



Programme de la saison 2025/2026 Version 1.0 – 03.11.25

Retrouvez le **programme complet** dans sa dernière version à jour sur le site du club : <https://caflagnieu.ffcam.fr/agenda.html>

Si vous êtes intéressé(e) par une sortie, **contactez directement l'encadrant(e)** au plus tôt grâce à ses coordonnées disponibles à la fin de ce programme.

Pour les week-end avec **réservation de gîte ou refuge**, **s'inscrire au moins 6 semaines** avant la sortie.
Pour un séjour avec frais de logement, il pourra être demandé de **régler par chèque** en amont pour réserver votre place.

Selon les conditions météo les sorties peuvent être modifiées. D'autres sorties non programmées peuvent être ajoutées à l'agenda. N'hésitez pas à vous rendre aux **permanences du jeudi soir** (20h45-22h00) au local du CAF Lagnieu.

Le **matériel requis** pour l'activité sera précisé par l'encadrant lors de l'inscription ou de la réunion de préparation de sortie.
Possibilité de **location de matériel au club** : DVA, pelle, sonde, piolet, crampons, raquettes, longes de via ferrata.

Ski de randonnée : pour vous inscrire aux sorties, vous devez au préalable avoir participé à une journée « Sécurité neige / manipulation du DVA ». Plus d'informations sur les cotations ski de randonnée [sur le site du CAF Chambéry](#).

Accès au mur d'escalade du gymnase de Lagnieu pour les adultes :

18h-21h le lundi (adultes autonomes)

18h-20h le mercredi (adultes autonomes)

19h-21h le jeudi (adultes débutants et autonomes)

Tous les grimpeurs doivent faire valider leur autonomie un jeudi soir pour avoir accès aux autres créneaux.

Le mardi et le vendredi sont réservés aux jeunes inscrits à l'école d'escalade du CAF Lagnieu.

Date	Activité	Descriptif - Lieu	Niveau (débutant / initié / confirmé)	Encadrant.es
NOVEMBRE 2025				
Dimanche 16 novembre	Escalade	Grande voie dans le Bugey, Argis ou Armix 5+ à 6b suivant le site Départ 9H de Lagnieu, retour aux alentours de 19H	Initié SNE	Fifi GRANJARD
Jeudi 20 novembre 20h-21h	Cycle théorique neige (1/4)	Présentation théorique sur la neige - Première session : Les cristaux de neige et leurs transformations. Participation souhaitée à l'ensemble du cycle. La présentation sera suivie d'un buffet partagé. Lieu : Grande salle du club 16 personnes max	Tous niveaux	Marylou PEDARD & Philippe ECHEVIN
Samedi 22 ou dimanche 23 novembre	Cartographie Orientation	Initiation carto-orientation (Bugey) Lecture de carte, manipulation de la boussole et de l'altimètre. Après une courte partie de théorie, nous irons nous perdre dans le Bugey pour mieux nous retrouver. Nombreuses mises en situation. Matériel : Carte IGN, boussole, éventuellement altimètre, chaussures de rando	Pour tous curieux	Fabien THOMAS
Samedi 22 et dimanche 23 novembre	Ski Alpin et ski de randonnée	Retour sur la neige Ouverture de Tignes ou de Val Thorens Se faire les cuisses en descente le samedi et réviser les manips de ski de rando le dimanche.	Motivés	Vincent PAYET
Dimanche 23 novembre	Randonnée	Trou de lent et Balcon de la Falconnière – Chanaz Départ de Serrières – Bugey Altitude max : 695m 14km - D+/D- 630 m - environ 5h30 7 personnes max Matériel : chaussures de randonnée, bâtons Passages alpins, présence de cables	Confirmés	Madeleine DELAMARE
Jeudi 27 novembre 20h00 - 21h00	Cycle théorique neige (2/4)	Présentation théorique sur la neige - Deuxième session : Les différents types d'avalanche, leurs déclenchements & les méthodes d'analyse du risque. Participation souhaitée à l'ensemble du cycle. La présentation sera suivie d'un buffet partagé. Lieu : Grande salle du club 16 personnes max	Tous niveaux	Marylou PEDARD & Philippe ECHEVIN
Samedi 29 novembre	Randonnée	Bugey - Boucle sur le plateau d'Hauteville - Départ du marais de Vaux et montée au Planachat. Déjeuner fondue à la ferme Guichard (prévoir 30 à 40€ pour le déjeuner) 18km - 600 m D+ / D- 9 personnes max Matériel : chaussures de randonnée, bâtons	Tous niveaux	Marylou PEDARD

