</p> <p style="text-align: center;">samedi 7^{er} février 2015 de 12h00 à 16h00 au gymnase Berthe de Boissieux</p> <p>Différents ateliers :</p> <ul style="list-style-type: none"> Assurage au relais, Mouflage, Remontée sur corde ... <p style="text-align: center;">Animée par P. Eon Duval, Frédéric Reille...</p> <p>Ouvert à tous</p>	<p style="text-align: center;">Journée Neige et sécurité</p> <p style="text-align: center;">Samedi 31 janvier 2015 Animée par Olivier Mansiot</p> <p>Le matin en salle :</p> <ul style="list-style-type: none"> Nivologie Situations types Lecture du BRA (Bulletin du Risque d'Avalanches) <p>L'après-midi sur le terrain</p> <ul style="list-style-type: none"> Exercices DVA Lecture du manteau neigeux
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------