



## Des Mardimanchots heureux : Bientôt le froid et la neige

Premières fraîcheurs matinales, premiers petits flocons minuscules sur les sommets.

Les mardimanchots commencent à frétiller !! Pas d'affolement, bien sûr. Nous ne sommes qu'en septembre !! Mais bulletin oblige, il faut penser à la saison hivernale!

Les premières formations D.V.A., obligatoires pour s'inscrire aux sorties, débuteront en novembre et s'étaleront sur décembre (et même janvier) afin de contrôler le bon fonctionnement du matériel de sécurité et améliorer nos pratiques. Venez avec sonde, pelle, D.V.A. et leurs nouvelles piles.

La sortie de lancement est programmée pour le 18 décembre 2018 si la neige est bien au rendez-vous. Et puis ce seront des sorties régulières tous les mardis à partir du 8 janvier jusqu'à fin avril en fonction des conditions. Et bien entendu, nous continuerons nos sorties impromptues, proposées par les encadrants quand leur disponibilité et de bonnes conditions météo sont en adéquation.

Quant aux séjours, chacun peut faire des propositions dès novembre, encadrants ou participants, l'objectif étant de s'occuper de la logistique des séjours et de trouver des encadrants volontaires. Cela n'a pas posé de problèmes l'année dernière lors de séjours où la mutualisation des compétences a très bien fonctionné.

### Quelques rappels :

- Consulter régulièrement le site car il se passe toujours quelque chose en ski de rando, semaine et week-end!
- S'inscrire sur le site d'EvoLoisians<sup>1</sup>, qui fonctionne déjà depuis la saison 2017/2018 en indiquant son niveau de forme (entre 200 et 500 m/h pour la montée) et sa technique de descente (pour le moment, SM, BS, TBS)
- Pour les nouveaux, prendre contact avec les responsables pour se faire connaître et discuter

Très bonne saison future et à très bientôt.  
Sylviane, pour les Mardimanchots

## Sports de neige

### Renseignements et inscriptions

**le mercredi 21 novembre**  
à 19h, au local du club.

*Pour la plupart de ces formations, il sera demandé des arrhes à l'inscription.*

### • Formation DVA :

Journée, ouverte aux cafistes et non cafistes, destinée aux personnes désirant reprendre en main leur DVA avant le début de la saison hivernale mais aussi aux débutants qui veulent s'initier à l'utilisation d'un DVA.

Les présents pourront vérifier, avec des cadres du club, la fiabilité et la sensibilité de leurs équipements. Ils auront aussi la possibilité de pratiquer avec d'autres DVA de nouvelle génération.

**Date :** le 25 novembre

#### Organisateurs :

- Jean-Paul Candé, Jean-Louis Mejecaze  
Avec la collaboration de la Ville de Grenoble

♦ D'autres formations, sous forme de journées, ou demi-journées seront programmées ; consulter le site : cafgo.org

### • Ski alpin :

Formation pour améliorer sa technique de ski "Toutes neiges" : ski de piste et hors piste

**Durée :** sur quatre samedis

**Dates :** les 5, 12, 26 janvier et 2 février

**Lieu à définir** en fonction de l'enneigement L'Alpe du Grand Serre ou Vaujany

**Organisatrice :** - Martine Champelovier

: martine.champ.arod@free.fr  
avec les encadrants bénévoles du club si les conditions le permettent et s'il y a au moins 20 inscrits pour bénéficier du forfait groupe.

**Prix moyen :** entre 30 et 35 € selon la station comprenant le covoiturage, le forfait et les cours

Les formations proposées sur cette double page sont des initiations ou des formations de niveau 1 ; elles permettent soit de découvrir de nouvelles techniques, soit de devenir plus autonome à l'intérieur d'un groupe. Présence requise sur l'ensemble des journées de formation.

## • Ski alpinisme

### Cycle initiation :

Formation destinée aux débutants n'ayant jamais fait de ski de randonnée : la formation portera sur la connaissance du matériel (skis, peaux, DVA...) et son utilisation (montée, conversion, descente, sécurité, recherche personne ensevelie...)

