



SENTIERS 05

Mairie de Romette, 05000 Romette

Courriel : sentiers05@orange.fr

Site internet : <http://sentiers05.fr/>

PROGRAMME du 1^{er} Trimestre 2018

Le MOT de la PRÉSIDENTE

Recevez, pour vous et tous vos proches, mes vœux les plus sincères pour cette nouvelle année. L'ensemble du C.A. et des animateurs s'unissent pour former le souhait que notre association se consolide grâce à la mobilisation et au dynamisme de tous ses adhérents. Merci d'avance pour votre collaboration à notre œuvre commune.

Jacqueline DERANCOURT

Informations générales

- **ATTENTION** : l'appel téléphonique au responsable la veille est avancé et se fera désormais **entre 17h et 19h** ; il reste obligatoire pour toutes les sorties.
- L'animateur se réserve toute latitude pour changer le lieu et l'itinéraire de la sortie selon les conditions. Pensez à consulter vos courriels la veille ou à appeler l'animateur si vous suspectez l'éventualité d'un changement.
- Regroupement pour le covoiturage aux parkings suivants :
 - Géant Casino (près des postes à essence) pour l'Embrunais,
 - La Descente (P.R.) pour le Champsaur et le Valgaudemar,
 - Le Sénateur (P.R.) pour Le Devoluy,
 - La piscine de Fontreyne (P.R.).
- Nous vous proposons de venir partager la Galettes des Rois le mercredi 17 janvier à 17h en salle Dum'Art (voir invitation jointe). Inscription auprès de Serge FREMONT avant le 11 janvier.



- La Fête de la Raquette aura lieu le samedi 03 février 2018 à Céüse (informations complémentaires à paraître).

- Un projet de séjour en Bretagne, dont vous trouverez une première ébauche ci-après, vous est proposé par Yves NEDELLEC.
Les personnes susceptibles d'être intéressées doivent se faire connaître le plus rapidement possible afin de pouvoir effectuer des pré-réservations.
Contact : soit par téléphone (voir coordonnées téléphoniques des animateurs), soit par courriel nedellec.y@wanadoo.fr

Durée : 12 à 14 jours :

- 4 jours aller-retour pour le voyage (env. 1000 Km aller),
- 7 jours de randonnées sur le GR 34 (sentier des Douaniers) entre la Baie du Mont-St-Michel et la Baie de St-Brieuc,
- 1 journée visite à Saint-Malo,
- si 14 jours, cela ferait 2 journées supplémentaires pour parer aux éventuels jours de mauvais temps (et qui pourraient être consacrées à des visites : barrage de la Rance,).

Période : Septembre 2018 : 1^{ère} quinzaine ou 2^{ème} et 3^{ème} semaine.

Budget (approximatif) par participant : entre 750 € et 870 € dont :

- 90 € pour les frais kilométriques (péages compris), calculés sur une base de 4 personnes par voiture (en n'appliquant pas la règle des 0,25 €/km de Sentiers 05),
- 660 € pour les frais d'hébergement en demi-pension sur la base d'un séjour de 12 jours (780 € si séjour de 14 jours), budget auquel il faudra rajouter les pique-niques du midi.

A noter dans vos agendas :

La prochaine réunion des animateurs pour la préparation du programme du 2^{ème} trimestre 2018 aura lieu le **mercredi 07 mars à 15h** dans la salle "la Romettine" à Romette.
Merci de vous organiser pour rester jusqu'à la fin de celle-ci.

Les bénévoles pour mener des randonnées sont toujours les bienvenus. Nous rappelons la proposition de tutorat afin d'aider les volontaires hésitants. Il en va de la survie de notre association.

SORTIES RAQUETTES

- Chaque animateur devra être autorisé **au préalable par la Présidente** à conduire la sortie dans les meilleures conditions de sécurité : lieu en fonction de l'enneigement, consultation des conditions météorologiques sur le site internet "*météo 05*", bulletin des risques d'avalanches par massif à l'adresse : <http://www.meteofrance.com/previsions-meteo-montagne/bulletin-avalanches/hautes-alpes/avdept05>
- L'utilisation du matériel DVA est **obligatoire** sauf cas exceptionnel et chaque participant s'engage à accepter les exercices d'entraînement proposés lors de la sortie.
- Pensez à équiper votre matériel **en piles neuves**. Un contrôle sera fait avant chaque départ et exclura toute personne ne respectant pas ces consignes.
- Je vous invite à participer à une des 2 sorties ci-dessous afin de faire des essais et des réglages **indispensables** en début de saison. Les lieux seront déterminés en fonction des conditions. Merci de vous rendre disponible pour **une de ces 2 dates** (dimanche 7 ou jeudi 11 janvier).
- Bonne préparation en vue d'une bonne saison !

