

Programme\_2015\_1er\_trimestre - Janvier

|                                     | Activité                                 | Destination                     | Dénivelés     | Niveau                 | Commentaires  | Date limite inscription      | Places | Hébergement | FFME | Responsable            |
|-------------------------------------|--|---------------------------------|---------------|------------------------|---|------------------------------|--------|-------------|------|------------------------|
| <b>Janvier - 1er trimestre 2015</b> |  |                                 |               |                        |   |                              |        |             |      |                        |
| Dim 04                              | Exercice DVA                             | Cabane de l'Escalette du Cagire | 200m          | Formation              | en remplacement de la sortie du 13/12 annulée cause maladie - Jumelé ASMT Montagne  | 27/12/2014                   |        |             |      | Frédéric               |
| Ven 09                              | Randonnée Raquette                       | Massif de l'Arize               | 600m          | F                      | Cap de Carmil (1617m) depuis Col des Marrous (991m)<br>Extraordinaire point de vue sur la plaine et les montagnes de l'Ariège   | 2/1/2015                     | 10     |             |      | Jean                   |
| Sam 10<br>Dim 11                    | Initiation ski de randonnée              | Vallée de Salardu               |               | Niveau ski piste rouge | inscription rapide. Réservation de gîte. Sortie Jumelée avec TIS  | Au plus tôt réservation Gîte | 10     | Gîte        |      | Francis                |
| Dim11                               | Ski de randonnée                         | a définir                       | 1000m ou plus | S2/S3                  | Sortie jumelée ASMT Montagne, confirmé le jeudi 8/1 en fonction des conditions météo  | 4/1/2015                     | 4      |             |      | Frédéric               |
| Sam 17                              | Randonnée Raquette                       | Pic d'Estibat (1663m)           | 600m          | F                      | Au départ du col de Port Massif des 3 seigneurs   | 13/01/15                     | 10     |             |      | Christian              |
| Dim 18                              | Ski de randonnée                         | a définir                       | 1000m         | S2/S3                  | L'objectif sera défini en fonction des conditions de neige. Sortie jumelé avec le TIS Montagne.   | 13/01/2015                   | 10     |             |      | Guillaume (+ Frédéric) |
| Mar 20                              | Randonnée Raquette                       | Le Souliou en Ariege            | 900m          | HR                     | Départ d'Aulus les Bains à 750m d'altitude<br>Circuit en boucle en foret  | 13/01/2015                   | 10     |             |      | Jean                   |
| jeudi 22                            | formation soirée noeuds/ manip de cordes | local de Frouzins               |               | pour tous              | découverte des noeuds principaux, utiles en escalade et Alpinisme. travail du rappel /équipements d'un relais....remontée sur corde. Découverte des principes. Ces principes pourront ensuite être travaillés en salle d'escalade sur deux autres séances | 20/01/2015                   | 15     |             |      | Sylvie                 |
| Dim 25                              | Randonnée Raquette                       | Mont Né (2147m)                 | 850 m         | HR                     | Au départ de la station de Bourg d'Oueil  | 20/01/15                     | 10     |             |      | Christian              |

