



Notre bulletin d'informations et de liaison

## EDITORIAL

### La montagne est belle

Tout l'été nous allons profiter de nos montagnes, pour leur beauté, le sport, la fraîcheur du climat et plein d'autres raisons qui vous sont propres. Nous sommes de plus en plus nombreux à sillonner les sentiers et les pentes. Rappelons nous que nous devons préserver au maximum ces endroits et la faune et la flore qui y vivent. Il est tentant pour nous tous de découvrir des nouveaux itinéraires, des vues inédites, des voies improbables. Limitons nos « incursions » hors sentier, afin de protéger l'espace au mieux et laisser de la place à nos partenaires animaux et végétaux. Effacer ses traces est louable mais ne pas en faire est encore mieux. En résumé : respecter et entretenir notre terrain de jeu.

### Rentrée 2019

Jeudi 5 septembre, ouverture des inscriptions pour la nouvelle saison, mais la permanence sera ouverte tout l'été pour vous accueillir. Vous l'avez lu dans le compte rendu de notre dernière Assemblée Générale, la cotisation au club va augmenter légèrement, indépendamment de l'évolution du coût des licences, que nous ne maîtrisons pas. Ceci afin de garder une trésorerie équilibrée et les moyens de répondre au mieux à vos attentes.

Notre Assemblée Générale, se tiendra le samedi 19 octobre 2019. Notez la date dès à présent dans vos agendas.

Et toujours : offres de bénévolat à pourvoir...

### Et rappelez-vous,

Le club a besoin de vous pour fonctionner : Comité de Gestion, encadrement des sorties, organisation des manifestations festives...

Quand chacun participe un peu, beaucoup de choses peuvent se faire... sans toutefois avoir à déplacer les montagnes.

Passez un bel été en montagne,

Laurent Vincent

### Été 2019

Dans ce numéro :

<i>Respire</i>	2
<i>Virée en terre polaire</i>	3 et 4
<i>3 bonnes raisons pour la marche nordique</i>	4
<i>Pentecôte en VTT</i>	5
<i>Pentecôte inter-générationnel</i>	5
<i>Pentecôte en images</i>	6 à 8
<i>Robert Gouyet</i>	8
<i>Informations pratiques</i>	9
<i>Calendriers</i>	10 à 15
<i>Incontournables</i>	16



# Respire

En ce 25 mai, la MNEI organisait, dans le cadre de la Fête de l'Environnement, un nouvel évènement : « RESPIRE ». A cette invitation à venir respirer à pleins poumons l'air de la Maison des Collines bien connue des enfants (centre aéré et visites d'écoles), la Grimpe a répondu favorablement. Presque toutes les associations de la MNEI avaient un stand.

Il y était proposé un parcours vélo pour les enfants, la découverte des plantes comestibles, des oiseaux, la mare et la ferme de la Maison des Collines ou des arbres remarquables, le pétrissage et la cuisson de son pain, le pressage et la dégustation de jus de choux chinois/pommes/persil et autres, sans oublier les actions autour de l'écologie. Le GUM et la Grimpe quant à eux, animaient une activité de découverte de l'orientation au travers de randonnées (GUM) et de parcours d'initiation (GDA).

Vu le nombre important de familles présentes, venues prendre une bouffée d'air, les enfants ayant persuadé leurs parents de venir découvrir ce merveilleux espace de 12 hectares, cela « grouillait » de tous les côtés... Et du nôtre aussi. Plusieurs familles avec parfois de très jeunes enfants se sont prises au jeu en cherchant non seulement les balises disséminées dans le centre mais aussi les rébus pour rendre la recherche plus ludique. Le tout proposé et concocté par Roland MAZELIER.

Par ailleurs, nous invitons à une initiation à la marche nordique sur un parcours à l'intérieur et sur les pourtours du centre. Malgré une demande d'initiation un peu moindre qu'en orientation, tous les participants ont été convaincus de l'intérêt de cette activité qui peut se pratiquer tant dans les parcs et jardins alentour qu'à la campagne ou la montagne et qui ne demande qu'une paire de bâtons spécifiques. Si la manifestation est reconduite l'année prochaine, la proposition sera renouvelée, d'autant que l'activité est en plein essor et se développe sereinement au sein de la Grimpe.

