



ASPTT Gap - Section Montagne et Escalade

Programme des activités du 1^{er} semestre 2024

Version du 22 décembre 2023

Les activités classées « Randonnée Tranquille » sont accessibles en priorité aux membres de l'Equipe Sports Santé, mais tous les membres peuvent y participer. De même, les membres de l'Equipe Sports Santé peuvent participer aux autres sorties faciles ainsi qu'aux Formations.

Date	Activité	Destination	Dénivelé	Niveau	Commentaires	Limite Inscript	Nb max	Encadrant
Janvier 2024								
Dim 07								
Dim 14	Randonnée	Col de Rabou (1888m) Dévoluy	500m	Facile	Au départ de Pont du Villard, en forêt et en alpage	07/01	0	
Mar 16	Randonnée Tranquille	Pierre Baudinard Dévoluy	300m	Facile	En forêt et en alpage, avec une vue sur le Dévoluy	09/01	8	Jean
Mar 16	Soirée Formation	Au siège de l'ASPTT	-	Accessible à tous	La neige, des transformations, les avalanches	05/11		Sylvain
Dim 21								
Sam 27 Dim 28	Randonnée Pleine Lune	Les Crêtes de Céüse (2016m)	600m	Moyen	Randonnée de nuit, en boucle depuis le parking de Céüse Départ après le dîner, retour avant le petit déjeuner	20/01	9	Jean
Mar 30	Randonnée Tranquille	Croix Saint Philippe Champsaur	400m	Facile	En boucle depuis Ancelle	23/01	8	Jean

Date	Activité	Destination	Dénivelé	Niveau	Commentaires	Limite Inscript	Nb max	Encadrant
Fevrier 2024								
Dim 04	Randonnée	Vallée de la Blanche Queyras	600m	Moyen	En aller/retour depuis Saint Véran	28/01	9	Jean
Dim 11								
Mar 13	Randonnée Tranquille	Lac de Barbeyroux Champsaur	400m	Facile	Randonnée en boucle depuis le hameau des Payas	06/02	8	Jean
Dim 18	Randonnée	Le Chauvet (2062m) Dévoluy	600m	Moyen	Depuis le Col de Festre ; belle vue sur tout le Dévoluy	11/02	8	Jean
Dim 25								
Mar 27	Randonnée Tranquille	Cabane du Chourum Clot Dévoluy	400m	Facile	En boucle depuis le hameau de La Chaup	20/02	8	Jean

Date	Activité	Destination	Dénivelé	Niveau	Commentaires	Limite Inscript	Nb max	Encadrant
Mars 2024								
Dim 03								
Dim 10								
Mar 12	Randonnée Tranquille	Pic de la Greysinere Champsaur (1881m)	300m	Facile	En boucle depuis le col de Gleize	05/03	8	Jean
Mar 12	Soirée Formation	Au siège de l'ASPTT	-	Accessible à tous	Lecture « fine » de la carte	05/03		Sylvain
Dim 17	Technique de Corde	Ecole d'escalade Sauze du Lac	-	Accessible à tous	Apprendre, ou réviser, les techniques de corde pour progresser en sécurité en montagne	10/03	9	Sylvain Jean
Dim 24	Randonnée	Le Ratel (2460m) Embrunais	800m	Moyen	En boucle depuis Crévoux Sommet emblématique de la vallée	17/02	9	Sylvain
Mar 26	Randonnée Tranquille	Petite Céüse Gapençais	400m	Facile	Point de vue sur la vallée de la Durance et sur les sommets du Champsaur	19/03	8	Jean

Date	Activité	Destination	Dénivelé	Niveau	Commentaires	Limite Inscript	Nb max	Encadrant
Avril 2024								
Dim 07	Randonnée	Vallée de La Haute Ubaye	700m	Moyen	Lacs du Roure ou Lacs de Marinet	31/03	9	Jean
Mar 09	Randonnée Tranquille	Source de la Blanche (2000m)	400m	Facile	En boucle depuis Les Martins aux environs de Seyne « Un petit coin de Suisse égaré sous le soleil de Provence »	02/04	8	Jean
Dim 14	Randonnée	Pic de Crigne	700m	Difficile	Passage sur vire – avec quelques pas d’escalade	08/04	6	Sylvain
Dim 21	Sortie Formation	Pic de Gleize	-	Accessible à tous	Technique de Progression et de Sécurité en Neige	14/04	9	Jean
Dim 28	Randonnée	Tour de la Tête d’Oriol Dévoluy	1100m	Difficile	Montée par le vallon des Truchières et redescente par le Vallon des Narittes Piolet crampons pourront s’avérer nécessaire	21/04	6	Sylvain
Mar 30	Randonnée Tranquille	L’Arche de Platary Trièves	400m	Facile	En aller/retour depuis le Col de Prayet	23/04	8	Jean

