



*Notre bulletin d'informations et de liaison*

## EDITO

Après l'hiver, voilà le printemps.

Un hiver qui a connu des températures inhabituelles et des quantités et qualités de neige variables. Cela va devenir la norme et nous devons faire preuve d'ingéniosité pour trouver des sorties ; à commencer par le rassemblement de printemps. Cette année, c'est aux Portes de Montmélian, depuis Cellier que Jean-François et Serge nous ont emmenés.

Le prochain événement important est le week-end de Pentecôte qui aura lieu aux Baux de Provence.

Le site internet continue d'évoluer avec de nouvelles fonctionnalités sur le module d'emprunt de matériel. Depuis peu, notre matériel est stocké à la Maison Grenoble Montagne, cela permet de l'emprunter lors des permanences.

Les beaux jours arrivent et se rallongent, les activités changent. Je vous souhaite de bien en profiter.

Gilles Revellin

### *Dans ce numéro de Pâques 2024 :*

|   |      |
|---|------|
| <i>Week-end de Pentecôte 2023</i>                               | 2    |
| <i>Week-end de Pentecôte 2024</i>                               | 3    |
| <i>Séjour du Réveillon à PEYRIUS</i>                            | 4    |
| <i>Lecture : De zéro à huit mille mètres de Kurt Diemberger</i> | 6    |
| <i>Informations pratiques</i>                                   | 7    |
| <i>Calendriers</i>  | 8-11 |
| <i>Incontournables</i>  | 12   |

# WE de Pentecôte 2023

**A** lors, ce séjour à Vallon pont d'Arc ?

C'était sympa. 27 participants (seulement) en mobile home, camping-car, tente au camping des Tunnels au bord de la rivière.

Au programme : randonnées, canoë, baignade, grimpe et visite de la réplique de la grotte Chauvet.

## Les randos :

**Samedi** : circuit sur la dent de Rez (beau belvédère) depuis le village de Gras, 15 personnes, 5 h de marche.

Le soir, repas partagé, très convivial !

**Dimanche** : les balcons de l'Ibie au départ du camping. Marche en forêt de chênes et de buis ; beaux points de vue sur les gorges et quelques gouttes de pluie. Retour avant l'orage pour les 15 grimpeurs.

Le soir, repas ardéchois au restaurant du camping.

**Lundi** : randonnée touristique. Descente d'une heure sur St Montan depuis Larnas. Visite du village historique (superbe), blotti sous son château médiéval, puis remontée (chaude) par l'ermitage de Ste Beaume et par la forêt.

20 participants

## L'escalade :

avec M.Bedez, 10 grimpeurs ont exploré les sites de Lanas, Balazuc et Chauzon !

Merci à Maryline, Michel et Gilbert qui ont tant donné pour que tout se passe bien !

Gilbert Piot



*Grimpeurs des Alpes - Pâques 2024*

# WE de Pentecôte 2024

Le week-end de Pentecôte, du 17 au 20 mai, aura lieu dans les Alpilles et le Petit Lubéron.

Nous pourrons randonner, escalader à Orgon, Aureilles, Mouriès, faire du VTT, visite des Baux de Provence (Carrières de lumières), St Rémy...

Vous serez les bienvenus au camping "La Vallée Heureuse" à Orgon ; possibilité de camper ou de réserver des places en Mobil-homes ~ 35€ /nuit/ pers,

## Inscriptions :

au lieu de la permanence, le jeudi **4 avril de 18h à 19h30** à la Maison de la Montagne avec chèque d'acompte de 35€ ou par téléphone\* auprès de **Marilyne Mansiot** et **Béatrice Pommier**.  
Les **inscriptions** seront **closes** le **15 avril**.

Marilyne Mansiot

\*les numéros de téléphone consultable pour les adhérents sur le [site internet](#)

[www.avignon-et-provence.com](http://www.avignon-et-provence.com)



<https://www.easyhelico.fr/product/les-alpilles-saint-remy-de-provence-les-baux-de-provence-r22/>

# Séjour du Réveillon à PEYRIUS

**D**u 29 Décembre 2023 au 1er Janvier 2024.

## **Vendredi 29 décembre**

Rendez-vous à 11h au Col de la Croix Haute.

Arrivée à Peyrius vers 13h, déjeuner au soleil près de la piscine de l'auberge.

Départ de l'auberge à pied pour le canal de Manosque, traversée de champs d'oliviers et visite de l'Eglise de Peyrius dans la descente. Retour à l'auberge.



## **Samedi 30**

Sous un grand soleil, nous sommes partis à pied pour une rando sur le plateau de Ganagobie au milieu de forêts de chênes et romarins en fleurs.



