

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

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 et séjours

09 et 10/07	Pic Coolidge – voie normale	Oisans	PD 1370m	L.Vincent
14 et 15/07	Pointe Labby – Arêtes du Soleil (refuge)	Vanoise	AD 600+400m	N.Rivaud
30/07	Goulotte Chéré	Mont Blanc	D 700m	M.Charcosset P.Eon Duval
06 et 07/08	Levanna Occidentale	Haute Maurienne	F 730+830m	P.Bourbon
20 et 21/08	Les Rouies	Oisans	PD 1200m	L.Vincent
28 et 29/08	Gioberney – Arête NE	Oisans	PD 780 m	L.Vincent
03 et 04/09	Parcours Alpinisme : Course Rocheuse	À définir	AD	G. Cart O.Mansiot

Canyonisme

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
Sorties du WE				
11/09	à définir selon conditions	Bauges	V4 a2 II 150m	F.Rivaud
01/10	à définir selon conditions	Chartreuse	V4 a1 II 200m	F.Rivaud

Escalade

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
Sorties du WE et séjours				
9 et 10/07	Vallon de Chambran	Oisans	D+/ 5c 400m	M. Bedez
23 et 24/07	Tête d'Aval de Montbrison - Deux voies	Oisans	D+/ 5c	M. Bedez
6 et 7/08	Pic Pierroux - traversée	Oisans	D /5b 400m	M. Bedez
11/09	Le Barioz	Belledonne	AD 150m	N.Rivaud
18/09	Le Petit Obiou - Voie des Feuilletts	Dévoluy	AD 300m	M. Bedez
25/09	Fête de l'escalade - Col d'Ornon	Oisans		M. Bedez
S 01/10	La Conquête de l'ouest	Chartreuse	TD- 200m	N. Rivaud
09/10	Aiguille de la Persévérance - Arête sud	Aig. Rouges	AD+ 300 m	M. Bedez

Escalade du Mercredi

A partir de 17H sur site
Pascal 06.64.49.77.38

13/07	St Egrève (jardin suspendu)		4b à 7a	P.Eon Duval
20/07	Le coup de sabre (Sassenage)		6a à 7c+	P.Eon Duval
Aout Sept	A définir			

Randonnée pédestre

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

Sorties du WE et séjours

03/07	Lac de Combeynot, Brèche du Vallon de la route	Oisans	T3/T4 1500 m	A.Houillon
03/07	Le Rocher de l'Ours (2038 m) en circuit	Vercors	T3 900 m	B, Blanchet
9 au 12/07	Circuit des sommets frontière (Asti, Rubren, Toillies)	Queyras	T3/PD 800/1540 m	M.Gibergy
10/07	Quatre sommets au pays des lys	Beaumont	T2/T3 850 m	J.J.Plessis
17/07	Col de Martignare	Oisans	T2 900 m	G.Piot
17/07	Balcons du Vénéon	Oisans	T2 580 m	J.P.Dulaurent
24/07	Lac Blanc	Belle-donne	T2 1500 m	G.Revellin
24/07	Lac de la folle	Belle-donne	T2 1150 m	M.Dayard
31/07	Le Cornafion	Vercors	T3 850 m	F.Vallin
31/07	Lac du Venetier, Dent du Pra	Belle-donne	T3/T4 1100 m	A.Houillon
07/08	Grand Ferrand par tunnel de la Cloche	Dévoluy	T5 1600 m	B.Esmenjaud
07/08	Rocher Pilliozan	Belle-donne	T2/T3 900 m	J.J.Plessis
07/08	Col de la Croix - Versant Maurienne	Belle-donne	T2 650 m	F.Vallin
12 au 17/08	Séjour en Val d'Aoste - Pont St Martin	Italie	T2 500/1000	V.Lebrun

Randonnée pédestre (suite)

