



ASSOCIATION SPORTIVE DE VILLEFONTAINE
Section MONTAGNE
 Siège : 22, rue du Passou 38090 VAULX-MILIEU
<http://www.asvf-montagne.fr/>
 e-mail : contact@asvf-montagne.fr
 Tel : 06 81 26 88 14 (le jeudi de 18h30 à 20h)



Jours d'ouverture et encadrement à la SAE – Période d'octobre 2014 à mars 2015
 (responsable de la SAE : Pierre Sergent, moniteur diplômé)

| Lundi (18h-21h) | Mardi (20h-21h45) | Jeudi (20h-21h45) | Vendredi (20h-21h45) |
|---------------------|----------------------|---|-------------------------|
| Grégory LHOMMEDE | Philippe PELOILLE | Clément THERON <i>Suppléant Olivier BOSSI</i> | Yves DURAND |

Liste des encadrants et autres responsables du club

| NOM | Prénom |
|-----------|-----------|
| BLANCHIN | Sylvie |
| BONNINGUE | Marielle |
| BOSSI | Olivier |
| CHARLES | Clelio |
| CLEMENT | François |
| COMINA | Yves |
| CONNORD | Patricia |
| DELEUZE | Mireille |
| DELICOURT | Elodie |
| DELOMENIE | Flora |
| DURAND | Yves |
| GENTHON | Gérard |
| GILLET | Jean-Luc |
| GOUD | Gilles |
| GUILHEM | Christian |

| NOM | Prénom |
|------------|-------------|
| HEITZ | Alain |
| HENRY | Blandine |
| JOURDAN | Alain |
| LAPERRIERE | Philippe |
| LAVALLEE | Jérôme |
| LHOMMEDE | Grégory |
| LIENARD | Thierry |
| LOUCHET | Rémy |
| MARECAL | Jean-Claude |
| MATRICON | Bruno |
| NOULETTE | Jacques |
| PELOILLE | Philippe |
| PERRONE | Pascal |
| THERON | Clément |

PROGRAMME DES SORTIES et ACTIVITES Automne - Hiver 2014 / 2015

Edition du 6 octobre 2014
 (Prochain programme Printemps - été 2015 édité en mars 2015)

| Date | Type | Course Important : Les lieux des sorties proposées peuvent être changés en fonction des conditions de neige et de météo | Massif | Difficulté Cf. fin de tableau | Dénivelé (m) | Altitude maxi (m) | Point de départ | Encadrants Pour les contacter, cf. "références des encadrants" |
|--------------------|------|---|------------|-------------------------------|--------------|-------------------|-----------------|--|
| OCTOBRE | | | | | | | | |
| 27 sept. au 6 oct. | | Expedition "Handi' Cap 2014 SLOVENIE" | Slovenie | | | | | G. Genthon |
| Dim 19 .oct. | | Plan du Col | Lauzière | F | 850 | 1960 | Les Foyères | T. Lienard |
| Dim 19 oct. | | Grandes voies | A définir | > 5 b Autonomie rappel | | | | P. Perrone JL. Gillet |
| NOVEMBRE | | | | | | | | |
| 1er & 2 nov | | WE pour tous (rando, escalade, VTT) | Buech | | | | | |
| Sam 15 nov | | Falaises - Crept | | Tout niveau | | | | O. Bossi |
| Dim 16 nov | | Saint Marcel Bel Accueil | Nord Isère | VTT-FTT | | | | J. Noulette |
| Dim 16 nov | | Grande Sure par la prairie de Juson et le pas de la miséricorde | chartreuse | | 1100 m | | Les 3 fontaines | S. Blanchin |
| Dim 23 nov | | Plateau de la Molière | Vercors | Rando-VTT-FTT | | | | M. Bonningue M Deleuze JCl Marecal |
| Dim 23 nov | | A définir selon conditions | | | | | | T. Lienard |
| Dim 23 nov | | Grandes voies - Presles | Vercors | > 5 C Autonomie rappel | | | | P. Perrone |
| Dim 30 nov | | A définir selon conditions climatiques | | PD | ≈ 1000 m | | | S. Blanchin |

Impératif :

Pour vous inscrire à une sortie, venez rencontrer l'encadrant au local le jeudi précédant la sortie de 18h30 à 20h ou appelez le 06 81 26 88 14 à ces mêmes heures.
 Merci.

