

ESCALADE EN SALLE (SAE)

Attestation d'accès demandée 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 : lundi de 20h à 22h (si attestation).

collège Prévert de Meythet : mardi de 18h30 à 21h (tous niveaux) ; vendredi de 18h30 à 20h (familles + jeunes > 11 ans + adultes non débutants en binôme).

collège de Poisy : mercredi de 18h à 20h (si attestation)

collège Beauregard de Cran-Gevrier : jeudi de 20h15 à 22h (tous niveaux).

Tous les créneaux sont fermés durant les vacances de nouvel an, réouverture le 6/1. Créneaux de Poisy et Beauregard pendant les vacances d'hiver (22/2 au 8/3) à confirmer : consulter le site.

Cascade de glace à la tour de Champagny en Vanoise avec un guide : 2 samedis en janvier et février.

Marche nordique le samedi matin ; reprise 21 mars. Bâtons de marche nordique au départ des sorties : 2 € après demande au cadre.

Jeudi 2 au vendredi 3 janvier

J2matin= Rando F avec Christine Presse à Quintal.

J2= Permanence de 19h à 20h. Puis notre traditionnelle soirée galette.

V3= initiation au Ski de rando avec Roger Granoux.

Samedi 4 au vendredi 10 janvier

S4matin= marche nordique avec Marie-Claude Vidal.

S4= Raquette F 500m avec Serge Bouttier : chalets du plateau des Auges (les Glières 1760m).

S4= Ski de rando nordique avec Albert Lingot : plateau du Retord.

D5= Raquette F 600m avec Philippe Vucher-Bondet : pointe de Beauregard (La Clusaz 1644m).

D5= Raquette M 900m avec Jean-Luc L'Hôtelier : pointe d'Ireuse (Chablais 1890m).

D5= Ski de rando F 800m avec Georges Depétri : col de la Tulle (Aravis sud 2050m).

D5= Ski de rando M 1300m avec Jean-Pierre Pipard : le rocher des Enclaves (Hauteluce 2467m).

M7= Rando F 150m 14km avec Pierre Prédésac : le molar de Vions (Culoz 400m) par les bords du Rhône.

M7= Raquette F 950m avec Bernard Lagrange : Sous-Dine depuis Orange (Bornes 2004m).

M7= Ski de rando F 800m avec André Laydevant : pointe d'Andey (Brizon 1877m).

M7= Ski de rando M 1100m avec Jean-Pierre Pipard : le petit Châtelet (Aime en Tarentaise 2461m).

J9= Raquette F 650m 11km avec Christine Presse : chalets de la Fullie au départ de la station des Aillons.

J9= Ski de rando F+ 950m avec Sophie d'Amonville : refuge de la Pointe Percée (Gd Bornand 2164m).

J9= Ski de rando M 1000m avec Jean-Claude Cuilleriez : croisse Baulet (la Giettaz 2236m).

J9= Ski de fond sur traces avec Michelle Pécot au Revard.

V10= Raquette clair de lune avec Serge Bouttier et Georges Lavorel : au Semnoz, restaurant, inscription internet ou 06 77 96 75 36.

Samedi 11 au vendredi 17 janvier

S11= Raquette F 500m avec Serge Bouttier : plan du Tour (Manigod 1740m).

S11= Ski de rando nordique avec Anne-Lise Labeyrie : chalet Pierre Larron (Valmorel).

D12= Rando ou Raquette F avec Roger Granoux.

D12= Ski de rando M 1000m avec Sophie d'Amonville : l'Ambrevettaz (Aravis 2453m).

D12= Ski de rando M- 1200m avec Philippe Le Bouquin : pointe du Dzonfié (Grand Naves 2455m).

M14= Rando F 450m 15km avec Pierre Prédésac : mont Landard (Chanaz 500m) par St Pierre de Curtille.

M14= Raquette F 750m avec Bernard Lagrange : chalet de la Fullie depuis Seythenex (Bauges 1390m).

M14= Ski de rando F 800m avec Lucette Cazé : le col Ratti (Taninges 1923m).

M14= Ski de rando M 1200m avec Gérard Chailleux : pointe Combe Bronsin (Lauzière 2499m).

