



Grenoble Escalade
Montagne Ski Alpinisme
www.gemsa.fr

RANDONNEE PEDESTRE

Saison 2017 : Printemps – été - Automne

Responsable : Claude REVERDY

Contact : rando-pedestre@gemsa.fr



Présentation :

La marche à pied, hors neige, constitue la base de toute activité de montagne.

Au niveau loisir, bien que requérant un niveau technique modeste, elle forme à l'endurance, peut s'enrichir des plaisirs de l'orientation et permet de jouir de la beauté des paysages.

L'activité se déroule en zone de montagne, hors glacier ou névés, et sur des terrains de pentes relativement modestes ne nécessitant pas d'équipements techniques alpins tels crampons, piolets, cordes, ...

Cette activité s'adresse à des randonneurs ayant une bonne forme physique, capables de gravir au moins 1000 m de dénivelée positive.

Organisation :

Cette activité, au sein de GEMSA, est complémentaire et fonctionne de mai à novembre. Les sorties sont programmées en fin de semaine.

- Inscription à la permanence du club, le jeudi soir entre 18 h 30 et 20 h.
- Ou via la liste de diffusion de l'activité.

Le programme peut être modifié en fonction du niveau des participants et des conditions nivo-météorologiques.

Chaque groupe est limité à sept personnes par encadrant.

Des randonnées pédestres, sous forme de raids ou traversées, en France et à l'étranger, et de plusieurs jours, peuvent être aussi proposées. Les inscriptions se font **au plus tôt en contactant le cadre.**

Contact :

rando-pedestre@gemsa.fr.

Équipement individuel :

A charge des participants.

- Chaussures de marche
- Vêtement chaud et de pluie dans le sac à dos
- Bâtons

Transport :

Il est assuré par véhicules personnels. Les frais sont partagés sur la base de 0,25 €/km.

Sortie à thèmes : en vert dans le programme

Ces sorties sont organisées par d'autres associations, spécialisées dans la protection de la faune ou la flore.

L'inscription à ces sorties doit se faire au plus tard **1 mois** à l'avance, pour faire les inscriptions auprès des associations.

Des sorties ludiques, ... pour le plaisir

Sorties de fin de semaine 2017

Date	Description	Région	Niveau	Responsable
Avril				
sam. 08	Rassemblement marche nordique	Oz en Oisans	Tous	C. REVERDY
dim. 09	Challenge marche nordique	Oz en Oisans	Tous	C. REVERDY
sam. 22	tete des chaudières	Vercors	T3	C. REVERDY
Mai				
sam. 06-	En vau, Devenson, Essadon, l'Oule	Calanques	T3	C. REVERDY
dim. 07	Morgiou, sugiton, Sormiou, pierres tombées...		T3	
lun. 08	Tour du cap gros et mont Puget		T3	
dim. 14	La Tournette	Aravis	T2	C. REVERDY
dim. 21	Traversée des Grands Moulins	Belledonne	T4	C. REVERDY
Jeu. 25	Camping Aiguines	Verdon	T1	C. REVERDY
Ven. 26	Sentier Martel		T4	
Sam. 27	Sentier Bastidon à la Palud		T4	
Dim. 28	Sentier de l'imbut		T3	
Juin				
Dim. 04	Rando à définir	Belledonne		I. ALEMANY
sam. 10	col de la vache et des 7 laux depuis le Rivier d'allemond	Belledonne	T3	C. REVERDY
Ven 16	Défi Rando / BBQ	Belledonne	Tous	H. GUICHARD
sam. 17	Tour du Palletas	Ecrins	T2	Guy. B.PEYRE
dim. 18	Grande Sure	Chartreuse	T3	H. GUICHARD
Sam17-dim18	Faune et Flore au col de Sarenne (LPO et gentiana) et plateau d'Emparis. Hébergement en gîte (70€).	Grandes Rousses	T2/3	C. REVERDY
Sam. 24	Sortie géologique au Chenaillet(CBGA) 15€ Hébergement gîte ou refuge	Briançonnais	T2	C. REVERDY
sam. 24-Dim 25	Randonnée à définir vallée de la Clarée	Cerces	T2	C. REVERDY
Juillet				
Sam. 01	Itinéraire insolite : la tour percée	Chartreuse	T4	D. THEVENIN
dim-02	Le Grand Galbert	Taillefer	T2	H. GUICHARD
Sa 8-di 16	Camp multi activités programme	Val Durance	Tous	Tous les cadres
sam. 22-dim. 23	Valgaudemar	Ecrins	T3	Guy. B.PEYRE
sam.29	Col de l'Envers/Lac Morétan	Belledonne	T3	I. ALEMANY
Août				
sam. 05-dim. 06	Refuge Fond Turbat Retour balcon Gd Vallon	Ecrins	T2 T4	Guy. B.PEYRE
Sam.12-mar.15	4jours à définir			
dim. 20	Refuge de l'Olan Pas de l'OLAN	Ecrins	T2	I. ALEMANY
dim. 27	Mont de la Coche	Bauges	T3	C. REVERDY