La journée s'est terminée légèrement plus tôt que prévue, un petit orage, de courte durée, s'étant invité à la manifestation. Il a fait brutalement fuir les visiteurs et les bénévoles qui eux aussi ont plié bagages. Mais cette première restera sans doute dans toutes les mémoires des participants et particulièrement des jeunes et de leurs parents.

Bernard Blanchet



# Virée en terre polaire

**D**imanche 12 mai. La météo annonce une journée ensoleillée, malgré un vent froid sur les crêtes. Nous nous dirigeons vers le plateau matheysin, pour monter à la Peyrouse, guidés par François.

Curieusement, à l'approche du point de départ, le paysage se voile et des gouttelettes se plaquent sur le pare-brise. La température extérieure chute, jusqu'à atteindre 3° au niveau du parking. Et nous allons encore monter! Mais le Grimpeur est d'une nature optimiste et nous rendons l'heure matinale responsable de la brume et du froid.

Après avoir superposé quatre couches, enfilé bonnets, capuches et gants, nous commençons l'ascension dans une forêt de hêtres réputée magnifique mais dont nous ne verrons que les troncs qui bordent le chemin. Nous patinons longtemps dans la boue avant d'atteindre une clairière. Le troupeau se regroupe, un en-cas et c'est reparti... à l'aveugle. A priori nous marchons dans une pâte, comme en témoigne le panneau explicatif orné de sa sympathique tête de vache.

Le vent froid se manifeste plus maintenant, et se renforce à mesure que nous grimpons. Latéral, il semble qu'il rentre par une oreille (sans ressortir par l'autre) et fige la moitié du visage, tout en nous déséquilibrant. La troupe avance avec efforts, chacun se repérant à la

couleur vive du sac à dos du Grimpeur précédent.

L'arrivée sur les crêtes a des allures de débarquement en Antarctique : visibilité quasi-nulle, vent puissant et glacial, neige durcie au sol et givre orienté par le souffle sur les hautes tiges. La table d'orientation, bien inutile aujourd'hui, s'est aussi recouverte de quelques centimètres de glace. A gratter pour lecture...

Constatant que la brume s'accroche et que la température ne décolle pas (1° ?, 2° ?), François décide avec l'assentiment des randonneurs gelés de ne pas monter jusqu'à la Peyrouse, mais de redescendre afin de trouver refuge. Rapidement, nous atteignons un abri couvert, spacieux, face aux lacs (où ça, des lacs?!), mais ouvert à tous les vents!

Il n'est pas 11h et nous n'avons aucune chance de trouver meilleur endroit pour pique-niquer par la suite. Faire une boucle et revenir? La plupart d'entre nous sommes fatigués et frigorifiés. Alors tant pis, ce sera comme dans les maisons de retraite, déjeuner à 11h15! Plusieurs randonneurs restent même debout pour manger afin d'avoir un peu moins froid.

Déjà tout habillés, puisque nous n'avons rien quitté pour la pause, nous repartons affronter les éléments. Quelques instants de grâce où le soleil perce la brume et

éclairer les lacs et les sommets récemment enneigés... Mais surtout un vent encore plus violent que ce matin, qui nous attaque de face. Certains agrippent leur capuche de peur qu'elle ne soit arrachée, tous se courbent en avant pour avancer... au ralenti. Des Grimpeurs courent bras ouverts face au vent, mais aucun ne parviendra à s'envoler... Chacun puise dans ses ressources pour lutter contre le souffle, jusqu'à l'orée de la forêt qui marque une accalmie. Nous sommes abrutis par le vent et, tout en quittant les bonnets, nous nous regardons, hagards. Les conversations sont à nouveau audibles et les blagues recommencent à fuser. Sacrés Grimpeurs!

C'est la tête pleine de vent à défaut de panoramas que nous amorçons la descente, ajoutant une nouvelle couche de boue à nos chaussures. Au fait, c'est joli la Peyrouse? François nous a entraînés malgré lui dans une expédition polaire, mais a su réévaluer le parcours et maximiser notre confort. Aucune perte humaine à déplorer. Pas de chance, d'autant plus que le soleil accompagnera ironiquement notre trajet du retour! Une chose se confirme : l'ours polaire est bel et bien en voie de disparition. Pour preuve : aucun spécimen n'a été observé ce jour-là en Matheysine.

