



WE multi-activité et AG Groupe Grimpe et Glisse

Programme du vendredi 30/09 au lundi 03/10/22

Pour toute question sur l'organisation ou le matériel : alpine@grimpeglisse.org

Bien sûr, le tout se fera en fonction de la météo, des dispo d'encadrants, du nombre d'inscrits pour chaque sortie... vous pouvez très volontiers proposer d'autres activités ! Dans ce cas, prenez contact avec nous (alpine@grimpeglisse.org).

Pas besoin de se positionner tout de suite sur les sorties : inscriptions le matin même à **L'écurie du SAPPEY - Domaine de Bens (Hameau de Bens - Bâtiment St Eynard - 38700 Le Sappey en Chartreuse)**, sauf pour les sorties du vendredi. Merci pour celles-ci de prendre contact avec nous (alpine@grimpeglisse.org). Les RDV seront à 8h30 pour un départ à 9h sur place.

Pour le matos, prévoyez de manière générale votre pique-nique, de l'eau, un pull, une veste, de bonnes chaussures + le matériel complémentaire indiqué si une sortie vous intéresse.

Pour participer aux sorties du week-end, **exceptionnellement vous n'êtes pas tenu d'être à jour de vos cotisations club** notées « GCG simple » ou « FFCAM » pour celles de la Section Alpine. Si vous souhaitez participer aux sorties « FFCAM » sans pour autant adhérer tout de suite à la section alpine (initiations etc.), vous aurez la possibilité de prendre une Licence Découverte (4€/jour, limité à 3 jours par an).

Vous aurez la possibilité d'organiser vos propres sorties en autonomie. Dans ce cas, prévoyez votre propre matériel. Ces sorties sont organisées sous votre propre responsabilité.

Les inscriptions sont obligatoires pour le parapente, le canyon et la spéléologie. Pour les inscriptions aux sorties du GUCEM (spéléo & canyon), veuillez créer un compte sous : <https://intranet.gucem.fr> / Choisir ensuite votre sortie :

- Canyon 30/09 : <https://intranet.gucem.fr/gafc/main/event/participation/867>
- Canyon 03/10 : <https://intranet.gucem.fr/gafc/main/event/participation/868>
- Spéléologie 30/09 : <https://intranet.gucem.fr/gafc/main/event/participation/869>
- Spéléologie 03/10 : <https://intranet.gucem.fr/gafc/main/event/participation/870>

Programme WE multi-activité

	Adhésion	Vend. 30/09	Sam. 01/10	Dim. 02/10	Lundi 03/10	Nombre de participants	A savoir	Matériel perso à prévoir
Randos vertige « Sombarderie »	GGG simple		(x)	(x)	x	6 pers. max	Avoir le pied sûr	Casque / chaussures de rando rigides
Rando alpine Chamechaude par brèche Arnaud	GGG simple	x	(x)	(x)	(x)	6 pers. max		Casque / chaussures de rando rigides
Rando naturo	GGG simple	(x)	(x)	(x)	(x)	-		Chaussures de marche/rando / bâtons
Escalade en extérieur	FFCAM	x	x	x	x	6 pers. max	Initiation possible	Casque / baudrier / vache / chaussons / reverso / autre si vous avez (dégaines...)
Grande voie dans la Dent de Crolles	FFCAM		x			4 pers. max	Avoir forcément une expérience d'escalade (niveau 5a/b)	Casque / baudrier / vache / chaussons / reverso / autre si vous avez (mousquetons, sangles, dégaines...)
L'arête du Néron	FFCAM	x	(x)	(x)	(x)	5 pers. max	Avoir le pied sûr / Encordement possible, mais pas obligatoire	Casque / baudrier / vache / chaussures d'approche, d'alpinisme ou de rando rigides / reverso / autre si vous avez (mousquetons, sangles...)
Course « l'arête à Jojo » / les dalles Charmant Som...	FFCAM	x2	x2	x2	x2	8 pers. max	Initiation à la course d'arête	Casque / baudrier / vache / chaussures d'approche, d'alpinisme ou de rando rigides / reverso / autre si vous avez (mousquetons, sangles, dégaines...)

Via Ferrata	FFCAM			x		5 pers. max	Avoir le pied sûr / Encordement possible, mais pas obligatoire si vous possédez votre matériel d'assurage (longe)	Location possible / OU prévoir casque, baudrier, longe de via ferrata (pas de vache), chaussures d'approche, d'alpinisme ou de rando rigides
Parapente (vol bi-place avec Gens d'Air)	GGG simple			x			Inscription obligatoire auprès de GGG (75 €)	
Canyon l'Infernet (encadré par le GUCEM)	FFCAM	x			x	5 pers. max	Inscription obligatoire / Possibilité de louer le matériel (combi néoprène, baudrier, casques...) chez TAKAMAKA à Grenoble ou auprès du GUCEM (liens ci-dessus)	Prévoir grosses chaussures fermées qui ne craignent pas
Spéléologie Traversée de la Dent de Crolles (encadré par le GUCEM)	FFCAM	x			x	4 pers. max	Inscription obligatoire / Location du matériel (combi, baudrier, casque, lampes...) auprès du GUCEM (liens ci-dessus)	Prévoir grosses chaussures ou bottes
Autres activités selon vos envies...		?	?	?	?			

x = sortie prévue ce jour

2x = une sortie prévue le matin + l'après-midi

(x) = sortie prévue sous réserve de dispo d'encadrants