F = facile ; **PD** = peu difficile ; **AD** = assez difficile ; **D** = difficile ; **TD** = très difficile
 Les participants aux sorties de ski de montagne doivent savoir skier (niveau minimum piste rouge).
BS = bon skieur ; **BSA** = bon skieur alpiniste ; **TBS** = très bon skieur ; **TBSA** = très bon skieur alpiniste (Skieur alpiniste = ski sur glacier, matériel de sécurité obligatoire)

| Date | Type | Course Important : Les lieux des sorties proposées peuvent être changés en fonction des conditions de neige et de météo | Massif | Difficulté Cf. fin de tableau | Dénivelé (m) | Altitude maxi (m) | Point de départ | Encadrants Pour les contacter, cf. "références des encadrants" |
|-----------------|------|---|---------------|-------------------------------|--------------|-------------------|-----------------|--|
| DECEMBRE | | | | | | | | |
| Sam 6 dec | | Falaises - Crept | | Tout niveau | | | | P. Perrone |
| Dim 7 dec | | Entrainement D V A | Belledonne | | | | | B . Matricon G. Goud |
| Dim 14 dec | | Sortie raquettes DVA (entrainement à la recherche de victime d'avalanche) | | | | | | T. Lienard |
| Dim 14 dec | | Entrainement D V A | | | | | | F . Clément |
| Dim 14 dec | | Autour du Mont Crachier | Nord Isère | VTT-FTT | 25km - 400m | | Villefontaine | G Genthon |
| Dim 21 dec | | A définir selon enneigement | | | | | | T. Lienard |
| Dim 21 dec | | Entrainement D V A | Chartreuse | | | | | P .Laperriere Y. Comina |
| JANVIER | | | | | | | | |
| Dim 4 janv | | Le Chauvet | Beaumont | PD | 800 | 1700 | Le Haut Quet | T. Lienard |
| Sam 10 Jan | | Pointe de la Gallopaz | Bauge | 861 m | F | | | G . Goud F. Clément C. Charles |
| Sam 10 Jan | | Falaises - Crept | | Tout niveau | | | | O. Bossi |
| Dim 11 Jan | | La Quarlie | Grande Rousse | 800 m | F | | | J. L. Gillet |
| Dim 11 Jan | | Plan de la Limace " Cycle initiation " | Bauge | 700 m | | | | P. Connord B. Matricon |
| Sam 17 Jan | | Col de Balafresse | Aravis | 850 m | PD / BS | 2240 | Grand Bornand | P . Laperriere B . Matricon C. Charles |
| Sam 17 Jan | | Alpe d'Huez | Rousses | Ski piste, fauteuil et debout | | | | G Genthon |
| Dim 18 Jan | | Pic St Michel | Vercors | 700 m | P D | | | Y . Comina |
| Dim 25 Jan | | En Chartreuse | Chartreuse | Raquettes | | | | M. Bonningue JCI Marecal |
| Dim 25 Jan | | Grand Eulier | Belledonne | 1000 m | F | | | F . Clément |
| Dim 25 Jan | | Col du Sabot " Cycle Initiation " | Grande Rousse | 750 m | F | | | P. Connord |
| Sam 31 Jan | | Pointe de Lachat | Lauziere | 1000 m | F | | | C. Guilhem C. Charles |
| Sam 31 Jan | | Alpe d'Huez | Rousses | Ski piste, fauteuil et debout | | | | G Genthon |

