



USPEG

Section MONTAGNE

PROGRAMME DEBUT 2010

ESCALADE - VIA FERRATA

RANDONNEE - PEDESTRE

ALPINISME - TREKKING

RAQUETTES A NEIGE

SKI DE MONTAGNE

CANYONISME

ANIMATEURS

ALPHAND Jeannine

AUDRY Philippe

AZEMA Philippe

JEANPIERRE Alain

MASSON Laurent

ROBIEZ Francis

TUSCAN Alain

TUSCAN Georges

Tél Domicile

04 91 74 28 59

04 91 40 30 95

04 42 03 73 61

04 42 54 87 44

04 91 05 74 35

04 42 57 45 50

04 88 22 14 82

04 91 68 22 37

Tél Bureau

04 91 74 88 54

04 91 74 83 07

04 42 95 95 28

04 91 74 87 49

Tél Portable

06 82 32 75 21

06 65 53 99 37

06 89 91 29 35

06 67 58 70 47

06 04 07 42 83

06 83 12 75 59

06 28 55.04.06

E-mail : renseignements divers : georges.tuscan@orange.fr

<http://www.uspeg-montagne.fr>

Dernière mise à jour le 21 février 2010

PROGRAMME début 2010

SOMMAIRE

<i>JANVIER</i>	<i>LIEU</i>	<i>ACTIVITE</i>	<i>ANIMATEURS</i>
Sam 9 et Dim10	ALLAUCH	RANDO BIVOUAC	Georges TUSCAN
Samedi 9	A DEFINIR	SKI DE RANDO	F. ROBIEZ–A. JEANPIERRE
Vendredi 15	CHAMPSAUR	SKI DE RANDO	L. MASSON – P. AZEMA
Samedi 16	CALANQUES	ESCALADE	Georges TUSCAN
Dimanche 17	CALANQUES	RANDONNEE	Jeannine ALPHAND
Samedi 23	ST BAUME	ESCALADE	Alain TUSCAN
Samedi 23	A DEFINIR	SKI DE RANDO	F. ROBIEZ–A. JEANPIERRE
Samedi 30	MARSEILLE	ESCALADE	Alain TUSCAN
Dimanche 31	BLAYEUL	RAQUETTES	Georges ou Alain TUSCAN
<i>FEVRIER</i>	<i>LIEU</i>	<i>ACTIVITE</i>	<i>ANIMATEURS</i>
Samedi 6	CALANQUES	ESCALADE	Alain TUSCAN
Sam 6 et Dim7	CALANQUES	SOIREE CRÊPES	Georges TUSCAN
Sam 6 et Dim 7	MERCANTOUR	SKI DE RANDO	F. ROBIEZ–A. JEANPIERRE
Samedi 13	TOULON	ESCALADE	Georges TUSCAN
Samedi 20	PRA-LOUP/ALLOS	SKI DE PISTE	Georges TUSCAN
Dimanche 21	PENNE/HUVEAUNE	RANDONNEE	Jeannine ALPHAND
Samedi 27	CALANQUES	ESCALADE	Alain TUSCAN
Sam 27 et Dim 28	QUEYRAS	RAQUETTES	Georges TUSCAN
<i>MARS</i>	<i>LIEU</i>	<i>ACTIVITE</i>	<i>ANIMATEURS</i>
Samedi 6	CALANQUES	ESCALADE	Alain TUSCAN
Sam 6 et Dim 7	VERCORS	SKI DE RANDO	L. MASSON – P. AZEMA
Sam 6 et Dim 7	LURE (à confirmer)	BIVOUAC IGLOO	Georges TUSCAN
Samedi 13	LA CONSOLATION	ESCALADE	Alain TUSCAN
Sam 13 et Dim 14	ECRINS	SKI DE RANDO	L. MASSON – P. AZEMA
Sam 13 et Dim 14	LUZ la CROIX HTE	RAQUETTES	Philippe AUDRY
Sam 20 et Dim 21	CHAMBEYRON	SKI DE RANDO	F. ROBIEZ–A. JEANPIERRE
Sam 27 et dim 28	CIMAÏ	ESCALADE	Georges TUSCAN
Dimanche 28	STE VICTOIRE	RANDONNEE	Jeannine ALPHAND
Sam 27 et Dim 28	CHAMPSAUR	SKI DE RANDO	Philippe AZEMA
<i>AVRIL</i>	<i>LIEU</i>	<i>ACTIVITE</i>	<i>ANIMATEURS</i>
Samedi 3	ALPILLES	ESCALADE	Alain TUSCAN
Dimanche 4	LUBERON	RANDONNEE	Georges TUSCAN
Samedi 10	CHATEAUNEUF	ESCALADE	Alain TUSCAN
Sam 10 et Dim 11	NEVACHE	RAQUETTES	Philippe AUDRY
Samedi 17	ORGON	ESCALADE	Alain TUSCAN
Dimanche 18	ESTEREL	RANDONNEE	Georges TUSCAN
Samedi 24	SORMIOU	ESCALADE	Georges TUSCAN
Sam 24 et Dim 25	ECRINS	SKI DE RANDO	L. MASSON – P. AZEMA
<i>Mai</i>	<i>LIEU</i>	<i>ACTIVITE</i>	<i>ANIMATEURS</i>
Samedi 1	VERDON	ESCALADE	Alain TUSCAN
Dimanche 2			

