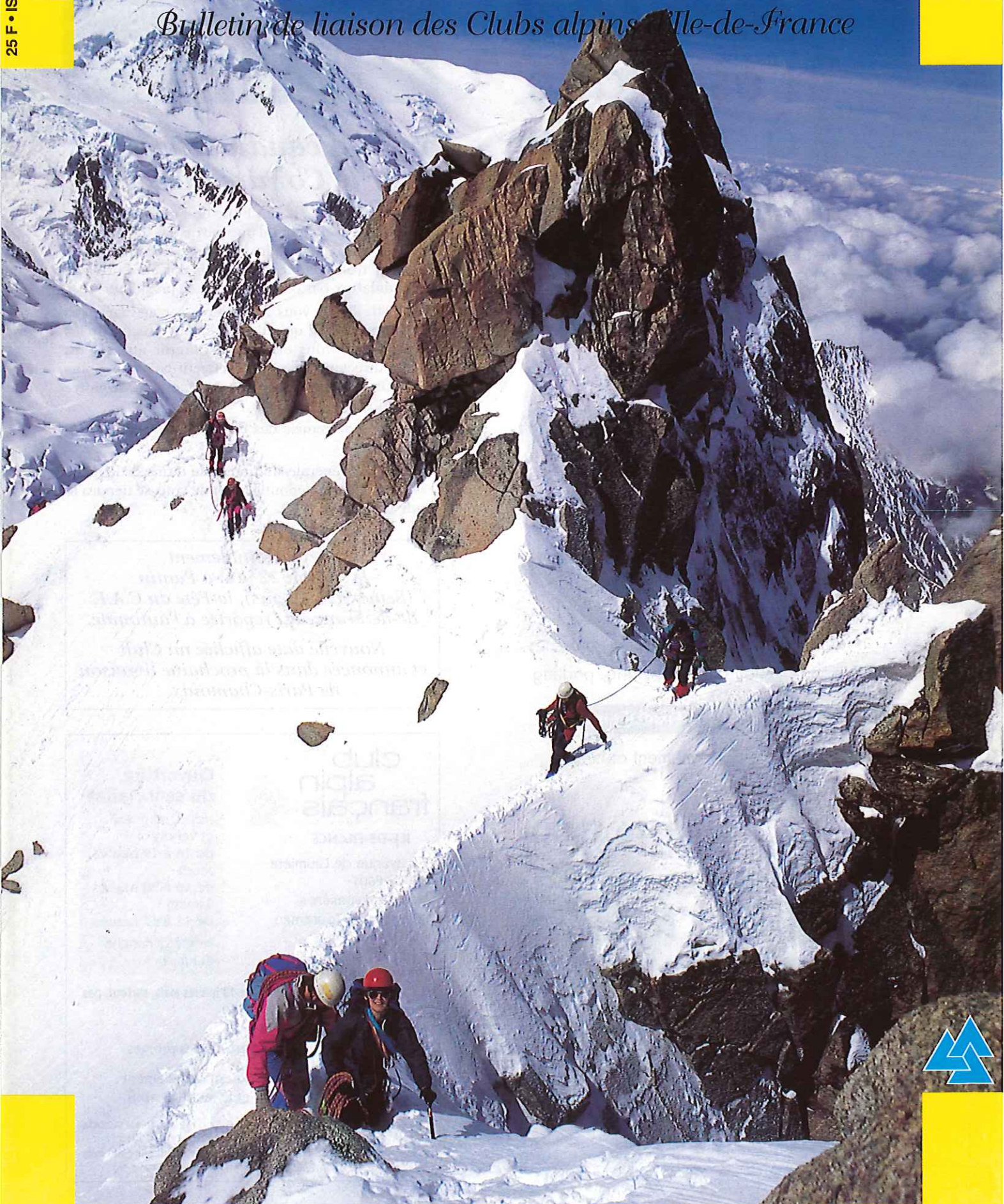


Paris·Chamonix

Bulletin de liaison des Clubs alpins Ile-de-France



RANDONNÉE / Un tour du Parc National des Abruzzes / Le Lassen Volcanic National Park (Californie) • ALPINISME / Illimani, Condoriri : un été bolivien

MUR MUR

l'escalade à portée de mains

Ouverture le 2 mars 1996

Porte de la Villette, de la plus grande salle d'escalade d'Europe.

