## **Informations**

- Il est important de vous munir d'un bon équipement (chaussures, raquettes, bâtons, bonnet, gants, vêtements de rechange).
- Les randonnées peuvent être déplacées en fonction de la météo.
- Impératif: la participation à une sortie se fait sous la seule responsabilité du/de la participant-e qui veille à être au bénéfice d'une couverture accident.

#### Les monitrices de Grône sont :

**Jordan Irène** 079 316 34 27 marche et raquettes

Kühn Fabienne079 354 71 00marcheMicheloud Martine079 832 78 55marchePiro-Wiss Ruth078 713 69 15marche

## Présidente de l'association « Le GMAG - Groupe de Marche des Aînés de Grône »

Martine Micheloud 079 832 78 55

Route de Loos 1 martmic@hotmail.com

3979 Grône

Pro Senectute Valais-Wallis
Secrétariat cantonal
Rue de la Porte-Neuve 20
1950 Sion

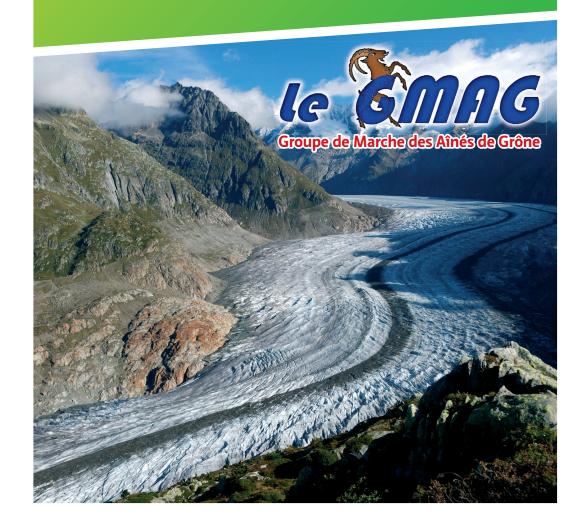
Tél. 027 322 07 41 Fax 027 322 89 16 info@vs.prosenectute.ch www.vs.prosenectute.ch

## **Sport et Mouvement**



# Groupe de marche des aînés de Grône GMAG

Programme 2021



## **Programme 2021**

Assemblée générale le 9 novembre 2021

## **SORTIES RAQUETTES**

Les sorties ont lieu: de janvier à mars (selon enneigement).

Les 1<sup>er</sup> et 3<sup>e</sup> mardi du mois

Lieu de rendez-vous: Place des Ecoles, Grône

Repas: pique-nique tiré du sac ou restaurant

**Inscriptions:** Les inscriptions se font auprès de la responsable de la sortie.

**Coûts:** Trajets inférieurs (AR) à 50 km: CHF 5.-Trajets supérieurs (AR) à 50 km: CHF 10.-

### Responsable des sorties Raquettes: Irène Jordan

Golf
ıa
n

#### **SORTIES MARCHE**

Les sorties ont lieu: d'avril à novembre les 1<sup>er</sup> et 3<sup>e</sup> mardi du mois et portent sur la journée entière. Pique-nique ou restaurant.

Lieu de rendez-vous : Place des Ecoles, Grône

**Inscriptions:** La responsable de la sortie confirme la sortie 1 à 2 jours avant.

**Coûts:** Trajets inférieurs (AR) à 50 km: CHF 5.-Trajets supérieurs (AR) à 50 km: CHF 10.-

#### Programme, destinations et responsables de sortie

27 avril	départ 10h00	Gampel/bisse Obere et Untere Wasser	Martine Micheloud
4 mai	départ 9h00	Grengiols/chemin des Tulipe	Irène Jordan
18 mai	départ 9h00	La Luette Ossona	Martine Micheloud
1 <sup>er</sup> juin	départ 9h00	Bürchen Alte Suön et Meigger Suön	Fabienne Kühn
15 juin	départ 9h00	Pralong Col de la Meina	Martine Micheloud
6 juillet	départ 9h00	Glacier d'Aletsch	Fabienne Kühn
20 juillet	départ 9h00	Vallon de Réchy	Martine Micheloud
3 août	départ 9h00	Moosalp	Ruth Piro-Wiss
17 août	départ 9h00	Cabane des Essertzes	Irène Jordan
7 septembre	départ 9h00	Lac Wyssen	Ruth Piro-Wiss
21 septembre	départ 9h00	Bisse d'Ayent	Fabienne Kühn
5 octobre	départ 9h00	Bettmeralp	Ruth Piro-Wiss
19 octobre	départ 9h00	Bisse Tsandra Conthey	Irène Jordan
9 novembre	Assemblée générale, lieu et heure à déterminer		Comité GMAG