

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.

En plus de la cotisation au club, vous devez souscrire l'une des licences-assurances délivrées par la Fédération Française de la Montagne et de l'Escalade (FFME) ou la Fédération de la Randonnée Pédestre (FFRandonnée) selon les activités que vous pratiquez.

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

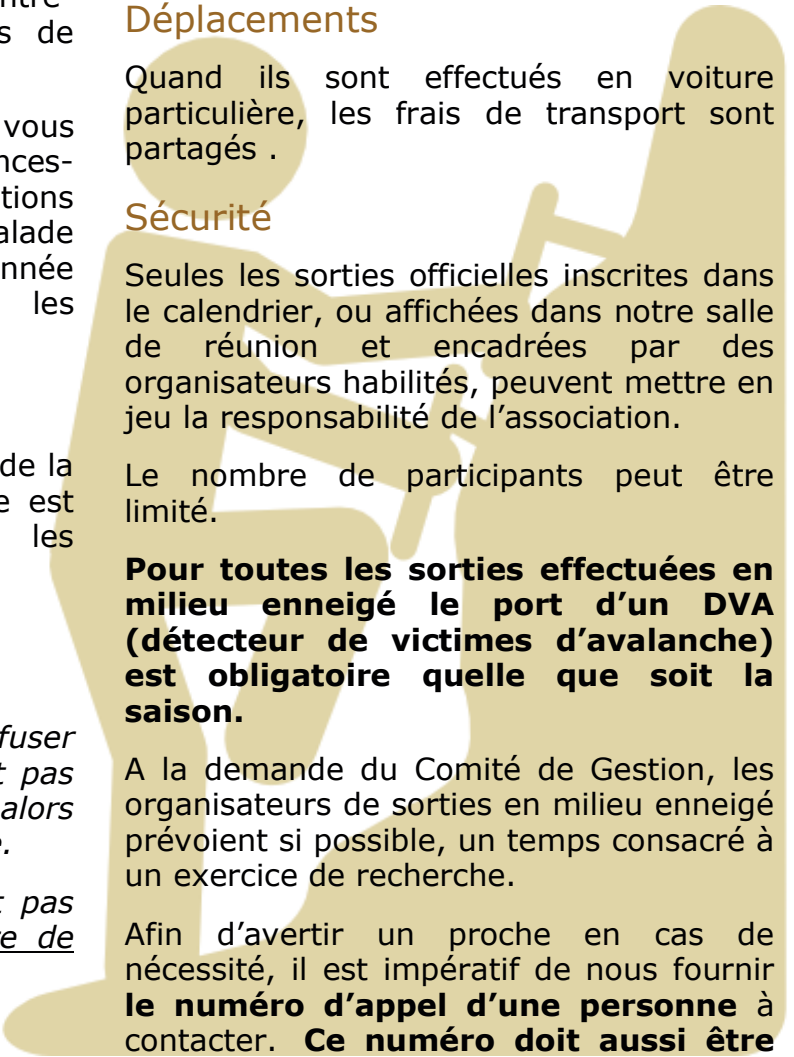
Seules les sorties officielles inscrites dans le calendrier, ou affichées dans notre salle de réunion et encadrées par des organisateurs habilités, peuvent mettre en jeu la responsabilité de l'association.

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.**



Calendrier



Cotations « estivales »

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	F	Facile
T2	Randonnée en montagne	PD	Peu Difficile
T3	Randonnée en montagne exigeante	AD	Assez Difficile
T4	Randonnée alpine	D	Difficile
T5	Randonnée alpine exigeante	TD	Très Difficile
T6	Randonnée alpine difficile	ED	Extrêmement Difficile

Alpinisme

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
------	------	--------	----------	--------------

Sorties du WE

26 ou 27/11	Les Rochères « Couloir des Brebis »	Grand Armet	AD+ 400+900 m	N.Rivaud
18/12	L'Oreille du Loup – Goulotte et traversée	Tabor de Matheysine	AD+ 600+400 m	N.Rivaud

Escalade

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
------	------	--------	----------	--------------

Sorties du WE

S 01/10	La Conquête de l'ouest	Chartreuse	TD- 200m	N.Rivaud
09/10	Aiguille de la Persévérance - arête sud	Aig. Rouges	AD+ 300m	M. Bedez

Randonnées pédestres

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
------	------	--------	----------	--------------

Sorties du WE et séjours

02/10	Rocher de Lorzier	Chartreuse	T2 1000m	M.Dayard
02/10	Lac de l'Eychauda	Ecrins	T2 800m	G.Revellin
09/10	Circuit Grand Arc, Petit Arc, Char de la Turche	Maurienne	T3 1220m	P.Bourbon
09/10	Croix des Têtes - sommet sud	Maurienne	T4 1150 m	M.Gibergy
09/10	Roche Courbe	Beaumont	T2 1000m	J-J.Plessis
S 15/10	Rochers de Bellefont - pas de Montbrun	Chartreuse	T5 990m	N.Rivaud
16/10	Croix de Rougny (La Salette)	Dévoluy	T3 680 m	J-P.Dulaurent
16/10	Lac de la Balmette	Belledonne	T2 850 m	F.Vallin
23/10	Pointe de Banc Plat	Bauges	T2 850 m	L.Vincent
23/10	Montagne d'Aujourd	Buëch	T3/T4 1050 m	A.Houillon
29- 30/10	Séjour à Villaret	Buëch	T2 500à800m	G.Piot
06/11	<i>En fonction de l'été indien</i>	Trièves	T2 500/600m	J-J.Plessis
06/11	Carrière romaine	Vercors	T2 800 m	F.Vallin
13/11	Tour du Pic du Pin (pas de la Coche - col de l'Aigleton)	Belledonne	T3 900 m	P.Bourbon
20/11	Balcon du Vénéon	Oisans	T2/T3 720 m	J-P.Dulaurent
20/11	Lac de Rif Bruyant	Matheysine	T2 1000 m	P.De Finance
27/11	Le Grand Serre (depuis Cholonge)	Matheysine	T2 1000 m	G.Piot

