



n°40
Hiver 2013

La Trace



EDITO

(mission ... bénévole)

On le sait

Notre club a besoin de ses adhérents et vit grâce à eux et surtout à l'implication de certains dans l'organisation et la conduite de nos activités. Une vingtaine de bénévoles sur l'ensemble de nos activités, en prenant un peu de leur temps, peuvent offrir aux adhérents la possibilité de pratiquer leur sport.

Certains de nos bénévoles œuvrent depuis déjà plusieurs années. Leur souhait, c'est la relève ou tout au moins que d'autres viennent compléter le groupe. Si vous aimez la montagne et que vous souhaitez les rejoindre, le club peut vous proposer des formations de base et avec l'aide d'un animateur confirmé, vous pourrez enfin proposer et encadrer des activités.

Déjà quelques uns de nos jeunes ont pris l'initiative de rejoindre l'équipe d'animateurs et on peut les remercier. On a vu, lors de l'organisation du 80ème anniversaire du GAN, que certains avaient participé à la réussite de cet événement.

Partager c'est se grandir ... et c'est l'adage de tous nos bénévoles et des futurs volontaires (c'est parce qu'il y a des grands que l'on veut grandir (auteur inconnu))

Merci à tous !!

La neige a déjà montré le bout de son nez et sera bien au rendez-vous de nos activités...

Bonne saison hivernale !!

J-P Borrini



Vous voulez :

discuter montagne ...

vous renseigner ...

vous inscrire ...

Venez :

à la permanence du jeudi de 19h00 à 20h00 (sauf juillet et août)

au local de Grenoble Amitié Nature

3 Passage du Palais de Justice (1er étage)

38000 Grenoble

Téléphone : [04 56 59 76 58](tel:0456597658) (répondeur en dehors des permanences)

Site internet : <http://grenoble-amitie-nature.net>

Courriel : info@gan38.fr

80 ans fêtés en toute convivialité



1932, les premières bases du club sont créées par quelques amis montagnards... nous sommes là, 80 ans plus tard pour les honorer mais surtout fêter ces nombreuses années de vie du club.

C'est ainsi que 104 adhérents, anciens adhérents, amis se retrouvent ce WE du 22/23 septembre dans le gîte « Bois de lune » à Méaudre.

L'équipe de bénévoles est déjà en place depuis le midi pour les derniers préparatifs et est impatiente d'accueillir les invités en début d'après midi.

La météo est avec nous, le ciel est bleu, le soleil est « chaud » et tout le monde se retrouve devant le gîte avec son tee shirt blanc décoré du nouveau logo du club et offert à l'occasion.

Une série de jeux est proposée, les équipes sont tirées au sort afin de « casser » les affinités et permettre ainsi un mélange de générations et d'activités. La compétition en toute convivialité est la principale règle, le reste est jeu d'adresse pour ne pas faire tomber une balle, un ballon, franchir des obstacles, courir le plus vite dans un sac etc.

Les activités « officielles » sont complétées par la Slackline de Marc permettant de tester notre équilibre et Evelyne (AN Voiron) a aussi la bonne idée d'apporter sa lunette astronomique pour nous permettre d'observer la lune et autres astres lointains...

Le soleil se couche, il faut vite rassembler

tout le monde pour profiter des derniers rayons pour la photo de groupe.

Nous rentrons ensuite pour l'apéro, c'est l'occasion de se réhydrater mais surtout de regarder un diaporama présentant la vie du club et ses personnages marquants... souvenirs plus ou moins anciens et nostalgiques...

De grandes tables nous reçoivent pour le repas. Les grimpeurs confectionnent une chanson sur un bout de nappe qu'ils interpréteront en fin de repas.

La soirée dansante s'annonce, reste à pousser les tables et chaises... elle se finira tard pour certains...

La météo est encore avec nous pour le dimanche et nous permettra de pratiquer les activités habituelles dans les meilleures conditions.

Et c'est parti pour explorer la beauté du Vercors sur plusieurs de ses facettes... certains partent se mouiller dans le Canyon de la Pissarde (Cascade d'Allières) à Claix, d'autres user les pneus de leurs vélos sur les cols et routes du secteur, d'autres retrouveront un bout de rocher à gravir (Corrençon) et la majorité se baladeront avec 3 randos de niveaux différents.