M14= Soirée de formation « Iphigénie » (19h-21h) avec Jean-Pierre Pipard, Michel Brusa et Philippe Le Bouquin. Pour tous ; infos + inscr 06 95 27 48 02.

J16= Raquette F 800m 12km avec Christine Presse : boucle du Colomban (Thônes 1750m).

J16= Ski de rando F 800m avec Jean-Pierre Pipard : pointe d'Andey (Brizon 1877m).

J16= Ski de rando M 1050m avec Gilles Sarrasin : l'Ambrevettaz (Aravis 2463m) par la combe Tardevant.

J16= Ski de fond sur traces avec Michelle Pécot : les Glières.

J16= Permanence de 19h à 20h. Puis soirée diaporama Camp d'été Barcelonnette.

V17ouS18= Ski de rando nordique avec Albert Lingot : plaine d'Echallon, lac des Moussees.

Samedi 18 au vendredi 24 janvier

S18= Raquette F 500m avec Serge Bouttier : chalet de Tinnaz (les Glières 1550m).

S18= Formation neige « gestion des secours » avec Jean-Pierre Pipard, pour raquetistes et skieurs.

D19= Raquette F 600m avec Georges Lavorel : pointe d'Orsière (Aravis 1750m) depuis le Torchon.

D19= Raquette M 900m avec Jean-Luc L'Hôtelier : col du Vâ (Beaufortain 2222m).

D19= Ski de rando F 800m avec Lucette Cazé : la Berte (Morzine 1992m).

D19= Ski de rando M 1100m avec Georges Depétri et Sophie d'Amonville : combe de Blonnière (2369m).

L20 au J23= Ski de rando avec Georges Depétri et Sophie d'Amonville : séjour à Etrouble (Italie), 4 courses 1200m/j. Budget env 200 €, 6 p maxi. Inscriptions doses.

M21= Raquette F 900m avec Bernard Lagrange : Notre Dame des Neiges (Thônes 1454m) depuis Thuy.

M21= Ski de rando F 850m avec André Laydevant : pointe de Talamarche (Aravis 1850m).

M21= Ski de rando M 1450m avec Gérard Chailleux : tour du Rognolet (Lauzière 2659m).

J23= Rando F 350m 18km avec Pierre Prédésac : les vignobles de Jongieux par la chapelle St Romain (Lucy).

J23= Raquette F 600m 12km avec Christine Presse : refuge du Creux du Lachat (Bauges 1400m) depuis Arith.

J23= Ski de rando F 950m avec Jean-Claude Cuilleriez : la pointe Chalune (Mieussy 2116m).

J23= Ski de rando M 1300m avec Jean-Pierre Pipard : tête de Bostan (Samoëns 2406m).

J23= Ski de fond sur traces avec Catherine Chiabaut : Grand Bornand.

Samedi 25 au vendredi 31 janvier

S25= Ski de rando M 1100m avec Marcel Hausard et Yoann Le Corvic : portes de Montmélian (Celliers 2459m).

S25= Ski de rando nordique avec Anne-Lise Labeyrie : pointe des Jottis (Mégevette).

D26= **Raquette F 500m** avec Philippe Vucher-Bondet : plateau des Glières (Thorens).

D26= **Initiation au ski de rando** avec Roger Granoux. Location possible à *Versant Nord*.

D26= **Ski de rando M 1000m** avec Sophie d'Amonville : combe de Borderan (Aravis 2322m).

M28 = **Rando F 430m 19km** avec Pierre Prédésac : circuit de Rochetaillée par la croix de Beauvoir (Chindrieux 500m).

M28= **Raquette F 850m** avec Bernard Lagrange : chalet du Drison depuis Tamié (Bauges 1640m).

M28= **Ski de rando F 800m** avec Lucette Cazé : la Roche Parstire (Arêches 2108m).

M28= **Ski de rando M 1200m** avec Jean-Pierre Pipard : la Gratte (St Martin de Belleville 2638m).

M28 au Me5= **Ski de rando nordique** avec Anne-Lise Labeyrie : 9 jours dans le Jura avec participation au Grand Parcours Haut Doubs. Infos + insc 06 13 93 00 08.

J30= **Raquette F 600m** avec Georges Lavorel : le Danay depuis Corengy (St Jean de Sixt 1730m).

