



n°42
Hiver 2014

La Trace



EDITO

(mission ... bénévole)... suite

Comme je l'avais évoqué, lors d'un précédent édito (La Trace n° 40), les bénévoles sont le moteur de notre association. Sans eux, le club ne perdurerait pas et il est donc nécessaire de les renouveler au fil du temps.

Déjà, au sein de l'activité escalade, Anne et Nicolas ont pris la relève d'Ollivier. Certains autres sont pressentis dans les autres activités. Plus d'hésitation, manifestez-vous et si besoin est, les animateurs historiques vous aideront à faire vos premières expériences.

Cet hiver, nos animateurs bénévoles vous ont concocté un programme très diversifié (que vous trouverez en page centrale de

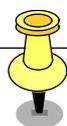
cette «Trace»), où chacun pourra goûter à son activité favorite, de la raquette au ski de fond, du ski de piste au ski de randonnée et toujours dans une ambiance conviviale propice aux échanges entre participants

Le plaisir et l'effort, alliés de circonstance, vous mèneront vers des images inoubliables de sommets et de lieux magiques.

Que chacun trouve son bonheur tout au long de l'hiver au sein de notre club.

Bonne fête de fin d'année et bonne saison hivernale !!

Jean-Pierre 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

L'échappée belle en Ariège de 8 ganistes cyclotouristes



Le col de Pailhères (pour l'échauffement !)

Eh oui, les cols alpins ne nous suffisent plus ! Du 21 au 28 juillet, nous sommes partis à l'assaut des cols ariégeois.

Première nuit dans un camping à Belcaire, proche du Quérigut. Le lendemain matin, "échauffement" par le col de Pailhères, col hors catégorie du Tour de France, suivi du col de la Chioula dans l'après-midi : 2300m de dénivelé pour nos gambettes (seraient-elles, elles aussi hors catégorie ?)

Le lendemain, parcours en passant par les gorges de St Georges et le col des 7 frères.

Sous un bel orage, nous changeons de camping : camping à la ferme « Azaigouat » au sud-est de St Giron sur la route du col de Sarailé.

Nous apprécions ce camping, surtout les après-midi, à la fraîche, sous les arbres et près d'un torrent, après avoir "gagné" les cols encadrés par les beaux sommets du Couserans (eh oui, il y a encore de la neige là-haut...) : col de la Trappe, port de Lers, col Agnès... Il faut encore appuyer sur les

pédales pour traverser le village d' Ercé avec une vue sur le Valier.

Une pensée pour ce lieu de passage privilégié, par le col de la Claouère et le mont Valier où les passeurs et les résistants ont franchi, la nuit, avec le froid, la fatigue et la peur, le "chemin de la liberté" entre 1940 et 1944 pour rejoindre l'Espagne...

Que gardons-nous comme souvenirs ?

Beaucoup de verdure, des arbres qui grimpent haut en altitude, peu de voitures, des vaches ou des chevaux qui nous accueillent à l'arrivée des cols, du soleil, deux orages, des fous rires à la pétanque, des portables qui ne passent pas, et ... de "bonnes" grimpettes sur nos 600 km de vélo dans la semaine.

On part dans quel secteur l'an prochain ? Ce n'est pas encore décidé, mais c'est sûr : on remet ça !

Les 8 cyclos : Claude, Nicole, les 2 Geneviève, Jean-Paul, Jean-Luc, Bernard et Jacques.