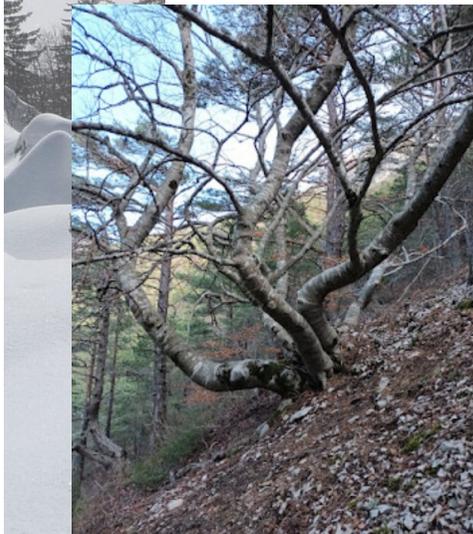
Visite de l'Abbaye Bénédictine de Notre Dame de Ganagobie avec sa mosaïque du XIIe siècle et sa crèche. Point de vue magnifique sur la vallée de la Durance. Pique-nique au soleil et distribution de chocolats, sieste.

Nous sommes redescendus et les randonneurs plus courageux ont continué jusqu'aux ruines. Soirée jeux et fous rires.

### **Dimanche 31**

Partis en voiture pour Pierre Ecrite au pied de la stèle sur la route du temps, magnifique chemin sur les crêtes de la montagne de la Gâche, la pluie s'invite mais aux GDA elle n'arrête pas les pèlerins. Nous avons rejoint la voiture bien mouillés, avant un repas à l'auberge. Après-midi : sieste, lecture, jeux etc.

Soirée dansante « thème orange ». Repas excellent entrecoupé de danses disco avec une forte participation de tout le groupe et une très bonne ambiance, fin des festivités : 2h30.



### **Lundi 1er**

Après les belles randonnées proposées depuis vendredi, 11 participants ont suivi la proposition de Joël de s'arrêter sur la route faire le chemin des Marmites du diable près de La Faurie. Cela a eu l'avantage de couper le trajet en deux.

La montée se fait le long du torrent avec de très belles marmites et petites cascades. La montée est rude avec quelques petits passages escarpés que chacun apprécie différemment selon ses goûts. Nous sommes récompensés en haut par une très belle vue et une météo très

douce qui nous permet un premier pique-nique au soleil en 2024. La descente se déroule tranquillement sur une piste avec au passage la visite de la chapelle Notre Dame, décorée et peinte des murs au plafond. On se rappellera tous de la qualité des excellents microscopiques repas servis dans cette auberge... et surtout de la quantité de pain mangée pour se rassasier !!!

Merci au groupe de 18 personnes pour leur convivialité.

Et un grand merci à Véro pour sa patience, son dévouement et sa parfaite organisation.

Sans oublier Jean-Pierre pour le bon choix des randos.

Bonne Année 2024 à Tous et Toutes.

François et Christiane Vallin

## Lecture : « De zéro à huit mille mètres » de Kurt Diemberger

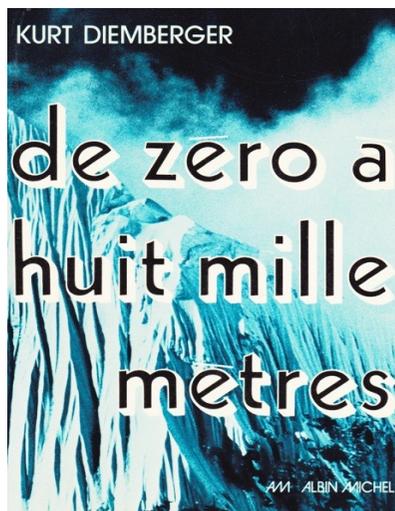
Un petit texte sur un grand monsieur de l'alpinisme du 20ème siècle:  
KURT DIEMBERGER.

Piolet d'or carrière 2013, ce grand alpiniste, toujours vivant en 2024, est né en 1932 à Villach. Cet autrichien a commencé l'alpinisme à 25 ans et gravit les 3 fameuses faces nord alpines (Cervin, Eiger, Grandes Jorasses). Il a fait sa première expédition en Himalaya au Broad Peak en 1953, le sommet du Dhaulagiri en 1960, le Tirich Mir (Hindou Kouch) en 1962, le Makalu et l'Everest en 1978, le Gasherbrum 2 en 1979 ainsi que le K2 en 1986 dont il revint avec de graves gelures !

A 55 ans, il a continué à parcourir les montagnes, en particulier en Chine.

Ce n'est pas simplement un alpiniste, il est aussi écrivain, conférencier et cinéaste. Ses œuvres témoignent de sa vitalité, de sa passion pour la montagne... et de son exceptionnelle longévité !

