

PROGRAMME TIS MONTAGNE 1er trimestre 2014 – v1

Date	Activité	Destination	Dénivelé	Niveau	Commentaires	Periode Inscript	Places	proposé par
Janvier 2014								
Sa 11	Randonnée	Une cabane	Modéré	Débutant	Pour fêter la nouvelle année et la reprise des randos	02/01	20	Georges
Di 12	Randonnée Raquette pour enfants		300 m	Débutants	Au moins un parent doit être présent à la sortie	02 au 08 01	12	Alain
Sa 18	Randonnée Raquette	Pic de L'Arraing		Débutants		06 au 15 01		Alain
Sa 17 Di 18	Ski de Randonnée	Vallée de Louron/ Loudenvielle	Modéré	Initiation	Samedi :Exercices techniques et de sécurité (recherche de victimes d'avalanches) Dimanche :Petit sommet à ski Hébergement en Gîte – Sortie Jumelée avec Frouzins montagne		10	Francis Frédéric Jean-Marc
Sa 25	Randonnée Raquette	Le sommet de Honteyde	790 m	Débutants	Immense sommet plat, face aux 3000 du luchonnais.	22/01	12	Didier
Di 26	Ski de Randonnée	Pic de Girantes 2088m	~900m (*)	Initiés	(*) Environ 900m, suivant l'enneigement		8	Jean-Luc R.

Date	Activité	Destination	Dénivelé	Niveau	Commentaires	Periode Inscript	Places	proposé par
Février 2014								
Sa 8	Randonnée Raquettes	Pic d'Estibat depuis Liers	800m	Pratiquants	Sans difficultés particulières – Expérience raquettes requise (5 h de marche)	06/02	12	Georges
Di 09	Ski de randonnée	Pic des 3 Seigneurs 2199m ou mont Ceint	1200m ou 950m	S2/S3 Skieur Moyen	Nous pourrons faire le mont Ceint en fonction de la nivologie et du groupe. Sortie jumelée avec Frouzins Montagne	03/02	6	Francis
Sa 15 Di 16	Randonnée Raquettes	L'Hospice de France		Débutants	WE à l'Hospice de France et rando de nuit avec Yohan, le gardien de l'Hospice. 5 € pour la rando de nuit (2H environ) et 39 € la ½ pension.	17/01	12	Didier
Di 16	Escalade en falaise école,	A définir, dans un rayon d'1h30 de voiture de Toulouse		Tous niveaux, mais PRIORITE AUX DEBUTANTS	Sortie spécialement dédiée aux débutants : si vous n'avez jamais grimpé du tout, ou jamais grimpé ailleurs que dans une salle, cette sortie est pour vous ! Venez donc faire vos premiers pas : apprentissage de l'assurage, de la progression en tête, du rappel ... etc ... selon vos envies, et selon le principe « tout est proposé, rien n'est imposé ». Si la météo est mauvaise, cette sortie pourra être décalée d'une semaine -> dimanche 23	13 /02 matin	6	Thierry R.

Date	Activité	Destination	Dénivelé	Niveau	Commentaires	Periode Inscript	Places	proposé par
Mars 2014								
Sa 1 Di 2	Ski de randonnée	Puig occidental de coll Roig 2833m	1250m	S2/S3 Bon skieur	Départ samedi après midi. A deux pas du Carlit au paradis du ski sauvage. Sortie jumelée avec Frouzins Montagne	24/2/14	6	Francis
Sa 1 DI 2	Randonnée raquette	Pic de Bacanère	1J 500 m 2J 650 m	Confirmés	Nuit dans la cabane de la Salode	17 au 26 02	12	Alain
Sa 8 Di 9	Alpinisme en neige (couloir ou face) -	Tuc de Pourtillou/Cheminée de Cornave (F) ou Face N du Pic de la Coume d'enfer (PD+) ou Couloir N du Bony d'Envalira (AD-)		pré-requis : avoir un peu d'endurance niveau facile (F) à AD	La sortie sera confirmée (ou pas) le vendredi 7, en fonction de la météo. Si le temps est mauvais ou si les conditions de neige ne sont pas bonnes : randonnée ou escalade en falaise, comme activités de substitution. sur 1 ou 2 jours, selon la destination choisie	03/03	4	Thierry R.
Sa 15	Randonnée Raquettes	Rocher de Miglos/Pla de Montcamp	800m	Pratiquants	Sans difficultés particulières – Expérience raquettes requise (5 h de marche)	13/03	12	Georges
Di 16	Escalade en falaise école	A définir, dans un rayon d'une heure et demie de voiture autour de Toulouse		Tous niveaux, mais PRIORITE AUX DEBUTANTS	Sortie spécialement dédiée aux débutants : si vous n'avez jamais grimpé du tout, ou jamais grimpé ailleurs que dans une salle, cette sortie est pour vous ! Venez donc faire vos premiers pas : apprentissage de l'assurage, de la progression en tête, du rappel ... etc ... selon vos envies, et selon le principe « tout est proposé, rien n'est imposé ».	13/03 matin	6	Thierry R.
Di 16	Ski de randonnée	A définir	+/- 1000m	S2/S3, autonome	N'hésitez pas à proposer des destinations. Sortie Jumelée avec Frouzins Montagne	14/03	10	Guillaume Francis
Mer 19	Soirée technique canyon	Thales Avionics local montagne		Session réservée aux cadres technique canyon	De 18h00 à 20h00. Information et inscription			Antoine
Sa 22 Di 23(*)	Escalade en falaise école	Site à 1H30 de Toulouse Selon météo		Tous niveaux	Sortie sur un ou deux jours (à définir ds la semaine). Horaires de Dimanche compatibles avec vote aux municipales		10	Jean-Marc
Sa 29	Randonnée raquette	Pic Pedrons	700 m	débutants		17 au 26 03	12	Alain
Sa 29 Di 30(*)	Escalade en falaise école	Site à 1H30 de Toulouse Selon météo		Tous niveaux	Sortie sur un ou deux jours (à définir ds la semaine). Horaires de Dimanche compatibles avec vote aux municipales		10	Jean-Marc