Emilie Etienne

---

## 3 bonnes raisons de pratiquer la Marche Nordique pour les randonneurs

---

D'après « Marche Nordique magazine n°20-06/2019 »

- S'adonner à des séances plus courtes laissant place à des alternances d'intensités, pour stimuler le système cardio-respiratoire.
- Assouplir l'ensemble du corps, ne pas délaissé les exercices de mobilité articulaire et les étirements musculaires.
- Marcher avec des chaussures basses et s'appliquer à bien dérouler les pieds, pour réveiller les chevilles.

Tout cela sans oublier que la marche nordique travaille aussi l'équilibre, la coordination, le rythme et le dynamisme.

Je vous donne rendez-vous dès les premières séances de l'automne.

Bernard Blanchet

## Pentecôte en VTT

Il y a beaucoup d'itinéraires VTT dans le val d'Allos, Lucien et moi en avons testé quelques-uns. Gilbert avait lui aussi pris son VTT, mais s'est finalement laissé tenter par le pédestre.

Le premier jour, beau temps. Nous optons pour 3 circuits à partir d'Allos.

Nous commençons par 2 itinéraires jumelés (n°3 et 4) bien balisés. Ça triche un peu sur les 150 premiers mètres de dénivelée car la route est goudronnée à travers les chalets. Puis le chemin s'enfonce dans la forêt pour accéder aux alpages. Le casse-croûte s'impose, nous en profitons pour admirer le point de vue sur le val d'Allos en forme de fer à cheval. La descente bien roulante nous amène au bar du village; après un bon café nous prenons le circuit n°6 qui remonte le Verdon rive droite sur 5 km par un bon

sentier, avec parfois des passages raides mais courts. La descente par l'autre rive est ludique. Au total, pour les 3 circuits, nous avons parcouru 700m de dénivelée pour 28 km.

Le lendemain, au départ du camping, Lucien est parti seul pour faire les circuits 12 et 13 jumelés. Au programme, des montées sympathiques sur routes forestières offrant des descentes sur sentiers étroits bien roulants, de type single.

En constat général, la cotation "difficile" sur ces parcours nous a paru exagérée.

<https://www.vtt-montagne.com/domaine-vtt-haut-verdon-val-d-allos/parcours-de-randonnee>

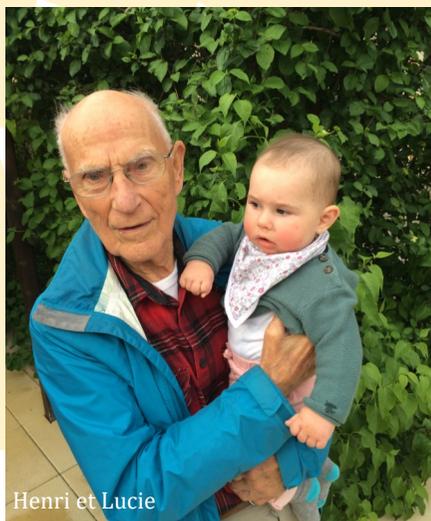
Lucien Quenard et Michel Bedez

## Pentecôte Intergénérationnel

Ce rassemblement de Pentecôte fut aussi l'occasion de la rencontre du plus ancien et de la plus jeune des adhérents actifs.

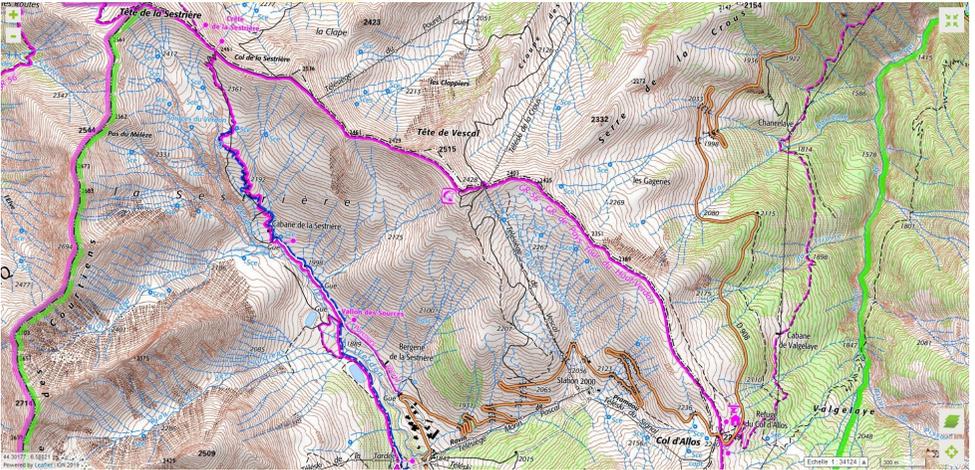
Si elle ne marche pas encore, Lucie a aussi participé à la randonnée au val d'Allos et accueilli Henri à ses côtés pour le retour en voiture