| Date | Type | Course Important : Les lieux des sorties proposées peuvent être changés en fonction des conditions de neige et de météo | Massif | Difficulté Cf. fin de tableau | Dénivelé (m) | Altitude maxi (m) | Point de départ | Encadrants Pour les contacter, cf. "références des encadrants" |
|----------------------|------|---|-------------|-------------------------------|--------------|-------------------|-----------------|--|
| FEVRIER | | | | | | | | |
| Dim 1 Fev | | Pic Saint Michel | Vercors | Ski rando - Raquettes | 650 m | | Lans En Vercors | J. Lavallée |
| Dim 1 Fev | | Les Vans | Belledonne | 1100 m | A D - | | | Y. Comina |
| Dim 1 Fev | | Roche Partsire | Beaufortain | AD | 830 | 2110 | Boudin | T. Lienard |
| Sam 7 Fev | | Grand Coin | Vanoise | 1300 m | PD+ | | | G.Goud C. Charles |
| Dim 8 Fev | | Becca Motta | Vanoise | 1600 m | D + / BSA | 2928 m | La Rochette | P. Laperriere |
| Sam 14 Fev | | Lac de la Courbe | Taillefer | 1100 m | F | | | C. Guilhem |
| Dim 15 Fev | | Le Grand Mas | Lauzière | AD | 800 | 2125 | Le Mollaret | T. Lienard |
| Dim 22 Fev | | Aiguille Verte " cycle initiation " | Aravis | 800 m | PD- | | | B. Matricon P. Connord |
| MARS | | | | | | | | |
| Dim 1 Mars | | Portes de Montmélian | Lauziere | 1100 m | PD | | | Y. Comina |
| Sam 7 mars | | Col de Roche Noir | Belledonne | 1400 m | PD+ | | | G. Goud F. Clément |
| Dim 8 Mars | | Arèches | Beaufortin | Ski rando - Raquettes | 500m | | | R Louchet |
| Dim 8 Mars | | Cimes de Lancheton "initiation " | Maurienne | 960 m | F | | | P.Connord |
| Sam 7 / Dim 8 mars | | Bivouac A definir | 1 er jour | 600 m | AD | | | P. Laperriere |
| | | | 2 EME JOUR | 1400 M | TBSA | | | |
| Sam 14 mars | | Aiguille de l' Epaisseur | Oisans | 1600 m | B S | | | C. Guilhem |
| Dim 15 mars | | Trou de la mouche Tete Pelouse | Aravis | 1350 m | AD - | | | B. Matricon |
| sam 21 / dim 22 mars | | Refuge La Valette | Vanoise | 1400 m | AD | 2590 m | Les Prioux | P. Laperriere G. Goud |
| | | Dome des Sonnaillies | Vanoise | 900 m | TBSA | 3361 m | | |
| Dim 22 mars | | Montagnieu | Nord Isère | VTT-FTT | | | | M. Bonningue |
| Dim 22 mars | | La Basse du Gerbier | Aig d'Arves | D | 1000 | 2580 | Le Chalmieu | T. Lienard |
| Dim 29 mars | | Pointe des Ratissieres | Oisans | 1200 m | PD | | | B. Matricon |
| Dim 29 mars | | Le Quermoz " Cycle initiation " | Beaufortin | 980 m | F | | | P.Connord |

F = facile ; **PD** = peu difficile ; **AD** = assez difficile ; **D** = difficile ; **TD** = très difficile
Les participants aux sorties de ski de montagne doivent savoir skier (niveau minimum piste rouge).
BS = bon skieur ; **BSA** = bon skieur alpiniste ; **TBS** = très bon skieur ; **TBSA** = très bon skieur alpiniste (Skieur alpiniste = ski sur glacier, matériel de sécurité obligatoire)

Informations SECURITE – ski de montagne & raquettes

L'équipe des encadrants organise cette saison quatre sorties d'entraînement à l'utilisation des DVA (DéTECTEURS de Victimes d'Avalanches).

Les sorties proposées sont préparées dans le respect de règles élémentaires de prudence et de sécurité, mais l'appréciation du risque est parfois difficile, et l'erreur est humaine, même pour les professionnels les plus compétents et expérimentés.

L'avalanche n'arrive pas qu'aux autres, et au niveau d'un club, il est impératif que tous les adhérents sachent utiliser cet appareil, pour leur propre sécurité ainsi que pour celle de leurs compagnons.

La participation à l'une de ces sorties est donc rendue OBLIGATOIRE, y compris pour les personnes ayant déjà participé à ce type de formation.

Nous ne pourrions pas emmener en sortie un adhérent n'ayant pas participé à l'une d'elles.

Il est possible de louer un kit de secours (DVA + sonde + pelle) au club, lors de la permanence du jeudi, de 18h30 à 20h00.

Les sorties ski seront limitées à 8 participants. Dans la mesure du possible, si le nombre d'inscrits est supérieur, nous ferons notre maximum pour proposer une sortie alternative, avec un ou des encadrants disponibles.

Informations diverses

Pour toutes les activités, d'autres sorties pourront être proposées et l'information correspondante publiée sur la liste "Traces en Folly's" durant la semaine précédant la sortie.

Pour toute question concernant l'inscription sur la liste "Traces en Folly's", ou toute difficulté de fonctionnement de la liste (envoi ou réception de message), contacter Pascal Perrone.

A noter que vous pouvez bénéficier d'une remise de 15% chez Natexplore – Bourgoin-Jallieu sur présentation de la carte ASVF et de 10% chez Expé – Lyon sur présentation de la licence.