

## SORTIES NEIGE 2023

Les sorties neige nous permettent de profiter de la montagne, avec parfois des conditions hivernales, et bien souvent le soleil, la neige, le ciel bleu !

Elles s'adressent aux skieurs de fond, aux randonneurs en raquettes à neige et aux promeneurs.

**Dans tous les cas, c'est l'occasion de partager un cadre exceptionnel, et de pratiquer une superbe activité sportive.**

Plusieurs clubs voisins se regroupent pour ces sorties neige, et le transport s'effectue en cars.

Michel CLERC est responsable de cette organisation au niveau du Coders.



**Les inscriptions se font aux permanences le samedi de 10h à 11h.** (9 jours avant la sortie; première permanence samedi 7 janvier)

**Le paiement se fait par chèque lors de la permanence,** ou en le déposant dans la boîte aux lettres de la RST, **au plus tard le mercredi matin à 9H.** (Ce délai est indispensable pour la réservation des cars ).

**Le montant de la sortie est fixé à 21 €**

En complément, les skieurs de fond paient leur forfait.

**Il n'y aura aucun remboursement,** sauf cas de force majeure: décès d'un proche, hospitalisation de la personne inscrite. Aucun remboursement ne sera effectué pour Covid, test PCR, cas contact. En cas d'empêchement, c'est à vous de trouver un remplaçant parmi les adhérents de la RST.

**Les départs pour les adhérents de la RST se font place Carnot.**

**Le car démarre à 8h00 sauf pour les 3 dernières sorties en mars :** 7h Sur Lyand, 7h30 Plateau des Glières et les Confins

### **Composition des groupes:**

Les animateurs se partagent sur des groupes de tous niveaux, pour accueillir aussi bien les débutants que les plus confirmés.

1 groupe TRES BONS MARCHEURS

2 groupes (2 A, 2 B) BONS MARCHEURS

1 groupe ZEN

1 groupe PROMENEURS

1 groupe SKI DE FOND

## Conditions sanitaires:

**Les gestes barrières sont recommandés.**

**Le port du masque pourra être rendu obligatoire dans le car**, en fonction de l'évolution des épidémies.

## Matériel et Sécurité :

*La montagne en hiver est un milieu hostile  
**NE QUITTEZ JAMAIS VOTRE GROUPE**  
**RESPECTEZ SCRUPULEUSEMENT les CONSIGNES de SÉCURITÉ**  
*données par vos animateurs.**

**Strictement réservées aux adhérents**, les sorties neige nécessitent d'être **en bonne condition physique**.

Chaque participant doit avoir le jour de la sortie : **Carte VITALE, Licence FFRS, Carte d'identité**.

Chacun doit avoir son matériel le jour de la sortie : pas de location sur site.

Raquettes: une paire de raquettes, 2 bâtons et des chaussures montantes pour raquettes à neige.

Ski de fond: skis et chaussures adaptées, bâtons.

Pensez à contrôler l'état du matériel avant la première sortie. Pour les raquettes: fixations et sangles correctes, pointes affûtées, structure plastique en bon état

Prévoir dans le sac: vêtements de rechange, veste, gants, bonnet ou serre-tête, lunettes de soleil, sans oublier la crème solaire, pique-nique avec boisson, céréales, fruits secs, un pécule et une pharmacie de premiers secours.

**Groupe de promeneurs** : les promeneurs doivent être équipés de raquettes ou de crampons adaptables sous les chaussures.

Les Groupes progressent sur des parcours sécurisés, connus de vos animateurs diplômés de la FFRS.

En cas d'avalanche, il faut recenser très vite les personnes du groupe : au départ de la rando, chacun doit **remettre à l'animateur de son groupe un ticket avec nom, prénom, club**.

**Un point sécurité** est fait le dimanche précédent la sortie pour analyser les **prévisions météo** et les **risques liés à l'état de la neige, décider d'annuler ou modifier la sortie**, et pour donner des **conseils aux animateurs** le lundi.

Les sorties peuvent aussi être être modifiées ou annulées, sur décision de l'autocariste.

