

## 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 Fabienne	079 354 71 00	marche
Micheloud Martine	079 832 78 55	marche
Piro-Wiss Ruth	078 713 69 15	marche

### 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

**PRO  
SENECTUTE**  
PLUS FORTS ENSEMBLE

## 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**

**12 janvier** départ 13h00 Crans Montana Golf

**26 janvier** départ 13h00 Arnouva Montana

**9 février** départ 11h00 Vercorin

**23 février** départ 11h00 Ovronnaz

**9 mars** départ 11h00 Les Haudères

**23 mars** départ 11h00 Pralong Mandelon

## SORTIES MARCHÉ

**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

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