



Grenoble Escalade  
Montagne Ski Alpinisme  
[www.gemsa.fr](http://www.gemsa.fr)



## Fonctionnement général

### Objectif :

Le club organise des sorties de ski alpinisme (appelé aussi ski de randonnée) ouvertes aux adultes membres du club.

Son objectif est de permettre à chacun de pratiquer en sécurité, dans un cadre convivial, de s'initier, de progresser, d'arriver à un niveau minimum d'autonomie.

La maîtrise du ski de descente en toute neige est un préalable indispensable.

### Encadrement/formation :

L'accent est mis sur la formation grâce à une forte équipe de cadres.

L'encadrement est assuré par des bénévoles diplômés et confirmés qui ont à cœur de transmettre leur savoir et leur expérience.

Le club propose chaque année diverses formations, en niveaux et sujets, adaptées aux aspirations de chacun (simple participant ou futur cadre) et dont les thèmes majeurs et récurrents sont

- la cartographie et orientation,
- la sécurité neige et avalanches,
- la sécurité sur glacier.

Elles sont organisées selon 2 niveaux.

- Formations club de niveau 1 pour ceux qui visent la simple autonomie.
- Formations fédérales diplômantes de niveau 2 pour les aspirants cadres.

La progression est balisée par le passage facultatif de passeports.

### Période/formule :

La saison va de décembre à juin.

Une sortie/course se déroule sur une journée.

Les sorties sont hebdomadaires, en semaine et fin de semaine.

Le club propose aussi des enchaînements de plusieurs sorties, sur plusieurs jours, sous forme de rayonnements ou raids.

## SKI DE RANDONNEE / SKI ALPINISME

### Saison 2021-2022 : Hiver - Printemps

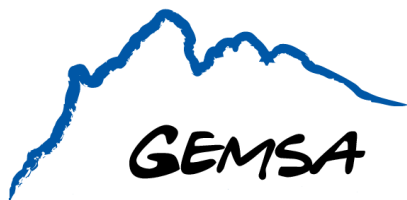
Responsables : Cédric Jezequel – Pierre Mottet - Maxime Soulié

Contacts : [skirando@gemsa.fr](mailto:skirando@gemsa.fr) ou [skirando-semaine@gemsa.fr](mailto:skirando-semaine@gemsa.fr)

Les cadres "ski alpinisme" de GEMSA ont le plaisir de vous communiquer le programme 2021-2022.  
Bonne saison de ski de randonnée.

Avant saison Exercices et révisions DVA pour tous				
Date	Description	Région	Niveau	Responsable
Novembre				
Une session de 9h à 12h et une de 13h à 16h chaque jour				
Lu 8 20h30	Soirée Théorique	Visio-conférence	Tous	Serge Lagorio
Sa 6 10h	Entraînement DVA	Grau du Roi	Tous	Fabien Fremy
Ma 16 soir 18h	Entraînement DVA	Gren. Bachelard	Tous	Joël Walasek
Sa 20 Matin ou AM	Entraînement DVA	Saint Nizier	Tous	Hélène Guichard
Di 28 Matin ou AM	Entraînement DVA	7 laux Pipay	Tous	Maxime Soulié
Décembre				
Une session de 9h à 12h et une de 13h à 16h chaque jour				
Me 01 Matin ou AM	Entraînement DVA	Chamrousse	Tous	Régis Piegay
Sa 04 Matin ou AM	Entraînement DVA	Chamrousse	Tous	Gilles Couturier
Me 08 Matin ou AM	Entraînement DVA	Col de porte	Tous	Serge Lagorio
Me 8 soir 18h	Entraînement DVA	Crolles	Tous	Cédric Jezequel
Je 09 Matin ou AM	Entraînement DVA	Col de porte	Tous	Serge Lagorio
Janvier 2022				
Une session de 9h à 12h et une de 13h à 16h chaque jour				
Sa 05 Matin	Entraînement DVA	Col de porte	Tous	Philippe Perroy

Sorties faciles de fin de semaine Saison 2021-2022				
Les sorties faciles correspondent à des courses de 1000m environ et de difficulté technique maximale correspondant à « Peu Difficile ». Le rythme de montée est de 300m de dénivelé à l'heure.				
Date	Description	Région	Niveau	Responsable
Décembre				
Sa 4	Vers le col de de Vars	Ubaye	F	F.Freymy
Sa 4	Le Grand Rocher	Belledonne	F	T.Brunel
Di 5	Vers le col de vars	Ubaye	F ou PD	F.Freymy
Di 5	Dôme des oudis	Belledonne	F	J. Lavielle
Sa 11	La Quarlie	Gdes Rousses	F	S Lagorio
Sa 11	Crête du Mont Fromage	Chartreuse	F	T.Brunel
Di 12	Grand plan	lauziere	F	F.Freymy
Di 12	Crête de Brouffier	Taillefer	F	B.Perry
Sa18	La Petite Moucherolle	Vercors	F	T.Brunel
Di 19	Crête de Montfromage	Chartreuse	F	P.Vassy
Sa 25	la peyrouse	mathesine	F	J. Lavielle
Pour aller plus loin	Pic Blanc du Galibier	Cerces	2.3	G Couturier
	La Balme breche a nat	Lauziere	2.3	F.Freymy
	Combe Bénite en traversée	Beaufortin	2.3	F Molard
	We la grave	Ecrins	2.2	F.Freymy
	le tabor de Matheysine	Matheysine	2.1	E. Montarou
	Légette du mirantin	Beaufortin	3.2	F Molard