Geneviève Revil



Le col d'Agnès

Programme hiver 2014

Janvier

| Date | Activité | Objectif | Massif | Niveau* /Dénivelé | Observations | Contact | Téléphone |
|----------|------------------|--|------------|---|--|----------------------|----------------------------------|
| dim - 5 | Ski de randonnée | Côte Rouge, Par le col de Parquetout (2015m) | Beaumont | Dénivelé : 757m, niveau 2.1 | Belle course d'initiation, aérienne et variée. | Alain DAVOINE | 09 52 33 90 03 06 72 42 40 62 |
| dim - 5 | Ski de fond | Les Allières | Vercors | Skating ou Alternatif | | Nicole HUET | 04 56 17 92 18 06 17 07 11 96 |
| dim - 5 | Ski de randonnée | Col du Loup (2399) | Belledonne | Dénivelé : 1300m; niveau 2,2; SW | Départ de Freydière | Daniel LATTARD | 06 69 50 14 21 |
| sam - 11 | Ski de randonnée | Mini-raïd, du 11 au 14 janvier | Beaufortin | Dénivelé total: 3700m; 3 nuits/4 jours. | Ce raid passera par les refuges de la Balme, Coire, Nant du beurre. | Jean-Luc MICHEL | 04 56 17 92 18 06 17 07 11 96 |
| dim - 12 | Ski de randonnée | Sommet de la Cavale (2147m) | Matheysine | Dénivelé : 1150m, niveau 2.1, NW | Départ d'Oris en Ratier. | Alain DAVOINE | 09 52 33 90 03 06 72 42 40 62 |
| dim - 12 | Raquettes | Valchevrière | Vercors | Dénivelé : 345m, 7 km, 2 h 25. | Au départ de bois Barbu cette balade situé au coeur de la forêt de la Loubière vous mène à la découverte du village de Valchevrière. | Elisabeth RIONDET | 06 77 91 41 25 |
| dim - 12 | Ski de fond | Signaroux | Matheysine | Boucle de 12 km, facile. | | Thierry M. | 06 84 56 42 71 |
| sam - 18 | Ski de fond | Séjour à Lajoux, du 18 au 25 janvier | Jura | | Gestion libre | Jean-Daniel LABOUROT | 04 76 90 60 56 07 81 57 55 29 |
| sam - 18 | Ski de randonnée | la Scia, depuis le Planolet | Chartreuse | Dénivelé : 700; niveau 1,1. | A faire au début de saison pour tester la machine. | Franck GIACOMETTI | 04 76 22 06 26 06 85 69 80 55 |
| dim - 19 | Raquettes | Grand Manti (1799m) | Chartreuse | Dénivelé : 800m, 12km, O, 4 h 30. | | Monique FAYET | 04 76 45 19 77 06 98 16 98 81 |
| dim - 19 | Ski de randonnée | Pointe Feuillète (1881m) | Dévoluy | Dénivelé : 750m, niveau 1,3 | Depuis Les Amayères. | Jean-Luc MICHEL | 04 56 17 92 18 06 17 07 11 96 |
| dim - 19 | Ski de randonnée | Col des Fontaines (2481m) | Belledonne | Dénivelé : 1340m; niveau 2,3; S. | Départ des Roches (vallée des Villards) | Daniel LATTARD | 06 69 50 14 21 |
| sam - 25 | Ski de randonnée | Piquet de Nantes, crête sud (2214m) | Taillefer | Dénivelé : 1000m, niveau 2,1 | Depuis le col de Malissol. | Jean-Luc MICHEL | 04 56 17 92 18 06 17 07 11 96 |
| dim - 26 | Pédestre | Le tour de Vatiliu | Chambaran | Dénivelé : 400m; 11km; 3 h 30. | Entre Tullins & Vinay, parcours vallonné entre 400 & 750 d'altitude, avec une belle vue sur le Vercors, Chartreuse & Belledonne. | Gwénola DOUARD | 04 76 32 28 04 06 61 61 34 30 |
| dim - 26 | Raquettes | Lac de la Courbe (2435m) | Taillefer | Dénivelé : 985m, 12km, O, 6h. | Course facile et agréable. Jolie vue. | Anne-Marie CAVAILLE | 04 76 89 57 75 06 83 93 92 93 |
| dim - 26 | Ski de randonnée | Crête de Brouffier, Normale W, (2435m) | Taillefer | Dénivelé : 985m, niveau 2,1. | Pic-nic commun avec les raquettes... | Alain DAVOINE | 09 52 33 90 03 06 72 42 40 62 |

