

# PROGRAMME TIS MONTAGNE 1<sup>er</sup> Trimestre 2017

v.1

Date	Activité	Destination	Dénivelé	Niveau	Commentaires	Limite Inscript	Pla-ces	proposé par
<b>Janvier 2017</b>								
Sa 7 Di 8	Ski de Rando	Piau – La Gela	800 à 1000 m	S2/ S3	Rando pédestre si manque de neige Nuit en Gîte	03/01	6	Frédéric
Di 22	Randonnée raquettes	Ariège	900 m	Débutant (ayant pratiqué rando été)	Cap Bouirex 1873m depuis Sentenac d'Oust		12	Typhanie
Di 22	Ski de Rando	En fonction des conditions	800 à 1000 m	S2	Personnes ayant déjà pratiqué et sachant utiliser DVA Pelle et Sonde – Jumelé FROUZINS MONTAGNE – N'hésitez pas à proposer des destinations	20/01	8	Guillaume
Sa 28 Di 29	Ski de Rando Initiation	Luchonnais Val Louron	J1 : 400m J2 : 800 m	S2	Nuit en Gîte	19/01	8	Frédéric

Date	Activité	Destination	Dénivelé	Niveau	Commentaires	Limite Inscript	Places	proposé par
<b>Février 2017</b>								
Di 5	Découverte Activités Hivernales	Station du Mourtis (31)	Pyré neige- Ateliers ouverts à tous, en particulier aux familles- Découverte raquette à neige, construction igloos, Ski de rando ... <a href="http://www.crimp-ffme.fr/les-comites-departementaux-montagne-et-escalade-midi-pyrenees/cd-ffme-haute-garonne/pyre-neige.html">http://www.crimp-ffme.fr/les-comites-departementaux-montagne-et-escalade-midi-pyrenees/cd-ffme-haute-garonne/pyre-neige.html</a> Voir résumé en bas de cette page					clubs FFME (dont le TIS-Montagne)-
Di 12	Ski de rando	Boucle et sommet autour du Tarbésou 2364m	800m	PD, S2/S3	Jolie tour au départ d'Ascou Pailhères par les lacs de Rabassoles. Niveau bon skieur. Personnes ayant déjà pratiqué et sachant utiliser DVA Pelle et Sonde. La sortie pourra être modifiée, en fonction des conditions. Jumelé avec FM	09/02	5	Francis
Sa 18 Di 19	Ski de Rando Initiation	A Définir	800m	S2	Pourra être éventuellement réduit à une journée		8	Jean-Marc Francis

*Vacances scolaires Tlse : du Sa 4 au Di 19 février avec chassé-croisé Tlse/Bdx sur les routes le WE du 18/19 Février (Vacances Bdx jusqu'au Di 5 Mars)*

	<h2 style="color: blue;">POUR QUI ?</h2> <p>Cette manifestation s'adresse à <b>toutes les personnes de plus de 6 ans</b>, débutantes ou confirmées, y compris celles non licenciées dans un club affilié à la ffme.</p> <h2 style="color: blue;">QUAND?</h2> <p>Le 5 février 2017. L'accueil débutera à partir de 8h au Tuc de l'Etang</p>
--	--

Date	Activité	Destination	Dénivelé	Niveau	Commentaires	Limite Inscript	Places	proposé par
<b>Mars 2017</b>								
Sa 11	Ski de rando	En fonction des conditions	1200m	S2	Jumelé Frouzins MONTAGNE N'hésitez pas à proposer des destinations	08/03	8	Guillaume
Sa 18	Escalade	Falaise proche de Toulouse		Tous	Escalade en Couenne (1 longueur)		12	Jean-Marc
Di 19	Ski de rando	Pic de la Cabanetta 2818m	1100m	PD. S2/S3	Vallée cachée du vall d'Inclès. Andorre. Niveau bon skieur. Personnes ayant déjà pratiqué et sachant utiliser DVA Pelle et Sonde. La sortie pourra être modifié, en fonction des conditions. Jumelé avec FM	16/03	5	Francis
Sa 25 Di 26	Via Ferrata	Saint Paul de Fenouillet Pyrénées Orientales		débutants & confirmés	Samedi la Pichona pour débutant dimanche la Panoramique pour confirmés	22/03	7	Alain