**SKI DE RANDONNEE / SKI ALPINISME****Saison 2021-2022 : Hiver - Printemps****Responsables : Cédric Jezequel – Pierre Mottet - Maxime Soulié**Contacts : [skirando@gemsa.fr](mailto:skirando@gemsa.fr) ou [skirando-semaine@gemsa.fr](mailto:skirando-semaine@gemsa.fr)

Grenoble Escalade  
Montagne Ski Alpinisme  
[www.gemsa.fr](http://www.gemsa.fr)

**Programme :**

Le programme constitue d'abord un engagement des cadres à proposer une course à une date donnée.

Le niveau de difficulté est varié afin que chacun puisse trouver une course adaptée à son niveau.

Chaque sortie de début de saison comprend un exercice de sécurité "ARVA"; Appareil de Recherche de Victimes d'Avalanches.

*Les sorties non programmées ni encadrées par des cadres habilités sont des sorties privées qui n'engagent pas la responsabilité du club.*

**Inscriptions aux sorties :**

Les inscriptions aux sorties se prennent directement auprès des cadres responsables selon les modalités propres aux types de sorties : sortie de fin de semaine, en semaine et rayonnements ou raids.

Les courses programmées sont ajustées en fonction de l'effectif, du niveau des participants, des conditions, nivologiques, météorologiques, ...

Pour toute sortie, le cadre précise la difficulté, la dénivelée, le matériel nécessaire, ... et l'effectif maximum.

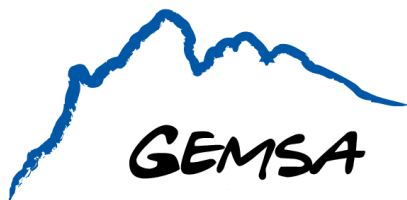
D'autres sorties peuvent être proposées.

*Pour des raisons évidentes de couverture d'assurance, il faut être à jour de sa cotisation. Les cadres pourront vous demander votre carte d'adhésion lors de l'inscription.*



## Sorties faciles de fin de semaine Saison 2021-2022 suite

Date	Description	Région	Niveau	Responsable
Janvier				
Sa 8	Pte du Couvercle	Beaufortain	F	M. Cogez
Sa 8	Col du Sabot	Gdes Rousses	F	T.Brunel
Sa 8	Tour tête d'Oriol	Dévoluy	F	P.Vassy
Di 9	Montagne d'Arvillard	Belledonne	F	T.Brunel
Di 9	Pravouta	Chartreuse	F	M Soulié
Sa 15	Grand Rocher	Belledonne	F	T.Brunel
Di 16	Pravouta	Chartreuse	F	T.Brunel
Sa 22	Orionde	Belledonne	F	B. Mifsud
Sa 22	Grand Rocher	Belledonne	F	P.Vassy
Di 23	Crête de Brouffier	Taillefer	F	T.Brunel
Di 23	Mont saint mury	Belledonne	F	J. Lavieille
Sa 29	Mont Morbier	Bauges	F	B.Mifsud
Pour aller plus loin	Grand Van	Belledonne	2.1	T. Brunel
	Grand Eulier - Jasse Bralard	Belledonne	2.2	F Molard
	Crêt du Rey	Beaufortain	3.2	P Lafon
	Le Jocou	Vercors	2.3	E. Montarou
	Grand Colon	Belledonne	2.2	A. Satin
	Grand Som	Chartreuse	3.2	P. Mottet
	La Rama /vallon des Aiguilles	Devoluy	2.3	F Molard
	Rochers du Parquet	Vercors	2.2	G Couturier
	Col du Tepey	Belledonne	2.3	M. Cogez
	Lances de Malissard	Chartreuse	2.3	A. Kraus
	Col Charbonnière	Beaufortain	2.3	G Couturier
	Pointe de Combe bronsin	Lauzière	2.3	M Soulié



Grenoble Escalade  
Montagne Ski Alpinisme  
[www.gemsa.fr](http://www.gemsa.fr)

## SKI DE RANDONNEE / SKI ALPINISME

Saison 2021-2022 : Hiver - Printemps

Responsables : Cédric Jezequel – Pierre Mottet - Maxime Soulié

Contacts : [skirando@gemsa.fr](mailto:skirando@gemsa.fr) ou [skirando-semaine@gemsa.fr](mailto:skirando-semaine@gemsa.fr)

### Equipement individuel :

Il est à charge des participants.  
Le DVA, la Pelle et la Sonde sont obligatoires ;  
location possible chez les loueurs de skis.