J30= **Ski de rando M 1000m** avec Gilles Sarrasin : petite Chaurionde (Seythenex 2123m).

J30= **Ski de rando M 1100m** avec Jean-Claude Cuillieriez : col de la Cicle (les Contamines 2377m).

J30= **Ski de fond** sur traces avec Michelle Pécot au Grand Bornand.

J30= **Permanence de 19h à 20h**. Puis soirée **Géologie** avec Michel Brusa.

Samedi 1er au vendredi 7 février

S1ouD2= **exercice DVA** avec Roger Granoux (½ journée)

D2= **Raquette F 600m** avec Philippe Vucher-Bondet : crêt de la Neige (Lelex 1720m).

D2= **Ski de rando M 1300m** avec Jean-Pierre Pipard : le mont Jovet depuis La Cour (Bozel 2558m).

D2 + L3= **Ski de rando** avec Georges Depétri et Sophie d'Amonville : *stage Neige et Avalanche* au logis des Fées (Celliers). Inscription site FFCAM ou 06 75 23 97 14.

M4= **Rando F 400m 18km** avec Pierre Prédésac : pertes de la Valserine par le pont de Pierre (Bellegarde 540m).

M4= **Raquette F 600m** avec Bernard Lagrange : chalets des Auges depuis le plateau (Glières 1822m).

M4= **Ski de rando F 800m** avec André Laydevant : dôme de la Girotte (Hauteluze 1926m).

M4= **Ski de rando M+ 1600m** avec Gérard Chailleux : tour de Comborsier (Beaufortain 2686m).

M4 au J6=**Ski de fond** sur traces avec Michelle Pécot : la Pesse (Haut Jura). Inscription 06 02 25 25 65.

J6= **Raquette F 600m** avec Christine Presse : col du Lindar (les Aillons 1180m) au départ du Penon.

J6= **Ski de rando F 700m** avec Jean-Claude Cuillieriez : le Môle (Faucigny 1863m).

J6= **Ski de rando M 1150m** avec Marcel Hausard : le Glais Rouge (Lauzière 2163m).

J6= **Permanence de 19h à 20h**. Puis soirée **les Dolomites** avec Philippe Vucher-Bondet.

V7ouS8= **Ski de rando nordique** avec Albert Lingot : les Roches d'Orvaz, Désertin.

Samedi 8 au vendredi 14 février

S8= **Ski de rando F pleine lune** avec Jean-Pierre Pipard.

S8 au S15=**Ski de rando** en étoile avec Jean-François Deshayes et le CAF Paris : les Alpes de Kitsbühel (Autriche), 2 à 3 p max. Inscription 06 70 75 12 61.

D9= **Rando ou Raquette F** avec Roger Granoux.

D9= **Raquette M 950m** avec Jean-Luc L'Hôtelier : pointe de Chalune (Chablais 2116m).

D9= **Ski de rando F 850m** avec Lucette Cazé : le Plan des Queux (vallée des Belleville 2150m).

D9= **Ski de rando M 1200m** avec Georges Depétri : pointe des Carmélites (Aravis 2477m).

M11= **Rando F 500m 19km** avec Pierre Prédésac : chaos du Chéran par le pont de l'Abîme (Alby 560m).

M11= **Raquette F 850m** avec Bernard Lagrange : pointe de la Galoppaz depuis Ecole (Bauges 1681m).

M11= **Ski de rando F+ 800m** avec Gilles Sarrasin : col des Porthets (Aravis sud 2072m).

M11= **Ski de rando M 1200m** avec Sophie d'Amonville : la Mandallaz (Manigod 2277m).

J13= **Raquette F 650m 13km** avec Christine Presse : boucle au départ de St François.

J13= **Ski de rando F tranquille** avec Jean-Pierre Pipard.

J13= **Ski de rando M 1200m** avec Gilles Sarrasin : pointe de Dzonfié (Beaufortain 2455m) par le refuge du Nant du Beurre.

J13= **Ski de fond** sur traces avec Michelle Pécot : le Revard.

V14= **Ski de rando nordique M** avec Anne-Lise Labeyrie : chalet de la Servaz, long (Faverges 1443m).

Samedi 15 au vendredi 21 février

D16= **Raquette F 600m** avec Philippe Vucher-Bondet :

autour du col du Granier (Chartreuse).