Virginie Renavant



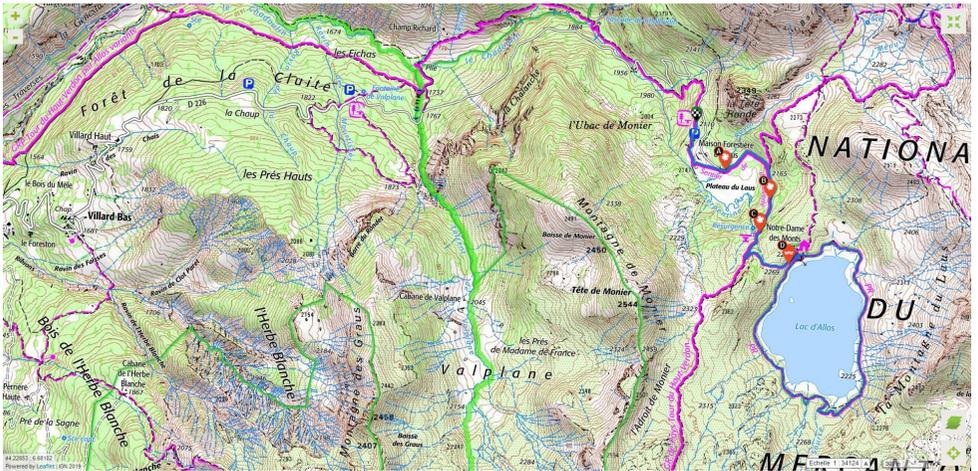
Henri et Lucie

# Pentecôte en images

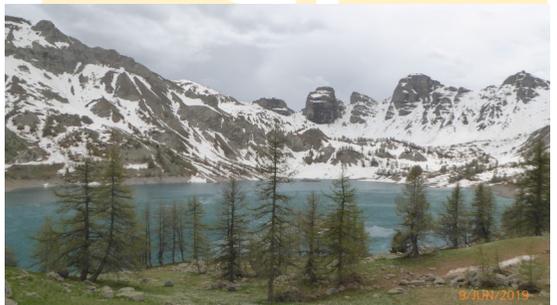


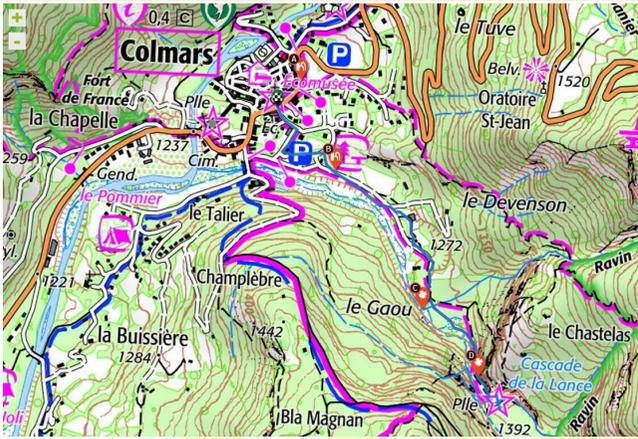
Col de la Sestrière, 2461 m





Lac d'Allos, 2225 m





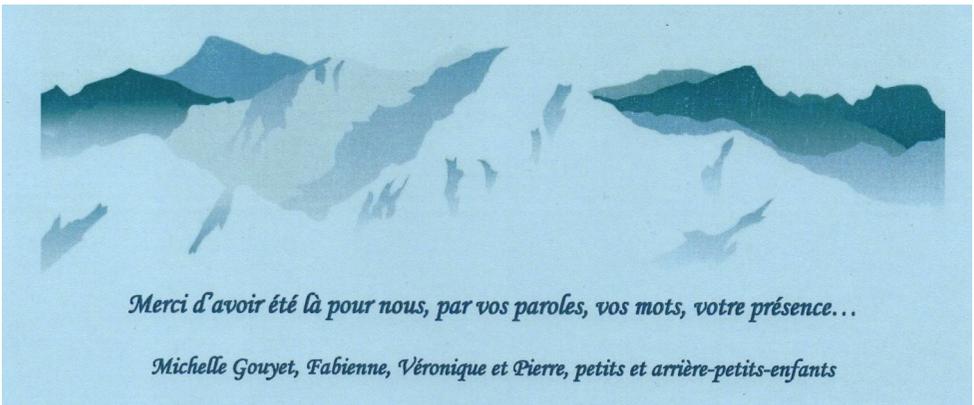
Cascade de la Lance



## Robert Gouyet

**L**a famille de Robert a souhaité témoigner sa gratitude aux nombreux Grimpeurs qui l'ont accompagnée en ce moment de deuil, en nous transmettant ce message.

Michel Gibergy



*Merci d'avoir été là pour nous, par vos paroles, vos mots, votre présence...*

*Michelle Gouyet, Fabienne, Véronique et Pierre, petits et arrière-petits-enfants*

# Informations pratiques

## Réunions

Tous les jeudis soirs de 20h15 à 21h45 (le mercredi lorsque le jeudi est férié).

## Adhésions

Les trésorier(e)s enregistrent les adhésions ainsi que les licences - assurances (FFME, FFR) pour lesquelles un certificat médical de non contre-indication à la pratique des sports de montagne est obligatoire.

En plus de la cotisation au club, vous devez souscrire l'une des licences-assurances délivrées par la Fédération Française de la Montagne et de l'Escalade (FFME) ou la Fédération Française de Randonnée (FFRandonnée) selon les activités que vous pratiquez.

## Inscriptions aux sorties

L'inscription auprès de l'organisateur de la sortie le jeudi soir, par téléphone ou SMS est obligatoire. Elle doit être effectuée au plus tard, la veille de la sortie, sauf mention contraire de l'organisateur. Il vous fournira tous les renseignements nécessaires.

## Extrait de la charte des sorties collectives

*L'organisateur a le devoir de refuser d'inscrire quelqu'un ne lui paraissant pas du niveau de la sortie et doit alors l'orienter vers une sortie plus adaptée.*