Date	Activité	Descriptif - Lieu	Niveau (débutant / initié / confirmé)	Encadrant.es
Dimanche 30 novembre	Escalade	Villebois – A la découverte des blocs Balade pédestre Défrichage de blocs Matériel : Chaussures de rando, brosse, chaussons, crash pads.	Tous niveaux	Antoine GUITTON
DECEMBRE 2025				
Jeudi 4 décembre 20h-21h	Cycle théorique neige (3/4)	Présentation théorique sur la neige - Troisième session : Lecture de BERA (Bulletin d'Estimation du Risque d'Avalanche) avec études de cas Participation souhaitée à l'ensemble du cycle. La présentation sera suivie d'un buffet partagé. Lieu : Grande salle du club 16 personnes max	Tous niveaux	Marylou PEDARD & Philippe ECHEVIN
Samedi 6 décembre	Raquettes ou rando pédestre Avec Initiation orientation	Initiation ou perfectionnement à définir suivant le niveau de chacun Lieu Plans d'Hotonnes ou proximité Lagnieu suivant les envies Matériel : Raquettes si neige - boussole fournie si besoin	Débutant et initié	Richard CAILLER
Jeudi 11 décembre 20h00 - 21h00	Cycle théorique neige (4/4)	Présentation théorique sur la neige - Quatrième session : Théorie de l'organisation des secours en montagne suite à une avalanche Participation souhaitée à l'ensemble du cycle. La présentation sera suivie d'un buffet partagé. Lieu : Grande salle du club 16 personnes max	Tous niveaux	Marylou PEDARD & Philippe ECHEVIN
Samedi 13 ou dimanche 14 décembre	Initiation DVA Ski de rando Raquette	Initiation à la manipulation du DVA (Détecteur de Victime d'Avalanche) Qu'est-ce qu'un DVA ? Comment l'utiliser ? Comment se comporter ? Nombreuses mises en situation. Lieu en fonction de l'enneigement Matériel : DVA, pelle, sonde, ski de rando ou raquette	Pour tous	Fabien THOMAS
Dimanche 14 décembre	Escalade	Sortie à Climb Up Chambéry. Ticket club à 12 euros. Départ 9H de Lagnieu, retour aux alentours de 18H Autonome moulinette minimum.	INI 2.1 validé	JN TAURON
Dimanche 21 décembre	Formation Neige & Sécurité Raquettes	Initiation DVA - Sonde - Pelle. Lieu à définir suivant enneigement Matériel : Raquettes - DVA - Sonde - Pelle	Débutant et initié	Richard CAILLER