D16= **Raquette M 1050m** avec Jean-Luc L'Hôtelier : mont Rosset (Beaufortain 2429m).

D16= **Ski de rando F 900m** avec Marcel Hausard : Sous-Dine (Bornes 2004m).

D16= **Ski de rando M 1400m** avec Jean-Pierre Pipard : tour de la Charbonnière (Aime en Tarentaise 2494m).

D16 + L17= **formation « Faire Sa Trace en hiver »** avec Sophie d'Amonville pour la FFCAM. Inscription 06 87 49 69 48.

M18= **Raquette M 1000m** avec Bernard Lagrange : crêt de l'Aigle (Bauges 1638m) depuis Allèves.

M18= **Ski de rando F 950m** avec André Laydevant : Sur Cou (Bornes 1809m).

M18= **Ski de rando M+ 1100m** avec Gérard Chailleux : tête de l'Aulp (Bornes 2129m).

J20= **Rando F 490m 19km** avec Pierre Prédésac : au Fil de l'Eau par la forêt du Corsuet (Aix les Bains 630m).

J20= **Raquette F 650m 11km** avec Christine Presse : col des Bornettes (Bauges 1304m).

J20= **Ski de rando M 900m** avec Jean-Claude Cuillieriez : tour de Haute Pointe (Mieussy 1820m).

J20= **Ski de fond** sur traces avec Catherine Chiabaut : les Glières.

J20= **Permanence de 19h à 20h**. Puis soirée **Kayak** avec Danielle Boget.

V21ouS22= **Ski de rando nordique** avec Albert Lingot : Planvanel, Crêt du Nû, Pré Carré.

Samedi 22 au vendredi 28 février

D23= **Raquette F** avec Jean-Pierre Aubertin : le Danay (1730m), du Grand Bornand.

D23= **Ski de rando M 1000m** avec Sophie d'Amonville : trou de la Mouche en traversée (Aravis 2400m).

D23= **Ski de rando M 1230m** avec Philippe Le Bouquin : pointe Combe Bronsin (Lauzière 2499m).

M25= **Rando F 600m 18km** avec Pierre Prédésac : pont des Dames par St Pierre de Curtille (St Jean la Porte 700m).

M25= **Raquette F 800m** avec Bernard Lagrange : plan de la Limace depuis Jarsy (Bauges 1722m).

M25= **Ski de rando F 800m** avec André Laydevant : dos de Crêt Volland (vallée des Belleville 2092m).

M25= **Ski de rando M 1100m** avec Jean-Pierre Pipard : le Petit Arc (Aiguebelle 2365m).

J27= Raquette F 600m 12km avec Christine Presse : le Crêt d'eau depuis Menzières (Jura 1621m).

J27= Ski de rando F 850m avec Lucette Cazé : col de la Gittaz (Hauteluze 2359m).

J27= Ski de rando M 1100m avec Jean-Claude Cuillieriez : tête Pelouse par Bella Cha (Aravis 2537m).

V28ouS29= Ski de rando nordique avec Albert Lingot : Lalleyriat, Merlogne, combe Chevrellet, Narmont.

Samedi 29 février au vendredi 7 mars

D1= Raquette F 600m avec Philippe Vucher-Bondet : chalet de Cotagne (Thônes 1480m).

D1= Ski de rando F 700m ou M 1000m avec Marcel Hausard : Petit ou Grand Som (Chartreuse 1772m / 2023m).

D1= Ski de rando M 1400m avec Georges Depétri : la Tournette (Thônes 2351m).

M3= Rando F 560m 14km avec Pierre Prédésac : lacs de Chevelu par Billième (St Jean Le Chevelu 750m).

M3= Raquette M 1000m avec Bernard Lagrange : lacs Jovet (les Contamines 2200m).

M3= Ski de rando F 800m avec Lucette Cazé : pointe de Chalune (Mieussy 2116m).

M3= Ski de rando D 1450m avec Gérard Chailleux : triangle du Reposoir (Aravis 2500m).

M3ouMerc4 au S7ouD8= Ski de rando nordique avec Anne-Lise Labeyrie : traversée du Vercors avec pulka.

