

SORTIES COLLECTIVES

(F=facile, M=moyen, D=difficile)

Ce programme sera mis à jour sur notre site Internet. Heure et lieu de RV précisé la veille de la sortie vers 9h, sur la boîte vocale 04 50 67 51 40.

Sauf exception (**mineurs non accompagnés**, sortie difficile, sortie avec refuge, etc.), il n'y a pas d'inscription préalable. Vous prenez le matériel nécessaire habituel (un matériel inadéquat peut être source de refus), le pique-nique et la boisson, une petite pharmacie personnelle. **DVA obligatoire pour toute sortie raquette ou ski de rando**. Chiens non admis. Vous présentez au RV votre licence CAF, à défaut vous devez acheter une licence découverte 24 h (5 €). Prévenir la veille le club ou le cadre pour l'enregistrement.

La difficulté et l'allure dépendent du niveau indiqué (Facile, Moyen ou Difficile) et du cadre, **merci de ne pas vous surestimer**, et en sens inverse de modérer si besoin votre allure pour que le groupe ne se disloque pas.

Respectez les consignes qui vous sont données.

Transport proposé par covoiturage (base tarifaire = 0,30 € par km et par voiture, avec répartition des coûts entre voitures).

Prêt de matériel (tél 06 81 16 56 60) : DVA + pelle + sonde = 3 € la journée, 5 € le WE, 10 € la semaine (ski de rando, raquette). Piolets + crampons (cascade de glace) = 3+3 €/jour.

la cotisation au Club (licence CAF)

Les tarifs comportent 8 catégories. L'assurance personnelle (A.P.) pour l'Europe est conseillée mais facultative : son montant de **21,20 €** est à ajouter. Licence et assurance seront valables jusqu'au 31/10/2012.

| cat | définition (âge et famille) | sans A.P. | dont Club |
|-----|--------------------------------|--------------|-----------|
| T1 | né avant le 1/1/88 | 59 | 15,45 |
| J1 | de 18 à 24 ans au 1/1 | 41 | 7,35 |
| J2 | né après le 31/12/93 | 32 | 3,35 |
| S1 | Professionnel BHM, AM, BE | 53 | 13,65 |
| A1 | > 65 ans et +10 ans CAF | 47 | 13,65 |
| C1 | conjoint de membre | 40 | 11,15 |
| E1 | enfant de 18 à 24 ans | 27 | 3,15 |
| E2 | enfant** < 18 ans | 21 | 2,75 |

** ou petit enfant de membre (né après le 31/12/93)

Escalade sur mur (SAE)

Attestation d'accès requise pour Berthollet et Poisy, délivrée au cours des séances du mardi à Meythet. Son but : vérifier votre capacité à assurer votre compagnon de cordée et à grimper en tête.

lycée Berthollet à Annecy : lundi de 20 h à 22 h (réservé aux bons grimpeurs). Attestation nécessaire.

collège Prévert à Meythet : mardi de 18 h 30 à 21 h (débutants et grimpeurs tous niveaux) ; mercredi de 16 h 30 à 18 h (familles et plus de 11 ans).

collège de Poisy : mercredi de 18 h à 20 h (grimpeurs autonomes). Attestation nécessaire.

collège Beauregard de Cran Gevrier : jeudi de 20 h 15 à 22 h. Tous grimpeurs avec leur équipement.

Vacances scolaires du 11 au 26 février : maintien des créneaux des lundi et mardi.

Semaine : lundi 2 au vendredi 6 janvier

M3= Raquette M 960m avec François Jacquet : chalet du Criou (Samoëns 1664m).

M3= Ski de rando F 750m avec Lucette Cazé : pointe Ratti (haut Giffre 1923m).

J5= Raquette F 830m avec Jacqueline Etallaz : le Sulens (Thônes 1828m).

J5 (ou merc4)= Ski de rando F 750m avec Francis Verhaeghe : col de Tulle (Aravis sud 1980m).

J5= Permanence de 19h à 20h, suivie d'une soirée **GALETTE DES ROIS**.

V6= Ski nordique 1000m avec Anne-Lise Labeyrie : le Grand Cretêt (Grand Naves).

WE : samedi 7 et dimanche 8 janvier

S7= Ski de piste avec Michelle Pécot et Jocelyne Verhaeghe : l'Espace Diamant, inscr 06 83 85 83 20.

D8= Raquette F 600m avec Patrick Sureau : col de Véry (les Saisies 1973m), circuit.

D8= Ski de rando F avec Roger Granoux : **Initiation**.