Vacances scolaires Tlse : 1^{er} au 17 Mars – Chassé-croisé sur les routes le WE du 1^{er} Mars (fin des vacances Bdx)

(*) : élections municipales 1^{er} et 2eme tour

Date	Activité	Destination	Dénivelé	Niveau	Commentaires	Periode Inscript	Places	proposé par
Avril 2014 (Prévisionnel)								
Mer 2	Soirée technique canyon	Thales Avionics local montagne		Tout niveau	De 18h00 à 20h00. Information et inscription			Antoine
Sa 12	Randonnée avec ou sans Raquettes	A définir		Pratiquants		10/04	12	Georges
Ve 11 Sa 12 Di 13 Lu 14	Escalade en falaises équipées	Provence / Les Calanques, entre Marseille et Cassis		5c minimum Voie d'une ou de plusieurs longueurs	Hébergement en gîte. Départ le jeudi 3/4 en fin d'après-midi, retour le lundi 7/4 en soirée (environ 4h30 à 5h00 de route).	20/03	8	Thierry R.
Mer 16	Soirée technique canyon	Toulouse, Berges de la Garonne		Tout niveau	De 18h00 à 20h00. Information et inscription			Antoine
Sa 19 Di 20 Lu 21	Randonnée avec ou sans Raquettes	Lac des Bouillouses		Débutants	L'hiver nous offre autour du lac gelé un panorama extraordinaire. ½ pension 35 €	20 mars	12	Didier
Di 27	Ski de randonnée	A définir	+/- 1000m	S2/S3, autonome	N'hésitez pas à proposer des destinations. Sortie Jumelée avec Frouzins Montagne	25/04	10	Guillaume Francis
Mer 30	Soirée technique canyon	Toulouse, Berges de la Garonne		Tout niveau	De 18h00 à 20h00. Information et inscription			Antoine

WE de Pâques 19-21 Avril / Vacances scolaires Tlse :26 Avril – 11 Mai

Date	Activité	Destination	Dénivelé	Niveau	Commentaires	Periode Inscript	Places	proposé par
Mai 2014 (Prévisionnel)								
Ve 1 Sa 2 Di 3 Lu 4	Escalade en falaises équipées	Espagne / Catalogne (environs de Pont de Suert ou de Tarragone)		5c minimum Voie d'une ou de plusieurs longueurs	Hébergement en gîte. Départ le mercredi 30/4 en fin d'après-midi, retour le dimanche 4/5 en soirée (entre 2 et 5h00 de route, selon la destination choisie).	25/04	8	Thierry R.
Sa 24 Di 25 (*)	Interclub canyon	Céret (66)		Tout niveau Débutant	Information et inscription	16/05		Antoine

(*) Elections Européennes

Echelle de difficultés

<p>Alpinisme & Escalade F : Facile PD : Peu Difficile AD : Assez Difficile D : Difficile TD : Très Difficile ED : Exceptionnellement difficile ABO : ABominablement difficile</p>	<p style="text-align: center;">Ski de randonnée</p> <p>La cotation globale de la course = F, PD, AD, etc... comme en alpinisme & escalade</p> <p>La cotation ponctuelle = S1, S2, S3, etc... C'est la cotation d'un court passage d'une course qui est ajouté en cas de nécessité spécifique. La cotation ponctuelle est en particulier très utile pour indiquer un court passage raide dans une descente globalement plus facile, ou pour signaler un passage exposé. S1 : Route S2/S3 : Pentes larges, douce, jusqu'à 35°. S4 : Pentes jusqu'à, 45° compris. 30°/40° si exposition forte, ou passage étroit. S5 : Pentes 45°/50°, ou 40° si exposition importante, ou couloir étroit. S6 : Couloir au-delà de 50°, cheminée, exposition, etc. Au-delà, nous sommes dans le domaine de l'extrême.</p>
<p style="text-align: center;">Randonnée</p> <p>RF : Randonnée Facile, dénivelé 700 m HR : Haute Randonnée, dénivelé 700 à 1200 m, peu de passages difficiles RD : Randonnée Difficile, 700 m et + avec des passages difficiles</p>	