PREVISION : SEMAINE 19 – RANDONNEE ITINERANTE EN CORSE –
 Le nombre de participants sera limité en fonction des places disponibles dans les gîtes
 Programme en cours d'élaboration - Animateur : **Jeannine ALPHAND**

SKI DE RANDONNEE

Samedi 9 Janvier	A DEFINIR (au plus près)	18 € env.
Difficulté	Débutants OK -1000 m ↗ environ.	450km env.
Hébergement/Inscription	Sans – Le 6 au plus tard	
Animateur(s)	F. ROBIEZ – A. JEANPIERRE	
Vendredi 15 Janvier	CHAMPSAUR - Piolit (selon conditions)	18 € env.
Difficulté	Débutant ok (parcours adapté en fct) – 1070 m ↗	450km env.
Hébergement/Inscription	Sans – Le 13 au plus tard	
Animateur(s)	L. MASSON – P. AZEMA	
Samedi 23 Janvier	A DEFINIR (au plus près)	18 € env.
Difficulté	Débutants OK - dénivelée 1000m ↗ environ	450km env.
Hébergement/Inscription	Sans – Le 20 au plus tard	
Animateur(s)	F. ROBIEZ – A. JEANPIERRE	
Sam 6 et Dim 7 Février	MERCANTOUR – Mt Clapier 3050 m	20€
Difficulté	Moyenne – 1200m ↗ environ	500km
Hébergement/Inscription	Refuge de Nice – 25 Janvier au plus tard	
Animateur(s)	F. ROBIEZ – A. JEANPIERRE	
Sam 6 et Dim 7 Mars	VERCORS – Grd Veymont autonomie (nuit igloo)	22€
Difficulté	Moyenne à difficile (poids) – 1000 m ↗ 2 ^{ème} jour	550km
Hébergement/Inscription	Sans – Le 19 février au plus tard	
Animateur(s)	L. MASSON – P. AZEMA	
Sam 13 et Dim 14 Mars	ECRINS – MOURRE FROID	18€
Difficulté	Difficile – 1800 m ↗	460km
Hébergement/Inscription	Nuit en gîte ou refuge – Le 24 février au plus tard	
Animateur(s)	L. MASSON – P. AZEMA	
Sam 20 et Dim 21 Mars	TOUR DU CHAMBEYRON	22€
Difficulté	Moyenne - Alpin	550km
Hébergement/Inscription	Refuge du Chambeyron – Gardé ? 9 mars au plus tard	
Animateur(s)	F. ROBIEZ – A. JEANPIERRE	
Sam 27 Dim 28 mars	CHAMPSAUR – (A définir selon conditions)	18€
Difficulté	Facile – Spéciale débutants – de 600 à 1000 m ↗/jour	450km
Hébergement/Inscription	En Gîte – Avant le 5 mars	
Animateur(s)	P. AZEMA	
Sam 24 et Dim 25 avril	DOME DES ECRINS – (en autonomie éventuelle)	22€
Difficulté	Difficile – Poids + dénivelé 2300 m ↗	550km
Hébergement/Inscription	Avant le 27 mars (refuge) - Av le 16 avril en bivouac.	
Animateur(s)	L. MASSON – P. AZEMA	

RANDONNEE PEDESTRE

Sam9 et Dim10 janvier	BIVOUAC HIVERNAL A ALLAUCH	
Difficultés	Assez Facile 1 Heure 100m ↗	
Hébergement/Inscription	Bivouac dans la Grotte du Berger	
Animateur(s)	Georges TUSCAN	
Dimanche 17 janvier	Col de la CANDELLE – Aiguille GUILLEMIN	
Difficultés	400 m ↗ – entre 4 et 7 h. si on prend le temps	
Animateur(s)	Jeannine ALPHAND	
Sam 6 et Dim 7 février	SOIREE CREPES et BIVOUAC à LUMINY	
Difficultés	Facile 45mn. Possibilité de bivouac sur place	
Animateur(s)	Georges TUSCAN	
Dimanche 21 février	Le Vallon des ESCOURTINES – La CANDOLLE	
Difficultés	Faible dénivelée - entre 4 et 7 h. si on prend le temps	
Animateur(s)	Jeannine ALPHAND	
Dimanche 28 mars	THOLONET – BIMONT – CROIX PROVENCE	
Difficultés	Environ 800 m ↗ – 6 heures	
Animateur	Jeannine ALPHAND	
Dimanche 4 Avril	LE RAVIN ET LES MOULINS DE VERONCLE	9 €
Difficultés	Facile, 250 m ↗. Avec courts passages escarpés.	210 km
Animateur	Georges TUSCAN	
Dimanche 18 avril	GORGES DU BLAVET - ESTEREL	12€
Difficultés	Facile 4 heures dénivelé ? ↗	300Km
Animateur(s)	Georges TUSCAN	