D8= Ski de rando M 1100m avec Philippe Le Bouquin : Croise Baullet (la Giettaz 2236m).

Semaine : lundi 9 au vendredi 13 janvier

M10= Raquette M 900m avec François Jacquet : pointe de Cupoire (Samoëns 1882m).

M10= Ski de rando M 1140m avec Lucette Cazé : pointe de la Mandallaz (Manigod 2277m).

J12= Raquette F 770m avec Jacqueline Etallaz : croix du Nivolet (le Revard 1547m).

J12= Ski de rando F 1250m avec Anne-Lise Labeyrie : pointe du Mottet (St Jean de Belleville 2592m).

J12= Ski de fond avec Michelle Pécot et J Verhaeghe.

WE : samedi 14 et dimanche 15 janvier

S14= Journée de formation avec Yves Soto : « DVA » + construction d'abris. Pour raquetteurs et skieurs.

D15= Randonnée F 500m avec Philippe Vucher-Bondet : circuit autour de Aix les Bains, découverte.

D15= Raquette 720m avec Jacqueline Ferrari : col du Jaillet et Christomet (val d'Arly 1853m), depuis Mottaz.

D15= Ski de rando M 950m avec Francis Verhaeghe : la Rouelle (Manigod 2030m).

Semaine : lundi 16 au vendredi 20 janvier

L16= Ski de piste avec Michelle Pécot et Jocelyne Verhaeghe : la Clusaz, inscr 06 83 85 83 20.

M17= Exercice DVA avec Roger Granoux (½ journée).

M17= Raquette M 900m avec François Jacquet : col de Chavan (Chablais 1757m).

M17= Ski de rando M 850m avec Marcel Hausard : le Reculet (Jura, 1720m).

M17= Ski de rando M 1100m avec Yves Soto : montagne d'Outray (Beaufort, 2350m)

J19= Raquette F 870m avec Jacqueline Etallaz : la Galoppaz (Bauges 1681m).

J19= Ski de rando F 940m avec Lucette Cazé : aiguillette des Houches (Chamonix 2285m).

J19= Permanence de 19h à 20h. Puis Comité directeur.

V20= Ski nordique F 800/1000m avec Anne-Lise Labeyrie : le dou du Sublet (Feissons 2301m).

WE : samedi 21 et dimanche 22 janvier

S21= Ski de rando M 1460m avec Yves Soto : grand mont d'Arêches (Beaufort 2686m) par la combe Nord.

D22= Raquette F 600m avec Patrick Sureau : mont Forchat (Chablais 1539m), circuit depuis Doucy.

D22= Raquette M 940m avec François Jacquet : chalet de Salvadon (Sixt fer à cheval 1813m).

D22= Ski de rando M 1000m avec Roger Granoux : le bonnet de Chérel (Bauges 1979m).

D22= Cascade de glace avec Mathieu Hauwel : tour de glace de Champagny en Vanoise.

Semaine : lundi 23 au vendredi 27 janvier

M24= Randonnée F avec Roger Granoux : circuit autour de Seyssel.

M24= Raquette F 420m avec Jacqueline Ferrari : tour de la combe de Socquaz (Combloux 1677m), de Leutaz.

M24= Ski de rando M 1170m avec Lucette Cazé : Combe Bénite (Aime en Tarentaise 2575m).

J26= Raquette F 720m avec Jacqueline Etallaz : tête du petit Torraz (val d'Arly 1872m).

J26= Ski de rando M 1100m avec Anne-Lise Labeyrie : croise Baulet (la Giettaz 2236m).

V27= Ski de piste avec Michelle Pécot et Jocelyne Verhaeghe : inscription 06 83 85 83 20.

WE : samedi 28 et dimanche 29 janvier

S28= FORMATION S.O.S (Sortie Objectif Sécurité) avec Yves Soto : en salle, + 1 journée **ski de rando** à définir ensemble le 19/1. Ouvert à tous, débutants ou confirmés. Renseignements et inscription à la permanence du 19/1.

S28 ou D29= Ski de rando M 1050m avec Francis Verhaeghe : la Goenne (Manigod 2174m).

D29= Raquette F 700m avec Patrick Sureau : rocher de la Mottaz (Chablais 1657m), circuit depuis Ermont.

Semaine : lundi 30 janvier au vendredi 3 février

M31= Raquette F 950m avec François Jacquet : pointe d'Autigny (Abondance 1850m).

M31= Ski de rando M 950m avec Lucette Cazé : col de la Portette (Aime en Tarentaise 2283m).

