



Grenoble Escalade
Montagne Ski Alpinisme
www.gemsa.fr

ALPINISME - ESCALADE

Saison 2021 : Hiver - Printemps

Responsables Alpinisme - Escalade :

Patricia Pidancier, Mathieu Behaghel et Damien Hedde

Contact : alpinisme-escalade@gemsa.fr

Les cadres de GEMSA ont le plaisir de vous présenter le programme "Alpinisme - Escalade" Hiver 2020.

Nous vous rappelons que le trio DVA/Pelle/Sonde est obligatoire pour toutes les sorties hivernales. De plus, il est indispensable que chacun maîtrise son appareil DVA et la recherche de victime en cas d'avalanche. Le club vous propose des séances d'exercices et de révision ouvert à tous.



Fonctionnement général

Présentation :

L'alpinisme et l'escalade modernes se déroulent dans différents milieux, sauvages (terrain d'aventure), semi équipés ou équipés, sur différents supports, neige, glace, rocher, ou mixte, à différentes altitudes, moyenne ou haute montagne, selon différentes amplitudes, voies écoles, voies simples, grandes voies, ... Malgré cette variété, le niveau élevé de leurs pratiques actuelles requiert une parfaite maîtrise de leurs techniques qui sont devenues, très souvent, communes.

Programme :

Ce programme est prévisionnel et constitue tout d'abord un engagement des cadres à proposer une course. Les dates et destinations peuvent être modifiées (en particulier en fonction des conditions météorologiques) et les courses peuvent être annulées. D'autres sorties peuvent être proposées lors des permanences du jeudi. Toutes les sorties sont annoncées sur la liste de diffusion et les inscriptions se font à partir de ce moment.

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 est particulièrement développé dans l'activité "Alpinisme Escalade". Il vise aussi à former de futurs cadres diplômés.

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

- "Toutes les formations".
- Ou écrire à alpinisme-escalade@gemsa.fr.

De plus, la maîtrise de l'escalade étant devenue, en alpinisme moderne, la technique de base indispensable, GEMSA propose, encadrés par des initiateurs ou BE/Guides spécialisés en escalade, en site équipé, salle ou extérieur, plusieurs jours par semaine, pendant toute l'année :

- Des cycles d'initiations/perfectionnement regroupés au sein des activités "**Ecoles du vertical**".

Sorties Alpinisme, Escalade, Terrain d'Aventure, Cascade de glace Planning prévisionnel Hiver 2021

Début	Activité	Description	Région	Niveau	Responsable
Hiver 2020-2021					
les soirs ou aprem	Escalade	Progression en salle	Grenoble	5a	Écoles du vertical
les lundis soir	Escalade	Perfectionnement en salle	Grenoble	6b	Écoles du vertical
3 Lundi à définir	Escalade	Initiation Escalade, 3 Lundi soir en salle de 19h à 21h (date à fixer en fonction de l'ouverture des salles)	Grenoble	Débutant/ novice	Tous
Novembre 2020					
sam. 07	Toutes	recyclage DVA	Crolles		Cédric
dim. 15	Alpinisme	Arrête du Cornafion	Vercors	PD	M Behaghel
Me 18	Toutes	recyclage DVA	Grenoble		Guy
Sa 21	Toutes	recyclage DVA	Grenoble		Maxime
Di 22	Toutes	recyclage DVA	Grenoble		Raphaël
Je 26	Toutes	recyclage DVA	Grenoble		Pierre
sam. 28. dim. 29	Escalade	Technique et Sécurité Falaise	Vercors		Écoles du vertical
Sa 28	Toutes	recyclage DVA	Grenoble		Bernard
Janvier 2021					
sam. 09	Toutes	recyclage DVA	Grenoble		Philippe
dim. 10	Casc de Glace	Initiation Cascade			D Hedde
sam. 16. dim. 17	Casc de Glace	Week-end Cascade	Briançonnais		D Hedde
dim. 17	Alpi à Skis	Grand Som	Chartreuse	PD	M Behaghel
Me 6-13 dim. 17	Toutes	Neige & Avalanche Connaissance de base (15€)	Autour de Grenoble	tous	H Guichard
sam. 23 dim. 24	Alpinisme	Initiation Alpi Hivernal	Autour de Grenoble	tous	M Behaghel
sam. 30	Alpinisme	A définir	A définir	PD	D Hedde
Février 2021					
sam. 06	Casc de Glace				D Hedde
dim. 07	Alpinisme	Couloir des Sultanes	Vercors	PD+	M Behaghel
dim. 14	Alpi à Skis	Petit-Grand Veymont	Vercors	AD	M Behaghel
sam. 27	Alpinisme	goulotte au gerbier	Vercors	PD/AD	D Hedde
Mars 2021					
dim. 07	Alpinisme	Couloir du Mouchillon	Belledonne	AD	M Behaghel
dim. 14	Alpi à Skis	Grand Replomb	Belledonne	AD	M Behaghel
sam. 27	Alpinisme	A définir	A définir	AD	D Hedde