*L'heure annoncée le jeudi soir n'est pas l'heure de rendez-vous, mais l'heure de départ.*

## Matériel

En dehors du matériel spécifique nécessaire indiqué par l'organisateur de la sortie, il est indispensable d'avoir une bonne paire de chaussures adaptée au terrain.

Du matériel technique peut être fourni aux débutants dans la limite de nos stocks. L'organisateur se charge du matériel collectif.

## Les lieux de rendez-vous

Ils sont déterminés par l'organisateur soit :

- devant l'église Saint Pierre du Rondeau
- derrière le centre commercial Meylan
- derrière la MC2

## Déplacements

Quand ils sont effectués en voiture particulière, les frais de transport sont partagés .

## Sécurité

Seules les sorties officielles affichées dans notre salle de réunion ou sur le site internet et encadrées par des organisateurs habilités, peuvent mettre en jeu la responsabilité de l'association.

Le nombre de participants peut être limité.

**Pour toutes les sorties effectuées en milieu enneigé le port d'un DVA (détecteur de victimes d'avalanche) est obligatoire quelle que soit la saison.**

A la demande du Comité de Gestion, les organisateurs de sorties en milieu enneigé prévoient si possible, un temps consacré à un exercice de recherche.

Afin d'avertir un proche en cas de nécessité, il est impératif de nous fournir **le numéro d'appel d'une personne à contacter. Ce numéro doit aussi être glissé dans votre sac à dos et/ou figurer dans le répertoire (accessible !) de votre portable suivi des lettres ICE.**

# Calendriers

## Inscription aux sorties :

Tout participant doit **avoir un contact** oral (ou, à défaut, par SMS / mail avec un retour de l'organisateur) **avant de se rendre au rendez-vous** : le rendez vous peut être modifié, la sortie annulée.