Gilbert Piot



# Informations pratiques

## Réunions

Tous les 1er et 3ème jeudis du mois de 18h00 à 19:30 (le mercredi lorsque le jeudi est férié).

## Adhésions

Les trésorier(e)s enregistrent les adhésions ainsi que les licences - assurances (FFME, FFRando) 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 (FFRando) selon les activités que vous pratiquez.

## Inscriptions aux sorties

L'inscription auprès de l'organisateur de la sortie le jeudi soir ou par téléphone est obligatoire. 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



## Formation

| Date    | Thème                            | Lieu     | Cotation | Organisateur     |
|---------|----------------------------------|----------|----------|------------------|
| J 16/05 | Choisir et conduire sa randonnée | Grenoble |          | Bernard Blanchet |

### Cotations ski de randonnée

Pour plus de précision la difficulté d'une course à skis est à présent caractérisée selon trois composantes : la montée, la descente, l'exposition du parcours.

#### Montée

**R** Randonnée

**F** Alpinisme Facile

**AD** Alpinisme Assez Difficile

**PD** Alpinisme Peu Difficile

**D** Alpinisme Difficile

#### Descente

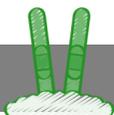
|                  |                                  |   |
|------------------|----------------------------------|---|
| <b>1.1 à 1.3</b> | Niveau initiation                | <30°  |
| <b>2.1 à 2.3</b> | Peu de difficultés techniques    | <35°  |
| <b>3.1 à 3.3</b> | Entrée dans le ski-alpinisme     | 35° sur pentes longues<br>Passages très courts<br>jusqu'à 40-45° ou forêt dense |
| <b>4.1 à 4.3</b> | Ski de couloir ou de pente raide | Pente 40 à 45° soutenue sur plus de 200 m                                       |
| <b>5.1 à 5.6</b> | Pentes très raides               | Pente à 45° sur plus de 300 m<br>ou 50° sur 100 m                               |

#### Exposition

- E1** L'exposition est celle de la pente elle-même, il n'y a pas d'obstacle majeur, uniquement des arbres et des cailloux.  
Attention, pour une pente raide et/ou une neige dure, le risque de blessure en cas de chute est important.
- E2** Barre rocheuse dans l'axe de la pente qui aggraverait les risques de blessures en cas de chute, ou couloir légèrement tournant.
- E3—E4** voir page suivante

**Cotations ski de randonnée - Exposition (suite)**

- E3** En cas de chute, saut de falaises importantes ou couloir tortueux avec risque de percussioin. Mort probable.
- E4** Paroi très haute, rebonds multiples, percussions garanties. Mort certaine.



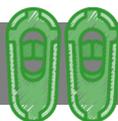
## Ski de randonnée

| Date                            | Lieu                        | Massif     | Cotation                                 | Organisateur    |
|---------------------------------|-----------------------------|------------|--|-----------------|
| <b>Sorties du WE et séjours</b> |                             |            |  |                 |
| S 23/03                         | Col du Pertuis (2503m)      | Belledonne | PD 4.2 E1<br>1400m                       | Gilles Revellin |
| D 24/03                         | Rassemblement de Printemps  | Lauzière   | R 2.1 E1<br>1080 m                       | Serge Zangelmi  |
| Ma 02/04<br>à<br>Ma 09/04       | Raid en Silvretta Autriche  | Silvretta  | PD 3.2 E2<br>1000 a<br>1200m par<br>jour | Gilles Revellin |
| D 07/04                         | Brèche de la Somme (3269m)  | Ecrins     | F 3.3 E1<br>1550                         | Alain Crapart   |
| <b>Sorties en semaine</b>       |                             |            |  |                 |
| J 04/04                         | Crête de Montvoisin (2850m) | Ecrins     | F 3.2 E2<br>1450                         | Philippe Wagner |

**Cotations raquettes**

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.

- R1** Randonnée facile                      **R3** Randonnée raquettes exigeante < 30°
- R2** Randonnée raquettes < 25°   **R4** Course en raquettes > 30°



## Raquettes

| Date                           | Lieu                      | Massif  | Cotation            | Organisateur |
|--------------------------------|---------------------------|---------|---------------------|--------------|
| <b>Sorties du WE et séjour</b> |                           |         |                     |              |
| S 30/03<br>à<br>L 01/04        | Séjour raquettes à Abriès | Queyras | R2<br>650 à<br>800m | Gilbert Piot |

