



**GTX**

26 rue Romain Rolland  
31520 RAMONVILLE SAINT AGNE

Tél. : 05 61 73 23 10 MT

05 61 52 97 61 PC

08 72 58 27 00 JFB

05 61 24 05 32 MD

<http://gtx.polytechnique.org>

Toulouse, le 15/02/08

## Sortie raquettes

**Dimanche 16 mars 2006**

**Organisée par Philippe Chenevier**

Chère Camarade, cher Camarade,

### DATE

La date proposée est le dimanche 16 mars. Attention, pour cause d'élections municipales, il faut prévoir d'aller voter dès l'ouverture des bureaux de vote, 8h00.

Avec en report possible, le dimanche 30 mars (cause météo par exemple)

### OBJECTIF :

Passer une journée d'initiation et faire une sortie conviviale avant tout, au grand air et dans la neige.

Pas de recherche d'une performance sportive

Permettre au plus grand nombre de participer, même les complètement débutants, même les enfants

### QUI PEUT VENIR ?

Si vous savez marcher, vous saurez faire de la raquette.

Il est faux de croire qu'on marche les jambes écartées ; c'est comme de la marche, avec des pas un peu plus grands, à cause des raquettes, et avec des bâtons de ski.

Les enfants, selon leur forme physique, même à partir de 7 ou 8 ans. Ce sont les parents qui savent ce dont ils sont capables ; mais s'ils font de la balade pédestre en montagne l'été, et qu'ils sont à l'aise dans la neige, pas de problèmes.

### EQUIPEMENT :

Location possible, pas besoin d'en acheter.

Les loueurs sont nombreux, sur le trajet. Ils fournissent aussi les bâtons. (On loue le matin et on rend le soir)

Il faut des chaussures de montagne, imperméables et chaudes.

Un habillement pas trop chaud pour la marche (on s'échauffe rapidement)

Pour la halte, un habillement chaud, avec pull, gants, anorak-coupe-vent, bonnet etc.

Sac à dos pour le pique-nique, la boisson et les vêtements (on a chaud dès qu'on marche, on est donc légèrement couvert ; dès qu'on s'arrête, il faut mettre les pulls)

Equipement soleil (lunettes, crèmes solaires etc.)

Pas d'équipement de secours, itinéraire dans des lieux de moyenne montagne, sans risques d'avalanche etc.

ITINERAIRE (voir carte ci-jointe, avec deux itinéraires possibles)

Je propose le Pic de Tarbésou, au dessus de la station d'Ascou-Pailhères.

Susceptible de changer selon l'enneigement.

(J'ai d'autres itinéraires moins loin de Toulouse, mais y aura-t-il encore de la neige ?)

On peut ne retenir que les points suivants :

- Trajet voiture 1h50 de route de Toulouse
- Dénivelée modérée (400 mètres)
- Une variante (s'il y a encore beaucoup de neige) nous fera une dénivelée de 700m, avec un arrêt possible pour les moins « gaillards » au milieu.
- distance parcourue : quelques kilomètres
- durée de marche : environ 2h30 avant le pique-nique et 1h30 pour le retour aux voitures

## HORAIRE

Typiquement,

8h30 Départ de Toulouse (en chemin, arrêt location soit à Tarascon, soit à Ax)

10h45 Rendez-vous sur le point de départ :