Les inscriptions auprès de l'organisateur sont obligatoires, **la veille de la sortie au plus tard**, avant 19h30 de préférence.

## Cotations

Les cotations employées sont conventionnelles et indicatives du niveau minimum pour effectuer la course. Les conditions météorologiques ou de terrain au jour de la sortie pouvant les modifier.



<b>T1</b>	Randonnée	<b>F</b>	Facile
<b>T2</b>	Randonnée en montagne	<b>PD</b>	Peu Difficile
<b>T3</b>	Randonnée en montagne exigeante	<b>AD</b>	Assez Difficile
<b>T4</b>	Randonnée alpine	<b>D</b>	Difficile
<b>T5</b>	Randonnée alpine exigeante	<b>TD</b>	Très Difficile
<b>T6</b>	Randonnée alpine difficile	<b>ED</b>	Extrêmement Difficile

## Alpinisme & Escalade grandes voies

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
------	------	--------	----------	--------------

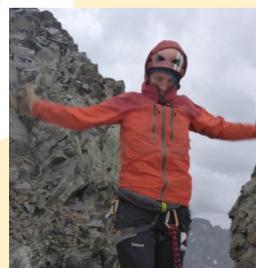
### Sorties du WE et séjours

S 13/07	Le loup des teppes 5a équipée + arête Oreille du Loup	Matheysine	AD 200 m	Michel Bedez
S 13/07	La Tournette (1670 m)	Aravis	D-/5b 450 m	Nathalie Rivaud
S 13 et D14/07	Grande Lance d'Allemont Arête de la Portette (2842 m)	Belledonne	AD 550 m + 1400 m	Joël Monnet

# Alpinisme & Escalade grandes voies

(suite)

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
<b>Sorties du WE et séjours</b>				
S 20 et D21/07	Parcours Alpinisme session 3	Mont Blanc ou Ecrins	PD 1250m + 840m	Laurent Vincent
S 27 et D28/07	Dent Parrachée	Vanoise	PD 400 m + 1200m	Joël Monnet
S 03 et D04/08	Bonnet des Cavales - Arête SW (refuge Châtelleret ou bivouac) (3285 m)	Ecrins	AD- 530 m + 1050 m	Nathalie Rivaud
S 10 et D11/08	Les Rouies (3589 m)	Ecrins	F 1170 m	Laurent Vincent
S 10 et D11/08	Tête du Ruitor (3486 m)	Alpes Grées	PD 200 m + 1450 m	Joël Monnet
S31/08 D01/09	Grand Pic de Belledonne (2977 m)	Belledonne	AD 500 m + 1000 m	Joël Monnet
D 01/09	Pic de Gleize - Face est (2140 m)	Champsaur	D-/5b 300 m	Nathalie Rivaud
D 15/09	Aiguille d'Olle (2885 m)	Belledonne	AD 900 m	Joël Monnet



Parcours Alpinisme session 2 :  
 but pour cause de météo au col des Bans, Ecrins, 06 et 07/07/2019  
 Les photos de première de couverture proviennent de la même sortie.

## *Escalade*

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
------	------	--------	----------	--------------

### Sorties du WE

D 19/05	Fête de l'escalade à Saint Léger		3b au 7b	Michel Bedez
---------	-------------------------------------	--	----------	-----------------

### Sorties de la semaine

A partir de **17H30-18h** sur site

Me 10/07	Le désert de l'écureuil	Vercors	5c à 6c	Pascal Eon Duval & Frédéric Reille
Me 17/07	St Egrève (jardin suspendu)	Chartreuse	4b à 7a	
Me 24/07	Le coup de sabre (Sassenage)	Vercors	6a à 7c+	
Me 31/07	Chez Roger, chez Yvette	Vercors	5c à 7c+	
Me 07/08	St Egrève (jardin suspendu)	Chartreuse	4b à 7a	
Me 14/08	Le coup de sabre (Sassenage)	Vercors	5b à 7b+	
Me 21/08	Le désert de l'écureuil	Vercors	5c à 6c	
Me 28/08	St Egrève (jardin suspendu)	Chartreuse	4b à 7a	
Me 04/09	Pont de Vence	Chartreuse	5c à 7b	
Me 11/09	Chez Roger, chez Yvette	Vercors	5c à 6c	

