

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 Française de Randonnée (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 affichées dans notre salle de réunion ou sur le site internet 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.**

Calendriers

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

Nouvelles cotations « ski de rando »

Le système de cotation de difficulté que nous utilisons ne répond plus au considérable élargissement du domaine de pratique de ces dernières décennies.

- Il est dès lors devenu utile de caractériser la difficulté d'une course selon ses trois composantes : la montée, la descente, l'exposition du parcours.
- Le Comité de gestion a adopté le système de cotation des guides Toponeige, édités par Volopress. Cette référence facilitera la cotation des sorties par nos organisateurs.

Dans ce calendrier, nous commençons à intégrer ce système en ajoutant à notre cotation habituelle, la cotation « ski » caractérisant la descente.

- Cette disposition transitoire permettra de se familiariser avec une description plus fine de la difficulté, mais aussi plus complexe.
- Elle sera suivie de l'ajout des cotations de montée et d'exposition, dans les prochains calendriers, avec disparition de l'ancienne cotation.

Pour plus de détails sur cette cotation « ski » et pour connaître les 2 autres éléments de la cotation complète Toponeige, merci de vous reporter pages 22 et 23 à la fin de ce bulletin.

1.1 à 1.3	Niveau initiation	<30°
2.1 à 2.3	Peu de difficultés techniques	<35°
3.1 à 3.3	Entrée dans le ski-alpinisme	35° sur pentes longues Passages très courts jusqu'à 40-45° ou forêt dense
4.1 à 4.3	Ski de couloir ou de pente raide	Pente 40 à 45° soutenue sur plus de 200m
5.1 à 5.6	Pentes très raides	Pente à 45° sur plus de 300m ou 50° sur 100m

Cascade de glace

Sorties du WE et séjours

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
07-08 / 01	Initiation Cascade de Glace	Oisans	F 50 m	Pascal Eon Duval
14 / 01	Gina et Ginette - Balade des Gens Heureux (1450 m)	Grand Armet	3 / 3+ 300 m	Nathalie Rivaud
13 au 15/01	Séjour à Ceillac	Queyras	3 200 m	Michel Bedez
05/02	Vallon du Diable (1900 m)	Oisans	3 250 m	Michel Bedez
12/02	Initiation cascade de glace	Oisans	Moulinettes 30 m	Michel Bedez
S 04/03	Cascade du Pas de l'Aiguille (1420 m)	Vercors	IV / 4+ 220 m	Nathalie Rivaud

Raquettes

Sorties du WE et séjours

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
08 / 01	(Lac) Lauvitel (1530 m)	Oisans	R2 550 m	Laurent Vincent
08 / 01	Dent de Moirans (655 m)	Vercors	R1 580 m	Annick Suply
15 / 01	Les trois cols (1650 m)	Char- treuse	R2 800 m	François Vallin
15 / 01	Pas de l'Envious (2000 m)	Taillefer	R2 700 m	Gilbert Piot
22 / 01	Darbounouse (1280m)	Vercors	R2 300 m	Jean-Pierre Dulaurent
22 / 01	Rancou par le pas des Ampes (1882 m)	Vercors	R3 850 m	André Houillon
29 / 01	Recherche de traces et indices de vie	Vercors	R2	Bernard Blanchet
S 04/02	Exercices DVA sur le terrain Ouvert à tous, skieurs, raquettistes...	Formation		Christian Bouchard

Raquettes (suite)

