

PRAZ MONTAGNE

Le club des activités de montagne de Praz-sur-Arly



BONNE ANNEE 2011

L'assemblée générale a démontré que nous étions toujours aussi nombreux à participer aux activités. Pour la nouvelle année, voici un premier programme des grandes dates des événements et des sorties en raquettes et ski de rando. D'autres rendez-vous devraient s'y ajouter. Nous appelons d'ailleurs les adhérents à être force de proposition pour enrichir ce calendrier.

YANNICK BUFFET CHAMPION DE FRANCE !

Incroyable ! On le disait en grande forme... Yannick n'a pas tardé à le prouver. Le 13 décembre 2010, à Orcières-Merlette (Hautes Alpes), il a décroché le titre de Champion de France de ski alpinisme en individuel, l'épreuve la plus complète de la discipline.

Vraiment un grand bravo à lui. Il fait la fierté du club. Un exemple à suivre !

Nous ne manquerons pas de vous tenir informé de ses prochains résultats ainsi que de tous ceux de l'équipe des coureurs de Praz Montagne. Car Yannick n'est pas seul et beaucoup d'adhérents représentent avec dynamisme Praz-sur-Arly sur les différents circuits de compétition.



Photos. En haut : ski de rando (par G.Joncour) . En bas, Yannick Buffet aux Championnats de France (par G.Gachet).

PROGRAMME

Voici une partie des sorties qui vous attendent cet hiver. D'autres s'y ajouteront encore. Vous serez, comme d'habitude, prévenu par e-mail. Ces sorties sont gratuites hors frais éventuels de refuge et de remontées mécaniques (les déplacements sont pris en charge par le club).

JANVIER

Dimanche 2

Ski de rando : Petit Croise Baulet (Aravis) avec exercice ARVA. Difficulté : PD. Dénivelé : 800 m. (contact : Christophe)

Jeudi 13

Raquettes : Mont Bisanne, Croix de Coste (Saisies)
Durée : 3h. Dénivelé : 380 m. (contact : Jean-Claude)

Samedi 29

Sortie conjointe raquettes / ski de rando : Barrage de la Girotte.

Raquettes : durée : 4h45. Dénivelé : 700 m jusqu'aux abords du lac.

Ski de rando : difficulté F. Dénivelé : 850 m jusqu'aux environs du Plan de la Mouille. Contact : Yann



FEVRIER

Vendredi 4

Sortie conjointe raquettes / ski de rando : à Manigod.
Raquettes : durée : 3h. Dénivelé : 200 m jusqu'à l'Arbarête.
Ski de rando : difficulté F. Dénivelé : 580 m jusqu'à la Pointe d'Orsière. Contact : Yann

Dimanche 13

Ski de rando : Le Grand Arc (Lauzière)
Difficulté : PD et AD+. Dénivelé : 1400 m. (contact : Christophe)

Jeudi 17

Raquettes : Plateau des Avenières et le Treu (St Nicolas la Chapelle)
Durée : 3h. Dénivelé : 505 m. (contact : Jean-Claude)

Samedi 26

Sortie conjointe raquettes / ski de rando : Montagne de Sulens (Aravis).
Raquettes : durée : 3h30. Dénivelé : 540 m du col de Plan Bois.
Ski de rando : difficulté PD. Dénivelé : 720 m du Plan des Berthas.
Contact : Yann



Devenir adhérent

Pour participer à nos sorties et bénéficier de l'assurance montagne incluse dans la licence FFME (Fédération Française de Montagne et d'Escalade), inscrivez vous à Praz Montagne ! Les licences sont valables du 1er septembre 2010 au 31 août 2011.

Activités du club

- Escalade et via ferrata
- Randonnée / Trail
- Raquette / Ski de montagne

Tarif pour l'année

69 euros pour les adultes et 52 euros pour les enfants. Un tarif "famille" est proposé à partir de 3 inscriptions (voir sur notre site Internet pour les détails).

PRAZ MONTAGNE

Chez David MORINEAU

58 allée de la Mairie
74120 PRAZ SUR ARLY

Tel : 06 08 91 51 39

Mail : praz-montagne@club.ffme.fr

www.praz-montagne.com

MARS

Dimanche 6

Ski de rando : Légette du Mirantin (Beaufortain)
Difficulté : PD+ et AD. Dénivelé : 1000 m ou 1400 m.
(contact : Christophe)

Vendredi 11

Raquettes : Crêtes des Bénés (Cordon)
Durée : 4h45. Dénivelé : 680 m. (contact : Jean-Claude)

Samedi 12 **8e Montée de l'Envers du Praz**

Compétition de ski alpinisme sur les pistes de Praz-sur-Arly, organisée par le club.

Samedi 19

Stage sécurité sur glacier : dans le massif du Mont Blanc, avec un guide. Difficulté : avoir un bon niveau de ski de descente. Contact : Christophe.

Dimanche 20

Raquettes : Chalets de Porcherey (St Gervais)
Durée : 3h15. Dénivelé : 477 m. (contact : Jean-Claude)



Samedi 26

Ski de rando : l'après-midi à Véry (Praz-sur-Arly) pour baliser le parcours du Chemin des Contrebandiers. Montée gratuite par les remontées mécaniques jusqu'à Basse Combe. Ensuite, une équipe balise le Mt de Vorès et l'autre monte le ravitaillement au chalet de Véry. Retour au soleil couchant.
Difficulté : PD (mais un peu physique car il faut porter dans votre sac à dos ravitaillement ou balisage). Dénivelé : 120 m. (contact : Yann)

Dimanche 27 **9e Chemin des Contrebandiers**

Rando découverte costumées sur les crêtes, en raquettes ou skis de randonnée.

AVRIL

Dimanche 3

Ski de rando : Pointe de la Réchasse (Vanoise)
Difficulté : PD+ avec obligation d'avoir suivi le stage "glacier" (matériel spécifique à prévoir). Dénivelé : 1600 m. (contact : Christophe)

Vos contacts :

Christophe : 06 18 50 48 89
Jean-Claude : 06 82 99 34 15
Yann : 06 46 41 16 33

WANTED BENEVOLES

Samedi 12 mars

8e Montée de l'Envers du Praz

Compétition de ski alpinisme
Etape du Mountain Ski Tour
Départ de la course : 19h



Nous faisons, comme chaque année, APPEL AUX BENEVOLES pour préparer le parcours, être à l'accueil ou sur l'itinéraire, etc (l'après midi, le soir...). Appelez David pour vous proposer.

WANTED BENEVOLES

Dimanche 27 mars

9e Chemin des Contrebandiers du Val d'Arly

Notre fameuse balade découverte raquettes ou skis de rando, ouverte au public où chacun des bénévoles est costumé à l'ancienne. Très convivial et dans le décor magique de Véry.



Nous faisons, comme chaque année, APPEL AUX BENEVOLES pour préparer le parcours la veille, être à l'accueil ou sur l'itinéraire. Appelez Yann pour cela.

REPORTAGE PHOTOS

LES CONTREBANDIERS EN CAVALE

Depuis bientôt dix ans, le Chemin des Contrebandiers séduit - chaque fin d'hiver - bien des randonneurs. En raquettes ou en skis de rando, la fête est la même, sur les sommets de Praz-sur-Arly, face à un panorama à couper le souffle. Ça valait bien un reportage photo composé d'images prises l'an dernier par Gaël Joncour, histoire de vous donner envie d'être parmi nous le 27 mars prochain.



Une douanière patrouille face au Mont Blanc, cherchant le contrebandier.



Randonneurs, vous ne pourrez pas manquer les contrebandiers sur les crêtes !