### Transport :

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

### Contact :

Pour tout complément d'information contacter le  
responsable [skirando@gemsa.fr](mailto:skirando@gemsa.fr).

### Informations :

Toutes les informations sur l'activité, dont notre  
programme et les comptes rendus photo des  
sorties, sont disponibles sur notre site  
[www.gemsa.fr](http://www.gemsa.fr).

### Niveaux & abréviations :

**F : Facile :** Il s'agit de sorties de difficultés  
techniques modestes ; dénivellations de l'ordre de  
1000 m selon une ascension groupée, n'excédant  
pas 300 m/h.

**Ski 1.x :** Niveau initiation. Les pentes n'excèdent  
pas 30°. Les passages ne sont pas trop étroits. Le  
dénivelé est inférieur à 800 m.

**Ski 2.x :** Peu de difficultés techniques. Les pentes  
n'excèdent pas 35°.

**Ski 3.x :** Présence de passages techniques. Pentas  
longues à 35°, quelques passages très courts  
jusqu'à 40-45°.

**Ski 4.x :** Ski de couloir ou pente raide : Pentas à  
40 ou 45° sur plus de 200 m

Les subdivisions **.1 .2 .3** correspondent aux  
nuances -, (0), + de la cotation globale ski.



### Sorties de fin de semaine

#### Inscriptions aux sorties :

Les inscriptions aux sorties se prennent  
directement auprès des responsables, lors de la  
permanence du club, le **jeudi, de 18 h 30 à 20 h,**  
**de décembre à mi-juin, 2-4 Av de Beauvert,**  
**Grenoble.**

Chaque cadre inscrit sa course sur un tableau, en  
précisant la difficulté, la dénivelée, le matériel  
nécessaire, ...



#### Sorties faciles de fin de semaine Saison 2021-2022 suite

Date	Description	Région	Niveau	Responsable
Février				
Sa 5	Col de Sarvatan	Lauzière	F	M. Cogez
Di 6	La petite Buffe	Gdes rousses	F	J. Lavieille
Di 13	Col du Sabot	Gdes rousses	F	P.Vassy
Di 20	Crête de Brouffier	Belledonne	F	B.Mifsud
Di 28	dome de la coche	belledonne	F	M. Soulié
Pour aller plus loin	Tête de Lapras	Dévoluy	3.3	S Lagorio
	Grand pic de la Lauzière	Lauzière	2.3	A Satin
	Tour du Pic Nord du Merlet	Belledonne	2.2	F Molard
	Mt Charvin	Aravis	3.1	G Couturier
	Rocher rond	Dévoluy	2.3	M. Cogez
	Dent du pra	Belledonne	2.2	E. Montarou
	Tête d'Oriol	Dévoluy	2.2	Guy BP
	Tête de l'Aupet	Dévoluy	2.3	M. Cogez
	Grand Veymont	Vercors	3.2	P. Mottet
	Grand perron des Encombres	Encombres	3.2	E. Montarou
	Pic des Trois Evêchés	Arves	2.3	S Lagorio
	Col de Menoux	Ecrins	3.2	Guy BP
	le Rissiou	Gdes Rousses	3.3	M Soulié

sommaire



**SKI DE RANDONNEE / SKI ALPINISME****Saison 2021-2022 : Hiver - Printemps****Responsables : Cédric Jezequel – Pierre Mottet - Maxime Soulié**Contacts : [skirando@gemsa.fr](mailto:skirando@gemsa.fr) ou [skirando-semaine@gemsa.fr](mailto:skirando-semaine@gemsa.fr)

Grenoble Escalade  
Montagne Ski Alpinisme  
[www.gemsa.fr](http://www.gemsa.fr)

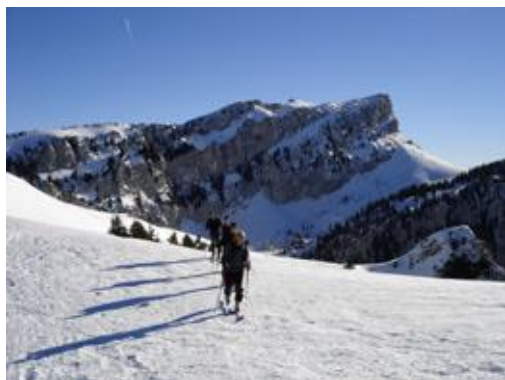
Les cadres sont à votre disposition pour vous accueillir et vous guider dans votre choix.

D'autres sorties peuvent être proposées lors de la permanence.