Sorties du WE et séjours

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
22/01 ou	Pointe de la Galoppaz	Dévoluy	R3 800m	Laurent Vincent
05/02	Col des Aiguilles (2005 m)	Dévoluy	R2 800 m	Gilbert Piot
05/02	Col de la Croix depuis Château- Méa (1497 m)	Dévoluy	R3 650 m	André Houillon
S 11/02	Formation autonomie sur manteau neigeux Prérequis : avoir suivi la formation "Exercices DVA" du 04/02	Formation	Matin en salle Après-midi sur le terrain	Michel Gibergy
12/02	La Quarlie (2322 m)	Oisans	R2 770 m	François Vallin
19/02	Des Déserts au col de Plampa- lais (920 m)	Bauges	R1 357 m	Annick Suply
26/02	Emeindras du dessus (1430m)	Chartreuse	R2 650 m	Jean-Pierre Dulaurent
26/02	Orionde	Belledonne	R2 800m	Laurent Vincent
25 - 26/02	Plateau d'Ambel (1600 m) Nuit en refuge	Vercors	R2 400 + 600 m	Gilbert Piot
04 au 09/03	Séjour à Saint Gervais les Bains Cabane de Miage, Mont Joly, ...	Mont Blanc	R2 400 à 1000 m	Véronique Lebrun
05/03	Pravouta - Roc d'Arguille - Bec Charvet (1768 m)	Chartreuse	R3 960 m	André Houillon
12/03	Combe de Fer (1139 m)	Vercors	R1 480 m	Annick Suply
12/03	La Pointe Feuillette (1881 m)	Bochaine	R2 730 m	François Vallin
19/03	Rassemblement de printemps		F à PD	E. Besnard G. Revellin
26/03	Tête de l'Aupet	Dévoluy	R3 1500m	Laurent Vincent
26/03	Dent du Loup (1425m)	Vercors	R2 890 m	Jean-Pierre Dulaurent

Raquettes (suite)

Sorties du WE et séjours

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
02/04	Le Gd Rocher (1926m)	Belledonne	R2 500 m	Jean-Pierre Dulaurent
02/04	Pic de l'Aigle - Montagne de Clairret (1739 m)	Dévoluy	R3 680 m	André Houillon
09/04	Refuge du Taillefer (2056 m)	Taillefer	R2 700 m	François Vallin

Sorties en semaine

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
J 12/01	La Peyrouse (1720 m)	Matheysine	R2 920 m	Richard Blache
J 19/01	Pas de Pré Bourré (1295 m)	Vercors	R1 400 m	Michelle Benoit
J 02/02	Refuge du Pré du Mollard (1740 m)	Belledonne	R2 500 m	Michelle Benoit
J 02/02	Surre Saroi (2362 m)	Grandes Rousses	R3 / R4 1030 m	Richard Blache
J 16/02	Pas du Serpaton (1586 m)	Vercors	R1 400 m	Michelle Benoit
J 23/02	Pic de Pré Chambenne (2290 m)	Dévoluy	R3 980 m	Richard Blache
J 09/03	Le Jocou (2051 m)	Vercors	R3 940 m	Richard Blache
J 16/03	Chalet de l'Aulp Bernard (1575 m)	Belledonne	R2 500 m	Michelle Benoit
J 23/03	Pointe du Sciallet (2312 m)	Belledonne	R3 1020 m	Richard Blache
J 30/03	La Molière (1626 m)	Vercors	R1 500 m	Michelle Benoit
J 06/04	Chapotet (2076 m)	Belledonne	R2 950 m	Richard Blache



Ski de randonnée

Sorties du WE et séjours

Date	Lieu	Massif	cotation	Organisateur
S 07/01	Charmant Som (1867 m) Initiation	Chartreuse	F (ski 1.2) 600 m	Gilles Revellin
08/01	Côte Rouge (2015 m) - Initiation	Beaumont	F (ski 2.1) 757 m	Christian Bouchard
08/01	Pravouta (1760 m) - Initiation	Chartreuse	F (ski 2.1) 600 m	Gilles Revellin
08/01	Col de Sarvatan (2439 m)	Lauzière	PD (ski 2.3) 1000 m	Pascal Bourbon
S 14/01	Pic Saint Michel (1966 m) Initiation	Vercors	F (ski 2.1) 700 m	Gilles Revellin
15/01	Les Vans (2448 m) - Initiation	Belledonne	F (ski 2.2) 1000 m	Gilles Revellin
15/01	La Rama (2379 m)	Dévoluy	PD (ski 3.1) 980 m	Michel Gibergy
15/01	Pointe de Combe Bronsin (2499 m)	Lauzière	PD (ski 2.3) 1224 m	Emmanuel Besnard
S 21/01	Pointe Feuillette (1881 m)	Bochaine	PD (ski 2.1) 800 m	Bernard Esmenjaud
22/01	Roche Courbe (1938 m)	Beaumont	PD+ (ski 3.1) 740 m	Michel Gibergy
22/01	Le Tabor par le lac Charlet (2389 m)	Matheysine	PD (ski 2.1) 900 m	Stéphane Pierrard
22/01	Cime de Lancheton (2419 m)	Maurienne	F (ski 2.1) 970 m	Pascal Bourbon
29/01	Tête de la Chaudière (2029 m)	Vercors	PD (ski 2.2) 950 m	Bernard Esmenjaud
29/01	Pas de la Coche - Col de l'Aigleton (2266 m)	Belledonne	PD (ski 2.1) 1400 m	Gilles Revellin
S 04/02	Exercices DVA sur le terrain Ouvert à tous, skieurs, raquetistes...	Formation		Christian Bouchard