## 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            |
|----------------------------------|---|------------------|---------------------------------|-------------------------|
| <b>Sorties en semaine</b>        |   |                  |                                 |                         |
| J 04/04                          | Goulotte, à définir                               | Belledonne       | M3<br>120 ou 250m               | Michel Bedez            |
| <b>Sorties du WE et séjours</b>  |   |                  |                                 |                         |
| S 06/04                          | Petite Aiguille Verte (3512m)                     | Mont-Blanc       | AD- P4<br>2.3 / E1 / S3<br>900m | Stéphane Mollier        |
| <b>S 25/05</b>                   | <b>Cycle initiation alpinisme : session 1</b>     | <b>Taillefer</b> | <b>PD- / E1<br/>1200m</b>       | <b>Stéphane Mollier</b> |
| <b>S 29/06<br/>à<br/>D 30/06</b> | <b>Cycle initiation alpinisme :<br/>Session 2</b> | <b>A définir</b> |                                 | <b>Stéphane Mollier</b> |



## Marche nordique

| Date                            | Lieu                 |         |  |                  |
|---------------------------------|----------------------|---------|--|------------------|
| <b>Sorties du WE et séjours</b> |                      |         |  |                  |
| S 06/04                         | Plaine de Reymure    | Vercors |  | Bernard Blanchet |
| S 13/04                         | Saint Paul de Varcès | Vercors |  | Bernard Blanchet |



## Marche nordique (suite)

| Date                            | Lieu                     |            |  |                  |
|---------------------------------|--------------------------|------------|--|------------------|
| <b>Sorties du WE et séjours</b> |                          |            |  |                  |
| S 20/04                         | Rochefort                | Vercors    |  | Bernard Blanchet |
| S 27/04                         | Comboire                 | Vercors    |  | Bernard Blanchet |
| S 04/05                         | Col de l'Arzelier        | Vercors    |  | Bernard Blanchet |
| S 11/05                         | Prémol                   | Belledonne |  | Bernard Blanchet |
| S 25/05                         | les Seiglières           | Belledonne |  | Bernard Blanchet |
| S 01/06                         | L'Arselle                | Belledonne |  | Bernard Blanchet |
| S 08/06                         | Via Vercors              | Vercors    |  | Bernard Blanchet |
| S 15/06                         | Gresse en Vercors        | Vercors    |  | Bernard Blanchet |
| S 22/06                         | Plaine de Bourg d'Oisans | Oisans     |  | Bernard Blanchet |
| S 29/06<br>à                    | Crêtes du Vercors Nord   | Vercors    |  | Bernard Blanchet |



## Randonnée Pédestre

| Date                             | Lieu                     | Massif                                   | Cotation   | Organisateur                |
|----------------------------------|--------------------------|--|------------|-----------------------------|
| <b>Sorties du WE et séjours</b>  |                          |  |            |                             |
| <b>V 17/05<br/>à<br/>L 20/05</b> | <b>W-E Pentecôte</b>     | <b>Alpilles et<br/>Petit<br/>Luberon</b> | <b>T2</b>  | <b>Marilyne<br/>Mansiot</b> |
| D 14/04                          | Bergerie de Mayres 1435m | Matheysine                               | 800m       | Gilbert<br>Piot             |
| D 12/05                          | Côte rouge 2015m         | Beaumont                                 | T2<br>850m | Gilbert<br>Piot             |
| D 09/06                          | Rochers de L'ours 2005m  | Vercors                                  | T2<br>800m | Gilbert<br>Piot             |

# Incontournables

## Evénements à retenir

- Formation « Choisir et conduire sa randonnée », le 16 mai à la Maison Grenoble Montagne
- WE de Pentecôte : du 17 au 20 mai, aura lieu dans les Alpilles et le Petit Lubéron
- Parcours initiation alpinisme : 25 mai et 29-30 juin

## Calendrier de d'Été et Prochain 34 ! le 30/06

### Préparatifs pour la prochaine édition

**23/06** Date limite de **dépôt des sorties** pour l'élaboration du **calendrier d'été**. Le calendrier concernera la période de début juillet à fin septembre. Nous attendons vos propositions.

**16 / 06** Date limite de **dépôt des articles**

N'hésitez pas à nous soumettre vos écrits ou des photos commentées en les adressant à Virginie Renavant et Laurent Vincent.

**facebook** @GDA.Grenoble Venez visiter, aimer, commenter ou partager des photos (*contact : [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 Grenoble Montagne**

1er et 3ème jeudi du mois 18h00 à 19h30 au sein de la Maison du Tourisme  
5 place Bir-Hakeim - 38000 GRENOBLE

Répondeur téléphonique : 06 44 96 19 58

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°215 – 03/2024 Trimestriel

Directeur de la publication : G. REVELLIN  
Secrétariat de rédaction et Maquette : V. RENAVANT  
Relecture : A. BESNARD, B. BLANCHET, M. GIBERGY