Les inscriptions aux sorties se prennent directement auprès des responsables, lors de la permanence du club, le jeudi, de 18 h 30 à 20 h, toute l'année, 2-4 Av de Beauvert à Grenoble.

Chaque cadre inscrit sa course sur un tableau, en précisant la difficulté, la dénivelée, le matériel nécessaire, ...

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

**Inscriptions aux sorties par la liste de diffusion.**

**En vous abonnant** à la liste de diffusion, vous êtes informés, chaque semaine, *par lettre courriel* :

- Des sorties de la semaine, ajustées par rapport au programme prévisionnel.
- Ensuite, des places encore disponibles à l'issue de la permanence du jeudi soir.

Si vous ne recevez pas cette lettre, vous pouvez vous y abonner en contactant les responsables d'activités : [skirando@gemsa.fr](mailto:skirando@gemsa.fr).

**Cycles d'initiation :**

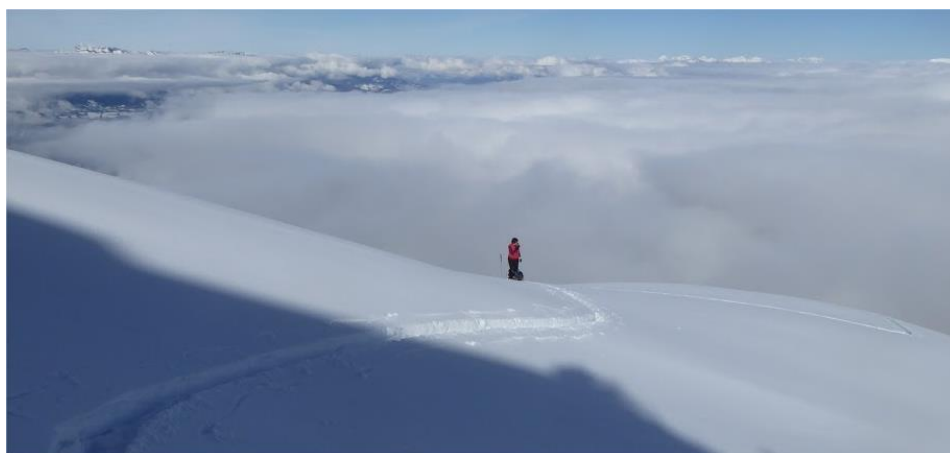
Des cycles d'initiation (formations niveau 1) sont prévus pour les débutants et ceux qui reprennent cette activité après une longue période d'interruption.

**Sorties faciles de fin de semaine :**

Des sorties faciles permettent ensuite de consolider sa technique et de s'intégrer aux autres sorties. Elles ont lieu de janvier à fin mars.

## Sorties faciles et de fin de semaine Saison 2021-2022 suite

Date	Description	Région	Niveau	Responsable
Mars				
Di 6	Orionde	Belledonne	F	M. Soulié
Di 13	Col d'Arsine	Ecrins	F	P. Vassy
Sa 19	pic blanc du galibier	cerces	F	J. Lavieille
Pour aller plus loin	Col François	Lauzière	2.2	Guy BP
	Légette du Mirantin	Beaufortain	3.3	G Couturier
	Aiguille de l'Epaisseur	Arves	2.2	S Lagorio
	Grand pic de la Lauzière	Lauzière	2.3	E. Montarou
	Tête de Vallon Pierra Tour	Dévoluy	2.3	F Molard
	Pointe Emy	Arves	2.2	M Soulié
	Grand Replomb	Belledonne	3.3	P Mottet
	Grand Galbert	Taillefert	3.1	F Molard
	Gd Perron des Encombres	Lauzière	3.1	G Couturier
	Jas du lièvre face sud	Belledonne	AD	C Jezequel
	Aiguille d'Argentière	Arves	AD	B Perry
	Porte d'Eglise	Belledonne	PD+	G Couturier
	Col Sud de la Glière	Vanoise	PD+	M Cogez
	Dent du Pra	Belledonne	AD	P Perroy
	Grand Morétan Tour	Belledonne	AD+	R Ballet
	Porte de l'Eglise	Belledonne	PD+	P Vassy
	Col du Gleyzin	Belledonne	PD	A Satin
	Col de la Lavoire	Belledonne	PD+	Guy BP
	Vallon Guillaume	Armet	D-	A. Kraus
	Belle Etoile versant sud	Belledonne	AD	F Molard
WE le taillon Soum blanc des especieres	Pyrénées Gavarnie	PD+/ AD-	F Fremy	
Dent du Pra SO	Belledonne	PD+	S Lagorio	



**SKI DE RANDONNÉE / SKI ALPINISME****Saison 2021-2022 : Hiver - Printemps****Responsables : Cédric Jezequel – Pierre Mottet - Maxime Soulié**Contacts : [skirando@gemsa.fr](mailto:skirando@gemsa.fr) ou [skirando-semaine@gemsa.fr](mailto:skirando-semaine@gemsa.fr)

Grenoble Escalade  
Montagne Ski Alpinisme  
[www.gemsa.fr](http://www.gemsa.fr)

**Rassemblement Hivernal**

**ARAVIS**

**Rassemblement Hivernal 2022**

Du vendredi 8 au Dimanche 10 avril 2022

Rassemblement ouvert à tous les pratiquants de GEMSA sous réserve de la présence suffisante des cadres de l'activité.  
We en demi-pension (2 nuits) pour 115 euros. Nous vous offrons le transport !  
Inscription avant le 15/01/2022, places limitées  
Départ le vendredi matin (sortie en route), ou à 16h30 pour une arrivée au repas du soir.

