



De la plaine à la montagne

Lettre d'information n° 5

POUR LE DETAIL des SORTIES CI-DESSOUS consultez l'agenda sur notre site : <http://cafmoselle.ffcam.fr>

DLI = Date Limite d'Inscription



Ski de montagne :

- Week-end 14 & 15 janvier DLI le 04 janvier
- Week-end 11 & 12 février DLI le 13 janvier
- Séjour du 19 au 26 février DLI le 11 janvier
- Week-end 03 & 04 mars DLI le 03 février
- Séjour du 05 au 11 mars DLI le 11 janvier
- Séjour du 17 au 20 mars DLI le 18 janvier
- Raid du 21 au 25 mars DLI le 18 janvier



Pour vous entraîner avant de partir:

<http://www.montagne-secu.com/exercice>



Raquette à neige :

- Week-end 28 & 29 janvier DLI le 13 janvier
- Week-end 04 & 05 février DLI le 04 janvier
- Week-end 11 & 12 février DLI le 27 janvier
- Séjour du 18 au 25 février DLI le 27 janvier



Ski de randonnée nordique :

- Week-end 04 & 05 février DLI le 4 janvier



Alpinisme :

- Samedi 28 janvier DLI le 21 janvier
- Samedi 4 février DLI le 30 janvier
- Samedi 11 février DLI le 03 février
- Week-end 3 & 4 mars DLI le 05 février



Escalade libre sur SAE

- Dimanche 15 janvier Saarbruck
- Dimanche 12 février Arlon



diaporama : http://www.youtube.com/watch_popup?v=pd5BMP_41bl

Parapente :

- Séjour du 10 au 17 mars Semaine Ski à Samoëns
- Week-end 21 & 22 avril W-E Vosges à Oderen

Chantal & Etienne : cafetienne@free.fr
Annick & François : demenech.annick@neuf.fr



Pour avoir des idées de sorties: <http://www.lieux-insolites.fr/texte.htm>

Randonnées du mercredi après-midi :

Le 04 janvier	Ancy sur Moselle	Andrée et Daniel Hubert	suivie de la galette des Rois au « Petit Carreau »
Le 11 janvier	Semécourt	Michel Breme	
Le 18 janvier	Moulin lès Metz	Marie Ponthieux	
Le 25 janvier	Peltre	Marcel Flandrois	




Randonnée avec les Baladins du CAF :



Le 04 janvier	Ancy sur Moselle	Marcel Flandrois	suivie de la galette des Rois au « Petit Carreau »
Le 18 janvier	Magny	Marcel Flandrois	

Randonnées à la journée : dimanche 22 janvier Amnéville Claude Naudin

Randonnées à la ½ journée : dimanche 08 janvier Neufchef Bernard Bompreszi

Dernière minute

 Pour la fête de la raquette qui se déroule le dimanche 15 janvier au chalet des Amis de la Nature aux 3 Fours, le Comité Régional FFRP organise un déplacement en autocar.

  Ce comité organise aussi une journée d'information milieu enneigé le samedi 14 janvier.

° Informations sur le site, page accueil, dernière nouvelles en date du 22/12.