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

Sorties du WE et séjours

14/08	Lac Blanc, Pic Couttet	Belledonne	T3 1450 m	A.Houillon
L 15/08	La Dent de Crolles	Chartreuse	T3 700 m	P.Pichard
L 15/08	Grd Veymont en traversée	Vercors	T2/T3 1600 m	C.Boudol
20 et 21/08	Tête de la Muraillette, traversée refuge de la Muzelle	Oisans	T5 1170+90 0 m	M.Gibergy
20 et 21/08	Refuge de l'Alpe du Pin - Lac de la Mariande	Oisans	T3 535+800 m	J.P.Dulaurent
21/08	Col et lacs de Pétarel	Valgaudemar	T2 1000 m	F.Vallin
28/08	Lac du Loup	Belledonne	T2 900 m	M.Dayard
28/08	Les 6 Cabanes	Valgaudemar	T2 1000 m	F.Vallin
28/08	Lacs de la Grande Valloire	Belledonne	T2 1500 m	G.Revellin
04/09	Pré de la Courbe - circuit	Grandes Rousses	T2 900 m	G.Piot
04/09	Crêtes de la Salette - Croix de Rougny (circuit)	Beaumont	T2 550 m	H.Bouttier
11/09	Tête des Chaudières	Vercors	T2 800 m	G.Revellin
11/09	Petit et Grand Veymont - Arête NE	Vercors	T5 1150 m	L.Vincent
18/09	Rassemblement d'Automne	Vercors	T2	B.Blanchet M.Bedez

Randonnée pédestre (suite)

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

Sorties du WE et séjours

S 24/09	Chartreuse propre: nettoyage habert d'Arpison	Chartreuse	T2 200 m	M.Gibergy
25/09	Refuge de Font Turbat	Valbonnais	T2 920 m	F.Vallin
25/09	Le Grand Vent (secteur Grd Armet)	Matheysine	T4 1400 m	A.Houillon
02/10	Rocher de Lorzier	Chartreuse	T2 1000 m	M.Dayard
02/10	Roche Courbe	Beaumont	T2 1000 m	J.J.Plessis
02/10	Lac de l'Eychauda	Oisans	T2 800 m	G.Revellin
09/10	Circuit Grand Arc, Petit Arc, Char de la Turche	Maurienne	T3 1220 m	P.Bourbon
09/10	Croix des Têtes - sommet sud	Maurienne	T4 1150 m	M.Gibergy
S 15/10	Rochers de Bellefont - Pas de Montbrun	Chartreuse	T5 990 m	N.Rivaud

Sorties en semaine

J 07/07	Col du Grand Fond	Beaufortain	T3 1410 m	R. Blache
J 21/07	Aiguille du Veyre	Champoléon	T4 1620 m	R. Blache
J 11/08	Le Grand Ferrand	Dévoluy	T4 1460 m	R. Blache
J 01/09	Grande Moucherolle en circuit	Vercors	T4 1360m	C.Boudol

Randonnée pédestre (suite)

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

Sorties en semaine

J 08/09	Vallon de la Mariande	Oisans	T3 1630 m	R. Blache
J 15/09	Dent de Cons - traversée	Bauges	T4 900 m	M.Gibergy
J 22/09	Pointe du Gleyzin	Belledonne	T4 1610 m	R. Blache
J 06/10	Pic Queyrel	Champsaur	T4 1250 m	R. Blache

Via Ferrata

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

Sorties du WE et séjours

S 09/07	Saint Christophe	Oisans	D 350 m Lg 1200 m	P.Pichard
S 23/07	Cascade de la Pisse	Oisans	D 250 m Lg 500 m	P.Pichard
D 04/09	Saint Christophe	Oisans	D 350 m Lg 1200 m	JP. Dulaurent
D 25/09	Les Mines du Grand Clot	Oisans	D 600 m Lg 2000 m	P.Pichard
D 02/10	Les vias du Diable	Vanoise	PD/TD 200m Lg 2000m	P.Pichard

VTT

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

Sorties du WE et séjours

04/09	Circuit Herbouilly - Château-Julien	Vercors	23 km AD 640m	S.Pierrard
11/09	Descente de l'Alpe (Mizoën – Emparis)	Oisans	20 km V4- 1000 m	C.Bouchard

VTT (suite)

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

Sorties du WE et séjours

25/09	Tour de Mens	Trièves	30 km V3+ 1000 m	B.Esmenjaud
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