Permanence tous les jeudis au 2-4 avenue Beauvert [www.gemsa.fr](http://www.gemsa.fr)

Du vendredi 8 au dimanche 10 avril 2022

115€ en demi-pension

Au gîte la Cordée au Grand Bornand

Ski de randonnée / ski de fond / raquettes / Alpinisme Hivernal



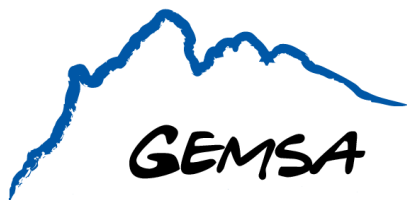
Sorties de fin de semaine Saison 2021-2022 (suite)			
Description	Région	Niveau	Responsable
Avril			
<b>3ème Rassemblement Hivernal GEMSA ARAVIS</b> Du Ve 8 au Di 10 Avril 2022			
Grand Pic de la Lauzière	Lauzière	2.3	G Couturier
Tour de Fremezan	Belledonne	3.2	F Molard
Col Encoula de Petit Pierre	Ecrins	3.3	P Mottet
Pointe de Comberousse	Belledonne	4.1	R Ballet
Pic de la pierre	Belledonne	3.2	M Soulié
Col Encoula de Petit Pierre	Ecrins	3.3	F Molard
Belle Pliner	Hte Maurienne	3.3	S Lagorio
Glacier courbe (col de Lanchatra)	Ecrins	3.2	P Lafon
Pic de la Pierre	Belledonne	3.2	M Soulié
Cime du Sambuis	Belledonne	2.3	G Couturier
Mai			
Aiguille d'Olle	Belledonne	3.2	A. Kraus
Brèche de la Somme	Ecrins	3.3	F Molard
Pointe Ronce	Hte Maurienne	3.2	S Lagorio
Cime du Sambuis	Belledonne	2.2	M Soulié
Pic de l'Agnelin	Belledonne	2.3	Guy BP
Tour de l'Argentière	Belledonne	3.2	F Molard
Massif du mont Blanc	Mont Blanc	3.3	P Mottet
WE refuge Ambin	Ambin	3.2	M. Soulié



Sortie Journée

Sortie facile

sommaire

**SKI DE RANDONNEE / SKI ALPINISME****Saison 2021-2022 : Hiver - Printemps****Responsables : Cédric Jezequel – Pierre Mottet - Maxime Soulié**Contacts : [skirando@gemsa.fr](mailto:skirando@gemsa.fr) ou [skirando-semaine@gemsa.fr](mailto:skirando-semaine@gemsa.fr)

Grenoble Escalade  
Montagne Ski Alpinisme  
[www.gemsa.fr](http://www.gemsa.fr)

**Sorties en semaine**

Chaque semaine le club propose des courses, de difficultés variées et progressives.

Cette formule permet d'équilibrer les effectifs, pour une meilleure sécurité, d'accueillir plus de participants et d'offrir un plus grand choix.

En général :

- Le mercredi, une course, de niveau moyen PD évoluant au fil de la saison vers le niveau des grandes courses.
- Le jeudi 2 courses.
  - Une course de niveau moyen PD, évoluant au fil de la saison vers le niveau des grandes courses.
  - Une course de niveau moyen F, dénivelée progressive, au début F ~800 m, évoluant au fil de la saison vers un niveau PD+, ~1300 m, voir tableau "Sorties en semaine" lignes notées en jaunes.

La première semaine de la saison comprend un cycle "initiation/révision", réparti sur 3 journées.

*En principe, il n'y a pas de sortie pendant les vacances scolaires, les cadres étant en séjour/raid.*

**Inscriptions/Contacts :**

- Il faut d'abord s'abonner à la liste de diffusion pour être destinataire de la lettre hebdomadaire soit lors de votre inscription soit auprès de : [skirando-semaine@gemsa.fr](mailto:skirando-semaine@gemsa.fr).
- Cette lettre est diffusée chaque mardi, vers 14 h, avec le programme actualisé de la semaine.
- Sur réception, il suffit d'entrer ensuite en contact pour confirmation de votre participation, directement, via courriel, avec le responsable de la sortie qui vous intéresse.