**Grenoble Escalade
Montagne Ski Alpinisme**
www.gemsa.fr

ALPINISME - ESCALADE

Saison 2021 : Hiver - Printemps

Responsables Alpinisme - Escalade :

Patricia Pidancier, Mathieu Behaghel et Damien Hedde

Contact : alpinisme-escalade@gemsa.fr

- Des "Entraînements libres ou dirigés". Contacter alpinisme-escalade@gemsa.fr. Voir précisions ci-après.

Sorties Permanences Inscriptions

Elles s'adressent aux adultes.

Les cadres sont à votre disposition pour vous accueillir et vous guider dans votre choix.

Les sorties programmées sont indicatives et adaptées aux conditions météorologiques et au niveau des participants.

Seules les sorties inscrites lors des permanences, par les cadres habilités, sont des sorties club et peuvent mettre en cause sa responsabilité.

Contacts :

- Pour tout complément d'information contacter alpinisme-escalade@gemsa.fr.
- Pour vous abonner à la lettre d'information Alpinisme Escalade Terrain d'aventure contacter alpinisme-escalade@gemsa.fr.

Equipelement individuel :

A charge des participants : crampons, piolet, baudrier, **casque obligatoire**, quelques mousquetons.

Transport :

Il est assuré par véhicules personnels. Les frais sont partagés sur la base de 0,30 €/km.

Niveaux & abréviations :

F Facile, **PD** Peu Difficile, **AD** Assez difficile, **D** Difficile, **TD** Très Difficile.



Début	Activité	Description	Région	Niveau	Responsable
Avril 2021					
ven. 02 dim. 04	Multi Activités	Rassemblement hivernal	Aravis		tous
sam. 10 dim. 11	Alpinisme	week end au col du Lautaret	Ecrins	AD	M Behaghel
sam. 17 dim. 18	Alpi à Skis	Week end Saint Colomban les Villards - Maurienne	Belledonne	AD	M Behaghel
Mai 2021					
A définir	Escalade	Initiation Grande voie (15€)	Autour de Grenoble		
A définir	Alpinisme	Initiation Alpinisme (30€)	Autour de Grenoble		D Hedde
sam. 08	Alpinisme	Week end Haute montagne	Ecrins	AD	M Behaghel
dim. 09	Alpinisme	Week end Haute montagne	Ecrins	AD	M Behaghel
sam. 15 i	Alpie à Skis	Week end Haute montagne	Mont Blanc	AD	M Behaghel
dim. 16	Alpi à Skis	Week end Haute montagne	Mont Blanc	AD	M Behaghel
Printemps 2021					
mars/avril	Alpinisme	Formation Neige et Glace	Autour de Grenoble	initiés	EDV
mai	Terrain d'Aventure	Initiation / Progression / Grande Voies	À définir	Tous	EDV
juin	Alpinisme	Formation Glacier	Autour de Grenoble	initiés	EDV
avril/mai/ juin	Escalade	Progression en extérieur	Autour de Grenoble	5a	À définir