- 1400m² de surface grimpable
- 200 voies de 8,50 m à 17 m de haut
- 90 lignes de cordes
- pan de 175 m²

7 jours sur 7

- du lundi au vendredi : 12 h à 23 h
- samedi dimanche et jours fériés : 9 h 30 à 18 h 30
- et pour votre confort : sauna , musculation, bar, restauration, garderie, parking

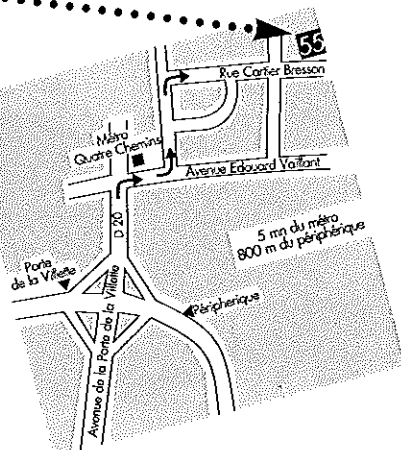
Et pour les Cafistes Franciliens

Bénéficiez d'un abonnement annuel à prix très préférentiel.

Dés maintenant au **48.46.11.00**



55 rue
Cartier Bresson
93500 Pantin
Métro ligne 7 :
Quatre Chemins



L'Équipe des bénévoles
du Club Alpin Ile-de-France
vous souhaite d'excellentes
vacances!

Appel à candidatures pour le Comité directeur

En janvier 1997, le C.A.F. Ile-de-France procédera au renouvellement d'une partie des membres de son Comité directeur : plusieurs postes seront à pourvoir pour trois ans. Les postulants doivent faire acte de candidature par écrit auprès de la présidente.

Dans cette lettre, vous rappellerez vos activités, vos motivations, ainsi qu'un engagement précis sur les objectifs que vous entendez soutenir au sein du Comité directeur et le travail effectif que vous pourriez fournir pour le bon fonctionnement de notre association.

Date limite de remise des candidatures : **le samedi 5 octobre.**

L'Assemblée générale statutaire, au terme de laquelle il sera procédé au dépouillement du vote, se tiendra le **jeudi 16 janvier 1997.**

*Prévue initialement
le samedi 22 juin à Pantin
(Seine-Saint-Denis), la Fête du C.A.F.
Ile-de-France est reportée à l'automne.*

*Nouvelle date affichée au Club
et annoncée dans la prochaine livraison
de Paris-Chamonix.*

club
alpin
français

ILE-DE-FRANCE

24, avenue de Laumière

75019 Paris

Métro : « Laumière »

N° agrément Tourisme :

AG.075.95.0054

• Tél. 53 72 88 00

(renseignements)

On peut joindre le Club à partir de 13 heures mais, surtout, pas d'appel le jeudi entre 18 et 20 heures.

• Télécopie : 42 02 24 18

• Minitel 36-15 Calpin : ouverture des refuges

Les locaux du Club seront exceptionnellement fermés le samedi **13 juillet** et le jeudi **15 août.**

Fonds Mutuel de Solidarité de l'UNAT (Union Nationale des Associations de Tourisme de Plein Air) - 8, rue César-Franck - 75015 Paris
Assurance Responsabilité Civile Professionnelle : Mutuelle Nationale des Sports - 45, rue de Clichy - 75009 Paris

Ouverture du secrétariat

Mardi, mercredi

et vendredi :

de 16 à 19 heures

Jeudi :

de 16 à 20 heures

Samedi :

de 11 à 17 heures

Fermé dimanche
et lundi

Sommaire

4

Ascensions et balades dans
le Lassen Volcanic National Park
(Californie)
par Jacques Duval

6

Alpinisme : un été bolivien
*par Jean-Pierre Mazier, Rémi Mongabure
et Franck Rabourc*