On ne dira pas « vivement les 90 ans » mais cette festivité réussie restera dans la mémoire du club.

Olivier Daeye



Programme hiver 2013

Janvier

Date	Activité	Objectif	Massif	Niveau* /Dénivelé	Observations	Contact	Téléphone
dim - 6	Ski de randonnée	Le Grand cheval	Vercors	Dénivelé : 640m; niveau 1.3	Sortie d'initiation au ski de randonnée; départ de Lans-en-Vercors	Alain DAVOINE	09 52 33 90 03 06 72 42 40 62
dim - 6	Raquettes	Le Serre de l'Horizon (1617m)	Matheysine	Dénivelé : 400m; 3 h30	Départ des Signaraux; vues sur la Matheysine, le Taillefer, les Ecrins et le Dévoluy	Élisabeth RIONDET	04 85 02 07 04 06 77 91 41 25
dim - 6	Ski de fond	Lans en Vercors	Vercors	Skating ou Alternatif	Plaine de Lans et/ou Les allières	Nicole HUET	04 56 17 92 18 06 17 07 11 96
dim - 13	Raquettes	Col d'Orgeval (1740m)	Bauges	Dénivelé : 740m; distance 10 km	Départ de Nant Fourchu	Monique FAYET	04 76 45 19 77 06 98 16 98 81
dim - 13	Ski de randonnée	Rochers de l'Ours, versant Ouest 2038m	Vercors	Dénivelé : 1080m; niveau 2.3	Depuis la Conversaria, classique assez soutenue, beau panorama.	Jean-Luc MICHEL	04 56 17 92 18 06 17 07 11 96
dim - 13	Ski de fond	La Féclaz	Bauges	Skating ou Alternatif		Nicole HUET	04 56 17 92 18 06 17 07 11 96
jeu - 17	Formation	Conférence "Traces hivernales" à 18h45 aux caves de Chartreuse à Voiron		concerne les skieurs de randonnée et les raquettes...	Organisation AN Voiron; interclub FSGT, intervention guide ANENA.	Alain DAVOINE	09 52 33 90 03 06 72 42 40 62
sam - 19	Ski de fond	Séjour du 19 au 26 janvier à la Chapelle des Bois " chalet les Trolles"	Jura	Tous niveaux en ski de fond et raquettes.	Inscription sur liste d'attente; http://chalet.rousselle.free.fr/ ; en gestion libre.	Jean-Daniel LABOUROT	04 76 90 60 56 06 15 10 81 87
dim - 20	Ski de randonnée	Interclub FSGT	Vercors	concerne les skieurs de randonnée et les raquettes...	Interclub FSGT :application sur le terrain de la théorie du 17 janvier et recherche de DVA.	Alain DAVOINE	09 52 33 90 03 06 72 42 40 62
dim - 20	Ski de randonnée	Le Banc	Matheysine	Dénivelé : 1070m; niveau 2.3	Départ de Villard-St-Christophe	Jean-Luc MICHEL	04 56 17 92 18 06 17 07 11 96
dim - 20	Ski de fond	Coulmes	Vercors	Alternatif, 15 km niveau moyen		Thierry M.	06 84 56 42 71
sam - 26	Raquettes	Sortie raquettes nocturnes à Chamrousse	Belledonne	Boucle facile de 2 h 30.	Interclub FSGT, suivie du diner au restaurant "La Salinière"	Robert MAZET	04 76 77 40 34
dim - 27	Raquettes	Orionde	Belledonne	Dénivelé : 1000m	Départ du col des Mouilles, possible en ski de randonnée.	Monique FAYET	04 76 45 19 77 06 98 16 98 81