Sorties en semaine Saison 2021-2022				
Date	Description	Région	Niveau	Responsable
<b>Décembre</b>				
Me 1	Charmant Som	Chartreuse	1.2	S Lagorio
Je 3	Col du Sabot	Belledonne	1.2	P Peroy
Me 8	Pic blanc du Galibier	Cerces	2.2	M Cogez
Je 9	La Quarlie	G. Rousses	1.2	G Couturier
Me 15	Grand Van	Belledonne	2.2	R Piegay
Je 16	Moucherotte	Vercors	1.2	P Mottet
<b>Janvier</b>				
Me 5	Pic Saint Michel	Vercors	2.1	B Mifsud
Je 6	Tabor	Taillefer	2.2	T Brunel
Me 12	Le Nid	Devoluy	2.2	J Lavielle
Je 13	Mont Rosset	Beaufortain	2.1	T Brunel
Me 19	La Gardiole	Cerces	2.1	S Lagorio
Je 20	Dent du Pra	Belledonne	3.2	P Peroy
Me 26	Crête de la Ponsonnière	Cerces	2.1	M Cogez
Je 27	Tête d'Oriol	Devoluy	1.2	G Couturier
<b>Février</b>				
Me 2	Col de la Charbonnière	Beaufortain	2.1	P Mottet
Je 3	Aiguille de l'Épaisseur	Arves	2.2	B Mifsud
<b>Mars</b>				
Me 2	Le Jocou	Vercors	2.3	S Lagorio
Je 3	Col de Comberousse	Belledonne	3.1	R Piegay
Me 9	Mont Brequin Nord	Vanoise	3.3	M Cogez
Je 10	Col du Villonet	Belledonne	2.3	P. Perroy
Me 16	Becca Motta	Vanoise	3.1	P Mottet
Je 17	Crête de Brouffier	Taillefer	2.3	G Couturier
Me 23	Grand Mont d'Arêches	Beaufortain	1.2	T Brunel
Je 24	Grande Lance de Domène	Belledonne	3.2	B Mifsud
Me 30	Le Grand Arc	Lauzière	2.3	R Piegay
Je 31	Aiguille de la Nova	Beaufortain	3.2	J Lavielle
<b>Avril</b>				
Me 6	Cheval Noir	Lauzière	3.2	P Peroy
Je 7	Tête de l'Aupet	Devoluy	3.1	S Lagorio
Me 13	Col de Combe Madame	Belledonne	2.3	M Cogez
Je 14	Vieux Chaillol	Ecrins	2.2	G Couturier
<b>Mai</b>				
Me 4	Selle du Puy Gris	Belledonne	3.1	P Mottet
Je 5	Pic de la Grande Lauzière	Lauzière	2.3	B Mifsud
Me 11	Col de la Petite Vaudaine	Belledonne	2.1	T Brunel
Je 12	Cime Sambuis / Mont rond	Belledonne	3.1	J Lavielle
Me 18	Pointe des Ratissières	Arves	2.1	R Piegay
Je 19	Col du Chardon	Ecrins	3.2	S Lagorio
Me 25	Cime de Caron	Vanoise	2.1	P Peroy
Je 26	Grande Lauzière	Belledonne	3.1	M Cogez

Collective dédoublée si effectif minimal de sécurité 4 atteint.

Destinations susceptibles d'adaptations aux conditions nivo météorologiques

sommaire





Grenoble Escalade  
Montagne Ski Alpinisme  
[www.gemsa.fr](http://www.gemsa.fr)

### Formations club niveau 1 ou fédérales niveau 2

Le club propose chaque année diverses formations, en niveaux et sujets.

Pour mieux vous aiguiller dans vos choix de formations ou pour plus de détails consulter :

- Les fiches techniques en lignes par clic sur "descriptions" du tableau.
- Et en écrivant à [skirando@gemsa.fr](mailto:skirando@gemsa.fr).

#### Niveau 1 "cycles d'Initiation" :

Ces cycles club comprennent chacun 3 sorties amenant le néophyte en "ski de randonnée" à pouvoir participer à des sorties faciles de l'ordre de +1000 m de dénivellée. Une "attestation" ou "passport" de niveau est délivré.

- Pré requis : niveau correct en ski de piste, sans expérience de ski de randonnée.
- Effectif maximum 10.
- Encadrement : 2 cadres dont 1 Initiateur.
- Inscriptions à la permanence le jeudi auprès du responsable ou auprès de [skirando@gemsa.fr](mailto:skirando@gemsa.fr), dès mi-novembre.

#### Niveau 1 "Cartographie & orientation", "Neige & sécurité", "Sécurité alpine" :

Ces formations club s'adressent aux personnes issues d'un "cycle d'initiation" désirant poursuivre leur perfectionnement pour s'intégrer rapidement aux autres sorties ; chacun comprend 3 sorties de mise en situation. Une "attestation" ou "passport" de niveau est délivrée.