Vérification des équipements, rappel de l'itinéraire, consignes diverses

11h00 13h30 Marche et montée

13h30 14h30 Pique-nique

14h30 16h00 Marche retour

16h00 Dispersion et embarquement voiture pour retour vers Toulouse

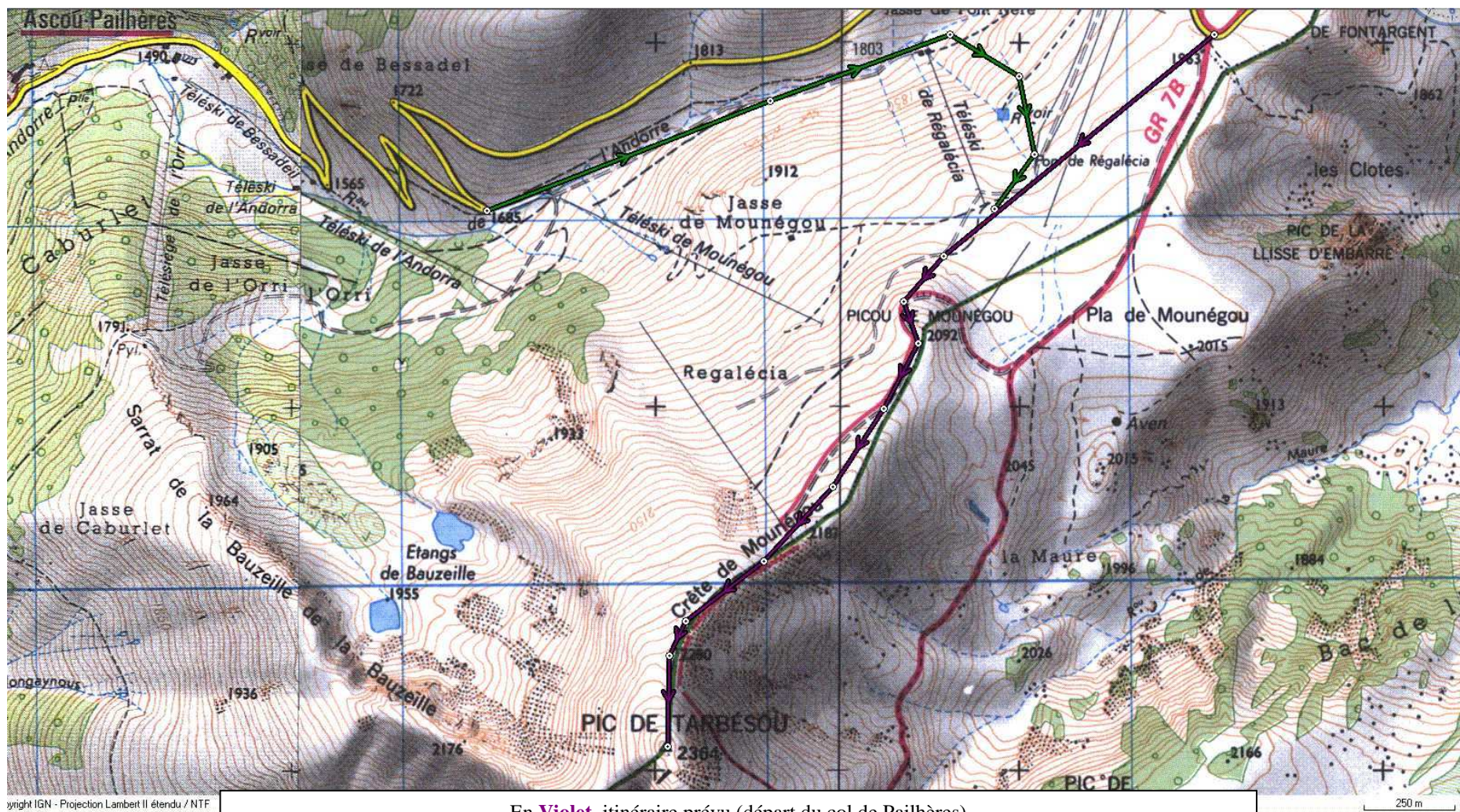
## PRE-INSCRIPTION

Vous pouvez indiquer votre intérêt pour cette sortie dès maintenant : nombre de personnes qui viendraient ; cela facilitera la préparation. Précisez notamment les possibilités de covoiturage : places disponibles et/ou souhait de se faire transporter...

Bien entendu, cela ne vous crée aucune obligation, mais permettra de faire une communication directe au sein du groupe intéressé.

Philippe Chenevier

Envoyez votre marque d'intérêt, et votre contact e-mail à [Philippe.chenevier@wanadoo.fr](mailto:Philippe.chenevier@wanadoo.fr)



Copyright IGN - Projection Lambert II étendu / NTF

En **Violet**, itinéraire prévu (départ du col de Pailhères)  
 En **Vert** la variante, si l'abondance de neige nous arrête à la station de ski (sait-on jamais !)