

Informations générales

- L'appel téléphonique au responsable la veille **entre 17h et 19h** est 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.).
- Mercredi 10 janvier : nous vous proposons de venir partager la Galettes des Rois de 18h à 20h en salle Dum'Art. Inscription auprès de Serge Frémont avant le lundi 06 janvier.
- Jedi 23 janvier : journée de formation aux premiers secours "**Préventions et Secours Civiques**" (PSC1) **avec la Croix Rouge** : obligatoire pour les animateurs qui n'ont jamais fait cette formation, pique de rappel pour ceux qui le souhaitent. Inscription auprès de Jacqueline le plus tôt possible et au plus tard le 15 janvier.
- Samedi 25 et dimanche 26 janvier : l'appel du Grand Nord à Moline-en-Queyras (*informations complémentaires à paraître*). Nuitée du 25/01 possible, inscriptions auprès de Jacqueline le plus tôt possible et au plus tard le 06 janvier.
- Samedi 01 février : la Fête de la Raquette organisée par les associations "Entre lac et Morgon" de Savines et "Randonnée Caturige" de Charges aura lieu à Réallon. (*informations complémentaires à paraître*).



- Du jeudi 06 au samedi 08 février : séjour Raquettes à Vallouise (2 nuitées). Voir détails et contact dans note envoyée le 17/12.

- Du mardi 03 au samedi 07 mars : séjour Raquettes à Ceillac en pension complète proposé par "La Vie Sauvage". Voir détails et contact dans note envoyée le 17/12.

- Dimanche 08 mars : nocturne Raquettes pleine lune, à partir de 18h dans le secteur de Laye, suivie d'un repas au restaurant "Le petit Renard" (*coût du repas et informations complémentaires donnés ultérieurement*).
 - Randonnée ouverte à tous : 150 à 200 m de dénivelée, environ 2h de marche.
 - Possibilité de venir uniquement pour le repas.
 - Inscriptions auprès de Serge Frémont le plus tôt possible et au plus tard le 22 février.

- Du jeudi 19 au samedi 21 mars : séjour Raquettes au Col de Larche (2 nuitées). Voir détails et contact dans note envoyée le 17/12.

A noter dans vos agendas :

La prochaine réunion des animateurs pour la préparation du programme du 2^{ème} trimestre 2020 aura lieu le **vendredi 13 mars à 15h** dans la salle "la Romettine" à Romette.
Merci de vous organiser pour rester jusqu'à la fin de celle-ci.

SORTIES RAQUETTES (hors randos douces)

- Chaque animateur est prié de prévenir le Président de son intention de conduire la sortie : lieu précis et prise en compte des conditions d'enneigement consultées 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 de sécurité (DVA + pelle + sonde) est obligatoire pour toutes les sorties et chaque participant s'engage à respecter les contrôles de mise en route effectués dès le départ. Penser à équiper vos appareils de pires neuves.

- Bonne saison d'hiver.

Date	Responsable	Observations
Jeudi 09 Janvier	Simone ESPINASSE	
Jeudi 16 Janvier	Serge FREMONT	
Jeudi 23 Janvier	Chantal SICARD	
Samedi 25 et Dimanche 26 Janvier	O.T. du Queyras : 04 92 46 76 18	L'appel du Grand Nord à Mollines-en-Queyras
Jeudi 30 Janvier	Serge FREMONT	
Samedi 01 Février	CDRP05 : 04 92 53 65 11 cdrp@ffrandonnee05.net	Fête de la Raquette à Réallon
Jeudi 06, Vendredi 07 et Samedi 08 Février	Serge FREMONT	Séjour Vallouise (<u>inscription le 31/12 au + tard</u>)
Jeudi 13 Février	Simone ESPINASSE	
Jeudi 20 Février	Chantal SICARD	
Jeudi 27 Février	Simone ESPINASSE	ou Chantal SICARD si indisponibilité de Simone
du Mardi 03 au Samedi 07 Mars	Pierre SOLEILLANT Jacqueline DERANCOURT	Séjour Ceillac (agence de voyage La Vie Sauvage)
Dimanche 08 Mars	Serge FREMONT	Nocturne Raquettes à Laye
Jeudi 12 Mars	Chantal SICARD	
Jeudi 19, Vendredi 20 et Samedi 21 Mars	Serge FREMONT	Séjour Larche (<u>inscription le 19/01 au + tard</u>)
Jeudi 26 Mars	Chantal SICARD	