Pour les raisons sanitaires actuelle, les salles étant fermées il n'y a pas d'entraînements en salle

Entraînements libres ou dirigés escalade en salle		
Date	Salle	Responsable
Lundi 17h15 -> 20h	Espace Vertical 3	L Chapron
Lundi 19h15 -> 22h15	Espace Vertical 2	D Alagoa
Mardi 14h -> 17h ou 15h -> 18h	Espace Vertical 2 ou 3	K Marty ou J Pontré
Mardi 19h -> 22h	Espace Vertical 2 ou 3	J Cornet ou G Pillou
Mercredi 17h15 -> 20h	Espace Vertical 3	L Chapron
Jeudi 14h -> 17h ou 15h -> 18h	Espace Vertical 2 ou 3	K Marty ou J Pontré
Vendredi 19h -> 22h	Espace Vertical 2	S Prasse

Ce tableau présente une semaine type des entraînements réguliers. Les dates, horaires et lieux des entraînements peuvent varier. Ils sont communiqués chaque semaine via la liste de diffusion.



Grenoble Escalade
Montagne Ski Alpinisme
www.gemsa.fr

ALPINISME - ESCALADE

Saison 2021 : Hiver - Printemps

Responsables Alpinisme - Escalade :

Patricia Pidancier, Mathieu Behaghel et Damien Hedde

Contact : alpinisme-escalade@gemsa.fr

Inscriptions/Contact :

Les inscriptions aux sorties se prennent :

- **Pour les fin de semaine**, directement auprès des responsables, lors de la permanence du club, le jeudi, de 18 h 30 à 20 h, 4 avenue de Beauvert, 38100 Grenoble

Sorties en semaine

Cette activité s'inscrit dans le cadre "**Entraînements libres ou dirigés**".

Bonne formule pour trouver des partenaires du club pour grimper, tout en profitant de l'animation et des conseils techniques des initiateurs d'escalade de GEMSA : technique pure, apprentissages aux techniques du terrain d'aventure, relais, rappel, sauvetage, ...

Les sorties ont lieu en site équipés, en extérieur ou en salle selon la saison ou le temps, toute l'année.

Inscriptions/Contact :

Les inscriptions aux sorties se prennent :

- En s'abonnant à la lettre diffusée chaque semaine, auprès de : escalade-sportive@gemsa.fr.

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 former des les plus motivés pour qu'ils deviennent cadres à leur tour.

Cadres agréés "Alpinisme ou Escalade ou Cascade de Glace ou Terrain d'aventure"	
Cadre	Diplômes
Daniel Alagoa	Initiateur escalade
Mathieu Behaghel	Initiateur alpinisme
Muriel Bligny-Bourgeois	Initiatrice alpinisme
Laurent Chapron	Initiateur SAE
Jérôme Cornet	Initiateur SAE
Caroline Daupias	Initiatrice SAE & Montagnisme (Alpi en formation)
Guillaume Dubois	Initiateur SAE
Damien Hedde	Initiateur SAE & Alpinisme
Alain Kraus	Initiateur ski alpinisme
Karol Marty	Initiateur SAE
Gaëlle Pillou	Initiatrice escalade
Jacques Pontré	Moniteur escalade
Stéphanie Prasse	Initiatrice escalade
Yves Quinson	Initiateur SAE
Christine Schmidt	Initiatrice SNE & Montagnisme (Alpi en formation)
Torsten Soldner	Cadre agréé alpinisme
Maxime Soulié	Instructeur ski alpinisme
Joël Walasek	Instructeur alpinisme
Nicolas Zerbone	Initiateur escalade & via ferrata & cadre agréé alpinisme

[Haut du document](#)

