



- Adresse : Montagne Évasion, Maison du Sport, 3 rue de la Liberté 38130 Échirolles
 - Courriel : montagne.evasion@laposte.net - Tél : 04 76 09 46 53 (répondeur)
 - Site : www.montagne-evasion38.fr
- Permanences : au siège social le vendredi de 10h à 11h30 (sauf vacances scolaires)

PROGRAMME HIVER 2022/2023

- Inscriptions aux activités -

Les inscriptions auront lieu le Jeudi 15 décembre 2022 de 9h à 11h30 à la Maison des Associations, 1 place de la Libération à Echirolles. Elles se feront physiquement et individuellement.

Les adhérents qui ne peuvent être physiquement présents à cette date pour raison exceptionnelle, doivent adresser au siège leur dossier comprenant leur demande d'inscription aux activités et le chèque de leur forfait avant le 10 décembre 2022. Toutefois, ils ne seront pas prioritaires par rapport aux adhérents présents le 15 décembre. Ils peuvent également se présenter au siège le vendredi 16 décembre de 10h à 11h30.

Inscriptions et désinscriptions hebdomadaires aux sorties

• Elles se font, quelle que soit l'activité choisie sur le site afin de gérer au mieux la capacité des cars ET des véhicules pour le co-voiturage (raquettes journée).

- avant 21h le mardi précédant la sortie pour le ski de fond et les raquettes

- avant 21h le dimanche précédant la sortie pour le ski alpin.

SEULEMENT EN CAS D'IMPOSSIBILITE sur le répondeur au 04 76 09 46 53.

• Les adhérents inscrits à la sortie doivent s'inscrire sur le site. Leur accès ne sera possible que dans la limite des places disponibles.

• En cas d'absence prévue, les adhérents inscrits au forfait doivent IMPERATIVEMENT SE DESINSCRIRE sur le site avant la date limite.

Pour les sorties supplémentaires

L'inscription est obligatoire pour tous sur le site.

• Signalez d'urgence toute anomalie de fonctionnement :

- pour le répondeur René Gavaille Tél. 04 76 98 17 22 - pour le site internet Pascal Holtzer Tél. 06 07 76 20 22

- Rappels -

Les départs ont lieu au parking rue Gabriel Didier à Echirolles - derrière le gymnase Lionel Terray

Attention : pour cette saison d'hiver, la desserte de Varcès par car est supprimée

- **CERTIFICAT MEDICAL** : Il est obligatoire pour participer aux différentes activités de Montagne Évasion.
- **Consignes** : Pour ce qui concerne les consignes en matière de matériel, accès aux cars, consignes sanitaires, règles de sécurité et protection de l'environnement, veuillez-vous reporter au site, dans « réglementations et consignes ».

- Ski alpin -

Début des sorties : mardi 03 janvier 2023

Obligatoire : une housse pour chaussures et skis avec nom et n° de tél

Départs : ½ journée (janvier) : 11h Journée (février/mars) : 8h

• **A CHAQUE SORTIE Inscription impérative SUR LE SITE** le dimanche avant 21h

- | | | | |
|-------------------|-------------------------|-------------------|---|
| • Trois groupes : | 1 ^{er} Groupe | passé - partout | toutes pistes, toutes neiges |
| | 2 ^{ème} Groupe | sport - loisir | toutes pistes et allure adaptée au groupe |
| | 3 ^{ème} Groupe | détente – plaisir | reprendre le ski, skier « tranquille » |

Tarifs :

- Ils comprennent le transport, l'encadrement et le forfait remontées mécaniques. Ils dépendent du nombre d'inscrits (forfait groupe ou non) et du moyen de transport (voitures). Tarif en fonction de la station choisie.
- Pour les seniors ayant le forfait remontées mécaniques gratuit, le tarif sera défini en fonction des stations.
- Pour les sorties dont l'effectif ne permet pas d'obtenir le tarif forfait groupe, le coût est calculé au prix de revient réel. (Prix communiqué lors de l'inscription sur le site et le répondeur).

- Ski de fond - Raquettes douces - Raquettes ½ journée -

Début des sorties : jeudi 12 janvier 2023

- **Tarifs** : voir fiche d'inscription.

RDV - Ski de fond - Raquettes douces - Raquettes ½ journée : 11h45 à Echirolles pour un départ à 12h
en car ET/OU en covoiturage

- Raquettes Journée -

RDV - Raquettes journée : 8h15 à Echirolles pour un départ à 8h30, en covoiturage uniquement
RAPPEL : le kit DVA est obligatoire pour chacun des participants (DVA + pelle + sonde).

- Tableau des dates de sorties possibles -

	Janvier	Février	Mars
Ski Fond – raquettes douces Raquettes ½ journée :	12 – 19 – 26	02 – 23	02 – 09* - 16*
Raquettes journée			

- Les dates marquées d'un * sont les sorties supplémentaires

- Séjours -

Ces séjours sont organisés par Montagne Évasion et ses animateurs. Les programmes et renseignements sont publiés sur le site. Les inscriptions s'effectuent à la permanence ou par courrier avant la date limite fixée.

Pour mémoire :

- **Ski de piste, du 28 janvier au 3 février 2023**- Lieu : Risoul
Responsables : Jean-Michel Girard Tél : 06 82 20 94 30 - Michel Girard Tél : 06 70 67 62 49
- **Marche et Méditations : du 17 au 22 avril 2023** à Vogüe en Ardèche
Responsables : André Cabrera Tél : 06 77 88 51 92 – Pascal Holtzer Tél : 06 07 76 20 22
- **Moyens marcheurs, du 17 au 24 juin 2023** - Lieu : Mercantour
Responsables : Jean-François Dussert Tél : 04 76 72 90 88 – Francis Fontaine Tél : 06 95 39 19 00
- **Bons marcheurs** : projet à l'étude

- Culturel -

Séjour à ROME : du 20 au 24 mars 2023

En projet : escapades culturelles régionales

Responsables : Josette Gilbodon-Bert Tél : 06 84 84 61 81 – Enza Descombes Tél : 06 08 18 81 44

NOUVEAU

2^{ème} Rencontre

de Montagne Évasion

LA SÉCURITÉ EN MONTAGNE

Vendredi 24 février 2023 à 18h30

Espace d'Estienne d'Orves, Square du Champ de la Rousse - Echirolles -

Intervenants : les responsables du secours en montagne de la CRS Alpes