Février

sam - 2	Multineige	Week-End du 2 & 3 février à Seythenex	Bauges	ski de randonnée, de piste, de fond, surf, raquettes	Gestion libre au gîte le Pas de l'Ours; inscription sur liste d'attente	Alain DAVOINE	09 52 33 90 03 06 72 42 40 62
dim - 3	Raquettes	Prairie d'Arpison (1460m)	Chartreuse	Dénivelé : 650m; niveau moyen (longueur); circuit d'environ 5 h 30	Depuis la Ruchère. (1150m)	Gwénola DOUARD	04 76 32 28 04 06 61 61 34 30
sam - 9	Ski de randonnée	Dent du Pra (2623m) SE	Belledonne	Dénivelé : 1350m, niveau 3.2; passage à 40°	Depuis le Rivier d'Allemond;	Daniel LATTARD	04 56 45 60 01 06 69 50 14 21
sam - 9	Multineige	Séjour du 9 au 16 février à Saint Jean de Sixt	Aravis	ski de randonnée, de piste, de fond, surf, raquettes	Gestion libre au gîte le Villon 1; inscription sur liste d'attente	Jean-Luc MICHEL	04 56 17 92 18 06 17 07 11 96
sam - 9	Multineige	Séjour du 9 au 16 février près de Thônes	Aravis	ski de randonnée, de piste, de fond, surf, raquettes	Gestion libre au gîte les Clefs; inscription sur liste d'attente	Alain DAVOINE	09 52 33 90 03 06 72 42 40 62
dim - 10	Raquettes	Col de l'Aupet (1627m)	Vercors	Dénivelé : 600m; 7 km; 4h.	départ de la Richardière; au sommet, vue somptueuse sur le Mont Aiguille !	Élisabeth RIONDET	04 85 02 07 04 06 77 91 41 25

dim - 10	Ski de fond	Grand Rocher	Belledonne		Traces & hors traces	Thierry M.	06 84 56 42 71
dim - 17	Ski de randonnée	Grand Som (2026m) T	Chartreuse	Dénivelé : 1000m; niveau 2.2; passages à 35°	Depuis la Ruchère. Aller/Retour, Boucle.	Daniel LATTARD	04 56 45 60 01 06 69 50 14 21
dim - 17	Raquettes	Col de Neurre (1230m)	Vercors	Dénivelé : 400m; niveau moyen; circuit de 4 h 30.	Depuis Malleval (935m)	Gwénola DOUARD	04 76 32 28 04 06 61 61 34 30
dim - 24	Ski de randonnée	Col de Mauvernet (1774m) SW	Chartreuse	Dénivelé : 1038m; niveau 2.2	Départ la Correrie	Alain DAVOINE	09 52 33 90 03 06 72 42 40 62
dim - 24	Raquettes	Croix de l'Alpe	Chartreuse	Dénivelé : 780m; distance 10 km.	Départ les Varvats	Monique FAYET	04 76 45 19 77 06 98 16 98 81
dim - 24	Ski de fond	Gresse en Vercors	Vercors	Skating & Alternatif		Nicole HUET	04 56 17 92 18 06 17 07 11 96

Mars

dim - 3	Ski de randonnée	Le Neyrard (2796m) NW	Ecrins	Dénivelé: 1700m; niveau 3.1	En boucle, depuis Chantelouve.	Jean-Luc MICHEL	04 56 17 92 18 06 17 07 11 96
dim - 3	Ski de fond	Méaudre	Vercors	Niveau moyen.	Distance 15/20 kms, tracés	Jean-Daniel LABOUROT	04 76 90 60 56 06 15 10 81 87
lun - 4	Ski de randonnée	Séjour du 4 au 7 mars à l'Hospice du col du Grand Saint Bernard (Suisse) 2473m	Alpes Pennines	Courses avec un dénivelé autour de 700m; possibilité de raquettes	Au choix : Mont Fourchon (2902m), Clocher de la Chaux (2709m), col du Bastillon (2754m), col ouest de Barasson (2635m), combe de Drône;	Franck GIACOMETTI	04 76 22 06 26 06 85 69 80 55
ven - 8	Ski de randonnée	Séjour du 8 au 10 mars au refuge du Cuchet	Maurienne	Sommets en étoile.	Arrivée possible le 9 dans l'après-midi (1 ou 2 nuits).	Jean-Luc MICHEL	04 56 17 92 18 06 17 07 11 96
dim - 10	Raquettes	Chalets de la Fullie (1390m)	Bauges	Dénivelé : 650 m.	Une randonnée facile, au coeur des Bauges, offrant un superbe panorama sur les principaux sommets du Massif	Elisabeth RIONDET	04 85 02 07 04 06 77 91 41 25
dim - 17	Ski de randonnée	Col de Vouteret (2529m) N	Belledonne	Dénivelé: 1100m; niveau 3.1	Depuis le Pleynet	Alain DAVOINE	09 52 33 90 03 06 72 42 40 62
sam - 23	Multineiges	Prapoutel	Belledonne	Ski de randonnée, de piste, raquettes.	Rencontre des fédéraux ski alpin FSGT	Alain DAVOINE	09 52 33 90 03 06 72 42 40 62
dim - 24	Ski de randonnée	Selle du Puy Gris, Traversée Tépey > Roches (2758m) S	Maurienne	Dénivelé : 1600m, niveau 2.2; 35°/100m	Prendre la vallée des villards. Parking à Valmaure (1205)	Daniel LATTARD	04 56 45 60 01 06 69 50 14 21
dim - 24	Ski de fond	A déterminer selon l'enneigement			Ou cylotourisme si plus de neige !	Nicole HUET	04 56 17 92 18 06 17 07 11 96
sam - 30	Ski de randonnée	Séjour du 30 mars au 1er avril (Pâques) à Champagny en Vanoise	Vanoise	Randonnées en étoile.	Gîte en gestion libre	Jean-Luc MICHEL	04 56 17 92 18 06 17 07 11 96

