



- 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 PRINTEMPS 2019

Inscriptions aux activités

- Toute inscription aux activités ou séjours implique d'être à jour de son adhésion.
- Les inscriptions se feront **physiquement et INDIVIDUELLEMENT**

Jeudi 28 mars 2019 de 9h à 11h30
au siège de Montagne Évasion 3 rue de la Liberté à Échirolles

• 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 28 mars. Toutefois, ils ne seront pas prioritaires par rapport aux adhérents présents le 28 mars. Ils peuvent également se présenter au siège à la 1^{ère} permanence le vendredi 29 mars de 10h à 11h30.

Rappel : les ceintures Life-Bip prêtées par l'association cet hiver doivent être rendues dans leur coffret lors de l'inscription

Inscriptions et désinscriptions hebdomadaires aux sorties

Afin de gérer au mieux la capacité des cars, elles se font, **quelle que soit l'activité choisie** sur le site:

- pour les sorties du mardi : le dimanche jusqu'à 21h
- pour les sorties du jeudi : le mardi jusqu'à 21h.

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

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

• **En cas d'absence prévue, les adhérents au forfait doivent IMPÉRATIVEMENT SE DÉSINSCRIRE** 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 Michel Bouyneau Tél. 06 82 20 94 30 Francis Fontaine Tél. 06 95 39 19 00
- pour le site internet Christian Bourdaret Tél. 09 53 07 55 48

- Rappels -

Tous les départs ont lieu du parking rue Gabriel Didier à Échirolles - derrière le gymnase Lionel Terray -

• **CERTIFICAT MÉDICAL** : Il est **OBLIGATOIRE** pour participer aux différentes activités de Montagne Évasion.

Il est admis qu'un certificat établi à compter du 1^{er} juin 2018 est valable jusqu'en juin 2019. S'il n'a pas été déjà fourni, l'inscription pour les activités de printemps ne sera pas acceptée.

• **RÈGLEMENTATION ET CONSIGNES PARTICULIÈRES** : En matière de remboursement, matériel, accès au cars, règles de sécurité et protection de l'environnement, veuillez vous reporter au site, dans « programme des randonnées ».

- Randonnées -

Les sorties sont choisies par l'encadrement en fonction de la météo, de la nature de l'itinéraire, et si possible en alternant les massifs.

Le site internet et le répondeur indiqueront le massif et le numéro de la sortie du jour (exemple CHARTREUSE N°1 ou VERCORS N°4), ainsi que l'heure de départ. Les fiches descriptives des sorties sont sur le site internet à la rubrique "Sorties de la semaine".

En cas de météo incertaine, consultez la veille au soir le site ou le répondeur pour confirmation de la sortie.

Trois formules pour six niveaux

- **Mardi journée :** **Départ à 7h30** **Tarifs : Forfait 6 sorties 54 €** **A la sortie 14 €**
 - 1^{er} groupe dénivelée environ 1000 m
 - 2^{ème} groupe dénivelée environ 700m

- **Jeudi journée :** **Départ 8h30** **Tarifs : Forfait 6 sorties 47 €** **A la sortie 13 €**
 - 1^{er} groupe dénivelée environ 800 m
 - 2^{ème} groupe dénivelée environ 600 m

- **Jeudi 1/2 journée :** **Départ 12h** **Tarifs : Forfait 6 sorties 40 €** **A la sortie 11 €**
 - 1^{er} groupe dénivelée environ 400 m
 - 2^{ème} groupe randonnée douce, dénivelée inférieure à 200 m.

Mardis et jeudis possibles

	Avril	Mai	Juin
Mardi	09* - 30*	07* - 14* - 21* - 28*	04 - 11 - 18
Jeudi	11* -	02* - 09* - 16* - 23*	06* - 13 - 20

- Les dates marquées d'un * sont les sorties programmées comprises dans le forfait.
- Les autres dates sont réservées aux sorties reportées pour cause d'intempéries et à des sorties supplémentaires possibles.
- **Le jeudi 30 mai, jour de l'Ascension, il n'y a pas de sortie.**

- Séjours -

Ils 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 :

- **Séjour moyens marcheurs :** du 04 au 11 mai 2019 - **Lieu :** « Fleur d'Aubrac » à Laguiole en Aveyron
Responsables : Jean-François Dussert Tél : 04 76 72 90 88 - Viviane Alimondo Tél : 09 54 81 61 58
- **Séjour moyens marcheurs à thème botanique : la flore méditerranéenne** du 05 au 12 mai 2019
Lieu : Entre Lurs et Lubéron
Responsables : Robert Chaumat Tél : 04 76 24 67 48 - Michel Bouyneau Tél : 06 83 54 48 55
- **Séjour bons marcheurs :** du 07 au 14 septembre 2019 - **Lieu :** Vésubie-Tinée-Roya
Responsable : Jean-Pierre Paissaud Tél : 06 81 93 22 98 – Michèle Bronner Tél : 06 84 24 37 74
- **Séjour marcheurs aguerris :** du 24 mai au 1^{er} juin 2019 - **Lieu :** Corse
Responsables : Raphaël Martinez Tél : 06 41 59 18 30 - Francis Fontaine Tél : 06 95 39 19 00

- Culturel -

- **Circuit :** « Des Pouilles à la Campanie » du 03 au 11 avril **Lieu :** Italie
- **Une journée en convoiturage** le 10 mai **Lieu :** Vienne (38)
- **Séjour de 3 jours** à Turin (en préparation) du 7 au 9 juin **Lieu :** Italie
Responsables : Christiane Beaudou Tél : 06 76 14 73 82 - Josette Gilbodon-Bert Tél : 06 84 84 61 81

Le Conseil d'administration et l'équipe d'encadrement vous souhaitent une bonne saison de printemps sportive et culturelle.