Date	Activité	Descriptif - Lieu	Niveau (débutant / initié / confirmé)	Encadrant.es
Samedi 27 décembre	Raquette	Bugey ou Jura fonction de l'enneigement, errance dans les bois, clairières, combes (10 KM, 400 D+)	Tous	Joel CAUFIN
Dimanche 28 décembre	Raquettes	Massif du Bugey ou Crêtes Chaîne du haut Jura 12km 400D+ PD	Initié - Confirmé	Richard CAILLER
JANVIER 2026				
Samedi 3 janvier	Ski de randonnée	Cheval Noir, Massif de la Lauzière Par le col du cheval noir D+ 1230 m, F, 3.2, pentes à 35° Matériel : DVA, pelle, sonde, crampons 7 places	Initiés	Vincent PAYET
Dimanche 4 janvier	Escalade	Décrassage du nouvel an en falaise Essieu ou Virieu le Grand, Bugey Autonome moulinette minimum. Niveau 6a Départ 9H de Lagnieu, retour aux alentours de 18H	Initié SNE	Fifi GRANJARD
Samedi 10 ou dimanche 11 janvier	Ski de randonnée	Si pas d'autre sortie, je peux mettre un ski de rando débutant/débrouillé	Débutants & Initiés	Fabien THOMAS
Dimanche 11 janvier	Escalade	Sortie à Climb Up Chambéry. Ticket club à 12 euros. Départ 9H de Lagnieu, retour aux alentours de 18H Autonome moulinette minimum.	INI 2.1 validé	JN TAURON
Samedi 17 janvier	Ski de piste	Station des Sept Laux Perfectionnement ski alpin toute neige en station Nuit en gîte (12 places réservées) – Sortie cumulable ou non avec le 18/01	Initiés & confirmés	Patrick MORIN
Dimanche 18 janvier	Ski de rando	Sommet choisi en fonction de la station choisie et des participants	Débutants & Initiés	Fabien THOMAS
Samedi 24 ou dimanche 25 janvier	Ski de rando	Si pas d'autre sortie, je peux mettre un ski de rando débutant/débrouillé	Débutants & Initiés	Fabien THOMAS
Samedi 24 ou dimanche 25 janvier	Ski de rando	Col de Tepey – 2716 m (Belledonne) Ski 2.2 D+ 1514 m Matériels : DVA / pelle / sonde / casque Groupe de 8 pers. max	Initiés & confirmés	Patrick MORIN
Samedi 24 janvier et dimanche 25 janvier	Raquettes	Vercors - Itinérance en raquette avec nuit en cabane sur le plateau d'Ambel et de fond d'Urle Jour 1 : 10 km 450 m D+ 550 m D- Jour 2 : 10 km 500 m D+ 400 m D- 7 personnes max Matériel : chaussures de randonnée hivernales, bâtons avec rondelle pour la neige, crampons forestiers (facultatif), matelas gonflable, duvet, pelle, sonde, DVA	Initiés	Marylou PEDARD

Date	Activité	Descriptif - Lieu	Niveau (débutant / initié / confirmé)	Encadrant.es
Samedi 31 janvier après-midi et dimanche 1 février matin	Cascade de glace	Site de Villar d'Arène 8 personnes. 12 euros à régler à l'inscription. Prévoir chaussures d'alpi, crampons piolets Nuit à Villar d'Arène	Initiation	Christelle RIGOT
FEVRIER 2026				
Samedi 7 février ou dimanche 8 février	Skis de Randonnée	La Scia (Chartreuse 1791m) PD, 700m D+	Débutant et initié	Cyril CAVAGNA
Dimanche 8 février	Initiation ski rando	Col de Porte Chartreuse- 400M D+ F Matériel : ski – peaux – couteaux – DVA – pelle - sonde	Débutants	Richard CAILLER
Du lundi 16 au jeudi 19 février	Ski de randonnée	Raid ski de randonnée dans le Queyras 2 ou 3 nuits en refuge selon la météo Matériel : DVA, pelle, sonde, crampons, piolet, casque 7 places	Initiés	Vincent PAYET
Samedi 21 et dimanche 22 février	Escalade	Week-end falaise Pont de Barret (26) Nuit en gîte (peut-être départ le vendredi soir) Inscription avant le 18 janvier Niveau initié SAE (autonome grimpe en tête), possibilité de valider le niveau initié SNE durant le séjour.	Initié SNE	JN TAURON
Samedi 21 ou dimanche 22 février	Raquettes	Chartreuse - Cirque de Saint Même et Alpette de la Dame 10 km - 900 m D+ / D- 7 personnes max Matériel : chaussures de randonnée hivernales, bâtons avec rondelle pour la neige, crampons forestiers, pelle, sonde, DVA	Initiés	Marylou PEDARD
Samedi 21 février ou dimanche 22 février	Ski de rando	Grand Replomb – 2506m (Belledonne) Versant Est par le lac de Crop, un des plus beaux cirques de Belledonne. D+ : 1300m – Cotation 3.3, un court passage à 40° Matériel : DVA, pelle, sonde, ski de rando, crampons.	Initiés & Perfectionnés	Fabien THOMAS
Samedi 28 février ou dimanche 1er mars	Ski	Grand Moretan 2775m depuis les Roches, vallée des Villars (Olizane Savoie #20) D+1637 AD courte pente terminale S4 exposée. Matériel supplémentaire : crampons pour le final. Effectif maxi 8 personnes	Initiés endurants	Jacques VADOT
MARS 2026				
Samedi 7 et dimanche 8 mars	Skis de Randonnée	Tour de Chamrousse (Belledonne) J1 Croix de Chamrousse par Lacs Roberts 950 D+ Nuit à Chamrousse J2 Croix de Chamrousse par Lac Achard 600 D+ Inscription avant janvier	Débutant et initié	Cyril CAVAGNA
Dimanche 8 mars	Initiation ski rando	Beaufortin – Grand Naves entre 600 à 900 D+ suivant participants (Qermoz) – PD Matériel : ski – peaux – couteaux – DVA pelle - sonde	Débutants	Richard CAILLER