Février

| | | | | | | | |
|----------|-------------|--|-----------|---|--|----------------------|----------------------------------|
| sam - 1 | Multineige | Week-End 1er & 2 février à Aussois | Maurienne | ski de randonnée, de piste, de fond, surf, raquettes | Hebergement en 1/2 pension au gîte du Fort Marie Christine; inscription en cours sur sondage. | Alain DAVOINE | 09 52 33 90 03 06 72 42 40 62 |
| sam - 8 | Multineige | Séjour du 8 au 15 février au gîte La Grande Ferme à Saint André d'Embrun (1000m) | Embrunais | ski de randonnée, de piste, de fond, raquettes; groupes de niveaux. | En gestion libre, pic-nic, repas du soir, & petit déjeuner collectif. Inscription sur liste d'attente. | Jean-Luc MICHEL | 04 56 17 92 18 06 17 07 11 96 |
| dim - 9 | Raquettes | Pointe Feuillète (1881m) | Trièves | Dénivelé : 820m, 21 km, Nord, 6 h 30. | Par Tréminis, itinéraire somptueux ! | Anne-Marie CAVAILLE | 04 76 89 57 75 06 83 93 92 93 |
| dim - 9 | Raquettes | La grotte des bœufs et la fontaine de Pétouze. (1112m) | Vercors | Circuit en boucle, 450m de dénivelé, 11km, 4 h. | Au départ de la Faz dans les Coulmes. | Thierry M. | 06 84 56 42 71 |
| sam - 15 | Raquettes | Sortie raquettes nocturnes avec repas sur le plateau de Gève. | Vercors | Boucle facile de 2 h avec lampes frontales. | Interclub FS&T, suivie du diner au restaurant " Le Banc de l'Ours" | Robert MAZET | 04 76 77 40 34 |
| dim - 16 | Ski de fond | Séjour du 16 au 19 février à la ferme du Retord | Bugey | Demi -pension. | activité :ski de fond. | Jean-Daniel LABOUROT | 04 76 90 60 56 07 81 57 55 29 |