10

Randonnée : un tour
du Parc National des Abruzzes
par Jean-François Caubet

12

Calendrier des activités
Vie de l'association

20

Chronique des sentiers
par Marius Cote-Colisson

22

Chronique des livres
par Marius Cote-Colisson

24

Bleau
par Oleg Sokolsky

24

De la randonnée
à la désescalade facile
par Bernard Tsapline

DIRECTRICE DE LA PUBLICATION
Monique Rebiffé

COMITÉ DE RÉDACTION

Pierre Bontemps, Anne-Marie Corvée,
Marius Cote-Colisson, Marie-Claire Gentric,
Paul-Louis Maury, Serge Mouraret,
Oleg Sokolsky, Daniel Taupin

ADMINISTRATION

Club Alpin Français Ile-de-France
24, avenue de Laumière - 75019 Paris

ABONNEMENTS

Membres du C.A.F. : 70 F - Non membres : 150 F

La reproduction des articles est autorisée à condition d'en mentionner l'origine et d'en adresser deux exemplaires à la rédaction.

S.R., CONCEPTION ET RÉALISATION :

Scop Antécime - Tél. 48 75 18 48

Imprimerie Napoléon Alexandre
23, rue Victor Hugo - 93500 Pantin

Dépôt légal : Juillet 1996 - N° C.P.P.A.P. : 62557

EN COUVERTURE :

Ascension de l'arête des Cosmiques (massif du Mont-Blanc).

Photo : Rémi Mongabure

ÉDITORIAL

PAR MICHEL CLEMENCEAU

Vice-président, chargé de la Communication

Pointer nos dysfonctionnements... pour mieux lancer le débat

ELU au Comité directeur en janvier pour assumer la lourde tâche laissée vacante de la Communication au sein du C.A.F. Ile-de-France, j'ai dressé un bilan de ce secteur important mais méconnu aux yeux de beaucoup. Mes réflexions, bien que forcément partiales, ne se veulent pourtant pas polémiques. D'autre part, je ne souhaitais pas qu'elles relèvent d'arguties de couloir, aussi l'idée m'est venue d'écrire un petit billet à tous les membres du Club.

Positif : l'encadrement, sérieux et technique ; le nombre d'activités et leurs fréquences ; *Paris-Chamonix* pour son calendrier de manifestations et beaucoup de ses articles ; dévoués : les permanents ; sympathique et encourageante : la participation des adhérents ; nécessaire : l'informatisation ; salutaires : l'omniprésence d'un petit groupe de bénévoles, les préoccupations autres que sportives, type protection de la montagne ou humanitaire...

Négatif : le cloisonnement des activités, l'indifférence pour notre représentation auprès des instances officielles, le peu d'enthousiasme pour fournir en articles originaux notre bulletin *Paris-Chamonix*, la redondance des différentes publications, le comportement « consommateur » d'adhérents confondant le milieu associatif avec les agences commerciales, la présence insuffisante de bénévoles aux soirées d'accueil.

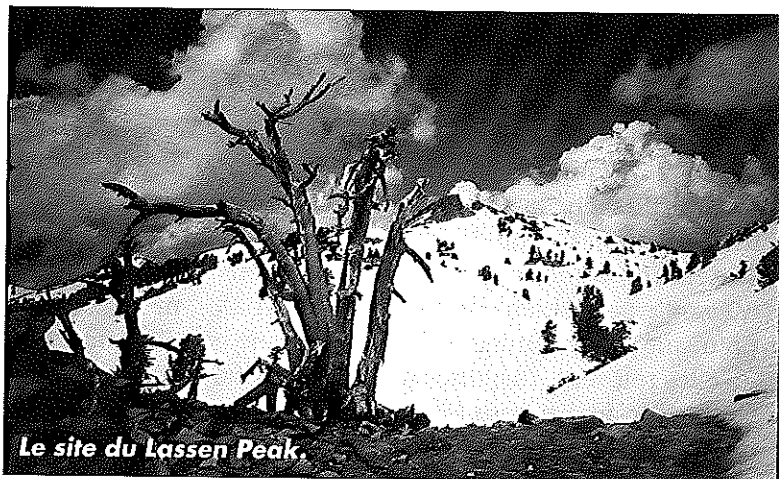
Remarques acerbes mais réalistes, penseront certains ; démesurées et inutilement provocatrices, penseront d'autres. Aurais-je décrit un malaise temporaire ou profond ? Est-ce une divagation de benêt réinventant un monde associatif ? Suis-je un idéaliste ? Allez, suis-je sérieux, suis-je crédible ? Rêve ou réalité ?