<i>Date</i>	<i>Responsable</i>	<i>Observations</i>
Dimanche 07 Janvier	Jacqueline DERANCOURT	Sortie "essais et réglages"
Jeudi 11 Janvier	Jacqueline DERANCOURT	Sortie "essais et réglages"
Samedi 13 et Dimanche 14 Janvier	O.T. du Queyras : 04 92 46 76 18	L'appel du Grand Nord à Ceillac
Jeudi 18 Janvier	Robert MARTIN	
Dimanche 21 Janvier	Serge FREMONT	
Jeudi 25 Janvier	Serge FREMONT	
Samedi 03 Février	CDRP05 : 04 92 53 65 11 cdrp@ffrandonnee05.net	Fête de la Raquette à Céüse
Jeudi 08 Février	Robert MARTIN	
Jeudi 15 Février	Jacqueline DERANCOURT	
Jeudi 22 Février	Chantal SICARD	
Dimanche 25 Février	Jacqueline DERANCOURT	
Jeudi 01 Mars	Jacqueline DERANCOURT	
Jeudi 08 Mars	Jacqueline DERANCOURT	
Jeudi 15 Mars	Chantal SICARD	
Dimanche 18 Mars	Serge FREMONT	
Jeudi 22 Mars	Serge FREMONT	
Jeudi 29 Mars	Simone ESPINASSE	

SORTIES PEDESTRES

<i>Date, Heure, Lieu de départ</i>	<i>Responsable</i>	<i>Parcours :</i>	<i>Circuit = C Aller-Retour = AR</i>	<i>Temps Marche Distance</i>	<i>Dénivelée Alt. MAX</i>	<i>Difficulté</i>	<i>Carte IGN, Secteur</i>	<i>Observations</i>	<i>Participation par Voiture</i>
Jeu 04 Janvier	<i>Pas d'animateur, pas de sortie pédestre !</i>								
Jeu 11 Janvier	<i>Pas d'animateur, pas de sortie pédestre !</i>								
Jeu 18 Janvier 9h Leclerc	Yves Nédellec	Colline Sainte Marguerite.	C	4h30 ≈ 10 Km	350 m 960 m	1	3338 ET Gap		0 €
Jeu 25 Janvier	<i>Pas d'animateur, pas de sortie pédestre !</i>								
Jeu 01 Février 9h Piscine	Simone Espinasse	Remollon, Chapelle St-Pierre.	C	4h30	450 m 1100 m	1	3338 ET Remollon	RdV : 9h25 , Remollon (Pkg sur la gauche 100 m avant l'église).	10 €
Jeu 08 Février	<i>Pas d'animateur, pas de sortie pédestre !</i>								
Jeu 15 Février 8h30 Piscine	Max Giraud-Telme	Balcon du Laragnais.	C	4h ≈ 11 Km	200 m 819 m	1	3339 OT Laragne		30 €
Jeu 22 Février 8h30 Sénateur	Max Giraud-Telme	Serres, Pic d'Arambre , Pas de Louve, le Bersac.	C	5h30 11 Km	580 / 780 m 1434 m	2	3239 OT Serrois	Pic d'Arambre facultatif (- 200 m).	21 €
Jeu 01 Mars	<i>Pas d'animateur, pas de sortie pédestre !</i>								
Jeu 08 Mars 8h30 Piscine	Max Giraud-Telme	M.F. Bonsecours, Pas de Roche-Courbe, Cabane des 4 Chemins , les Oustaus.	C	5h30 12 Km	650 m 1418 m	2	3338 OT Laragne		12 €
Jeu 15 Mars 8h30 Piscine	Yves Nédellec	Théus, Demoiselles coiffées.	C	4h ≈ 8 Km	460 m 1300 m	1	3338 ET Remollon		12 €
Jeu 22 Mars 8h Piscine	Simone Espinasse	Sisteron, le Molard	C	3h30 ≈ 13 Km	440 m 885 m	1	3339 OT Sisteron		25 €
Jeu 29 Mars 8h30 Piscine	Max Giraud-Telme	La Montagne (Sigottier), Col d'Arron, Bonnet Rouge , Crête de la Bouisse.	C	5h ≈ 12 Km	680 m 1647 m	2	3238 OT Serres		22 €

Difficulté : 1 : marche de 4 à 5 heures sur sentiers, dénivelée positive cumulée de 400 à 700 m,

2 : marche de 5 à 6 heures sur ou parfois hors sentiers, dénivelée positive cumulée de 700 à 1000 m et/ou distance supérieure à 10 Km.