Date	Activité	Descriptif - Lieu	Niveau (débutant / initié / confirmé)	Encadrant.es
Samedi 14 mars	Escalade	Couennes et/ou grandes voies en falaise travail de voies à Champfromier , Haut Bugey niveau 5+ min Départ 8H30 de Lagnieu, retour aux alentours de 18H	Confirmé SNE	Fifi GRANJARD
Samedi 14 ou dimanche 15 mars	Ski	Couloir nord du Trelod depuis le Cul du Bois https://skitour.fr/topos/614 Massif : Bauges Sommet : <u>Trelod (2181 m)</u> Orientation : N Dénivelé : 1600 m. Difficulté de montée : PD+ Difficulté ski : 4.2 E2 Pente : 45° sur 50m puis 40° sur 500m Très dépendant des conditions de terrain. Toujours proposé, un fois réalisé. Effectif max 4 personnes	Perf.	Jacques VADOT
Samedi 14 et dimanche 15 mars	Nuit en Igloo	Nuit en igloo fait main...en Belledonne ou ailleurs Approche en ski de rando ou raquette. Prévoir bonne humeur, bon duvet et une bonne pelle... Matériel : DVA, pelle, sonde, ski de rando ou raquette, matelas, duvet... Dénivelé 600m les 2 jours – Me contacter (10 pers max)	Être motivé et un minimum équipé...	Fabien THOMAS
Samedi 21 ou dimanche 22 mars	Ski	Mont Buet D+ 1770 depuis la gare du Buet https://skitour.fr/topos/128 Massif : Haut Giffre - Aiguilles Rouges Sommet : <u>Le Buet (3096 m)</u> Orientation : SE Difficulté de montée : R Difficulté ski : 2.3 E1 Pente : 30° Pas de difficultés hormis la longueur de l'itinéraire Effectif max 8 personnes. Van et camping-car : possibilité de dormir sur le parking de la Gare du Buet (Payant 5€ en 2024 pour 24H)	Initiés endurants	Jacques VADOT
Dimanche 22 mars	Escalade	Virieu le grand Départ 9H de Lagnieu, retour 16H Niveau initié SAE (autonome grimpe en tête), possibilité de valider le niveau initié SNE	Initié SNE	JN TAURON
AVRIL 2026				
Samedi 4 ou dimanche 5 avril	Escalade	Visite des gros dévers bugistes comment sortir de sa zone de confort ! grotte de la remise niveau min 6a – b Départ 8H de Lagnieu, retour aux alentours de 18H	Confirmé SNE	Fifi GRANJARD
Samedi 11 ou dimanche 12 avril	Randonnée botanique	Initiation à la botanique secteur de Lagnieu. Découverte des plantes de chez nous.	Débutant	Françoise CHABOUD