Prenez de votre temps pour étudier ces quelques propos. Commentez-les avec votre sensibilité et faites-moi parvenir vos remarques. Ne doutez pas de l'esprit constructif de cette énumération. Toutes les réflexions seront les bienvenues. Réagissez, apportez votre témoignage, prenons rendez-vous ; tiens, pourquoi pas en octobre pour un débat ? Surtout, écrivez-moi ; par pitié, ne me laissez pas mourir idiot. Merci. Suite au prochain *Paris-Chamonix*. ●

Randonnées dans le Lassen Volcanic National Park

Aux États-Unis, les
Rocheuses n'ont pas de
sommets « stars » – tels
les Drus, les Grandes

Jorasses ou la Barre des Écrins –, si ce n'est leurs volcans. Majestueux, entourés d'une nature sauvage, ils méritent tout l'intérêt du randonneur.



A l'assaut du Lassen Peak

QUE de noms successifs n'a-t-on pas donné à cette élégante montagne ! Les Indiens l'avaient baptisée Waganupa, les Mexicains mont San José, et l'un des pionniers américains de la région – Jedediah Smith – mont Saint-Joseph. Allez savoir pourquoi...

Nous devons son appellation actuelle à un immigrant danois, Peter Lassen, qui – dit-on – n'avait pas trop le sens de l'orientation. Un comble pour un guide ! Heureusement pour lui, il s'était trouvé un bon point de repère : le volcan, ses contemporains lui ont donc attribué son nom. Et on colporte que les Américains manquent d'humour !

UNE ACTIVITÉ... PAISIBLE

Ce coquin de volcan dormait depuis 400 ans lorsque, tout à coup en 1914, il s'est réveillé. Sa drôle de guerre à lui a duré sept ans et, depuis, il ne s'est jamais vraiment réassoupi.

- Altitude : 3187 m. Première ascension : Helen Tanner Brodt en 1864.
- Volcan actif, mais sommet paisible. Les manifestations éruptives se situent en périphérie.
- Pour randonneur alpin expérimenté et surtout habitué à la neige. Au sommet, courte mais véritable escalade (F).
- Belle bavante de 4 à 5 heures (A.-R.) depuis Lake Helen. Comptez donc une bonne journée et ajoutez 3 h de plus aller et retour si la route se trouvait coupée en amont de Sulphur Works par des congères (même en été). Par grand beau, vous pouvez espérer un dégagement rapide de la voie jusqu'au parking de la Lake Helen Picnic Area en fin de matinée.
- Départ (alt. 2500 m). Route dégagée ou non, depuis l'un des deux parkings voisins situés à plus d'un kilomètre au nord de Lake Helen Picnic Area, sur la Lassen Park Road.

TEXTE ET PHOTOS :

Jacques Duval
Dominique Lacaze
Corinne Fourcade

Normalement, tout du moins sur la carte, il existe un chemin bien tracé pour gagner le sommet (paisible, voir ci-dessous). Mais par fort enneigement, suivez les traces qui se dirigent vers le nord-est, en direction de groupes de petits bois bien distincts. Traversez l'un d'eux : la montée est rude mais vous pourrez toujours vous accrocher aux racines apparentes et aux branches des arbres.

Au-delà, vous atteindrez un beau et grand névé, si grand qu'il fait penser à un glacier. Il court à l'est, le long d'une importante arête rocheuse : rejoignez-la. Elle descend directement de l'épaule de la montagne et, surtout, c'est sur elle que vous retrouverez le chemin. Ce dernier, entrecoupé de petits névés, est balisé de manière sybilline.