*** Le niveau ne prend en compte que l'aspect technique relatif à l'activité : tenir compte du dénivelé, de la durée et des conditions météorologiques pour une estimation globale**

*** PERMANENCE** chaque jeudi de 19h à 20h au siège du GAN, 3 passage du Palais de justice Grenoble Tél 04 56 59 76 58; Les animateurs peuvent modifier l'itinéraire en fonction des conditions climatiques. Ecoutez le répondeur mis à jour chaque jeudi pour le WE suivant. Téléphonnez à l'animateur pour vous inscrire.

*** SKI DE RANDO, DE FOND en SEMAINE**, des sorties seront organisées (info sur liste mail) : tél Jean-Luc MICHEL, Nicole HUET 04 56 17 92 18 ou 06 17 07 11 96

*** ESCALADE** sur mur Berthe de Boissieux à Grenoble : **le mercredi de 18h à 19h45 et le vendredi de 19h45 à 21h**. Si la météo le permet : escalade en extérieur sur sites proches de Grenoble. Renseignements Ollivier Daeye 04 76 26 36 11 ou ollivier.daeye@gmail.com

*** VOLLEY-BALL** : entraînement et match au gymnase Houille Blanche à Grenoble le **jeudi de 19h45 à 21h45**

A la recherche du soleil ou de la fraîcheur...



Chaud WE pour cette descente de l'Ardèche en Juin



Camp d'été, admiration devant le Lac des Lumières



Le Rocher blanc en juillet, circuit attrayant avec les névés en prime



Sangle des belles ombres, ambiance de falaise



Tour du Viso septembre 2012 le Viso depuis son balcon le Viso Mezzo



Grimpe automnale en Maurienne

... et les 80 ans à Méaudre



La Trace N° 40 - Eté & automne 2012

Camp d'été à La Condamine-Chatelard du 4 au 15 août 2012



- Trois randonnées au départ proche du col de Larche emmènent 15 ganistes au lac de l'Orrenaye, au col de Roburent et au col de Feuillas.
- Au départ de Fouillouse, 13 randonneurs ont apprécié le beau lac des neuf couleurs.
- Une randonnée culturelle pour quelques uns d'entre nous afin d'observer les forts de Tournoux qui dominaient le camping.

Etabli au camping de Champ Félèze dans la Haute-Ubaye, ce camp d'été a réuni un total de 25 participants pendant la durée du séjour.

Il a fait beau, ce qui nous a permis de sortir tous les jours en pédestre, en vélo ou bien de visiter les villages environnants ainsi que Jausiers et Barcelonnette.

Au total, 20 sorties pédestres ont été effectuées avec des dénivelés s'échelonnant entre 460 m et 1364 m et une moyenne de 1 à 13 participants par sortie.