**Déroulement :** une soirée technique, trois sorties à thèmes

• **9 janvier :** Soirée de présentation & d'organisation  
Jean-Jacques Moulinier / Bernard Pouliquen

• **12 janvier :** 1<sup>ère</sup> sortie - prise en main du matériel et petite rando (dénivelée maxi 500 m)  
Jean-Jacques Moulinier / Bernard Pouliquen

• **20 janvier :** 2<sup>e</sup> sortie (petite rando / dénivelée maxi 700 m)  
Jean-Jacques Moulinier / Bernard Pouliquen

• **22 janvier à 19h00 :** Soirée technique (BERA & bases cartographie), soirée ouverte à tous

Le contenu est destiné surtout au cycle initiation  
Jean-Jacques Moulinier / Bernard Pouliquen

• **26 et 27 janvier :** 3<sup>e</sup> sortie  
deux sorties sur le WE avec nuit en refuge et formation cartographie.  
Jean-Jacques Moulinier

#### Organisateurs :

- Jean-Jacques Moulinier  
- Bernard Pouliquen

### Perfectionnement :

La formation portera sur les risques encourus, le choix du matériel, la nivologie, la cartographie, le choix de la sortie, la recherche de victime et l'organisation des secours.

Elle se déroulera sous forme de sorties à thèmes en lien avec la soirée technique du mardi.

#### Organisateurs :

- Jean-Paul Candé  
- Hervé Chabrolles  
 : herve.chabrolles@gmail.com

### Perfectionnement :

#### Stage perfectionnement Ski « Toutes neiges »

#### • Montgenèvre :

#### Dates :

- du 13 au 18 janvier en pension complète

#### Déroulement :

1- Perfectionnement ski hors pistes avec moniteur en journée complète (24 places)

Pour tous niveaux (pratique ski de pistes niveau pistes rouges minimum), stage encadré par des moniteurs ESF spécialistes de l'enseignement de cette pratique ; 3 groupes seront constitués en fonction des conditions d'enneigement et des niveaux de ski des participants.

2- Ski de rando ; ski hors pistes en autonomie, stage sans moniteur, groupe rapide pour bons skieurs (21 places)

Les activités seront choisies chaque soir par le groupe avec les encadrants présents du club (Martine Champelovier, Bernard Pouliquen, Hervé Chabrolles, Jean-Louis Mejecaze, Alain Gay, Dominique Fontenoy) en fonction des conditions neige et météo.

#### Organisatrices :

- Florence Michelland et Martine Champelovier

#### Inscriptions :

: flo.michelland@orange.fr  
Les inscriptions seront prises à partir de début octobre 2018 sur le site du club.



© Cécile Rosset

# Sports de neige

## Formations fédérales

### ♦ Cartographie-orientation :

unité de formation de niveau 2

- Les 6 et 7 octobre, Villard-de-Lans

Jean-Paul Simond  
Jean-François Gamond

- Courant décembre, lieu à définir  
Matthieu Martin

### ♦ Neige et avalanches :

unité de formation de niveau 2

- les 2 et 3 février 2019 (ou les 9 et 10)

Lieu à définir  
Johan André

- date et lieu à définir  
Jean-François Neyroud

### ♦ Sécurité sur glacier :

unité de formation de niveau 2

- les 16 et 17 mars

- La Grave  
Étienne Vincent

### ♦ Initiateur surf-alpinisme:

unité de formation de niveau 2

- du 25 mars au 2 avril 2019

Ubaye  
Étienne Vincent

Pour vous inscrire à une formation niveau 2 contacter l'organisateur du stage. D'autres formations vont se rajouter au cours de la saison. Consulter l'ensemble des formations fédérales sur le site de la fédération ✨ : [ffcam.fr](http://ffcam.fr) Sélectionner Rechercher une formation puis choisir l'activité "Sports de neige "

### ♦ Faire sa trace (ski de randonnée et raquette) :

date et lieu à définir

Jean-François Neyroud  
Alain Birebent

### ♦ Vers l'autonomie en raquettes alpines :

date et lieu à définir (4 jours)

Alain Birebent

### ♦ Secourisme montagne hivernal :

date et lieu à définir

Françoise Serve

### Calendrier du prochain bulletin :

Ce bulletin paraîtra début février ; il couvrira la période février, mars, avril, mai.

- La date limite pour l'élaboration du calendrier des sorties est fixée au **4 janvier**  
Les articles et photos sont à envoyer à Yves de Malmazet avant le 4 janvier à cette adresse : [bulletin@cafgo.org](mailto:bulletin@cafgo.org)

Pour contacter les organisateurs et/ou formateurs :

- ✉ : [francoise.serve@wanadoo.fr](mailto:francoise.serve@wanadoo.fr)
- ✉ : [alainbirebent@gmail.com](mailto:alainbirebent@gmail.com)
- ✉ : [jf.neyroud@gmail.com](mailto:jf.neyroud@gmail.com)
- ✉ : [jpsim@orange.fr](mailto:jpsim@orange.fr)
- ✉ : [jean-francois.gamond@laposte.net](mailto:jean-francois.gamond@laposte.net)
- ✉ : [matthieu.martin38@free.fr](mailto:matthieu.martin38@free.fr)