| | | | | | | | |
|-------------|------------------|---|-----------------|--|--|----------------------|----------------------------------|
| dim - 16 | Ski de fond | La Féclaz | Bauges | Skating ou Alternatif | | Nicole HUET | 04 56 17 92 18 06 17 07 11 96 |
| dim - 16 | Raquettes | Batterie de Rochebrune (1400m) | Belledonne | Dénivelé : 450m. | Depuis le col du petit Cucheron. | Elisabeth RIONDET | 06 77 91 41 25 |
| dim - 23 | Ski de randonnée | Rochers de l'Ours (2038m) | Vercors | Dénivelé : 860m; 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 - 23 | Ski de randonnée | Col du Sabot | Grandes Rousses | Dénivelé : 700m, niveau 1,2, SW. | Une classique des vieux grenoblois.. ou une première initiation. | Daniel LATTARD | 06 69 50 14 21 |
| dim - 23 | Ski de fond | Les Coulmes | Vercors | | | Jean-Daniel LABOUROT | 04 76 90 60 56 07 81 57 55 29 |
| Mars | | | | | | | |
| sam - 1 | Ski de randonnée | Col de l'Aliénard (1500m) | Chartreuse | Dénivelé : 700m; niveau 1,2. | Balade sans difficulté ! | Franck GIACOMETTI | 04 76 22 06 26 06 85 69 80 55 |
| dim - 2 | Ski de fond | Gresse-en-Vercors | Vercors | | | Jean-Daniel LABOUROT | 04 76 90 60 56 07 81 57 55 29 |
| dim - 2 | Ski de randonnée | Pierre Blanche, tour par les pas de la ville et de Berrièves | Vercors | Dénivelé : 1160m, niveau 3,2, 200m à 35/40° | Tour splendide, avec un dénivelé et des difficultés très raisonnables | Alain DAVOINE | 09 52 33 90 03 06 72 42 40 62 |
| sam - 8 | Ski de randonnée | Dent du Pra;boucle par le Vénétiér / le Col de l'Aigleton | Belledonne | Dénivelé : 1535m; niveau 3,3; 150m à 40° | | Daniel LATTARD | 06 69 50 14 21 |
| dim - 9 | Ski de randonnée | Rocher du Baconnet, Par Uclaire (1808m) | Vercors | Dénivelé : 620m; niveau 1,2 | Belle balade d'initiation avec une vue magnifique sur les falaises du balcon Est et le Mont Aiguille | Alain DAVOINE | 09 52 33 90 03 06 72 42 40 62 |
| dim - 9 | Raquettes | Le refuge de Font-Turbat (2170m) | Valbonnais | Dénivelé: 920m, 19km, 7 h A/R; | Un des plus beaux itinéraires faciles de haute montagne du Dauphiné ! | Anne-Marie CAVAILLE | 04 76 89 57 75 06 83 93 92 93 |
| sam - 15 | Ski de randonnée | Col d'Arsine, versant E (2340m) | Ecrins | Dénivelé : 900m; niveau 2,1. N. | Jolie balade en décor hivernal au pied d'un des grands couloirs des Alpes : le Davin. | Franck GIACOMETTI | 04 76 22 06 26 06 85 69 80 55 |
| dim - 16 | Pédestre | Lac de Paladru | Terres Froides | Dénivelé : 500m; circuit de 15km, entre 500 & 700m d'altitude. | Sur les traces des Chevaliers de l'an Mil...départ de Charavines; | Gwénola DOUARD | 04 76 32 28 04 06 61 61 34 30 |
| dim - 16 | Cyclotourisme | A définir ! | | | Suivant les conditions de neige et de météo... | Nicole HUET | 04 56 17 92 18 06 17 07 11 96 |
| dim - 16 | Ski de randonnée | Col de Prentiq, par la combe NW (2476m) | Champsaur | Dénivele : 1180m; niveau 2,3; NW; pente 35° maxi. | Balade peu fréquentée... | Jean-Luc MICHEL | 04 56 17 92 18 06 17 07 11 96 |
| dim - 23 | Pédestre | Rochers de l'Alevoux (810m) | Vercors | Dénivelé : 450m; circuit en boucle de 3h30. | Au départ de Saint-Pierre-de-Cherennes. | Thierry M. | 06 84 56 42 71 |
| dim - 23 | Raquettes | Mont Pelat (1543m) | Bauges | Dénivelé : 800m. | Départ de Sainte Reine. | Monique FAYET | 04 76 45 19 77 06 98 16 98 81 |
| dim - 23 | Ski de randonnée | La Grande Roche, versant SW (2483m) | Belledonne | Dénivelé: 1370m; niveau 3,1; SW | Possibilité de sortir au col du Chateau (non nommé sur IGN, alt. 2459m) | Alain DAVOINE | 09 52 33 90 03 06 72 42 40 62 |
| dim - 23 | Pédestre | Chapelle de Parménie (749m) | Chambaran | Dénivelé : 360m; 8,4km, 3h20; depuis Beaucroissant. | Sur les pas des pèlerins du XIIIe siècle, randonnée jusqu'à la table d'orientation de Parménie entre la vallée de l'Isère et celle de la Bièvre. | Elisabeth RIONDET | 06 77 91 41 25 |
| dim - 23 | Cyclotourisme | Piste et plaine de l'Isère | | | Poliénas. | Nicole HUET | 04 56 17 92 18 06 17 07 11 96 |
| dim - 30 | Ski de randonnée | Grand Colon : face W classique (entonnoir méridional) (2394m) | Belledonne | Dénivelé : 1300m; niveau 3,3; 100m/40°; 38°/250m. | Boucle par le lac du Crozet. | Daniel LATTARD | 06 69 50 14 21 |

* **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 (sauf juillet et août) 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 21h30**. Si la météo le permet : escalade en extérieur sur sites proches de Grenoble. Renseignements Anne BLESEL : 06 78 93 27 31 ou Nicolas MOLLARD : 06 70 50 25 79

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

Le bel été de Grenoble Amitié Nature



Voilà un t-shirt qu'il est beau !