## *Marche nordique*

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
------	------	--------	----------	--------------

### Sorties du WE et séjours

S 21/09	Comboire	Vercors	-	Bernard Blanchet
S 28/09	Autrans	Vercors	-	Bernard Blanchet

# Randonnée pédestre

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
------	------	--------	----------	--------------

## Sorties du WE et séjours

D 14/07	Arête de Bérard (rando à l'ombre) (1500 m)	Chartreuse	T2 820 m	Jean-Pierre Dulaurent
D 21/07	Crête du Quairelet (1924 m)	Ecrins	T2 900 m	Gilbert Piot
D 21/07	Col de l'Agnelin (2638 m)	Belledonne	T2 923 m	François Vallin
<b>S 27 et 28/07</b>	<b>Séjour Valgaudemar</b>	<b>Ecrins</b>	<b>T2 800 à 1000 m</b>	<b>Gilbert Piot</b>
D 28/07	Lacs de Crupillouse (2656 m)	Champsaur	T2/T3 1300 m	François Vallin
D 28/07	Pointe de l'Arcalod (2217 m)	Bauges	T3 1220 m	Laurent Vincent
<b>J 01 et V 02/08</b>	<b>Les Rochilles (Nuit en refuge) Roche des Béraudes (2995 m)</b>	<b>Rochilles Mont Thabor</b>	<b>T2/T3 600 et 910m</b>	<b>Richard Blache</b>
D 04/08	Le Laton ou Pic Gazonné (2121 m)	Beaumont	T2 900 m	Gilbert Piot
D 04/08	Refuge du Soreiller (2638 m)	Ecrins	T2 1140 m	François Vallin
D 11/08	La Pinéa par le versant Sud (1771 m)	Chartreuse	T2/T3 900 m	Jean-Pierre Dulaurent
<b>D 18 au Ma20/08</b>	<b>Tour de la grande Casse</b>	<b>Vanoise</b>	<b>T2 / T3 3305 m</b>	<b>Serge Gonthier</b>
<b>L 19 au D25/08</b>	<b>séjour dans le val d'Aoste</b>	<b>Mont Rose</b>	<b>T2/T3 500 à 1200 m</b>	<b>Véronique Lebrun</b>
<b>J 29 et V 30/08</b>	<b>Col de la Masse (nuit en refuge) (2923 m) Pointe de l'Observatoire (3015 m)</b>	<b>Vanoise</b>	<b>T3 900 et 800 m</b>	<b>Richard Blache</b>

## *Randonnée pédestre (suite)*

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
------	------	--------	----------	--------------

### Sorties du WE et séjours

D 01/09	Tour du Lorzier (1838 m)	Chartreuse	T2/T3 1100 m	Gilbert Piot
D 01/09	Le Rochail (3022 m)	Ecrins	T3 1600 m	Laurent Vincent
D 08/09	Grande Lance de Domène (2790 m)	Belledonne	T2 1400 m	Laurent Vincent
<b>S 14 et D15/09</b>	<b>Fonts de Cervières</b>	<b>Briançon- nais</b>	<b>T2 800 à 1000 m</b>	<b>Gilbert Piot</b>
<b>D 22/09</b>	<b>Rassemblement d'Automne</b>	<b>A définir</b>	-	<b>Gilbert Piot</b>
D 22/09	Puy Gris (2908 m)	Belledonne	T5 2000 m	Joël Monnet

### Sorties en semaine

J 11/07	Lacs et col de Pétarel (2437 m)	Ecrins	T2 1100 à 1400m	Richard Blache
J 18/07	Cabane de Rif Meyrol (2063 m)	Ecrins	T2 941 m	Bernard Blanchet
J 25/07	Pied Moutet (2339 m)	Ecrins	T3 1180m	Richard Blache
J 01/08	Lac des Fétoules (2249 m)	Ecrins	T2 832 m	Bernard Blanchet
Me 14/08	Col du Vay (2292 m)	Belledonne	T3 1230 m	Richard Blache
J 05/09	Rocher Blanc (2928 m)	Belledonne	T3 1320 m	Richard Blache
J 19/09	Grand Chapelet (2403 m)	Ecrins	T3 1190 m	Richard Blache

