



Siège social et lieu de réunion  
Maison de la Nature et de l'Environnement de l'Isère  
5 place Bir-Hakeim – 38000 GRENOBLE

Site internet National: [www.amis-nature.org](http://www.amis-nature.org)

Site Association Locale: [lesamisdelanaturegrenoble.e-monsite.com](http://lesamisdelanaturegrenoble.e-monsite.com)

Facebook : <https://www.facebook.com/profile.php?id=100064159449902>

## **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 en cas de changement d'heures ou d'annulation de la sortie.**

**2) Avant d'adhérer nous vous proposons 2 sorties d'essai. Vous serez assuré 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. 84 Euros pour un couple.**

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

**5) La cotisation vous couvre en responsabilité civile et individuel 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 /  
Bernard F : 04-76-09-69-62 / Dominique:06-11-41-50-30  
Annie .C : 04-57-39-71-90    Monique C : 04-76-72-70-22**

**9) Pour les sorties du mardi contacter Annie .C, Mireille ou Maryse.**

\*\*\*\*\*

## **ACTIVITES DU MOIS DE FEVRIER 2024**

**Dimanche 4 : Tour du Rachais, Départ Col de Vence, D : 315M et 8km, 9H00. ( Monique C.)**

**Dimanche 11 : VOIR ENTRE VOUS.**

**Dimanche 18 : Cime des Clos de Belldonne, départ St MURY 300 à 700M, 3335OT D : 8h30 (Mireille et Bernard.**

**Samedi 24 : Fondue au Refuge à 12H. Réserver votre présence auprès de Mireille et Bernard.  
Possibilité de dormir au refuge le soir, prévoir petit-déjeuner.**

**Dimanche 25 : Randonnée autour du Refuge du Marais.**

## **ACTIVITES DU MOIS DE MARS 2024**

- Dimanche 3** : Tour du Sabre et La tour Saint Venin, Départ La Poya, D : 485M et 9KM. (Monique C.)
- Dimanche 10** : Bois Barbu, Boucle sapin Bélier et Col du Liorin, D : 260M, 8km7, IGN 3236OT, Départ 8h30 (Mireille et Bernard)
- Dimanche 17** : **VOIR ENTRE VOUS.**
- Dimanche 24** : La Tour du Mollard d'Arbon, départ Voreppe, 450M et 7km en circuit. 9H30 ( André R.)
- Dimanche 31** : PAQUES.

## **ACTIVITES DU MOIS DE AVRIL 2024**

- Dimanche 7** : Ferme Durant, Départ Beauregard, D : 560M, 9H00. (Monique C.)
- Dimanche 14** : Massif des Entremonts, 300 à 600M, Col de Mommard ou Col du Grapillon, IGN 3333OT, Départ 9h00, (Mireille et Bernard)
- Travaux Peinture Refuge Cuisine 2ème Quinzaine et Ménage. Appel bénévole.**
- Dimanche 21** : Les Gorges du Gorgonnet, départ port St Gervais(Sud Vinay), 300M et 9km. 9H00 (André R.)
- Dimanche 28** : **Préparation pour l'ouverture du Refuge à 10h. (Repas tirer du sac).**

## **ACTIVITES DU MOIS DE MAI 2024**

- Atelier cuisine avec l'association « Fée des Chemins » 1ère semaine Mai. (Modalités précisées ultérieurement)**
- Dimanche 5** : **Repas Couscous au Refuge avec l'Asso.. ACPI. Plus d'info à venir.( Contacter Maryse)**
- Dimanche 12** : BEAUREGARD, Départ Les Arnauds au-dessus Laffrey, D : 400M et 8KM. (Monique C.)
- Dimanche 19** : Le Belvédère du Rivet, départ des Ecouges Chabert, IGN 3235, 300M et 9km. (André R.)
- Dimanche 26** : **VOIR ENTRE VOUS**

## **PROJETS SEJOURS 2024**

- \* **SAVOIE Notre Dame de Bellecombe. 15 au 22 Juin ( Contacter Maryse)**
- \* **AVEYRON Estaing. Du 19 au 25 Juin (Demi-pension) (Contacter André R.)**
- \* **LES DOLOMITES (Italie) Du 26 Août au 4 Septembre ( Contacter Monique R.)**