Programme\_2015\_1er\_trimestre – Fevrier

|                                     | Activité  | Destination  | Dénivelés    | Niveau           | Commentaires  | Date limite inscription | Places | Hébergement                    | FFME | Responsable           |
|-------------------------------------|---|--|--------------|------------------|---|-------------------------|--------|--------------------------------|------|-----------------------|
| <b>Fevrier - 1er trimestre 2015</b> |   |  |              |                  |   |                         |        |                                |      |                       |
| Sam 31<br>Dim 01                    | Randonnée Raquette  | Cretes du Bacanere dans le luchonnais                                      | 800m et 800m | F                | Jumelée avec une sortie de ski-alpinisme<br>Apprécier la magie d'une nuit en cabane isolée dans les champs de neige   | 24/01/2015              | 10     | Nuitée en Cabane               |      | Jean                  |
| Sam 31<br>Dim 01                    | Ski de Randonnée  | Cretes du Bacanere dans le luchonnais (à confirmer suivant les conditions) | 800m et 800m | F                | Jumelée avec une sortie raquettes<br>Apprécier la magie d'une nuit en cabane isolée dans les champs de neige  | 24/01/2015              | 10     | Nuit en Cabane                 |      | Guillaume (+ Francis) |
| Mar 03                              | Randonnée Raquette  | Cretes de Cornudere en Ariège  | 600m         | F                | Pic de Paloumere (1608m) depuis le Col de Portet d'Aspet (1069m)<br>Fabuleuses vues sur les montagnes de l'Ariège   | 27/01/2015              | 10     |                                |      | Jean                  |
| Jeu 05                              | Soirée Crêpes et Diapos                                   | Salle Paucheville 20 h (Frouzins)  |              | Tous             | En partenariat avec le club photos de villeneuve  |                         |        |                                |      |                       |
| Dim 08                              | ski de rando  | Pic de Montmalus 2781m   | 700m/S2      | Deja initié      | Situation Andorre, départ de la station de Grau roig.<br>Sortie jumelée avec le TIS   | 4/2/2014                | 8 pers |                                |      | Francis               |
| Sam 14                              | Randonnée Raquette  | Balmiou (1611m)  | 900m         | HR               | sommet d'altitude modeste, cheminement en forêt, très agréable  | 10/2/2015               | 10     |                                |      | Christian             |
| Dim 15                              | Evenement FFME  | Le Mourtis   |              |                  | Pyréneige   |                         |        |                                |      | FFME                  |
| Mer 18 et<br>Jeu 19                 | Randonnée Raquette dans le cadre du stage Initiateur FFME | Luchonnais   | 600m         | F                | Dédiée tout particulièrement aux jeunes<br>Au choix : deux jours avec nuitée au sympathique Chalet de Saint Aventin<br>ou possibilité de ne participer qu'une seule journée | 12/2/2015               | 10     | Nuitée Chalet de Saint Aventin | X    | Jean                  |
| Dim 22                              | Randonnée Raquette  | Pic d'Aubas (2071m)  | 800m         | HR               | Au départ du col du Portillon   | 17/02/15                | 10     |                                |      | Christian             |
| lu 23                               | manip de corde escalade                                   | Mur de Muret montagne  |              | avoir déjà grimé | travail de la grimpe en tête, équipement d'un relais, rappel ....   | 19/02                   | 10     |                                |      | Sylvie                |
| Ven 27                              | Raquettes   | Cretes de Pla Madame   | 1200m        | HR               | Pic de Boucarle (1984m) depuis Gourbit (870m)<br>Point de vue sur les Montagnes du Vic Dessos   | 20/02/2015              | 10     |                                |      | Jean                  |
| Sam 28                              | ski de rando  | Pic de Montfaucon 2712m  | 1600m        | S3               | Couloir final avec passage 40° Max (évitable si pas en conditions)  | 21/02/2015              | 8      |                                |      | Frédéric              |