Grenoble Escalade
Montagne Ski Alpinisme
www.gemsa.fr

RANDONNEE PEDESTRE

Saison 2017 : Printemps – été - Automne

Responsable : Claude REVERDY

Contact : rando-pedestre@gemsa.fr



Formation :

GEMSA, dans toutes les disciplines, attache une importance fondamentale à la formation pour amener chacun à pratiquer en sécurité, dans la limite de ses moyens, et à tendre à l'autonomie. Cet effort de formation vise aussi à former de futurs cadres diplômés.

Aussi, GEMSA propose diverses formations. Pour mieux vous aiguiller dans vos choix, consulter :

- "[Toutes les formations](#)".

Connaissez vos cadres

Les cadres sont des bénévoles diplômés et confirmés, initiateurs ou instructeurs. Ils ont à cœur de transmettre leur savoir et leur expérience. Leur objectif est de communiquer la joie de pratiquer cette activité, en sécurité, d'amener à l'autonomie, et de faire passer leurs diplômés aux plus motivés.

Septembre				
dim. 03	Pointe feuillette en boucle depuis Tréminis	Trièves	T2	C. REVERDY
dim. 10	Grand mont	Beaufortain	T2	I. ALEMANY
dim. 17	Mont trélod	Bauges	T2	C. REVERDY
dim. 24	Col de la Croix	Belledonne	T2	I. ALEMANY
Octobre				
dim. 01	Carrière Romaine	Vercors	T2	H. GUICHARD
dim. 08	Sommet de la Cavale	Valbonnais	T2	C. REVERDY
Sam. 14	Forêt d'automne (FRAPNA)	Champ sur drac	T1	C. REVERDY
dim. 15	Le Coiro	Taillefer	T3	H. GUICHARD
dim. 22	cabanne et lac de Brouffier	Taillefer	T2	C. REVERDY
dim. 29	Rocher du Playnet	Vercors	T3	H. GUICHARD
Novembre				
Sam. 18	Observation des chamois au Charmant Som (sortie FRAPNA)	Chartreuse	T2	C. REVERDY

D'autres sorties pourront être proposées lors des permanences.

Niveaux & abréviations :

T1 : Sentier bien tracé. Terrain plat ou en faible pente, pas de risques de chute.

T2 : Sentier avec tracé ininterrompu. Terrain parfois raide.

T3 : Sentier pas forcément visible partout. Les passages exposés peuvent être équipés de cordes ou de chaînes.

T4 : Traces parfois manquantes. L'aide des mains est quelquefois nécessaire pour la progression. Terrain déjà assez exposé, pentes herbeuses délicates.

T5 : L'itinéraire est souvent sans traces. Une bonne capacité d'orientation est nécessaire. Terrain exposé, exigeant, pentes raides mêlées de rochers. Quelques passages d'escalade faciles : 2 maximum.

Formations 2017 : niveau 1 GEMSA ou niveau 2 FFME				
Date	Description	Région	Module FFME	Responsable
Mai				
Je 4-11 Sa 13	Connaissance milieu montagnard	Grenoble	oui	G Bernard Peyre M. Soulié
Sa 06-lu 08 Ve13- di 14	Montagnisme FFME Stage Initiateur 6143	Grenoble	oui	FFME
Je 25 Sa 27	Stage cartographie	Grenoble	oui	S Lagorio C Jezequel
Juin				
Je 2-9 Sa 11-18	Inter Activités Stage Orientation	Grenoble	1	S Lagorio G Bernard Peyre
Septembre				
Je 28 Sa 30 - Di 1	Stage orientation et navigation	Grenoble	oui	S Lagorio G Bernard Peyre
Novembre				
À définir	Météo montagne	Grenoble	1	À définir

Pour plus de détails, cliquer sur "Description"

Cadres agréés "Randonnées Pédestres"	
Cadre	Diplômes
Isabelle Alemany	Initiatrice montagnisme FFME
Guy Bernard Peyre	Instructeur Ski-alpinisme FFME
Caroline Daupias	Initiatrice SAE FFME
Christine Faury	Initiatrice Ski-Alpinisme FFME
Hélène Guichard	Initiatrice Ski-Alpinisme FFME
Claude Reverdy	Initiatrice randonnée haute montagne et montagnisme FFME
Torsten Soldner	Initiateur raquettes à neige et montagnisme FFME
Dominique Thevenin	Cadre agréé GEMSA

[Haut de page](#)