***Venez nombreux, et profitons avec bonheur de nos montagnes !***

## CODERS 38 / Calendrier des sorties raquettes et ski de fond / SAISON 2023

Date	Lundi 16/01/2023	Lundi 23/01/2023	Lundi 30/01/2023	Lundi 06/02/2023	Lundi 13/02/2023	Lundi 20/02/2023	Lundi 27/02/2023	Lundi 06/03/2023	Lundi 13/03/2023	Lundi 20/03/2023
LIEU	LA FECLAZ	CORRENCON	LE DESERT D'ENTREMONT	Vacances scolaires		LE REVARD (Crolles Parking)	LE SEMNOZ	SUR LYAND	PLATEAU DES GLIERES	LES CONFINS
<b>A N I M A T E U R S</b>										
<b>Groupe Très Bons marcheurs 1</b>	MONTANE Christian PANOSYAN Vartan DESIGNES Monique	BONNINGUE Marielle BERTRAND Dany VOIRIN Emma	SACCAGI Patrick LAZZAROTTO Alain	<b>V A C A N C E S S C O L A I R E S</b>	BLANC Jean-René PANOSYAN Vartan VOIRIN Emma	MONTANE Christian BERTRAND Dany	BLANC Jean-René DESIGNES Monique	BONNINGUE Marielle VOIRIN Emma	MONTANE Christian SACCAGI Patrick	
<b>Groupe BONS MARCHEURS 2 A</b>	CHARREL Maurice BERTRAND Dany	CHARREL Maurice MONTANE Christian DESIGNES Monique	ALLOUARD Marie-Ch. FREITAG Walter VOIRIN Emma		VIVIANT Michel CHARREL Maurice	ALLOUARD Marie-Ch. SACCAGI Patrick	CHARREL Maurice PANOSYAN Vartan	BLANC Jean-René PANOSYAN Vartan	ALLOUARD Marie-Ch. DESIGNES Monique	
<b>Groupe BONS MARCHEURS 2 B</b>	FREITAG Walter BLANC Jean-René	PANOSYAN Vartan VIVIANT Michel	VIVIANT Michel BONNINGUE Marielle		FREITAG Walter DE GRAVE Serge	FREITAG Walter DE GRAVE Serge	FREITAG Walter DE GRAVE Serge	FREITAG Walter DE GRAVE Serge	FREITAG Walter DE GRAVE Serge	
<b>Gr. Suppl. suivant Nbre Inscriptions</b>										
<b>Gr. Suppl. suivant Nbre Inscriptions</b>										
<b>Groupe ZEN</b>	REGACHE Hubert BONNEFOUX Francis	GAYET Denis BONNEFOUX Francis	REGACHE Hubert GAYET Denis		REGACHE Hubert BONNEFOUX Francis	GAYET Denis BONNEFOUX Francis	REGACHE Hubert GAYET Denis	GAYET Denis BONNEFOUX Francis	REGACHE Hubert BONNEFOUX Francis	
<b>Groupe PROMENEURS</b>	CORNERN Dominique PERRIN Sylviane	CORNERN Dominique PERRIN Sylviane	CORNERN Dominique PERRIN Sylviane		CORNERN Dominique PERRIN Sylviane	CORNERN Dominique PERRIN Sylviane	CORNERN Dominique PERRIN Sylviane	CORNERN Dominique PERRIN Sylviane	CORNERN Dominique PERRIN Sylviane	
<b>Groupe SKI DE FOND</b>	BROCHIER Jean-Jo FEREY Robert	BROCHIER Jean-Jo FEREY Robert	BROCHIER Jean-Jo FEREY Robert		AUDRAPT Josette BROCHIER Jean-Jo FEREY Robert	AUDRAPT Josette BROCHIER Jean-Jo FEREY Robert	AUDRAPT Josette BROCHIER Jean-Jo FEREY Robert	AUDRAPT Josette BROCHIER Jean-Jo FEREY Robert	AUDRAPT Josette BROCHIER Jean-Jo FEREY Robert	
<b>ANIMATEURS éventuellement DISPONIBLES</b>	VIVIANT Michel DE GRAVE Serge GAYET Denis ALLOUARD Marie-Ch. BONNINGUE Marielle LAZZAROTTO Alain SACCAGI Patrick VOIRIN Emma	BLANC Jean-René DE GRAVE Serge FREITAG Walter ALLOUARD Marie-Ch. LAZZAROTTO Alain REGACHE Hubert SACCAGI Patrick	BLANC Jean-René BONNEFOUX Francis CHARREL Maurice DE GRAVE Serge PANOSYAN Vartan BERTRAND Dany MONTANE Christian SACCAGI Patrick DESIGNES Monique		<b>VACANCES SCOLAIRES</b>	GAYET Denis ALLOUARD Marie-Ch. BERTRAND Dany BONNINGUE Marielle LAZZAROTTO Alain MONTANE Christian SACCAGI Patrick DESIGNES Monique VOIRIN Emma	BLANC Jean-René VIVIANT Michel CHARREL Maurice PANOSYAN Vartan BONNINGUE Marielle LAZZAROTTO Alain REGACHE Hubert DESIGNES Monique VOIRIN Emma	BONNEFOUX Francis VIVIANT Michel VOIRIN Emma	VIVIANT Michel CHARREL Maurice ALLOUARD Marie-Ch. BERTRAND Dany LAZZAROTTO Alain MONTANE Christian REGACHE Hubert SACCAGI Patrick DESIGNES Monique VOIRIN Emma	BLANC Jean-René VIVIANT Michel CHARREL Maurice PANOSYAN Vartan GAYET Denis BERTRAND Dany BONNINGUE Marielle LAZZAROTTO Alain VOIRIN Emma
<b>Les animateurs éventuellement disponibles peuvent être désignés, si nécessité de créer un ou deux groupes supplémentaires bons marcheurs, remplacer un animateur absent, ou compléter un groupe en manque d'animateur ou serre-file.</b>										
<b>HEURES ET LIEUX DE DEPART</b>										
	5 premières sorties	3 dernières sorties	<b>Lieux de départ</b>				<b>Associations concernées</b>			
Car N° 1	7 h 10 7 h 35	6 h 40 7 h 05	VILLEFONTAINE BOURGOIN-JALLIEU, Parking Salle Polyvalente				SEPTEME-OYTIER, VILLEFONTAINE SABJ			
Car N° 2	7 h 30 7 h 45	7 h 00 7 h 15	MORESTEL, Place du 8 mai 1945 DOLOMIEU, Parking Salle des Fêtes (Gymnase)				MORESTEL DOLOMIEU, LES AVENIERES			
Car N° 3	8 h 00	7 h 30	LA TOUR DU PIN, Place Carnot				LA BATIE-MONTGASCON, LA TOUR DU PIN			
<b>POUR INFO :</b> Uniquement pour la sortie LE DESERT D'ENTREMONT (30/01/2023), la réunion animateurs animée par Christian MONTANE et Maurice CHARREL, aura lieu à LA TOUR DU PIN, 8 h 00 précises. Horaire inversé pour SUR LYAND (06/03/2023) entre LA TOUR DU PIN, DOLOMIEU et MORESTEL suivant nombre de cars.										