Tout en grim pant (plus exactement tout en suant), vous apercevrez tout là-haut sur votre droite une flèche métallique. Elle marque le point sommital. Courage ! Suivez le sentier, vous tenez le bon bout.

Vous finirez par atteindre le bord d'une sorte de large cuvette. Il est dit que Lassen Peak est un « volcan bouchon ». Pourtant, ce que vos yeux peuvent contempler ressemble à s'y méprendre à un cratère. De cet endroit, la voie à suivre est évidente. Traversez une petite dépression neigeuse vers la droite et grimpez dans les rochers. L'espèce de paratonnerre érigé au sommet vous servira de guide. De là, évidemment, panorama grandiose sur l'ensemble de la région.

En redescendant, si d'aventure vous aviez quelque hésitation, un tuyau : ne quittez jamais du regard le premier sommet qui se trouve en contrebas, au sud-est : il s'agit de Bumpass Mountain. Il indique le bon chemin. De cette manière, vous ne tarderez pas à contempler à nouveau le beau tracé de Lassen Park Road, l'harmonieux Lake Helen en partie gelé, avant de retrouver votre véhicule. ●

Dans les grottes de Lava Beds

Morceau d'Hawaï sur le continent, c'est un endroit étrange, un peu austère, mais peut-être l'un des plus attachants de la Californie.

Il s'agit également d'un lieu chargé d'histoire puisque ces magnifiques champs de lave furent utilisés comme une « arme » par les Indiens Modocs contre les troupes régulières américaines en 1872. Malgré leur supériorité en nombre écrasante, ces derniers, en se laissant entraîner dans Lava Beds avait oublié un « détail » : son immensité. Les « longs couteaux » perdirent 130 tués et blessés contre 16 morts chez les Indiens, au cours d'une campagne qui dura six mois. Pour la petite – et misérable – histoire, leurs chefs furent exécutés à Klamath Falls en Oregon en 1873, et les survivants déportés en Oklahoma.

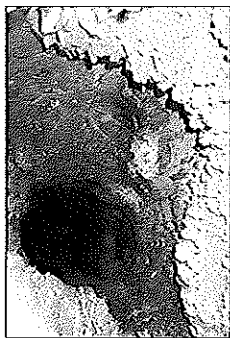
Les amateurs de spéléologie tranquille et les nostalgiques de *Voyage au centre de la Terre* seront comblés.

Il existe plus de vingt grottes ouvertes au public, sur les deux cents existantes sur le site de Lava Beds National Monument. Mais prenez garde, en période de nidification des chauve-souris, cer-

taines sont interdites d'accès et bonjour l'amende si vous enfreignez l'interdiction ! La loi américaine protège avec un soin jaloux la tranquillité de ces petits mammifères.

La plus grande concentration de grottes accessibles, dont certaines communiquent entre elles, se trouve à côté même du Visitors Center. Une route carrossable dessert toutes les entrées : Cave Loop Road. Pour un prix modique, vous pourrez louer toutes les torches nécessaires au Visitor Center. Et surtout, couvrez-vous !

Aucune difficulté particulière à signaler, mais si vous voulez explorer l'ensemble du réseau souterrain, il vous faudra plus d'une journée, et ce n'est pas de tout repos. Cependant, s'il vous fallait n'en visiter que quelques-unes, ne ratez pas



Golden Home et Blue Grotto. Sous le feu des lampes, les couleurs de la roche sont réellement féeriques. Prenez votre véhicule pour voir Merrill Cave, on y trouve de la glace même en été.

Enfin, si vous êtes amateur d'archéologie, d'autres grottes recèlent des dessins rupestres indiens (tout renseignement au Visitors Center). ●

• Tout au nord de la Californie, à deux pas de l'Oregon. • Quelques motels à Tulelake, sinon Klamath Falls en Oregon. Camping à Indian Well, près du Visitors Center (avec visites nocturnes – et intéressées – des doaims). • Couvre-chef, chaussures de randonnée et boisson en abondance.

