

GEMSA en JUIN 2019



Événements CLUB :

Le BBQ de Printemps : le 14 Juin au Parc Jean-Claude Paturel à Crolles. Couplé au défi GEMSA, nous cherchons des volontaires pour l'organiser, changer les équipes permet d'apporter plein de nouvelles et bonnes idées. info@gemsa.fr

Le Camp d'été : Venez vous inscrire aux permanences. Le programme [https://pdf.gemsa.fr/Alpinisme Escalade/GEMSA CampMultiActivites Prog Site.pdf](https://pdf.gemsa.fr/Alpinisme_Escalade/GEMSA_CampMultiActivites_Prog_Site.pdf)



FORMATIONS & ECOLES DU VERTICAL

Formation connaissance milieu montagne (4-8-11 juin). Il reste des places

https://pdf.gemsa.fr/Ski/GEMSA_RND_FicheTech_MilieuMontagne_Site.pdf

Derniers stages **Ecoles du Vertical** pour la saison : Alpinisme Stage course d'envergure le du 8 au 10 juin, Escalade Stage grande voie au Verdon du 21 au 24 juin. Les inscriptions pour les stages de septembre TSF et grandes voies démarrent en août



ALPINISME ESCALADE

Nouveau **GEMSA prête du matériel** alpi/escalade : casque, baudrier, matériel d'assurance et de rappel, longe (PAF: 5 €), crampons d'alpi (PAF: 3 €), piolet technique d'alpi (PAF: 2 €), kit sécurité sur glacier (PAF: 3 €)

Grave y Cimes: 29-30 Juin divers atelier alpi <https://www.ffme.fr/grave-y-cimes/page/accueil-grave-y-cimes.html>
alpinisme-escalade@gemsa.fr pour s'inscrire via le club



RANDO PÉDESTRE

Enfin nous allons pouvoir vraiment ranger les raquettes. De **belles randonnées** au programme, à découvrir sur le site https://pdf.gemsa.fr/Randonnee/GEMSA_RandoPedestre_Prog_Site.pdf



VTT

Cycle perfectionnement VTT : il reste des places. VTT@gemsa.fr

Pré requis : rouler à VTT (+/- 4 fois par mois en saison), être à l'aise dans le T2, être capable et oser se lancer sur des chemins T3 sans trop d'inquiétude, mettre le pied à terre dans du T3 ce n'est pas grave au contraire le cycle aidera à ne plus le poser !

Les dates : 05/06 et 12/06 de 18h à 20h et la sortie d'application le 16/06 de 9h à 12h

Nouveau : **10% de remise** sur l'atelier réparation chez Esprit vélo à Sassenage avec la carte GEMSA



TRAIL

La ronde du Mont Aiguille samedi 08 juin <http://www.trieves-vercors.fr/la-ronde-du-mont-aiguille.html>
<https://circuit-pedestre-du-trieves.com/la-ronde-du-mont-aiguille>. C'est une des plus ancienne course locale

Le Grand Duc dimanche 30 juin : 3 équipes GEMSA c'est en Chartreuse , venez nous encourager...



SKI DE RANDO

Une **belle saison** se termine