

PROGRAMME DES ACTIVITES

Date	Course	Difficulté	Dénivelée	Organisateur
24/05/26	Formation escalade extérieur	Formation		Aurélien
31/05/26	Formation Ecole de neige	Formation		Thierry
28/06/26	Journée Grillades	Pour tous	150à 350m	Le comité
5 au 10/07/26	Rando en étoile val Antigorio Italie	R.P.	800 à 1300m	Pierre
05/09/26	Forum des associations	Pour tous		Le Comité
A définir	Formation et sorties escalade			Jérôme
A définir	Sortie flore	Pour tous		Pierrot
«	Sortie alpinisme avec guide	Voir infos		Le Comité
«	La Tournette(2351m) versant Montmin	R.P.	1100m	Pierre
«	La Fenêtre d'Arpette(2665m) du col de la Forclaz(1526m)	R.P.	1150m	Pierre
«	Le Petit Mt Blanc(2680m) du pont de Gerlon(1592m) Vanoise	R.P.	1100m	Pierre
«	Le Charmoz(2366m) de Vallorcine(1210m)	R.A.	1200m	Pierre
«	Vaudalettaz et Vaudalaz (2928m) de Thumel Val de Rhêmes	R.A.	1000m	Pierre
«	Pte du Dard(2489m) du Planey Beaufortain	R.P.	1300m	Pierre
«	Le Gd Coin(2730m) du col de Chaussy Maurienne	R.P.	1200m	Pierre
«	Col et Tête de Liconi(2929m) depuis Morge Val d'Aoste	R.P.	1300m	Pierre
«	Pte du Tsaté(3077m) Valais	R.A.	1400m	Pierre

INFORMATIONS

Formation escalade en extérieur « vers l'autonomie en milieu naturel » :

Programmée le dimanche 24 mai. Destinée aux grimpeurs autonomes en grimpe en salle. Date limite d'inscription le samedi 16 mai par SMS auprès d'Aurélien Tel 06 47 27 81 66. Minimum de 3 participants.

Ecole de neige du dimanche 31 mai 2026 :

Au programme de cette formation : enrayer une glissade, l'encordement, réaliser un rappel, exercice de mouflage... Date limite d'inscription le vendredi 22 mai par SMS auprès de Thierry Tel 06 13 87 25 89. Minimum 3 participants. Une sortie alpinisme avec guide pourra être envisagée pour les participants aux formations.

Escalade avec Jérôme :

La date, le lieu et le contenu seront indiqués ultérieurement par mail.

Grillades du dimanche 28 juin à midi :

Nous envisageons une journée grillades chez Yannick, soit à l'alpage des Mouillettes sur Megève, soit à son alpage d'Héry sur Ugine. Inscription et renseignements auprès de Pierre Tel 06 41 12 76 92 pierre.socquet@wanadoo.fr au plus tard le vendredi 19 juin.

Randonnée pédestre en étoile en Italie du 5 au 10 juillet :

Nous envisageons un séjour en hôtel dans le val Antigorio (entre le col du Simplon et Domodossola). Nous avons sélectionné un hôtel proposant la demi-pension en chambre double à 67€ par jour et par personne sans les boissons. Manifestez-vous le plus rapidement possible auprès de Pierre Tel 06 41 12 76 92 afin de pouvoir réserver l'hôtel.

Escalade au Palais :

Créneau CAF Megève les mardi et jeudi de 18h30 à 21h00. Renseignements auprès de Raymonde (06 07 89 65 93).

Co-voiturage :

Nous appliquons le tarif de 0.40€/km par véhicule.

Sorties du dimanche (selon météo) :

Pierre communique par mail le vendredi soir la sortie prévue le dimanche uniquement à ceux qui ont demandés à être informés. Parfois, la sortie est programmée un autre jour selon la météo. Pour faire partie de la liste de diffusion ou en être retiré : pierre.socquet@wanadoo.fr (Inutile de confirmer si vous êtes déjà inscrits). Une liste pour les sorties d'été, et une liste pour les sorties ski de rando l'hiver.

Les « Sortie Plaisir » des mercredis :

Raymonde vous communiquera par mail les sorties qui seront organisées, randonnées pédestres et ski de fond l'hiver. Si vous ne faites pas partie de sa liste de diffusion, vous pouvez lui faire une demande par mail : raymonde.lavigne@orange.fr



LA CAFOUILLE

N° 128 Avril 2026

Club Alpin Français de Megève

<http://megeve.ffcam.fr>

Réduction de 18% Au Vieux Campeur :

Sur présentation de notre carte du CAF valide, le Vieux Campeur nous accorde une réduction de 18% sur nos achats sauf soldes.

Carte d'abonnement au tunnel du Mont Blanc :

Nous avons acheté une carte d'abonnement 20 passages qui est en priorité réservée aux sorties collectives, mais qui pourra aussi être utilisée à des fins personnelles (avec remboursement au CAF des passages utilisés soit 24.00 € l'aller-retour) Carte gérée par Dominique Tel 04 50 93 75 34 ou Pierre Tel 06 41 12 76 92. Emprunt sur rendez-vous.

Club Alpin Français
B.P. 157
74120 MEGEVE

Local du CAF situé au 2ème sous sol du parking de l'Office du Tourisme.
Permanences sur demande les vendredis à partir de 20h15.

Adhésions :

Raymonde LAVIGNE Fingères D'en Bas 74700 CORDON

Email : raymonde.lavigne@orange.fr ☎ 04 50 93 02 06 / 06 07 89 65 93

Pierre SOCQUET JUGLARD 407 route d'Odier 74120 DEMI-QUARTIER

Email : pierre.socquet@wanadoo.fr ☎ 04 50 47 87 79 / 06 41 12 76 92

Bonjour à tous,

Nous avons passé un bel hiver bien enneigé qui nous a permis de réaliser de nombreuses sorties en ski de randonnée et en ski de fond.

Place maintenant aux activités d'été : vous trouverez dans cette cafouille des propositions de formations, de sorties, de moments de convivialité.

Nous compléterons bien sûr en annonçant par mail nos sorties habituelles des dimanches et mercredi à ceux qui en ont fait la demande.

D'autres activités seront aussi communiquées ultérieurement par mail.

Nous cherchons des volontaires pour participer au forum des associations le samedi 5 septembre 2026 afin de partager notre passion et recruter de nouveaux adhérents.

Avec l'élection d'une nouvelle équipe municipale et d'un nouveau maire, nous avons été informés que les travaux du parking du Glapet sont repoussés, nous disposons donc encore de notre local du CAF

Passez un bel été en montagne.

Sportivement,
Le Comité