



Grenoble Escalade
Montagne Ski Alpinisme
www.gemsa.fr

RANDONNEE PEDESTRE Saison 2018 : 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 dénivellée 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

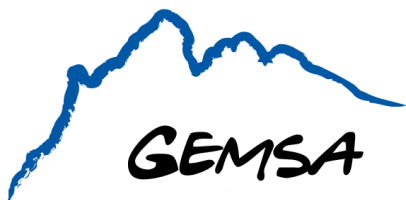
Ces sorties sont organisées par d'autres associations, spécialisées dans la protection de la faune ou la flore.

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 2018

Date	Description	Région	Niveau	Responsable
Mai				
Sam 19	Randonnées dans les Calanques	Calanques	T3	C. REVERDY
dim. 20			T3	
lun. 21			T3	
dim. 27	Grande Sure par Jusson	Chartreuse	T4	C. REVERDY
Juin				
Sam. 02	Chamechaude par le pas de l'arche	Chartreuse	T4	C. REVERDY
sam. 09	Chalet de la Sarve	Bauges	T1	I. ALEMANY
Dim. 10	Col des Marmes	Ecrins	T2	G. B.-PEYRE
Dim. 17	Platary et charbonnier	Trièves	T3	C. REVERDY
sam. 23	Chalet et col d'Orgeval (WE) et pointe de l'Arcalod	Bauges	T4	C. REVERDY
dim. 24	Pointe de chaurionde et retour		T3	C. REVERDY
Juillet				
dim. 1	fête de la montagne sauvage	Chamrousse	Tous	C. REVERDY
Sam-07	Col de la Perche	Belledonne	T2	I. ALEMANY
Sa 7-di 15	Camp multi activités programme	Chamonix Mont Blanc	Tous	Tous les cadres
sam. 7	montée au refuge de Platé	massif des FIZ	T3	C. REVERDY
dim. 8	boucle Platé - Varan (WE)		T4	C. REVERDY
lun. 9	Lac blanc par les Chéserys	Aiguilles Rouges	T3	C. REVERDY
mar. 10	la pointe ronde	Trient	T3	C. REVERDY
mer. 11	Aiguillette des Posettes	Mont Blanc	T3	C. REVERDY
jeu. 12	J1-Emosson à Grenairon par le cheval blanc	Tour du grand Mont Ruan	T4	C. REVERDY
ven. 13	J2-Grenairon à Vogeaile		T4	C. REVERDY
sam. 14	J3-Vogeaile à Salanfe (suisse)		T4	C. REVERDY
dim. 15	J4-Salanfe à Emosson (suisse)		T4	C. REVERDY
sam. 21	Col de Freydane/la Sitre	Belledonne	T4	I. ALEMANY
Août				
dim. 5	La Belle Etoile	Bauges	T2	I. ALEMANY
Sam. 11	Le lac du Vallon	Ecrins	T2	G. B.-PEYRE
dim. 12	Le Grand Mont d'Arêches	Beaufortain	T3	I. ALEMANY
Sam.18	Pic turbat	Ecrins	T3	G. B.-PEYRE
Dim. 19				
dim. 26	Cascade de l'Oursière et lacs David+	Belledonne	T2	C. REVERDY
Septembre				
sam. 1	Col de la Croix	Belledonne	T3	I. ALEMANY
dim. 9	Col d'Arbaretan lac des grenouilles	Belledonne	T2	C. REVERDY
sam. 15	Tête de la Toura	Ecrins	T3	I. ALEMANY
Dim. 23	Grande Sure par Jusson	Chartreuse	T4	C. REVERDY
dim. 30	La grande Moucherolle par l'arête de la fenêtre	Vercors	T4	C. REVERDY
Octobre				
Dim. 7	A définir	Vercors	T4	H. GUICHARD
dim. 14	La Grande Sure	Chartreuse	T2	I. ALEMANY
dim. 21	Boucle du Cornafion	Vercors	T4	C. REVERDY
dim. 28	Circuit des haberts sur les traces des chartreux	Chartreuse	T2	C. REVERDY
D'autres sorties pourront être proposées lors des permanences.				



Grenoble Escalade
Montagne Ski Alpinisme
www.gemsa.fr

RANDONNEE PEDESTRE

Saison 2018 : 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 diplômes aux plus motivés.

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 2018 : Stage GEMSA et brevets FFME

Date	Description	Région	Tarif	Responsable
Mai				
26/05 – 17/06	Montagnisme FFME Stage Initiateur 6702	Grenoble	470€	FFME
Mer 23-30 Sa 02 Juin	Stage cartographie	Grenoble	15€	S Lagorio M Soulié
Juin				
Ma 4-12 Sa 16	Connaissance milieu montagnard	Grenoble	15€	G Couturier F Molard
Octobre				
Ma 02 Sa 06 - Di 07	Stage orientation et navigation	Grenoble	70€	S Lagorio G Bernard Peyre
Novembre				
À définir	Météo montagne	Grenoble	10€	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](#)