Date	Activité	Destination	Dénivelé	Niveau	Commentaires	Limite Inscript	Nb max	Encadrant
Mai 2024								
Dim 05	Randonnée	Aiguilles de Chabrieres Au dessus de Chorges	900m	Moyen	En boucle depuis la station de ski de Réallon	28/04	9	Jean
Dim 12	Randonnée	Le Cuchon (1903m) et Pic de Charance (1825m)	900m	Moyen	Montagne de Charance en traversée	05/04	8	Sylvain
Mar 14	Randonnée Tranquille	Vallon de Navette Valgaudemard	400m	Facile	Visite du vallon, de la cascade, du village abandonnée de Navette	07/05	8	Jean
Dim 19	Randonnée	Le Piolit (2464m) Au dessus de Chorges	800m	Moyen	En aller/retour depuis le parking de Pré La Font Belvédère du Lac de Savines	12/05	9	Jean
Sam 25	Randonnée	Cabane de la Selle Valgaudemard	800m	Difficile	Quelques passage en pente raide	19/05	9	Sylvain
Mar 28	Randonnée Tranquille	Croix de Curlet (2301m) Queyras	400m	Facile	Un point de vue remarquable sur Saint Véran et la Vallée de la Blanche	21/05	8	Jean

Date	Activité	Destination	Dénivelé	Niveau	Commentaires	Limite Inscript	Nb max	Encadrant
Juin 2024								
Dim 02								
Dim 09								
Mar 11	Randonnée Tranquille	Col de Violet Champsaur	600m	Facile	En aller/retour depuis la station de Chaillol Vue grandiose sur le Champsaur	04/06	8	Jean
Sam 15 Dim 16	Alpinisme	La Grande Ruine (3765m)	1600m	F Mixte	Sur deux jours, avec une nuitée au Refuge Adèle Planchard, depuis le Parking du Pont d'Arsine (1714m)	voir nota	3	Jean
Dim 23								
Mar 25	Randonnée Tranquille	Crête de Cétuse (2000m) Gapeçais	600m	Facile	En boucle depuis la station	18/05	8	Jean
Dim 30								

Nota : il s'agit d'une course de mise en application s'inscrivant dans une démarche de progression ; il est donc nécessaire de participer aux sorties/formations préparatoires programmées. Les membres intéressés doivent contacter Jean au plus tôt.

En juillet/août 2023 deux sorties sont prévues sur plusieurs jours avec nuitée en refuge :

Une boucle pour visiter les lacs de la Haute Tinée, incluant la traversée du Mont Ténibre

Une boucle dans le Queyras sur la frontière italienne avec l'ascension de la Pointe de Venise et de la Pointe de Rome

Les dates seront définies avec les participants ; les membres intéressés doivent contacter Jean

La démarche pour s'inscrire est la suivante :

L'adhérent, intéressé par une sortie du programme, s'assure de son niveau et de son équipement. Il contacte directement par mail l'encadrant identifié, avant la date limite d'inscription affichée. L'encadrant lui confirme sa participation, en particulier par rapport à son niveau, son équipement et au nombre d'inscrits. Avant la sortie, l'encadrant adresse un mail aux inscrits demandant d'accuser réception, et donnant :

- L'heure et le lieu du rendez-vous, l'équipement, le matériel, le lieu de la sortie
- Des consignes générales : comme avoir sur soi ses papiers et sa licence FFME
- Des consignes spécifiques liées à la sortie

Pour les déplacements, les véhicules personnels sont utilisés ; tous les participants contribuent aux frais au tarif de 0,20 E du km par véhicule

Voici les adresses mail pour contacter les encadrants/organisateur des sorties :

Guy : lemaireguy821arobasegmail.com

Sylvain : sylv1.ha05arobasegmail.com

Jean : jean.sogliuzzo arobase wanadoo.fr

NOTA : La destination peut être modifiée au dernier moment en fonction des conditions météorologiques ou nivologiques