Ski de randonnée (suite)

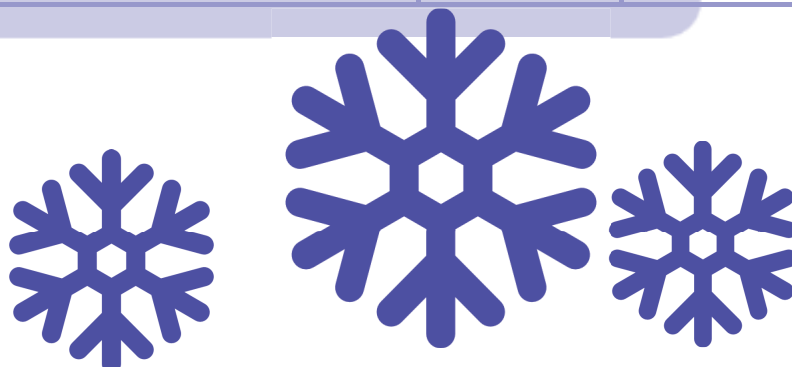
Sorties du WE et séjours

Date	Lieu	Massif	cotation	Organisateur
05/02	Le Piquet de Nantes (2214 m)	Matheysine	AD (ski 3.1) 780 m	Michel Gibergy
05/02	Col du Mouchillon en boucle (2460 m)	Belledonne	PD (ski 2.2) 1370 m	Emmanuel Besnard
S 11/02	Formation autonomie sur manteau neigeux Prérequis : avoir suivi la formation "Exercices DVA" du 04/02	Formation	Matin en salle Après-midi sur le ter- rain	Michel Gibergy
S 11/02	Tête de l'Aupet (2627 m)	Dévoluy	AD (ski 3.1) 1430 m	Bernard Esmenjaud
12/02	Col de la Charbonnière (2494 m)	Beaufortain	PD (ski 2.1) 1150 m	Pascal Bourbon
12/02	Col de la Valloire (2751 m)	Belledonne	PD (ski 2.2) 1800 m	Gilles Revellin
19/02	Rochet du parquet en boucle par le pas des Bachassons (2024 m)	Vercors	PD (ski 2.2) 1010 m	Julien Guyot
19/02	Rocher des Enclaves (2465 m)	Beaufortain	PD (ski 2.2) 1315 m	Stéphane Pierrard
26/02	Grand Galbert par Oulles (2561 m)	Oisans	AD- (ski 3.1) 1160 m	Christian Bouchard
26/02	Croix de Belledonne et tour de la Grande Lance de Domène (2926 m)	Belledonne	D (ski 2.3) 3000 m	Gilles Revellin
26/02 au 01/03	Séjour à Saint Martin de Belleville	Tarentaise	F à PD+ 800 à 1400 m	Pascal Bourbon
05/03	Le Gros Grenier en traversée (2911 m)	Maurienne	AD+ (ski 3.2) 1370 m	Michel Gibergy
05/03	Le Mont d'Armenaz (2158 m)	Bauges	PD+ (ski 3.1) 1368 m	Stéphane Pierrard
12/03	Grande Lauzière - Combe Ouest en boucle depuis Freydières (2741 m)	Belledonne	AD (ski 3.1) 1750 m	Julien Guyot