SORTIES PEDESTRES

Date, Heure, Lieu de départ	Responsable	Parcours :	Circuit = C Aller-Retour = AR	Temps Marche Distance	Dénivelée Alt. MAX	Difficulté	Carte IGN, Secteur	Observations	Participation par Voiture
Mardi 07 Janvier	Jacqueline Derancourt	A définir (Pédestre ou Raquettes) : le parcours sera déterminé en fonction de l'état des sentiers.			400 m MAX.	1		<i>Informations données la veille lors de l'appel téléphonique.</i>	
Mardi 14 Janvier 10h30 - Europe 10h45 - Galleron	Jacques Ostian	Europe, Galleron, Patac, Route de Ste Marguerite.	C	2h / 1h30 5 Km / 4 Km	80 m 750 m	1		Parking à Galleron. <u>Sans le pique-nique.</u>	0 €
Mardi 21 Janvier	Yves Nédellec	A définir (Pédestre ou Raquettes) : le parcours sera déterminé en fonction de l'état des sentiers.			400 m MAX.	1		<i>Informations données la veille lors de l'appel téléphonique.</i>	
Mardi 28 Janvier	Jacqueline Derancourt	A définir (Pédestre ou Raquettes) : le parcours sera déterminé en fonction de l'état des sentiers.			400 m MAX.	1		<i>Informations données la veille lors de l'appel téléphonique.</i>	
Jeu 30 Janvier 8h30 Piscine	Max Giraud-Telme	Tour du Mont de Garde.	C	4h 10 Km	630 m 1080 m	2	3339 OT Trescléoux		30 €
Mardi 04 Février	Yves Nédellec	A définir (Pédestre ou Raquettes) : le parcours sera déterminé en fonction de l'état des sentiers.			400 m MAX.	1		<i>Informations données la veille lors de l'appel téléphonique.</i>	
Mardi 11 Février	Jacqueline Derancourt	A définir (Pédestre ou Raquettes) : le parcours sera déterminé en fonction de l'état des sentiers.			400 m MAX.	1		<i>Informations données la veille lors de l'appel téléphonique.</i>	
Mardi 18 Février		Voir au Jeudi 20 Février.							
Jeu 20 Février 8h30 Piscine	Jacques Ostian	Orpierre, col de Beynaves.	AR	3h30 8 Km	350 m 1031 m	1	3339 OT	Le groupe 1 avec Jacques et le groupe 2 avec Max se retrouvent pour le pique-nique et retournent ensemble aux voitures.	30 €
	Max Giraud-Telme	Orpierre, Rocher Saint Michel.	C	4h30 10 Km	680 m 1216 m	2 / 3	Orpierre		
Mardi 03 Mars	Yves Nédellec	A définir (Pédestre ou Raquettes) : le parcours sera déterminé en fonction de l'état des sentiers.			400 m MAX.	1		<i>Informations données la veille lors de l'appel téléphonique.</i>	
Jeu 12 Mars 8h30 Piscine	Simone Espinasse	Valserres, Chapelle Saint-Maurice.	C	4h30	750 m 1360 m	3	3338 ET Avance		10 €

Date, Heure, Lieu de départ	Responsable	Parcours :	Circuit = C Aller-Retour = AR	Temps Marche Distance	Dénivelée Alt. MAX	Difficulté	Carte IGN, Secteur	Observations	Participation par Voiture
Mardi 17 Mars 10h Piscine	Pierre Soleillant	Serre Pierrot	C	3h30 8 Km	300 m 948 m	1	3338 ET Gapençais	<i>Table d'orientation</i>	5 €
Jeudi 19 Mars	Gilbert Bertrand	Parcours à définir						<i>Informations données la veille lors de l'appel téléphonique.</i>	
Mardi 24 Mars	Jacques Ostian	Parcours à définir						<i>Informations données la veille lors de l'appel téléphonique.</i>	
Jeu 26 Mars 8h30 Sénateur	Max Giraud-Telme	La Montagne (Sigottier), col d'Arron, Bonnet Rouge , Crête de la Bouisse.	C	5h 12 Km	680 m 1650 m	3	3238 OT Serres		24 €
Mardi 31 Mars 9h Géant Casino	Yves Nédellec	Grand Larra, Rambaud, l' Hermitage , la Bâtie-Vieille.	C	4h30 ≈ 12 Km	350 m 1100 m	1	3338 ET Gapençais		5 €

Niveau de difficultés :

- 1 : marche de 4 à 5 heures sur sentiers, dénivelée positive cumulée de 400 à 500 m,
- 2 : marche de 5 à 6 heures sur sentiers, dénivelée positive cumulée de 500 à 700 m et distance inférieure ou égale à 10 Km, sans passage délicat.
- 3 : marche de 6 à 7 heures, dénivelée positive cumulée de 700 à 1000 m et/ou distance supérieure à 10 Km avec cheminement possible hors sentiers ou sur pentes raides ou éboulis,
- 4 : marche de 6 à 7 heures et parfois plus, dénivelée positive cumulée supérieure à 1000 m et/ou distance supérieure à 15 Km et/ou passages délicats ou aériens (vertige) ou nécessitant une petite escalade sans difficulté technique (**ces informations seront signalées dans la colonne "Observations" et lors de l'appel téléphonique**).