- Effectif maximum 12.
- Encadrement : 2 cadres dont 1 Initiateur.
- Inscriptions à la permanence le jeudi auprès du responsable ou auprès de [skirando@gemsa.fr](mailto:skirando@gemsa.fr), dès mi-novembre.

#### Niveau 2 "formations "brevetantes" :

Il s'agit de formations nationales FFME qui concernent les futurs cadres et qui donnent lieu à délivrance de brevets.

- Pré-requis d'inscription : avoir les passeports nécessaires et admission après avis du responsable cité dans le tableau.
- Inscriptions par clic sur "Description" du tableau.



## SKI DE RANDONNEE / SKI ALPINISME

Saison 2021-2022 : Hiver - Printemps

Responsables : Cédric Jezequel – Pierre Mottet - Maxime Soulié

Contacts : [skirando@gemsa.fr](mailto:skirando@gemsa.fr) ou [skirando-semaine@gemsa.fr](mailto:skirando-semaine@gemsa.fr)

Formations 2021-2022 : GEMSA ou FFME				
Date	Description	Région	Tarif GEMSA / ext	Responsables
Novembre				
Lu 8 20h30	Soirée Théorique	visio	gratuit	Serge Lagorio
Sa 6 10h	Entrainement DVA	Grau du roi	gratuit	Fabien Fremy
Ma 16 soir 18h	Entrainement DVA	Bachelard	gratuit	Joël Walasek
Sa 20 Matin ou AM	Entrainement DVA	Saint Nizier	gratuit	Hélène Guichard
Di 28 Matin ou AM	Entrainement DVA	7 laux	gratuit	Maxime Soulié
Décembre				
Me 1 Matin ou AM	Entrainement DVA	Chamrousse	gratuit	Régis Piegay
Je 2-9-16	<a href="#">Ski alpinisme Cycle Initiation en semaine</a>	Grenoble	15€	Cadres Semaine
Sa 04 Matin ou AM	Entrainement DVA	Chamrousse	gratuit	Gilles Couturier
Sa 4-11-18	<a href="#">Ski alpinisme Cycle Initiation 1</a>	Grenoble	15€	P Lafon C Lecroëre
Di 5-12-19	<a href="#">Ski alpinisme Cycle Initiation 2</a>	Grenoble	15€	M Soulié T Brunel
Me 08 18h	Météo	Grenoble	10€	R Raison F Molard
Me 8 Matin ou AM	Entrainement DVA	Col de porte	gratuit	Manu Cogez
Me 8 soir 18h	Entrainement DVA	Crolles	gratuit	Cédric Jezequel
Je 09 Matin ou AM	Entrainement DVA	Col de porte	gratuit	Pierre Mottet
Janvier				
Sa 09 Matin	Entrainement DVA	Col de porte	gratuit	Philippe Perroy
Sa 8-15-22	<a href="#">Ski alpinisme Cycle Initiation 3</a>	Grenoble	15€	J Walasek R Raison
Di 9-16-23	<a href="#">Ski alpinisme Cycle Initiation 4</a>	Grenoble	15€	P Vassy B Perry
Lu 10 – Ma 18 Sa 22	<a href="#">Ski alpinisme Neige &amp; Avalanche Connaissance de base</a>	Grenoble	15€ / 20€	R Piegay F Molard
Ve 28 – Di 30	<a href="#">Neige et avalanche FFME</a>	Lautaret	290€	FFME
A définir	<a href="#">Ski alpinisme 1/2 Stage Ski toutes neiges</a>	7 laux	90€	C Jezequel
Février				
2023	<a href="#">Neige &amp; Avalanche Faire la trace J1/2</a>	Grenoble	15€	-
Me 2-9 Di 13	<a href="#">Neige &amp; Avalanche Gestion de groupe</a>	Grenoble	30€ / 40€	M Soulié T Brunel
Mars				
Sa 12-Di 13	<a href="#">Sécurité sur glacier FFME</a>	Chamonix	250 €	FFME
Sa 19-Di 20	<a href="#">Sécurité sur glacier FFME</a>	Chamonix	250 €	FFME
Me 9–Di 12	<a href="#">Ski alpinisme Stage Sécurité alpine</a>	Belledonne	30€ / 40€	T Brunel P Mottet
30 – 03 avril	<a href="#">Initiateur ski alpinisme FFME</a>	Alpes du Nord	550€	FFME
Avril				
A définir	<a href="#">Ski alpinisme J2/2 Stage Ski toutes neiges</a>	La Grave	90€	C Jezequel
Mai				
Me 11-18 Di 22	<a href="#">Stage cartographie</a>	Grenoble	15€ / 20€	M Soulié T Soldner
Sa 25	<a href="#">Formation continue initiateur montagnisme</a>	FFME	30€	J. Walasek
Juin				
Lu 20 Lu 27 Sa 25	<a href="#">connaissance milieu montagnard</a>	Grenoble	15€ / 20€	F Molard J Lavielle
A définir	<a href="#">Stage Montagnisme</a>	FFME	480€	FFME

sommaire



Grenoble Escalade  
Montagne Ski Alpinisme  
[www.gemsa.fr](http://www.gemsa.fr)

## Raids et rayonnements

Il s'agit de sorties enchaînées sur plusieurs jours :

- soit en traversée, hébergements différents successifs, les raids,
- soit à partir d'un hébergement fixe, rayonnements.