Ski de randonnée (suite)

Sorties du WE et séjours

Date	Lieu	Massif	cotation	Organisateur
11 au 18/03	Tour du Viso (3190 m)	Queyras	AD	Michel Gibergy
S 18/03	Grand Ferrand - Chorum Olympique (2758 m)	Dévoluy	D+ (ski 5.2) 1600 m	Bernard Esmenjaud
19/03	Rassemblement de printemps		F à PD	E. Besnard G.Revellin
S 25/03	Tête de Lapras (2584 m)	Dévoluy	AD- (ski 2.3) 1400 m	Emmanuel Besnard
26/03	Tête de Vallon Pierra (2516 m)	Dévoluy	AD- (ski 2.3) 1200 m	Christian Bouchard
02/04	Les deux cols (2377 m)	Beaufortain	PD (ski 2.3) 800 m	Pascal Bourbon
09/04	Couloir du Pertuis (2503 m)	Belledonne	D (ski 4.1) 1650 m	Gilles Revellin
08 et 09/04	Pointe des Cerces en boucle (3097 m) Face sud en aller retour facultative	Cerces	AD+ (ski 4.1) ou PD (ski 2.3) 1300+1000 / 700 m	Julien Guyot
15 au 17 /04	Séjour au refuge du Merlet - non gardé (1930 m)	Belledonne	PD - AD 800 + 700 à 800 m	Bernard Blanchet
L 17/04	Col du Grand Sauvage - couloir sud (3137 m)	Grandes Rousses	D (ski 4.1) 1740 m	Michel Gibergy
S 22/04	Col du vallon de Lanchâtra par le glacier Courbe (3150 m)	Valbonnais	AD+ (ski 3.3) 1783 m	Bernard Esmenjaud
23/04	Tour du Grand Crozet (2762 m)	Belledonne	AD (ski 3.1) 1900 m	Gilles Revellin
S 13/05	Brèche de la Somme (3269 m)	Ecrins	AD+ (ski 3.3) 1550 m	Bernard Esmenjaud



Ski de randonnée (fin)

Sorties en semaine

Date	Lieu	Massif	cotation	Organisateur
J 05/01	Le Grand Serre (2141 m)	Matheysine	AD+ (ski 3.2) 1080 m	Michel Gibergy
J 26/01	Le triangle d'Engins (1476 m)	Vercors	F (ski 1.3) 650 m	Michel Gibergy
J 09/02	Aiguille Croche (2487 m)	Beaufortain	AD (ski 2.3) 1270 m	Michel Gibergy
J 16/02	Pic de Gleize (2161 m)	Dévoluy	PD (ski 2.1) 920 m	Michel Gibergy
J 02/03	Tête de la Grissonnière (2545 m)	Matheysine	AD+ (ski 3.1) 1450 m	Michel Gibergy

Ski nordique

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
S 21/01	Gève - Autrans (1200 m)	Vercors	Bleues et rouges 10 à 20 km	Michel Bedez
J 16/02	Les Signaroux (1240 m)	Matheysine	Bleues et rouges 10 à 20 km	Michel Bedez



Ski de piste

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
Ma 07/03	La Vallée Blanche (3842 m)	Mont Blanc	PD+ -2800 m	Patrick Pichard

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
28/01	Atelier manipulation de cordes	Berthe de Boissieux		Pascal Eon-Duval
29/01	Pointe du Sifflet "La Ficelle" (2286 m)	Belledonne	AD 700 + 200 m	Nathalie Rivaud
12/02	Goulottes de Chamrousse (2080 m)	Belledonne	AD à D 120 à 200 m	Nathalie Rivaud

Pédestre

Sorties du WE et séjours

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
09/04	La Grande Sure par le pas Jusson (1920 m)	Chartreuse	T5 1130 m	Nathalie Rivaud
15 au 17/04	Séjour à Omblèze	Diois	T2 500 à 800 m	Gilbert Piot