J5= Raquette F 650m avec Bernard Lagrange : pointe d'Orcière (Manigod 1750m).

J5= Ski de rando M 1000m avec Gilles Sarrasin : Roche Plane (Arêches 2166m).

J5= Ski de rando M 1360m avec Jean-Pierre Pipard : le mont Coin (Arêches 2539m), depuis le Mappa.

J5= Ski de fond sur traces avec Catherine Chiabaut.

J5= Permanence de 19h à 20h. Puis Comité directeur.

Samedi 7 au vendredi 13 mars

S7= Raquette F 600m avec Serge Bouttier : montagne de Paradis (Petit Bornand 1600m).

D8= Raquette D 1300m avec Jean-Luc L'Hôtelier : rocher des Enclaves (Beaufortain 2465m).

D8= Ski de rando F 700m avec Roger Granoux : roche vieille de Sulens (Thônes 1735m).

D8= Ski de rando D 1100m avec Sophie d'Amonville : le Charvin (Aravis 2409m).

D8 au Merc11= Raquette avec Philippe Vucher-Bondet en Belledonne. Information et inscription à la permanence

du jeudi 2 janvier à 19h15.

D8 au V13= Ski de rando en étoile avec Lucette Cazé : Queyras (Fontgillarde), 12 p. Complet.

D8 au D15= Ski de rando en étoile avec Jean-Francois Deshayes et le CAF Paris : en Südtirol (Italie), 3 p max. inscription 06 70 75 12 61.

M10= Rando F 715m 16km avec Pierre Prédésac : belvédère de la Chambotte par les croix de Meyriou (Brison 820m).

M10= Raquette F avec Jean-Pierre Aubertin : le Sulens.

M10= Ski de rando F+ 1000m avec Jean-Pierre Pipard : le col du Vâ (Grand Naves 2294m).

J12= Raquette M 900m 14km avec Christine Presse : le Danay (1730m) depuis la Clusaz.

J12= Ski de rando M 1200m avec Jean-Claude Cuillieriez : tête de la Combaz (Contamines 2445m).

J12= Ski de fond sur traces avec Michelle Pécot : le Retord.

V13ouS14= Ski de rando nordique avec Albert Lingot : Giron, combe du Collet.

Samedi 14 au vendredi 20 mars

S14= Raquette F 400m avec Serge Bouttier : vallon d'Ablon (les Glières 1600m).

S14= la Pierra Menta avec Jean-Pierre Pipard : suivi de la course, départ très matinal, télé gratuit.

S14 + D15= Ski de rando D 1300m/j avec Georges Depétri : WE à Chamonix (vallée Blanche).

D15= Rando avec Roger Granoux dans l'avant-pays.

D15= autre sortie à définir.

M17= Raquette M 900m avec Bernard Lagrange : col de l'Arclusaz (Bauges 1770m) depuis Ecole.

M17= Ski de rando F 850m avec Lucette Cazé : le Teurre (vallée des Belleville 2364m).

M17= Ski de rando M 900m avec Jean-Pierre Pipard : pointe du Dard (Arêches 2489m), télésiège.

M17 + Me18= Ski de rando M+ avec Gérard Chailleux : pointe de Presset, refuge + circuit (Beaufortain 2500m).

J19= Rando F 540m 15km avec Pierre Prédésac : Barre des Fècles par le belvédère de la Colonne (Nantua 900m).

J19= Raquette F 450m 12km avec Christine Presse : le Nivolet (Bauges 1547m) par l'Orionde.

J19= Ski de rando M 1200m avec Gilles Sarrasin : rocher des Enclaves (Beaufortain 2465m).

J19= Ski de rando M+ 900m avec Georges Depétri : combe à Marion (col des Aravis, 2250m).

J19= Ski de fond sur traces avec Michelle Pécot : le plateau du Retord.

J19= Permanence de 19h à 20h. Puis réunion des cadres pour établir le **programme du 2ème trimestre.**

V20= Ski de rando nordique M avec Anne-Lise Labeyrie : sur la Pointe (Bellevaux 1657m), de l'Ermont.

Samedi 21 au vendredi 27 mars

S21 matin= Marche nordique avec Evelyne Laperrouzaz

S21= Raquette alpine D 1000m avec Jean-Luc L'Hôtelier : tête de l'Aulp (Aravis 2129m).