Ils se déroulent en France, Italie, Suisse, ... et durent en général 5/6 jours.

La participation implique un bon entraînement et une pratique régulière.

### Inscriptions :

Au plus tard 15 jours avant, directement auprès des responsables.

Il est indispensable d'être sorti préalablement avec les cadres responsables.

Priorité est donnée aux pratiquants assidus aux collectives du club.



## Connaissez vos cadres

Les cadres sont des bénévoles diplômés et confirmés :

- Initiateurs,
  - Instructeurs,
- qui ont à cœur de transmettre leur savoir et leur expérience.

Leur objectif est de faire connaître les joies du ski de randonnée en sécurité, d'amener à l'autonomie et de faire passer leurs diplômes aux plus motivés.



## SKI DE RANDONNEE / SKI ALPINISME

### Saison 2021-2022 : Hiver - Printemps

Responsables : Cédric Jezequel – Pierre Mottet - Maxime Soulié

Contacts : [skirando@gemsa.fr](mailto:skirando@gemsa.fr) ou [skirando-semaine@gemsa.fr](mailto:skirando-semaine@gemsa.fr)

Raids et rayonnements Saison 2021-2022				
Date	Description	Région	Niveau	Responsable
<b>Janvier</b>				
Sa 15-Di 16	suivant conditions	Champsaur	PD	F.Fremy
Di 23-Di 30	Rayonnement	Alpes du Sud franco-italiennes	PD/PD+	S Lagorio P Perroy
28 au 31	mini raid	Cerces	PD/PD+	F.Fremy
Lu 31 Ve 4	Rayonnement	Cerces	PD	R Piegay
<b>Février</b>				
Sa 29 au 5	Rayonnement	Andorre ou Alpes du Sud	PD/AD	J Walasek
Lu7 - Di 13	Rayonnement	Pyrénées ou Ubaye	PD/AD-	G Couturier
Sa12-Sa 19	Rayonnement	Queyras	PD/D	F.Fremy
Di 13-Di 20	Circuit décalable semaine suivante selon conditions	Cerces	PD/AD	P Perroy S Lagorio
Di 20 - Sa 26	Rayonnement	Val Varaita	PD/AD	M. Cogez
Lu 28 Ve 04	Rayonnement	Queyras	PD	R Piegay
<b>Mars</b>				
Sa 5-Sa 12	Rayonnement	Ubaye	PD/D	F.Fremy
Di 13-Di 20	Rayonnement	Val d'Aoste	PD/AD	S Lagorio P Perroy
Sa 26-Lu 28	Rayonnement	Pyrenées Gavarnie	PD/D	F.Fremy
Lu 28 - Di 3/04	Raid glaciaire	Tödi Grisons - Suisse	PD+/AD	G Couturier
<b>Avril</b>				
Sa 2- Di 3	Rayonnement	Beaufortain	PD/D	F.Fremy
Lu 4 Ve 8	Rayonnement	Maurienne	PD	R Piegay
Sa 16-Lu 18	a definir	a definir	PD/D	F.Fremy
Destinations susceptibles d'adaptations aux conditions nivo météorologiques				

Equipe des cadres "ski alpinisme" 2021-2022			
Cadre	Brevets	Cadre	Brevets
G Bernard Peyre	Instructeur FFME SKA	B Mifsud	Instructeur FFME SKA
T Brunel	Initiateur FFME SKA	F Molard	Initiateur FFME SKA
M Cogez	Initiateur FFME SKA	E Montarou	Initiateur FFME SKA
G Couturier	Moniteur FFME SKA	P Mottet	Initiateur FFME SKA
J M Delemont	Initiateur FFME SKA	R Piégay	Moniteur FFME SKA
F Fremy	Initiateur FFME SKA	B Perry	Initiateur FFME SKA
H Guichard	Initiatrice FFME SKA	T Rosabrunetto	Initiateur FFME SKA
C Jezequel	Instructeur FFME SKA	A Satin	Initiateur FFME SKA
S Kraml	Initiatrice FFME SKA	M Soulié	Instructeur FFME SKA
A Kraus	Initiateur FFME SKA	L Ulmer	Initiateur FFME SKA
P Lafon	Instructeur FFME SKA	P Vassy	Instructeur FFME SKA
S Lagorio	Instructeur FFME SKA	J Walasek	Instructeur FFME SKA
J Lavieille	Initiateur FFME SKA		

sommaire