

## INFORMATION SUR LES SORTIES

### UNE COMMUNICATION RÉGULIÈRE

Qui indiquera les sorties prévues pour les mois à venir, le détail des itinéraires, etc, via

- ▶ notre site web [WWW.CAFGRENOBLE.COM](http://WWW.CAFGRENOBLE.COM)
- ▶ et des envois de messages fréquents

### INSCRIPTION ET PAIEMENT

Ne vous déplacez plus, faites le en ligne !

### CONTACT

Pour davantage d'informations, rendez vous sur le site web [WWW.CAFGRENOBLE.COM](http://WWW.CAFGRENOBLE.COM) ou contactez son responsable, Gérard Favier :

[gerard.favier@cafgrenoble.com](mailto:gerard.favier@cafgrenoble.com).

**CAF GRENOBLE ISERE**  
SAISON 2015-2016

**RANDONNÉES DU JEUDI**  
PRINTEMPS-ÉTÉ 2016

*l'esprit Club Alpin*

**HÉ,** La randonnée du jeudi évolue à partir du 7 avril !

**NOUS (RE)JOINDRE**

- 32 avenue Félix Viallet, 38000 Grenoble
- 04 76 87 03 73
- [info@cafgrenoble.com](mailto:info@cafgrenoble.com)
- [www.cafgrenoble.com](http://www.cafgrenoble.com)

club alpin français  
Grenoble Isère

club alpin français  
Grenoble Isère



## LA RANDONNÉE DU JEUDI ÉVOLUE !

A partir du **jeudi 7 Avril**, la rando du jeudi, c'est ...

### POUR CHAQUE NOUVEL ARRIVANT

- ▶ **Un accueil personnalisé** : présentation aux autres participants, remise d'un petit cadeau de bienvenue, ...
- ▶ **Un accompagnement par un "parrain"** tout au long de la première sortie pour **faciliter son intégration**, lui expliquer le fonctionnement du CAF, l'organisation des sorties ...

### DES GROUPES DE NIVEAU DIFFÉRENCIÉS

Permettant à chacun de trouver une randonnée adaptée à son niveau et à la forme du moment :

- ▶ des **dénivelés** allant de 600 à 1400 m et des **distances** de 8km à 16 km selon le groupe,
- ▶ des groupes de taille réduite (maximum 15 personnes).

### EFFORT ET RÉCONFORT

Des **cadences** de marche **adaptées** et des **pauses fréquentes** permettant de s'arrêter pour voir, admirer, écouter, photographier ...

### ET SURTOUT

**Convivialité, bonne humeur, et plaisir d'être ensemble et de partager** : ces valeurs qui caractérisent toutes les sorties de la randonnée du jeudi.

## RESPONSABLES D'ACTIVITÉ



Gérard Favier .



gerard.favier@cafgrenoble.com



## NOS SORTIES

### A LA JOURNÉE, CHAQUE JEUDI

- ▶ **Des randonnées** dans tous les massifs des Alpes (Chartreuse, Dévoluy, Beaufortain, ...) permettant la découverte de nouveaux horizons avec les encadrants du CAF.
- ▶ **Un objectif attractif**: un sommet connu, un col, une crête avec une belle vue, ...

### SUR PLUSIEURS JOURS

- ▶ **Des randonnées exceptionnelles** de un ou deux jours qui vous feront découvrir des sites remarquables : les balcons du Mont Blanc, les canyons du Verdon, les calanques...
- ▶ **Des séjours** de trois ou quatre jours permettant de randonner en étoile à partir d'un hébergement confortable : Tarentaise, Ubaye ...

## TRANSPORTS ET HORAIRES

### DES TRANSPORTS EN CAR

permettant d'effectuer des traversées ou des boucles inédites que la voiture individuelle ne permet pas.

### DES HORAIRES RAISONNABLES

**et respectés**, assurant un retour à Grenoble à 19 heures au plus tard.

### DES TARIFS ATTRACTIFS

Pour 14 € chaque jeudi, vous pourrez participer à la sortie du jour.