Vers le lac de la Courbe (Taillefer)



Via des lavandières à Crolles



L'équipe 2 de volley du GAN



Croix du Lauteret/Rancou : en expectative devant le " rond point"!



Tunnel dans le val d'Aoste

Le bel été de Grenoble Amitié Nature



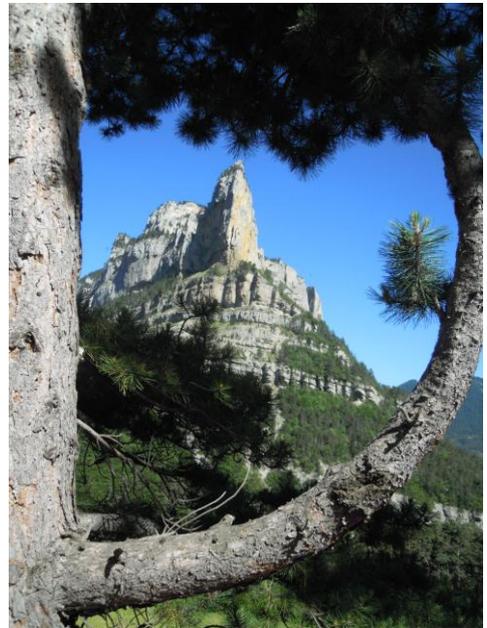
Val d'Aoste : au Gan on fait aussi dans le culturel



Raid génépi – Vallon de Lauzannier



Pic Coolidge : Sortie sur le plateau à 3250m : quelle ambiance face à l'Ailefroide !



Rancou : quand le végétal et le minéral s'harmonisent...



Camp d'été – val d'Aoste



Raid génépi – Lac miroir au dessus de Ceillac

Camp d'été à Valpelline (val d'Aoste)



Nous étions 16 ganistes en Italie dans le Val d'Aoste du 10 au 18 août 2013 à Valpelline au camping du Grand Combin.

Le temps a été tout à fait favorable et nous a permis de sortir tous les jours en pédestre, en vélo ou bien pour une visite culturelle d'Aoste .

7 sorties pédestres ont été effectuées avec des dénivelées s'échelonnant entre 500 et plus de 1400m. Une sortie a compté 15 participants.

Voici un petit aperçu de quelques balades :

- Au départ de Close, 11 ganistes se dirigent vers L'Ardaman. 4 s'y arrêtent. 7 courageux continuent jusqu'au Colle di Chaz Seche à 2532 m. Ils auront parcouru 20 km pour 1400 m de dénivelée.
- Pour rejoindre le bivouac Regondi au départ de Glassier, 1050 m de dénivelée, un peu moins de 4 h de montée et 2 h de descente. Nous étions 13 à participer à cette sortie.
- De Place-Moulin, lieu de départ de nombreuses balades, 8 ganistes se sont dirigés vers le refuge Nacamuli (2828 m) avec une très belle vue sur le lac de retenue Place-Moulin.

- 8 ganistes ont visité les villages des alentours en prenant des sentiers pittoresques.
- Quant aux cyclotouristes, après une tentative avortée le dimanche en raison de la trop grande fréquentation automobile, et un bon entraînement sur les très belles routes de la vallée, trois d'entre eux ont gravi en fin de séjour le col du Grand St Bernard, soit une ascension d'environ 1800 m de dénivelée : bel exploit qu'ils n'ont pas manqué d'arroser à leur retour dans l'Isère...