J2= Raquette F 870m avec Jacqueline Etallaz : le géant du Petit Pré (Beaufortain 1814m).

J2= Ski de rando M 1300m avec Anne-Lise Labeyrie : mont Jovet (Moutiers 2525m).

J2= Permanence de 19h à 20h. Puis soirée photos à 20h15 : **NEPAL** avec Marcel Hausard.

V3= Ski nordique M 800m avec Anne-Lise Labeyrie : mont de la Guerre (Champagny 2293m).

WE : samedi 4 et dimanche 5 février

D5= Raquette F 750m avec Jean-Paul Masson : col Ratti (Taninges 1923m).

D5= Ski de rando F 1150m avec Philippe Le Bouquin : le Quermoz (Beaufortain 2296m) depuis Montgirod.

Semaine : lundi 6 au vendredi 10 février

L6 au V11= Ski de rando en Dévoluy avec Lucette Cazé et Anne-Lise Labeyrie. Inscriptions closes.

M7= Raquette avec François Jacquet : chalet de Darbon (Chablais).

M7= Ski de rando F 800m avec Roger Granoux : pointe d'Uble (Taninges 1963m).

J9= Raquette F 850m avec Jacqueline Etallaz : pointe de la Golèse (1835m).

J9= Ski de rando M 1150m avec Francis Verhaeghe : les frettes du Rognolet (Lauzière 2528m).

WE : samedi 11 et dimanche 12 février

S11= Ski de rando M+ 1400m avec Yves Soto : pic de la Belle Etoile (Belledonne 2718m).

S11 au S18= Raquette en Queyras avec Jean-Paul Masson, inscriptions closes.

D12= Raquette F 800m avec Patrick Sureau : montagne de la Faverge (Moutiers 2040m).

D12= Ski de rando F 900m avec Roger Granoux : dent de Verreu (Samoëns 1901m).

Semaine : lundi 13 au vendredi 17 février

M14= Raquette F 950m avec François Jacquet : mont de Vorès (val d'Arly 2067m).

M14= Ski de rando F avec Roger Granoux : **Initiation.**

J16= Raquette M 950m avec Jacqueline Etallaz : tour du Môle (Bonneville 1627m).

J16= Ski de rando F 1300m avec Lucette Cazé : tête de Bostan (Samoëns 2406m).

J16= Permanence de 19h à 20h. Puis soirée photos à 20h15 : **croisière en GROENLAND** avec Yves Soto.

V17= Ski nordique F 1000m avec Anne-Lise Labeyrie : le Quermoz (Beaufortain 2296m).

WE : samedi 18 et dimanche 19 février

D19= Randonnée F 500m avec Philippe Vucher-Bondet : circuit autour de Montagny les Lanches.

D19= Raquette 600m avec Jacqueline Ferrari : Chevan (Praz/Arly 1638m), boucle par les Châteaux, de Cassioz.

D19= Ski de rando F 1000m avec Marie-Christine Caillet-Fiard : Sulens (Thônes 1839m).

Semaine : lundi 20 au vendredi 24 février

M21= Raquette F 850m avec Patrick Sureau : roc d'Arguille (St Pierre de Chartreuse 1768m), circuit.

M21= Ski de rando avec Francis Verhaeghe.

J23= Raquette F 960m avec Jacqueline Etallaz : chalets de Criou (Samoëns 1664m).

J23= Ski de rando M 1300m avec Lucette Cazé : le Rognolet (Lauzière 2659m).

V24= Ski de fond avec Michelle Pécot et Jocelyne Verhaeghe.

WE : samedi 25 et dimanche 26 février

D26= Raquette F 600m avec Patrick Sureau : le grand Cha (Hurtières 1992m), circuit depuis la Jasse.

D26= Raquette M 1050m avec François Jacquet : croix de Bagnaz (Beaufortain 2376m).

D26= Ski de rando M 1000m avec Roger Granoux : le rocher Rausset (École en Bauges 1816m).

Semaine : lundi 27 février au vendredi 2 mars

M28= Raquette F 200 à 400m avec Jacqueline Ferrari : plateau d'Agy (Cluses).

M28= Ski de rando M 1300m avec Marcel Hausard : la Carmélite (Aravis 2477m), du Reposoir.

M28 au V2/3= Ski de rando en Maurienne avec Anne-Lise Labeyrie et Lucette Cazé, en étoile autour du gîte de Beaune. Inscr 06 13 93 00 08 à partir du 2/1 (10 p max).