D22= Rando avec Roger Granoux dans l'avant-pays.

D22= Raquette F 650m avec Philippe Vucher-Bondet : chalets de Miage et du Truc (val Montjoie 1800m).

D22= Ski de rando M 1000m avec Marcel Hausard : le mont des Acrays (Beaufortain 2173m).

D22= Ski de rando M 1460m avec Philippe Le Bouquin : le Cheval Noir (Lauzière 2832m).

D22 au D29= Ski de rando en étoile avec Jean-François Deshayes et le CAF Paris : val Varaita (Italie), 3 p max. Inscription 06 70 75 12 61.

M24= Rando F 830m 22km avec Pierre Prédésac : défilé de l'Ecluse par le Vuache et l'oratoire Sainte Victoire (Clarafond 930m).

M24= Raquette M 1000m avec Bernard Lagrange : chalets du Criou (Samoëns 1664m).

M24= Ski de rando F 900m avec Jean-Pierre Pipard : le dôme de Vaugelaz (Aime en Tarentaise 2225m).

J26= Raquette F 320m 14km avec Christine Presse : la ferme du Retord au départ de Bergonnes (Jura).

J26= Ski de rando F+ 600m avec Jean-Claude Cuillieriez : tête d'Aufferand (Aravis 1980m).

J26= Ski de rando M 1200m avec Gilles Sarrasin : Croisse Baulet (La Giettaz 2236m).

J26= Ski de fond sur traces avec Catherine Chiabaut : les Glières.

V27= Ski de rando nordique M avec Anne-Lise Labeyrie : vers le Quermoz (Beaufortain), long.

Samedi 28 mars au vendredi 3 avril

S28 matin= Marche nordique avec Danielle Petzl.

S28= Raquette F 600m avec Serge Bouttier : Sur Cou (Bornes 1800m), depuis le Chesnet.

D29= Rando avec Roger Granoux dans l'avant-pays.

D29= Raquette alpine D 1300m avec Jean-Luc L'Hôtelier : mont Charvet (Aravis 2538m).

D29= **Ski de rando M 1200m** avec Jean-Pierre Pipard :
pointe d'Anterne (Flaine 2733m), téléphérique.

D29= **Ski de rando D 1600m** avec Sophie d'Amonville :
de Fond en Combes (Aravis 2484m), 2 pentes à 40°.

M31= **Rando F 650m 15km** avec Pierre Prédésac : Mont
d'Ain en circuit (Nantua 1120m).

M31= **Ski de rando M 1500m** avec Jean-Pierre Pipard :
la selle du Puy Gris (Belledonne 2758m).

J2= **Rando F 600m** avec Marie-Christine Caillet-Fiard :
le Lacha de Dingy depuis Villaz.

J2= **Rando M 1000m 18km** avec Christine Presse : trou
de l'Enfer et chapelle du mont St Michel, de Chambéry.

J2= **Ski de rando M 1500m** avec Marcel Hausard :
rocher de la Davie (Val d'Isère 3157m).

J2= **Permanence de 19h à 20h.** Puis soirée à définir.

Séjours prévus au 2^{ème} trimestre 2020

début Avril= l'Alentejo aux Mille Couleurs (Portugal)
avec Lucette Cazé. Rando itinérante (7 j, de 18 à 22
km/j) + 2 jours de tourisme à Lisbonne. Complet sauf
désistement.

du 25mai au 2juin= tour de la presqu'île de Crozon
(Bretagne) avec Catherine Chiabaut et Marya Gavila, 7
étapes de 20 à 30km/j. Infos et inscr le Jeudi 20/02 à 19h.

du samedi 27 juin au samedi 4 juillet= camp d'été au
camping « les Cascades » (Luz St Sauveur, Htes Pyrénées
05 62 92 85 85). Le camping nous accueillera tous :

- _ soit en gîte 12 p en lit individuel : complet,
- _ soit en mobilhome 2 ou 4 p : contacter le camping (après
réservation, *nous informer de vos colocataires*),
- _ soit en tente / caravane / camping-car, inscription en mai.

du 8 au 16 août= tour du mont Blanc avec Bernard
Lagrange. Incription 06 03 64 54 50 ou internet.