Date	Activité	Destination	Dénivelé	Niveau	Commentaires	Limite Inscript	Places	proposé par
<b>Avril 2017 (Prévisionnel)</b>								
Ve 7 Sa 8 Di 9 Lu 10  (Ma 11)	Escalade	Montserrat (près de Barcelone) ou Calanques (entre Marseille et Cassis) ou ailleurs en Provence		5c minimum + un peu de marche d'approche	Escalade en couennes (1 seule longueur) ET en grandes voies. Falaises plus ou moins équipées  Départ le jeudi 6/4 en fin d'après-midi (de préférence) ou le vendredi 7/4 au matin. Hébergement en gîte ou en refuge, voire à l'hôtel. Retour le lundi 10/04 ou le mardi 11/04 en soirée, selon le choix des participants. Entre 4 et 5h00 de route.	30/03	6	Thierry R.
Sa 22 Di 23	Escalade	Falaise proche de Toulouse		Tous	Escalade en Couenne (1 longueur) Sur une ou 2 journée selon météo et participants Les horaires d'aller ou de retour le Dimanche seront compatibles du devoir citoyen	15/03	12	Jean-Marc
Sa 29 Di 30 Lu 01	Via Ferrata	la Canourgue Lozère		confirmés		19/04	7	Alain

Dimanche 23 Avril : 1<sup>er</sup> Tour présidentielles

**ESCALADE en SALLE :**

Escalade en groupe (soirs en semaine) à :

“ **ALTISSIMO** ”

5, Rue Jean Rodier Z.I. Montaudran

ou 9 Rue Marie Louise Dissart, ZAC Saint-Martin du Touch,

[Responsables: Julien GABRY / Didier PENE](#)

**EMPRUNT de MATERIEL :**

Permanence chaque jeudi de 13h00 à 13h30 au local de la section sur le site de THALES

Envoyer un mail aux responsables pour les prévenir de votre venue à la permanence

[Responsables : Francis BAGANIER /Julien GABRY](#)

**EMPRUNT de LIVRES/TOPOS/CARTES :**

Sur rendez-vous à la bibliothèque (dans le local de la section sur le site de THALES)

Contactez les responsables par mail ou par tel pour convenir d'un rendez-vous

[Responsables : Thierry ROUJOL](#)

**SITE INTERNET :**

<http://tis.montagne.free.fr/>

Le règlement, les programmes, les comptes rendus des sorties sont sur le site Web.

[Responsables : Emmanuel DEWAS](#)

**MAILING LISTE :**

Régulièrement vous pouvez être informé des activités de la section par Email.

Si vous ne recevez pas déjà les mails d'informations de la section montagne,

vous pouvez vous inscrire en envoyant un Email

à [emmanuel.dewas@fr.thalesgroup.com](mailto:emmanuel.dewas@fr.thalesgroup.com)

[Responsables : Emmanuel DEWAS](#)

## Echelle de difficultés

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

## **Calendrier des Formation Régionale FFME**

### **FORMATION FFME (toutes disciplines)**

Consultable à l'adresse <http://www.crmf-ffme.fr/> à la rubrique formation , il est mis à jour régulièrement.

Les formations sont ouvertes à tous les membres de la section adhérents à la FFME.

Elles sont en priorité destinées aux personnes désireuses d'encadrer une activité, mais peuvent également être suivies à titre individuel.

Pour les personnes souhaitant se former à l'encadrement, un cofinancement de ces formations peut être assurés par le TIS moyennant un engagement d'organisation de sorties.

En discuter avec Céline NEUGNOT ou Thierry ROUJOL