

LES AMIS DE LA NATURE

5BirHak (Mne

5 place Bir-Hakeim – 38000 GRENOBLE

Site internet National: <https://www.amis-nature.fr>

Site Association Locale: lesamisdelanaturegrenoble.e-monsite.com

INFORMATIONS GENERALES

1) Inscription obligatoire la veille de la sortie avant 20 heures, en téléphonant à l'animateur. Si vous tombez sur un répondeur, laissez votre nom et votre n° de téléphone afin de vous rappeler, ainsi qu'en cas de changement d'heures ou d'annulation de la sortie.

2) Avant de souscrire, nous vous suggérons 2 sorties d'essai. Vous serez couvert pour ces sorties.

3) Les sorties se font en voiture particulière ou par les transports en commun (0.40cts)

4) Adhésions : 42 Euros par an pour une personne. 80 Euros pour un couple.

Enfants de 14 à 18 : 17 Euros. - de 14 : 9 Euros.

5) La cotisation Fédérale vous couvre en responsabilité civile et individuelle accident pour toutes les activités programmées par l'association.

6) Pour toute information sur nos activités téléphoner à l'un de ces numéros

04.76.09.69.62. 04.76.08.28.13 06.16.93.73.84

7) Lieu de départ en voiture : Maison de la Culture (grand parking à l'arrière).

Attention présentez-vous au lieu de départ avant l'heure citée.

8) N°tél des animateurs : Maryse B: 06-83-14-14-58 / Florent :06-15-06-56-81 / André R. : 04-56-45-87-76 / 06-01-67-44-59
Mireille et Bernard : 04-76-09-69-62 / Dominique: 06-11-41-50-30 / Monique C : 06-69-69-10-53 /
Thierry V : 06-51-63-90-30

Contactez la veille l'animateur pour votre participation et l'heure de départ. Laissez message en cas d'absence.

ACTIVITES DU MOIS DE JUIN 2026

ACTIVITES RANDOS 600 – 1100M entre Juin et Septembre (en bas de page)

Dimanche 7 : Cascade de la Pisse en boucle Dénivelé 450 m, 6 km. Départ de Lalley. Départ 8h30 (Bernard) ou
Portes ouvertes au chalet des Adrets (Brignoud), venez à la rencontre des AN.

Vendredi 12 : Repas PAËLLA à 12h au refuge uniquement sur inscription auprès de Florent au 0615065681,
avant le 30 Mai au tarif de 17 Euro. Avec les Amis de Forbach (Moselle) et nos Amis de Brignoud.

Dimanche 14 : Voir entre vous.

Dimanche 21 : Col vert départ les Cochettes .D: 600m (Monique C.)

Dimanche 28 : Circuit de la Cuche, départ de Veurey-Voroize, départ MC2 8h30, D : 750M. (André R.)

ACTIVITES DU MOIS DE JUILLET 2026

Dimanche 5 : Journée festive ! Marche, Animation musicale avec l'association « O chêne de Chloé » Refuge. Venez nombreux à partir de 10h, repas tiré du sac. Pensez au dessert, partagez.

Dimanche 12 : Rochassac départ le hameau des granges Longeville .D: 680m (Monique C.)

Dimanche 19 : Voir entre vous.

Dimanche 26 : Col de la Croix de Fer, Lac de Bramant Dénivelé 400m. Départ 8h30 (Bernard)

ACTIVITES DU MOIS DE AOÛT 2026

Dimanche 2 : Le Jocou 2052M, Départ depuis Col de la Croix Haute, MC2 8H, D : 700M. (André R.)

Dimanche 9 : Pas de la ville 700m D pour les bons marcheurs le Grand Veymont .D:1095m (Monique C.)

Dimanche 16 : Voir entre vous.

Dimanche 23 : Voir entre vous.

Dimanche 30 : Lac Charlaix 400mD si on fait le Perollier 750mD (Monique C.)

ACTIVITES DU MOIS DE SEPTEMBRE 2026

Samedi 5 : Forum des sports à partir de 10 h.

Dimanche 6 : Voir entre vous.

Dimanche 13 : Le Conest départ le Majeuil :D700m (Monique C.)

Dimanche 20 : Week-End, Départ de la Grave par le téléphérique. Samedi matin 8h30 de la MC2 (Bernard)
Nuitée au Refuge Chancel par le lac de Puy Vachier. Prix Téléphérique et demi-pension 67 Euros.

Dimanche 27 : Voir entre vous.

ACTIVITES RANDOS 600-1100 m - entre Juin et Septembre (Thierry)

Les participants étant peu nombreux, je ne fixe pas de date pour les randos. Cela se fera en fonction des participants disponibles, de la météo, de mes disponibilités, des randos des autres animateurs. (Thierry)

Voici quelques idées :

- **Mai-Juin :** Lacs Roberts

- **Juin :** Hauts plateaux du Vercors - Départ depuis La Coche (2h15 de voiture)

o Grand Veymond : 20.2 Km, 980 m

o Hauts Plateaux avec les fleurs : Pas des Chattons, Carrières romaines et arbre solitaire (mais SANS le Grand Veymond)

Été :

- Dents de Crolles : 676 m, 3h45, 6.35 Km Par le pas de l'Oeille et le trou du Glaz (Si le chemin est réouvert !) - Difficile (utilisation de câbles)

- Traversée Lac Du Crozet à Chamrousse, avec retour en bus

- Lacs des Domenons (et lac du Crozet) : 1100 à 1200 m, 14 Km

- Plan Col au départ de Moulin-Vieux: 9 Km, 650 à 700 m

- Dent des portes : Bauges, Départ du hameau "le Cul du Bois" : 800 m,

Vos suggestions sont les bienvenus.

SEJOURS 2026

Bavière (Allemagne) et TYROL (Autriche) du 18 Juin au 1er Juillet 2026. (Florent) COMPLET 14 P.