Pour la 4^e cyclote qui avait pris le départ ce matin-là, ça s'est terminé étalée sur le goudron : chute sans grande gravité, mais qui inaugurerait une série noire pour les cyclotes du club, qui est allée crescendo avec deux autres accidents dans la saison.

Toutes les éclopées se remettent et comptent bien attaquer la prochaine saison 2014 en pleine forme. N'hésitez pas à les rejoindre dès la fin de la saison hivernale !

Le soir, nous nous retrouvions autour des tables où les conversations allaient bon train.

Les 16 participants : Monique, Michel, Franck, Annie, Evelyne, Gérard, Geneviève, Bernard, Gwénola, Jean-Etienne, Agnès, Jean-Luc, Nicole, Danielle, Jocelyne et Jean Daniel.

Jocelyne et Jean Daniel



En direct du « trek génépi »

Nous sommes partis à huit pour ce trek : Monique et Michel, Evelyne, Marylène, Bernard, Jean-Paul, Jean-Daniel, et Franck.

Nous avons traversé le Queyras, l'Ubaye et une partie du Mercantour.

Premier jour : départ en train de Grenoble, puis bus à Mont-Dauphin, pour partir de Ceillac, ce premier septembre 2013 avec un très beau temps. Le rythme est installé avec nos gros sacs à dos, paysages superbes, lacs, parois rocheuses, landes verdoyantes nous attendaient ! Premier soir à Maljasset dans un bon gîte.

Deuxième jour : cinq cols à franchir dont le Cialaras à 2950m puis l'Infernetto, le bien nommé, que franchirent aussi deux vététistes intrépides : le magnifique lac des neuf couleurs puis le refuge du Chambeyron qui nous a réservé un accueil plutôt mitigé avec un repas frugal... nous étions à 2626m d'altitude...cela explique peut-être la rudesse du lieu !

Troisième jour : départ à huit heures, puis les chamois furent visibles et les photographes, heureux ! Petite pause au col du Vallonet, parmi les champs d'edelweiss, puis nous avons gravi le col de la Portiolette (2692m) et enfin longue descente sur Larche où le sympathique gîte Lombard nous attendait : bière, douche, bon repas, longue discussion avec les gardiennes, le bonheur quoi !

Quatrième jour : nous avons commencé par un taxi qui nous a amenés au départ du vallon du Lauzannier afin d'atteindre le pas de la Cavale (2671m). Les marmottes le long du chemin nous regardaient passer, les lacs étaient magnifiques. Pour certains : souvenirs émus de passage en ski de randonnée puis découverte du reste du parcours : les steppes ressemblaient au Kirghizistan avec le vaste cirque de Salso Moreno...au loin le pas du Morgon. Après une descente rapide du pas de la cavale nous avons progressé sur un vaste plateau marécageux aux innombrables grassettes et plus de sentier... le GPS nous a ramenés sur les lacs de Morgon, pique-nique et petite sieste puis enfin le pas de Morgon. Une longue marche sur l'arête frontière semée de génépi nous a amenés au col de Fer (2594m), puis au collet de Tortisse et enfin au refuge de Vensavec avec son échelle de meunier pour accéder au dortoir !

Cinquième jour : fini la rigolade, une étape très technique nous attendait ! D'abord le pas de Vens (2796m), la montée était raide, sévère, encombrée d'énormes blocs de rochers, mais ce n'était qu'un amuse gueule, avant la brèche de Borgogno (2904m). Pour l'atteindre il a fallu emprunter une belle vire montante, puis pédaler dans un pierrier. Bref repos à la brèche pour entamer une raide descente à 40° dans de maigres pierriers et des rochers...la journée n'était pas finie, après avoir traversé une vaste