Date	Activité	Descriptif - Lieu	Niveau (débutant / initié / confirmé)	Encadrant.es
Du lundi 13 au mercredi 15 avril	Ski alpinisme	Raid ski alpinisme en Vanoise Traversée des glaciers 2 nuits en refuge, 3 jours sur les skis Matériel : DVA, pelle, sonde, crampons, piolet, casque, baudrier 5 places	Confirmés	Vincent PAYET
Samedi 18 et dimanche 19 avril	Ski	Albaron 3637m D+ 1407m depuis les Vincendiaires (Olizane Savoie #83) Traversée du Sud vers l'Ouest : PD+ S3, court passage en S4 Nuit au refuge d'Avérole. (D+410m) Matériel supplémentaire : crampons	Initiés	Jacques VADOT
Samedi 18 avril	Rando	Lelex le Reculet le Crêt de la neige Lelex 16 KM, 1000 D+ et recherche du point culminant du Jura !	Tous	Joel CAUFIN
Dimanche 26 avril	Randonnée croquis	Randonnée croquis dans les alentours de Lagnieu. 10 km et 500 m de dénivelé max. 9 personnes max Matériel : Papier, matériel de dessin, tabouret pliant, chaussures de randonnée.	Débutants	Marylou PEDARD
MAI 2026				
Du vendredi 8 au dimanche 10 mai	Ski alpinisme	Raid ski alpinisme dans le massif du Mont-Blanc 2 nuits en refuge, 3 jours sur les skis Matériel : DVA, pelle, sonde, crampons, piolet, casque, baudrier 5 places	Confirmés	Vincent PAYET
Jeudi 14 mai au dimanche 17 mai	Escalade	Week-end prolongé à Saint Léger du Ventoux objectif travail de voie en 6c/7a Départ sûrement le mercredi soir. Camping d'Entrechaux en tente ou Van. Niveau 6B minimum Inscription avant le 12 avril	Initié SNE	JN TAURON
Dimanche 24 et lundi 25 mai	Escalade	Week-end de la pentecôte Falaise de Remigny (21) Camping en tente. Niveau autonome en tête	Initié SNE	JN TAURON
Dimanche 31 mai	Randonnée	La roche percée, Chanduraz et le grand Colombier Départ : Béon – Massif du Jura Altitude max : 1554m 18km - D+/D-1410m environ 8h 7 personnes max Matériel : chaussures de randonnée, bâtons	Confirmés	Madeleine DELAMARE
JUIN 2026				
Samedi 6 et dimanche 7 juin	Sécurité sur glacier	Apprentissage à l'évolution en terrain glaciaire et enneigé Encordement, Progression, Cramponnage, Sauvetage en crevasse... Nombreuses mises en situation. Nuit en refuge Matériel : baudrier, piolet, crampons, casque...	Pour tous ceux qui chaussent des crampons	Fabien THOMAS

Date	Activité	Descriptif - Lieu	Niveau (débutant / initié / confirmé)	Encadrant.es
Samedi 20 et dimanche 21 juin	Randonnée	Bauges - Boucle de 2 jours sur les balcons de l'Arcalod. Possibilité de monter au sommet pour les plus aguerris (500m de dénivelé supplémentaires). Jour 1 : 10 km 1100 m D+ 350 m D- Jour 2 : 10 km 400 m D+ 1150 m D- Nuit en bivouac 7 personnes max Matériel : chaussures de randonnée, bâtons, matelas gonflable, duvet, tente ou tarp en fonction de la météo	Initiés & Confirmés	Marylou PEDARD
Dimanche 28 juin	Randonnée	Mont Trélod – Dents des portes Départ Doucy en Bauges – Massif des Bauges Altitude max : 2181m 14km - D+/D-1321m environ 7h 7 personnes max Matériel : chaussures de randonnée, bâtons Passages aériens et exposés	Confirmés	Madeleine DELAMARE
JUILLET 2026				