Voici un court aperçu de quelques balades qui furent organisées pendant ces 12 jours :

- 12 participants au départ de Fouillouse pour rejoindre le lac du Vallonet supérieur, petite sortie de mise en jambe de 650 m de dénivelé. Au retour, court arrêt pour admirer le Pont du Chatelet qui enjambe l'Ubaye.
- Une randonnée plus sérieuse de 1364 m de dénivelé pour 5 volontaires à la pointe de l'Escreins. 9 autres marcheurs s'arrêtent au dessus du lac Vert

9 ganistes ont suivi une visite guidée de Jausiers (chemin de croix, cimetière et ses tombes remarquables,...).

Des sorties cyclistes (au nombre de 13) ont regroupé 2 à 4 participants pour 30 à 90 km et 200 à 1700 m de dénivelés.

Le soir, apéritif et repas en commun, pétanque quelquefois et nombreuses discussions autour des tables accolées.

Participants : Agnès, Evelyne, Odile, Gwénola, Jean-Etienne, Geneviève, Bernard, Monique, Michel, Nicole, Jean-Luc, Katia, Michèle, Franck, Annie, Bernadette, Daniel, Claude, Jean-Paul, Marie-Thérèse, Jean-Pierre, Gilbert et Daniel, Jocelyne et Jean Daniel.

Jocelyne et Jean Daniel



LE GAN A L'ASSAUT DES ROUTES D'UBAYE



l'Iseran au palmarès de l'altitude...

Sans oublier le superbe vallon de Maljasset et un petit aller et retour à Fouillouse avec un arrêt obligé sur le pont du Chatelet, surplombant l'Ubaye d'une centaine de mètres et une belle grimpette de 3 kms à 10 % sur une jolie route étroite de montagne jusqu'au hameau de Fouillouse.

Quant au col de Larche, autre classique proche de notre camp de base, impossible de le mettre à notre tableau de chasse : il était fermé « aux cyclistes, tracteurs, cyclomoteurs et piétons » en raison sans doute de risques d'éboulement.

Si la lecture de cet article vous met l'eau à la bouche, n'hésitez pas à nous rejoindre dès le début de la prochaine saison (soit vers le mois de mars) : avec un entraînement régulier ces « exploits » sont accessibles à tout sportif moyen.

Alors, à l'année prochaine ?

Nicole Huet

Après quelques mises en bouche de début de saison sur des terrains de jeu proches de Grenoble, comme les Bauges, le Trièves ou la Chartreuse, quelques cyclos du GAN se sont attaqués cet été à un objectif prestigieux : les cols mythiques de l'Ubaye. A l'occasion du traditionnel camp d'été, nous avons pu nous éclater (au sens figuré, rassurez-vous, pas d'accidents ni de gros pépins techniques...) sur 4 des 7 cols qui font la réputation de la région de Barcelonnette auprès des cyclotouristes :

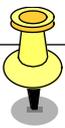
Le col de Vars, et ses 4 kms à 10 % à partir du Mélezen ;

Le col de la Cayolle, et ses 30 kms de montée, avec une ascension très cool dans les gorges de Bachelard, un peu plus relevée ensuite mais jamais difficile dans des paysages très variés ;

Le col d'Allos, sur 20 kms, fermé aux voitures le vendredi, mais que, par pur esprit de contradiction, nous avons bien sûr programmé un autre jour ;

Le sommet du col de la Bonette Restefond, pour couronner le tout, et sa route goudronnée la plus haute d'Europe, grâce à une petite boucle qui s'élève au-dessus du col, rien que pour battre le col de





Ski de fond du 19 au 26 janvier

Chalet en gestion libre à la Chapelle des Bois
massif du Jura

(inscription sur liste d'attente)

 Jean Daniel Labourot - 04 76 90 60 56



Multi-activités neige du 9 au 16 février

2 gîtes dans les Aravis en gestion libre
(inscription sur liste d'attente)

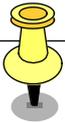
gîte « Le Villon » - Saint Jean de Sixt

 Jean-Luc Michel - 04 56 17 92 18

gîte « Les Clefs » - Thônes

 Alain Davoine - 09 52 33 90 03

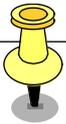
Les temps forts de l'hiver



Ski de randonnée du 4 au 7 mars

Hospice du col du Grand Saint Bernard (Suisse)

 Franck Giacometti - 04 76 22 06 26



Ski de randonnée du 8 au 10 mars

Refuge du Cuchet - Maurienne

 Jean-Luc Michel - 04 56 17 92 18