DIVERS (SKI DE PISTES ET BIVOUAC IGLOO)

Samedi 20 fév	PRA-LOUP / ALLOS	26 €
Difficulté	Ski de piste	+ forfait
Inscription	Avant le 13 fév	
Animateur(s)	Georges TUSCAN	
Sam 6 et Dim 7 Mars	LIEU A DEFINIR (LURE ?)	12 à 14€
Difficulté	Rando Facile et construction d'Igloo de Bivouac	env 350Km
Hébergement/Inscription	Bivouac en Igloo / Avant le 1 Mars	
Animateur(s)	Georges TUSCAN	

RAQUETTES A NEIGE

Dimanche 31 janvier	BLAYEUL - LA JAVIE	13 €
Difficulté	Peu facile à Assez difficile	325 Km
Animateur(s)	Alain TUSCAN (et/ou Georges ?)	
Sam 27 et Dim 28 Fév	LACS MIROIR ET STE ANNE - CEILLAC	24 €
Difficulté	Facile (utilisation Télésiège)	600 Km
Hébergement/Inscription	Gîte du Petit chalet / Avant le 1 février	32 à 35 €
Animateur(s)	Georges TUSCAN	
Sam 13 et Dim 14 Mars	LUZ la CROIX HAUTE - Point Feuillette Une des plus belle du pays de Luz la Croix Haute	18 €
Difficulté	8 Km – 750 m ↗ - 5h30 de marche (1881 m)	450 Km
Hébergement/Inscription	Départ samedi 6h00 – Inscription avant le 11 février.	
Animateur(s)	Philippe AUDRY	
Sam 10 et Dim 11 Avril	NEVACHE Col de Buffère Crête de Cristol	24 €
Difficulté	1 ^{er} jour 550 m ↗ - 2 ^{ème} jour 500 m ↗	600 Km
Hébergement/Inscription	Refuge de Buffère - Avant le 5 Mars	
Animateur(s)	Philippe AUDRY	

ESCALADE

Samedi 16 janvier	CALANQUES CALLELONGUE	
Difficulté	4B au 6B	
Animateur(s)	Georges TUSCAN	
Samedi 23 janvier	ST BAUME - LA PERLE	
Difficulté	4B au 6B	
Animateur(s)	Alain TUSCAN	
Samedi 30 janvier	MARSEILLE - LES NEREIDES	
Difficulté	4B au 6B	
Animateur(s)	Alain TUSCAN	
Samedi 6 février	LUMINY - PAROI NOIRE	
Difficulté	4B au 6B	
Animateur(s)	Alain TUSCAN	
Samedi 13 février	TOULON CITERNE OU FARON	
Difficulté	4B au 6B	
Animateur(s)	Georges TUSCAN	

ESCALADE SUITE

Samedi 27 février	CALANQUE - LA PARFUMERIE	
Difficulté	4B au 6B	
Animateur(s)	Alain TUSCAN	
Samedi 6 mars	CALANQUE - SORMIOU	
Difficulté	Grandes voies 5A à 6A	
Animateur(s)	Alain TUSCAN	
Samedi 13 mars	JOUQUES – ND DE LA CONSOLATION	
Difficulté	4B au 6B	
Animateur(s)	Alain TUSCAN	
Sam 27 & dim 28 mars	CIMAÏ (Rassemblement EB)	
Difficulté	4B au 8B+ test de chausson et grimpe ht niveau	
Animateur(s)	Georges TUSCAN	
Samedi 3 avril	ALPILLES - AURIELLE	
Difficulté	4B au 6B	
Animateur(s)	Alain TUSCAN	
Samedi 10 avril	CHATEAUNEUF / MARTIGUES - LE SAUT	
Difficulté	4B au 6B	
Animateur(s)	Alain TUSCAN	
Samedi 17 avril	ORGON - LE CANAL	
Difficulté	4B au 6B	
Animateur(s)	Alain TUSCAN	
Samedi 24 avril	CALANQUE DE SORMIOU ROMPE CUOU	
Difficulté	Grandes voies 5B à 6A	
Animateur(s)	Georges TUSCAN	
Samedi 01 mai	VERDON	14 €
Difficulté	Grandes voies 5A à 6A	350 Km
Animateur(s)	Alain TUSCAN	
<p>Les personnes intéressées par ces sorties grimpe devront avertir l'animateur, le jeudi au plus tard, afin de pouvoir modifier ou annuler en fonction du nombre de participants et pour l'organisation au niveau du matériel (cordes)</p>		
<p>Pour les sorties Canyon, Via ferrata, Escalade ou randonnée aérienne le port du casque est obligatoire, ainsi que le baudrier, le 8 avec mousqueton et la longe pour s'assurer. Avertir suffisamment tôt le GO lors de l'inscription si vous n'en possédez pas.</p>		