## Vélo de Montagne

Date	Lieu	Localisation	Cotation	Organisateur
------	------	--------------	----------	--------------

### Sorties du WE et séjours

D 21/07	Les Hauts du lac de Paladru	Voironnais	530 m - 32km	Stéphane Pierrard
D 08/09	La Scia en boucle par les Adrets	Belledonne	1140 m - 25 km	Stéphane Pierrard
S 14/09	Les balcons de la Batie Divisin	Paladru	800 m - 37 km	Michel Bedez

## Via Ferrata

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
------	------	--------	----------	--------------

### Sorties du WE et séjours

D 14/07	Belle Plagne	Vanoise	AD à D 245 m	Patrick Pichard
D 21/07	Cascade de la Fare	Grandes Rousses	AD / D- 297 m	Patrick Pichard

Aillon le Jeune,  
Bauges,  
01/05/2019



## Canyonisme

Date	Lieu	Massif	Cotation	Organisateur
------	------	--------	----------	--------------

### Sorties du WE

S 13/07	En fonction des participants	A définir	Débutant	Frédéric Rivaud
D 04/08	En fonction des participants	A définir	Débutant	Frédéric Rivaud
D 18/08	En fonction des participants	A définir	Débutant	Frédéric Rivaud

# Incontournables

## Evénements à retenir

Réservez dès à présent le 19 /10 pour participer à l'Assemblée Générale

Profitez de l'offre variée de week-end et séjours

- Alpinisme, Grandes voies : Mont-Blanc, Belledonne, Ecrins, Vanoise, Alpes Grées (Italie).
- Pédestre : Ecrins, Rochilles Mont-Thabor, Mont-Rose, Vanoise, Briançonnais

## Calendrier d'été et Prochain 34 ! le 03/10

Préparatifs pour la prochaine édition :

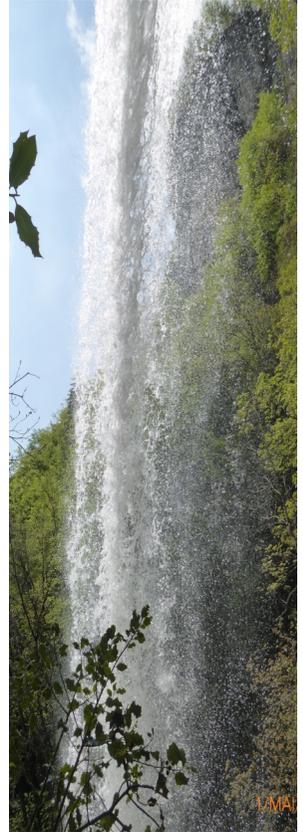
**27/09** Date limite de **dépôt des sorties** pour l'élaboration du **calendrier d'automne**

Le calendrier concernera la période 05/10 à fin décembre.

Nous attendons vos propositions notamment dans les activités : randonnées pédestres, escalade, alpinisme, vélo de montagne, ski, raquettes, marche nordique...

**20/09** Date limite de **dépôt des articles**

N'hésitez pas à nous soumettre vos écrits ou des photos commentées en les adressant à [virginie.pour.GDA@gmail.com](mailto:virginie.pour.GDA@gmail.com)



**GRIMPEURS DES ALPES** - Association fondée le 09 juin 1889 par Henri Corsin

Réunions et inscriptions : Maison de la Nature et de l'Environnement de l'Isère (MNEI)

Jeu de 20h 15 à 21h 45 salle Robert BECK

5 place Bir-Hakeim - 38000 GRENOBLE

Répondeur téléphonique : 04 76 01 19 97 *Merci de laisser votre message*

Site internet : [www.grimpeursdesalpes.net](http://www.grimpeursdesalpes.net)

Facebook : [@GDA.Grenoble](https://www.facebook.com/GDA.Grenoble)

Email : [info@grimpeursdesalpes.net](mailto:info@grimpeursdesalpes.net)

**Bulletin des Grimpeurs Des Alpes** n°196 – 07/2019 Trimestriel

Directeur de la publication : L. VINCENT  
Secrétariat de rédaction et Maquette : V. RENAVANT  
Relecture : B. BLANCHET, E. ETIENNE, M. GIBERGY