Randonnées pédestres (suite)

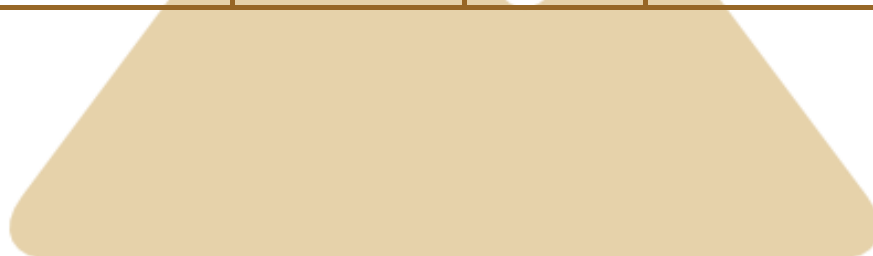
Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
------	------	--------	----------	--------------

Sorties du WE (suite)

04/12	En fonction de l'enneigement	Grandes Rousses	T2 500/600m	J-J.Plessis
11/12	Peyre Rouge	Vercors	T2 850 m	L.Vincent
18/12	Le Piquet de Nantes	Taillefer	T2 1000 m	P.De Finance

Sorties en semaine

J 06/10	Pic Queyrel	Champsaur	T4 1250 m	R.Blache
J 06/10	Circuit Valjouffrey - 3 vallons suspendus	Ecrins	T3 1000 m	P.De Finance
J 13/10	Tête de la Toura	Oisans	T2 1300 m	R.Blache
J 20/10	Col de l'Amiante	Belledonne	T3 1800 m	J.Monnet
J 27/10	Col de Lapras - Portail	Dévoluy	T3 1300 m	J.Monnet
J 03/11	Les Hautes Selles	Ecrins	T2 1250 m	R.Blache
J 10/11	Pecloz-Armenaz	Bauges	T2 1400 m	J.Monnet
J 17/11	Col du Tépey par la Plagne Vaumard	Belledonne	T3 1700 m	J.Monnet
J 24/11	Lac de Baton	Belledonne	T3 1400 m	J.Monnet
J 01/12	Col de Romeiou	Ecrins	T3 1500	J.Monnet
J 08/12	Pic de l'Oeilly	Belledonne	T2 1200 m	R.Blache



Via Ferrata

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
------	------	--------	----------	--------------

Sorties du WE

25/09	Les Mines du Grand Clot	Oisans	D 600m Lg 2000m	P.Pichard
09/10	Les vias du Diable	Vanoise	PD/TD 200m Lg 2000m	P.Pichard

VTT

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
------	------	--------	----------	--------------

Sorties du WE et séjours

02/10	La Montagne de l'Homme (Huez - Auris)	Oisans	17 km V3+ 750 m	C.Bouchard
09/10	Tour des Chambarans	Chambarans	41 km AD 700m	S.Pierrard
16/10	Tour de la Roizonne	Matheysine	24 km PD 520 m	M.Bedez
23/10	Les étangs d'Oyeu	Voironnais	21 km AD 480 m	M.Gibergy
29/10 au 01/11	Autour du lac de Salagou	Languedoc	PD à AD	M.Gibergy



Cotations « hivernales »

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	F	Facile
R2	Randonnée raquettes < 25°	PD	Peu Difficile
R3	Randonnée raquettes exigeante < 30°	AD	Assez Difficile
R4	Course en raquettes > 30°	D	Difficile
		TD	Très Difficile
		ED	Extrêmement Difficile

Cascade de glace - Dry Tooling

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
Sorties du WE				
19/11	Initiation Dry Tooling	Chartreuse	D	P.Eon-Duval
07/01	Cascade à définir suivant conditions	Ecrins	AD à D	N.Rivaud
07-08/01	Initiation Cascade de Glace	Oisans	F 300m	P.Eon-Duval

Randonnées en raquettes

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
Sorties du WE				
18/12	Darbounouse (1425 m)	Vercors	R2 300 m	J-P.Dulaurent
18/12	Pas Ernadant (1844 m)	Vercors	R2 720 m	P.Pichard
08/01	Lac du Lauvitel	Oisans	R2 550 m	L.Vincent

Randonnées à skis

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
------	------	--------	----------	--------------

Sorties du WE

27/11	Pic Saint Michel (1966 m)	Vercors	PD 700 m	G.Revellin
27/11	Dent de Pipay (2074 m) - Initiation	Belledonne	F 500 m	M.Gibergy
04/12	Pic de la Pare (2700 m)	Oisans	PD 750 m	M.Gibergy
11/12	Les Vans (2448 m)	Belledonne	PD 1050 m	G.Revellin
18/12	Côte Rouge (2015 m)	Beaumont	F 757 m	C.Bouchard
18/12	Col de Sarvatan (2252 m) - Initiation	Lauzière	F 650 m	P.Bourbon
08/01	Côte Rouge (2015 m) - Initiation	Beaumont	F 750 m	C.Bouchard

Sorties en semaine

J 15/12	Le Senépy en circuit (1769 m)	Matheysine	PD 800 m	M.Gibergy
------------	-------------------------------	------------	-------------	-----------