J1= Raquette M 1000m avec Jacqueline Etallaz : tête de la Traille (Sallanches 1865m).

J1= Ski de rando M 850m avec Roger Granoux : la Roche Pourrie (Albertville 2037m).

J1= Permanence de 19h à 20h. Puis film + photos à 20h15 : **Malouines, Géorgie du sud, Antarctique** avec Yves Soto.

WE : samedi 3 et dimanche 4 mars

S3 ou D4= Ski de rando avec David Nicod.

D4= Raquette F 650m avec Patrick Sureau : col de Cou (Morzine 1920m), circuit depuis les Mines d'or.

D4= Raquette M 800m avec Jean-Paul Masson : les 3 têtes (Glières 1864m).

D4 au V9= Ski de rando avec Roger Granoux en étoile autour du gîte de Larche. Inscription 06 81 16 56 60 à partir du 2/1 (9 p max)

Semaine : lundi 5 au vendredi 9 mars

M6= Raquette M 1000m avec François Jacquet : refuge de Grenairon (Sixt fer à Cheval 1974m).

M6= Ski de rando M 1200m avec Lucette Cazé : le Grand Arc (Maurienne 2484m).

J8= Raquette F 820m avec Jacqueline Etallaz : le dou des Cornes (Moutiers 2063m), circuit.

J8= Ski de rando M 1300m avec Marcel Hausard : Fontanabran (Préalpes franco-suisse 2703m) depuis Finhault.

WE : samedi 10 et dimanche 11 mars

S10 ou D11= Ski de rando 1000/1200m avec Francis Verhaeghe.

D11= Raquette 570m avec Jacqueline Ferrari : la combe Marto, depuis le Reposoir.

D11= Raquette F 800m avec Jean-Paul Masson : le mont de la Guerre (Champagny 2293m).

D11= Ski de rando M 900m avec Roger Granoux : pointe de Lapaz (les Houches 2313m).

Semaine : lundi 12 au vendredi 16 mars

L12= Ski de piste avec Michelle Pécot et Jocelyne Verhaeghe : Tignes/val d'Isère, inscr 06 83 85 83 20.

M13= **Raquette F 700m** avec Patrick Sureau : croix de Dormiaz (la Bathie 2000m), depuis le Daru.

M13= **Ski de rando F 920m** avec Marcel Hausard : signal de Geffriand (St Martin de Belleville 2396m).

J15= **Raquette F 800m** avec Jacqueline Etallaz : tête du **Turc** (mont Blanc 2028m), circuit.

J15= **Ski de rando M 1530m** avec Anne-Lise Labeyrie : rocher de la Davie (Ste Foy Tarentaise 3156m).

J15= **Permanence de 19h à 20h**. Puis réunion des Cadres à 20h15 : **PROGRAMME** du 2° trimestre 2012.

WE : samedi 17 et dimanche 18 mars

S17= **Ski de rando M 1500m** avec Yves Soto : selle du Puy Gris (Belledonne 2700m).

D18= **Randonnée F 500m** avec Philippe Vucher-Bondet : le Vuache (Frangy 1100m).

D18= **Raquette F 860m** avec Patrick Sureau : croix Cartier (val d'Arly 1834m), depuis Chaucisse.

D18= **Raquette M 1080m** avec François Jacquet : mont Rosset (Aime en Tarentaise 2449m).

D18= **Ski de rando M+ 950m** avec Roger Granoux : brèche de la Portetta (Courchevel 2651m).

Semaine : lundi 19 au vendredi 23 mars

M20= **Raquette 500m** avec Jacqueline Ferrari : col de la Basse (Taninges 1636m) depuis Bonnavaz.

M20= **Ski de rando M 1270m** avec Marcel Hausard : pointe Ronde (Suisse, mont Blanc 2700m).

J22= **Raquette M 840m** avec Jacqueline Etallaz : les crêtes du roc Marchand (Beaufortain 2159m).

J22= **Ski de rando M 1150m** avec Lucette Cazé : col du Bonhomme (Contamines 2329m).

WE : samedi 24 et dimanche 25 mars

D25= **Raquette 700m** avec Jean-Paul Masson : dos de crêt Voland (Vanoise 2090m).

D25= **Ski de rando M 1100m** avec Marie-Christine Caillet-Fiard : une combe dans les Aravis.

D25 au D1/4 (ou du D1 au D8/4)= **8 jours de Ski de rando en Ortles** (Italie) avec Yves Soto, sommets à 3600-3700m en étoile et glaciers, au départ de 2 refuges. Renseigne et inscriptions (7 p) à la permanence du 1/2.