Programme\_2015\_1er\_trimestre - Mars

|                                 | Activité                    | Destination   | Dénivelés                  | Niveau                   | Commentaires   | Date limite inscription | Places | Hébergement                   | FFME | Responsable         |
|---------------------------------|-----------------------------|---|----------------------------|--------------------------|--|-------------------------|--------|-------------------------------|------|---------------------|
| <b>Mars- 1er trimestre 2015</b> |                             |   |                            |                          |  |                         |        |                               |      |                     |
| Dim 1er                         | Randonnée Raquette          | Pic de Tarbésou (2364m)                               | 780m                       | HR                       | en circuit depuis la station d'Ascou Pailhères   | 24/02/15                | 10     |                               |      | Christian           |
| Mar 03                          | Randonnée Raquette          | Le Puech en Ariege                                    | 600m                       | F                        | Depuis le Col de Portet d'Aspet (1069m)<br>Point de vue sur les Montagnes du Couserans                       | 27/02/2015              | 10     |                               |      | Jean                |
| Sam 07<br>Dim 08                | Randonnée Raquette de nuit  | Le lieu est tenu secret                               | 1000m                      | HR                       | Une nuit féérique de randonnée en raquette sous la clarté de la pleine lune                                  | 1/3/2015                | 10     |                               | X    | Jean                |
| Dim 8                           | Ski de randonnée            | a définir   | 1000m                      | deja initié              | L'objectif sera défini en fonction des conditions de neige. Sortie jumelé avec le TIS Montagne.              | 3/3/2015                | 10     |                               |      | Guillaume           |
| Sam 14                          | Initiation Alpi             | Couloir Lucas   | Total 730m<br>Couloir 250m | déjà un peu pratiquer    | Montagne d'Areng 2079m, vers le port de Balès  | 10/3/2015               | 6      |                               |      | Francis et Frédéric |
| Sam 14<br>Dim 15                | Randonnée Raquette          | Massif du Cotiella                                    | 700m<br>750m               | HR                       | 1er jour, cirque d'Armena<br>2éme jour, col del ibon 2345m et/ou pic de la Once 2650m                        | 10/3/2015               | 7      | Refuge d'Armena               |      | Christian           |
| Ven 20                          | Randonnée Raquette          | Vallée d'Oueil Luchonnais                             | 1100m                      | HR                       | Crêtes du Pouy Louby (2091m) depuis Cires (1200m)<br>Extraordinaire belvédère sur les montagne du luchonnais | 13/03/2015              | 10     |                               |      | Jean                |
| Sam 21                          | Ski de randonnée            | Pic d'Aulon en boucle                                 | 1300m                      | S4                       | Réservé bon skieurs  | 14/03/2015              |        |                               |      | Frédéric            |
| Sam 21<br>Dim 22                | ski de rando                | Pic de Montfaucon<br>Pic d'Aulon                      | 1500m/jour                 | S3/S4, bons skieurs      | Couloir final avec passage 40° Max (évitable si pas en conditions). Sortie jumelée ASMT montagne             | 25/03/2015              | 8      | 1/2 pension en gîte en vallée |      | Frédéric            |
| Dim 29                          | Ecole d'Escalade en Falaise | Lieu choisi au dernier moment en fonction de la météo |                            | Débutant et tous niveaux | Apprentissage et perfectionnement des techniques de progression et de sécurité                               | 22/03/2015              | 10     |                               |      | Jean                |

Programme\_2015\_1er\_trimestre - Prévisions

|   | Activité                    | Destination   | Dénivelés | Niveau                   | Commentaires  | Date limite d'inscription | Places | Hébergement | FFME | Responsable      |
|---|-----------------------------|---|-----------|--------------------------|---|---------------------------|--------|-------------|------|------------------|
| <b>Avril - 2eme trimestre 2015 (Prévisions)</b> |                             |   |           |                          |   |                           |        |             |      |                  |
| Sam 11  | rando - raquettes           | à définir   |           |                          |   |                           | 10     |             |      | Sylvie           |
| Dim 12  | Ecole d'Escalade en Falaise | Lieu choisi au dernier moment en fonction de la météo |           | Débutant et tous niveaux | Apprentissage et perfectionnement des techniques de progression et de sécurité  | 5/4/2015                  | 10     |             |      | Jean             |
| Dim 19  | Via Ferrata et Randonnée    | Riu Madrius Andorre                                   | 800m      | VF : AD+<br>Rando : HR   | Vallée inscrite au patrimoine mondial de l'Unesco   | 12/4/2015                 | 10     |             |      | Jean             |
| Dim 26  | Ecole d'Escalade en Falaise | Lieu choisi au dernier moment en fonction de la météo |           | Débutant et tous niveaux | Apprentissage et perfectionnement des techniques de progression et de sécurité  | 19/04/2015                | 10     |             |      | Jean             |
| 11/12 avril<br>ou<br>18/19 avril                | Ski de Rando                | Posets  |           |                          |   |                           |        |             |      | Fred + Guillaume |
| <b>Mai - 2eme trimestre 2015 (Prévisions)</b>   |                             |   |           |                          |   |                           |        |             |      |                  |
| 8/9 Mai<br>ou<br>15/16 Mai                      | Ski de Rando                | A définir   |           |                          | Dans le massif de la Maladeta (Pic d'Albe, Pic Cordier, Le bondidier...)<br>Réservé bon skieurs et bonne forme physique |                           |        |             |      | Frédéric         |
| 23 24 25 mai                                    | rando                       | à définir   |           |                          | peut être les chemins de la liberté - ou rando et escalade - à confirmer  |                           | 10     |             |      | Sylvie           |
| 31 Mai  | Ski de Rando                | Estaragne et Cambiel                                  | beaucoup  | S3                       | Réservé bon skieurs et bonne forme physique   |                           |        |             |      |                  |
| <b>Juin - 2eme trimestre 2015 (Prévisions)</b>  |                             |   |           |                          |   |                           |        |             |      |                  |