



- Adresse : Montagne Évasion, Maison du Sport, 3 rue de la Liberté 38130 Echirolles
- 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 2024

ATTENTION : les inscriptions ont lieu le MERCREDI 27 MARS 2024
à la MAISON DES ASSOCIATIONS 1 place de la Libération à Echirolles

Toute inscription aux activités implique d'être à jour de son adhésion.

- Les adhérents qui ne peuvent être physiquement présents à cette date doivent adresser au siège leur dossier comprenant leur demande d'inscription aux activités et leurs chèques **avant le 22 mars 2024**. Toutefois, ils ne seront pas prioritaires par rapport aux adhérents présents le 27 mars. Ils peuvent également se présenter au siège à la permanence le vendredi suivant de 10h à 11h30.

Inscriptions et/ou désinscriptions hebdomadaires aux sorties : SUR LE SITE
- seulement en cas d'impossibilité sur le répondeur au 04 76 09 46 53.

- pour les sorties du mardi : le dimanche jusqu'à 20h.
- pour les sorties du jeudi : le mardi jusqu'à 20h.
- Les adhérents « à la sortie » doivent aussi 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 inscrits au forfait doivent **IMPÉRATIVEMENT SE DÉSINSCRIRE** sur le site avant la date limite.
- Pour les sorties complémentaires et supplémentaires, l'inscription est obligatoire sur le site.

EN AUCUN CAS LA RUBRIQUE CONTACT DU SITE
ne doit être utilisée pour une inscription/désinscription.

- Signalez d'urgence toute anomalie de fonctionnement :
 - pour le répondeur René Gavaille Tél. 04 56 45 63 45
 - pour le site internet Pascal Holtzer Tél. 06 07 76 20 22

- Rappels -

Les départs ont lieu à Echirolles, sur le parking rue Gabriel Didier - derrière le gymnase Lionel Terray -

- **CERTIFICAT MÉDICAL** : Il est **OBLIGATOIRE** pour participer aux différentes activités de Montagne Évasion. Il est conseillé de préciser à son médecin qu'il s'agit de randonnées en montagne.
- **RÉGLEMENTATION 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 « réglementation et consignes ».

- Randonnées -

- **Mardi journée : EN COVOITURAGE**
 - 1^{er} groupe : dénivelée ± 1000 m. - 2^{ème} groupe : dénivelée ± 800 m - 3^{ème} groupe : dénivelée ± 600 m
 - Départ Echirolles **à 7h30** Tarifs : forfait (6 sorties) 75 € ½ forfait (3 sorties) 43 € à la sortie 15 €
- **Jeudi journée : EN CAR**
 - 1^{er} groupe : dénivelée environ 800 m. - 2^{ème} groupe : dénivelée environ 600 m
 - Départ Echirolles à 8h00 Tarifs : forfait (6 sorties) 85 € à la sortie 20 €
- **Jeudi 1/2 journée : EN CAR**

- 1^{er} groupe : dénivelée ± 400 m - 2^{ème} groupe : randonnée douce, dénivelée inférieure à 200 m.
Départ Échirolles à 12h00 Tarifs : forfait (6 sorties) 75 € à la sortie 18 €

Mardis et jeudis possibles

	Avril	Sorties complémentaires (hors forfait) en covoiturage Tarif : 15 €	Mai	Juin *
Mardi	09 - 30	16/04	07 – 14 – 21 - 28	04 * - 11 *
Jeudi	04 - 11	25/04	02 – 16 – 23 - 30	06 * - 13 *

- Les dates marquées d'un * sont réservées aux sorties reportées (du forfait) pour cause d'intempéries et à des sorties supplémentaires éventuelles.

Les dates proposées sont soumises aux conditions météorologiques.

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.

- Gymnastique -

En complément à l'activité randonnée : 12 € pour l'année

- Séjours randonnées et activités culturelles -

Séjours randonnées et escapades culturelles sont organisés par Montagne Évasion.

Les programmes et renseignements **sont publiés sur le site**. Les inscriptions s'effectuent à la permanence ou par courrier avant les dates limites fixées.

Pour mémoire :

- du 3 au 8 avril : séjour à Malte. Complet
- du 22 avril au 27 avril : séjour Marche et méditations en Ardèche. Complet
- du 19 mai au 26 mai : séjour Moyens marcheurs dans le Chablais. Complet
- du 22 juin au 29 juin : séjour Grands marcheurs dans les Écrins. Complet

.....

N'oubliez pas de participer

- à la **Randonnée pour tous** qui fait se rencontrer en toute convivialité valides et non valides le **mercredi 10 avril** à Paladru (départ Echirolles vers 8h30 en covoiturage).

Renseignements et inscriptions auprès de Gisèle Serre tél : 06 45 34 16 76

- à **L'Echirolloise**, pour une journée de soutien au profit de la recherche contre le cancer du sein le **dimanche 2 juin** à la Frange Verte Echirolles.

Renseignements et inscriptions auprès de Nicole Pelletier Corvi tél : 06 28 69 61 02

*Le Conseil d'administration et toute l'équipe de Montagne Évasion
vous souhaitent une belle saison de printemps*