Date	Activité	Descriptif - Lieu	Niveau (débutant / initié / confirmé)	Encadrant.es
Du samedi 04 au dimanche 12 juillet	Randonnée voyage	Voyage randonnée en Autriche (trajet en mode doux : train & bus) Au programme : - Trek de 3 jours encadrés dans la vallée de l'Ötztal - Visite de la vallée et demi-journée au spa "AquaDome" (journée non encadrée) - Journée randonnée encadrée dans la vallée de l'Ötztal 2 journées libres dans la ville d'Innsbruck. Visites possibles : visite de la vieille ville et de son palais impérial, via ferrata de 6 heures ou randonnée dans les hauteurs de la ville (journées non encadrées) + d'infos sur le programme Nuits en refuge ou hôtel de type dortoir. Séjour en itinérance, pas d'assistance pour les bagages prévue. Budget estimatif : 350€ pour les transports et 650€ pour l'hébergement (en demi-pension dans les refuges et avec petit déjeuner sur Innsbruck) A prévoir également dans le budget : les repas du midi, les dîners hors refuges (6 dîners), l'entrée à AquaDome (35€), la location de matériel de via ferrata (25€), les remontées mécaniques à Innsbruck (50€) Inscription obligatoire avant le 15/01/2026 avec acompte de 150€ 7 personnes max Matériel : chaussures de randonnée, bâtons, sac à viande	Initiés & Confirmés	Marylou PEDARD

Contacts

Le Bureau du club		
Françoise CHABOUD (présidente)	06 02 25 38 96	fwchaboud@free.fr
Jacques DOMER (vice-président)	04 74 61 10 85	j.domer@orange.fr
Joël CAUFIN (trésorier)	06 03 48 66 75	joelcaufin@gmail.com
Alice GAGNADRE (trésorière adjointe)	06 87 86 30 94	gagnal01150@gmail.com
Antoine GUITTON (futur secrétaire ?)	06 64 75 85 85	a.f.guitton@gmail.com
Les encadrantes et encadrants		
Richard CAILLER	06 72 05 67 69	richard-cailler@orange.fr
Joël CAUFIN	06 03 48 66 75	joelcaufin@gmail.com
Cyril CAVAGNA	06 75 68 92 49	cyrilcavagna@outlook.fr
Françoise CHABOUD	06 02 25 38 96	fwchaboud@free.fr
Madeleine DELAMARE	06 19 92 30 00	Mdm_9@hotmail.fr
Philippe ECHEVIN	06 81 31 40 19	services@pechevin.com
Pascal FLEURY-BREHIER	06 81 11 84 19	pafb@wanadoo.fr
Philippe GRANJARD	06 59 97 81 38	granjardp@gmail.com
Florent MANZI	06 23 05 20 11	florentmtb@gmail.com
Patrick MORIN	06 32 41 17 83	morin-patrick985@orange.fr
Vincent PAYET	06 51 45 17 66	vinz.payet@free.fr
Marylou PEDARD	06 88 34 77 53	marylou.pedard@hotmail.fr
Christelle RIGOT	06 82 16 47 09	rigot.christelle@orange.fr
Eric TARAZONA	06 41 15 60 40	eric.tarazona@gmail.com
Jean-Noël TAURON	06 18 72 04 44	jntauron@sfr.fr
Fabien THOMAS	06 03 93 68 13	thomasfabien@hotmail.com
Jacques VADOT	06 02 06 07 44	jacvadot@outlook.fr