Semaine : lundi 26 au vendredi 30 mars

M27= **Raquette F 750m** avec Patrick Sureau : lac Blanc (Gdes Rousses 2502m), circuit, du col de la croix de Fer.

M27= **Ski de rando M 1300m** avec Marcel Hausard : mont Coin (Beaufortain 2539m).

J29= **Raquette 1100m** avec Jacqueline Etallaz : col du Couvercle (Arêches 2285m).

J29= **Ski de rando M 1050/1300m** avec Roger Granoux : roc du Blanchon (Pralognan 2748m).

J29= **Permanence de 19h à 20h**. Puis soirée Photos à 20h15 : **TURQUIE**. avec Jean-Paul Masson.

S31= **Formation UFCA** à Meythet. Insc Roger Granoux.

voyages et séjours : projets

du samedi 28 avril au mardi 1° mai : **escalade falaise** avec Brice Duchatel : Buis-les-Baronnies ou Dentelles de Montmirail.

les 3 jours du pont de Pentecôte : à **vélo le long du canal latéral de la Loire**, avec Jean-Paul Masson. Renseignements et inscription à partir du 1° mars.

du lundi 4 au vendredi 8 juin : **randos en étoile en Mercantour** (versant italien) avec Jacqueline Etallaz. Inscription avant le jeudi 3 mai.

du dimanche 1° au dimanche 8 juillet : **9° CAMP D'ETE** à Val d'Isère (camping Les Richardes).

du vendredi 20 au dimanche 30 ou lundi 31 juillet : camp de rando dans le Cotentin avec Jacqueline Ferrari. Camping : séjour sur place du 21 au 28 juillet.

du samedi 4 au dimanche 19 août : **descente du Danube à vélo** avec Jean-Paul Masson. Les personnes intéressées se feront connaître avant fin mars.

du dimanche 2 au mercredi 12 septembre : séjour de rando (en étoile, camping) dans **les Encantats** (Pyrénées espagnoles) avec Michel Hausard.

1 mois de mi-septembre à mi-octobre : **Madagascar** avec Jean-Paul Masson. Renseignements et inscription à la permanence du 19 janvier.

marche nordique

Certains samedis matin à partir de mars, Michel Giraud vous propose des Marches Nordiques (2h environ) ou des initiations à cette marche. Le contacter : 06 71 99 99 44.

ski alpin et ski de fond

Pour toutes ces sorties en station, contacter Michelle Pécot par internet ou Jocelyne Verhaeghe 06 83 85 83 20.

ski de randonnée nordique

Anne-Lise organise cette saison plusieurs sorties de ski nordique en montagne, un autre style de rando à ski avec du matériel encore plus léger, sur des terrains moins pentus mais cependant vallonnés, qui permettent de profiter de la glisse à la descente et de s'essayer pourquoi pas au virage télémak.

Si vous êtes plus contemplatif qu'attiré par les pentes raides, vous pouvez essayer la randonnée nordique. L'effort à la montée sera moindre qu'à ski de rando ; mais il faut une bonne condition physique car la descente peut présenter quelques difficultés, le talon étant moins bien tenu. Heureusement les traversées-conversions sont toujours là pour les surmonter ...

Le matériel :

1__Des skis de randonnée nordique assez larges pour faciliter la stabilité, avec ou sans écailles. Des carres facilitent la progression sur certaines neiges.

2__Peaux de phoques indispensables à la montée (quelques paires peuvent être prêtées).

3__Des fixations Norme 75 ou autres, confortables, mais donnant une bonne tenue du pied à la descente.

4__DVA, pelle, sonde ... et savoir s'en servir.

5__Location du matériel possible à Versant Nord.

alpinisme hivernal

C'est une discipline engagée et technique, déjà bien amorcée les années passées en cascade de glace.

Mais pour aller plus loin et progresser en toute sécurité, nous ferons appel à deux guides de haute montagne pour des écoles de glace et renforcer les acquis crampons aux pieds et piolets en main : Stéphane Husson, concepteur de la célèbre Tour de Glace à Champagne, et Pierrick Hotellier de Dingy-St-Clair. Les dates de ces événements seront disponibles sur le site et auprès de Mathieu Hauwel.

le DVA pour toute sortie Raquette

Suite à un certain nombre de « conseils » reçus, le Comité directeur a décidé l'an passé de systématiser le port du DVA (Détecteur de Victimes d'Avalanche, anciennement ARVA) pour toutes les sorties raquette.