zone de blocs, nous avons accédé au pied du ressaut herbeux qui défend l'accès à l'arête Ouest du Ténibre ; petite pause au-dessus, puis nous nous sommes dirigés vers les 200 derniers mètres de rochers, une quasi-verticalité ! Mais on est passé sans difficulté, en restant vigilants et concentrés, malgré un chien incongru qui aboyait sans cesse ! Point culminant du trek 3031m...vue à 360°superbe. Descente prudente en suivant les points rouges et les magnifiques bouquetins qui nous indiquaient le bon cheminement. Nous avons atteint le pas de Rabuons, puis le lac de Chaffour, petite halte après les émotions de la matinée et, tranquillement, nous avons trouvé le lac et le refuge de Rabuons : c'était super il y avait des douches chaudes pour nous décrocher ; ambiance sympa au refuge.

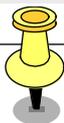
Sixième jour : encore des blocs rocheux à escalader avant d'atteindre le col de Corborant (2947m), il subsistait des névés qui justifiaient la présence des crampons dans nos sacs, mais nous avons pu nous les éviter en passant sur le côté sauf Jean-Paul qui a testé sa technique sur le névé... Photos souvenir au col, nous avons constaté que la pente était raisonnable sur l'autre versant mais elle s'accroissait sur le bas pour finir sur des névés entre des blocs rocheux, cela devenait lassant...nous avons fini par trouver un chemin plus tranquille, puis long pique-nique dans l'herbe et nous sommes arrivés dans le hameau de San Bernolfo où nous sommes délestés de nos déchets puis petite remontée pour arriver au refuge De Fochis.

Septième jour : le ciel était couvert, petite montée, sur un large sentier au pas de colle Longue. Mais non nous n'étions toujours pas arrivés, il a fallu encore grimper un mole afin de basculer sur la vallée de la Tinée : 1800m de descente nous attendaient...d'abord une pente d'herbe rase où le sentier se perdit, et de nouveau le GPS nous a ramenés sur les gros cairns qui ponctuaient la descente. Pique-nique vers une cabane d'alpage de Cuson, les dernières victuailles furent partagées...Et un bon sentier, dans la forêt parfumée d'herbes méridionales nous a amenés à Isola village : la civilisation nous tendait les bras : bistrot, fontaine pour se débarbouiller, épicerie pour des fruits bien frais et le dernier bus de la journée nous a transportés à Nice : puis tram interrompu par les jeux de la Francophonie et enfin l'Auberge de Jeunesse nous a accueillis (et oui nous sommes toujours jeunes...), installation, douche et hop direction un bon restaurant avec de succulents mets.

Huitième jour : lever à 5 h pour un très petit déjeuner, puis tram, et nous avons retrouvé la gare routière pour prendre le bus qui nous a ramenés à Grenoble en 5h20 de temps : il pleuvait des cordes mais le trek était fini, nous avons eu le temps de sommeiller et de rêver encore de lavandes, génépi, amélanchiers, chamois et de gros blocs de rochers à franchir !

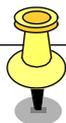
Franck Giacometti

Les temps forts de l'hiver



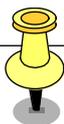
**Mini-raïd en ski de randonnée
du 11 au 14 janvier dans le Beaufortin**

☎ Jean-Luc Michel - 04 56 17 92 18



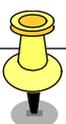
**Séjour ski de fond du 18 au 25 janvier
Lajoux (Jura)**

☎ Jean Daniel Labourot - 04 76 90 60 56



**Week-end multineige les 1er et 2 février
Aussois (Maurienne)**

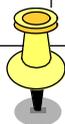
☎ Alain Davoine - 09 52 33 90 03



**Séjour multineige du 8 au 15 février
Saint André d'Embrun (05)**

(inscription sur liste d'attente)

☎ Jean-Luc Michel - 04 56 17 92 18



**Séjour ski de fond du 16 au 19 février
dans le Bugéy (01)**

☎ Jean Daniel Labourot - 04 76 90 60 56