Le Lassen Volcanic National Park

CETTE région sauvage, perdue au nord de la Californie, vers l'Oregon, possède un charme bien particulier. Rien ne semble avoir changé ici depuis le siècle dernier. On rencontrerait, au détour d'un chemin, un trappeur avec ses peaux de castor que l'on n'en serait pas surpris. Et si, d'aventure, vous vous retrouvez nez à nez avec un ours, le mirage de l'Ouest deviendra réalité !

Situation. A plus de 70 kilomètres à l'est des villes de Redding et de Red Bluff, elles-mêmes situées à peu près à mi-distance sur l'Interstate 5, entre la frontière de l'Oregon et Sacramento.

Hébergement. Huit terrains de camping, plus ou moins rudimentaires, sont situés à l'intérieur du Parc. A Mineral, le village le plus près de l'entrée sud, un camping plus confortable, Volcano Country, et quelques motels rustiques et sympathiques dont Mineral Lodge.

Documentation et informations

- « Visitors Center » à Manzanika Lake, à l'entrée nord-ouest du parc, et la boutique de souvenirs peu après l'entrée sud.
- Guides : Bleu, Jika ou le Routard, à vous de choisir ou de mêler les informations même si elles peuvent s'avérer contradictoires, voire fausses.

Équipement. Tenue de randonnée alpine indispensable. Munissez-vous également de l'indispensable carte « Lassen Volcanic National Park » - Hiking map & guide - Earthwalk Press.



Brûlez les planches à Bumpass Hell

C'est un petit coin d'Islande blotti au nord de la Californie. Rien n'y manque : fumeroles, sources d'eau chaude, lacs bouillonnants et clapotis de boues. Le tout au milieu d'un magnifique tapis de neige quasiment vierge.

Le site de Bumpass Hell se trouve au fond d'une petite vallée circulaire, perchée au sud-ouest du sommet de Bumpass Mountain. Aussi, du parking, après être descendu dans une petite dépression, grimpez franchement en diagonale le flanc de cette montagne, toujours au-dessus de la lisière du bois dominant Little Hot Spring Valley. C'est pentu mais, en définitive, pas très difficile.

Après avoir – peut-être – croisé des poules sauvages, vous arriverez au pied d'un col ouvert dans une barre rocheuse enneigée, partiellement couverte de bouquets d'arbres, qui barre l'horizon. Depuis ce col, vue époustouflante sur Bumpass Hell baignant dans ses fumées. Maintenant, il n'y a plus qu'à descendre. C'est raide, mais la remontée sera plus fatigante. Le site est parcouru par des chemins de planches menant à ce que l'on appelle des « pots de boue » bouillante. Un conseil : ne les quittez pas. Le mineur qui donna son nom à l'endroit – Kendali Vanhook Bumpass – tomba dans l'un d'eux en guidant des touristes en 1896 et se brûla gravement la jambe. Même si le sol vous paraît solide, ne vous y fiez pas.

Les petits lacs bouillonnants sont au nombre de cinq. Les plus spectaculaires sont Big Boiler et East Byrite Pool (pancarte indicatrice à l'entrée sud des chemins). ●

- Pour randonneur alpin expérimenté, habitué à la neige et ayant un tant soi peu le sens de l'orientation.
- Le chemin pouvant être totalement recouvert par la neige (« trail closed ») et les traces rares, comptez 1 h 30 à trois heures A.-R. Pourtant, l'ensemble de l'excursion ne dépasse pas trois kilomètres.
- Départ : du parking de Lake Helen Picnic Area.



Un été bolivien

CET ARTICLE présente les ascensions qui ont été réalisées au cours de l'été 95 par les différents groupes du C.A.F. Ile-de-France partis en Bolivie : au total trois groupes et quarante-deux personnes. Plutôt qu'une relation « littéraire », nous avons préféré vous présenter les topos de nos ascensions et vous fournir les renseignements pratiques qui vous permettront, à votre tour, de découvrir un pays magnifique et sauvage, au cœur de l'Amérique Latine, et d'y pratiquer notre activité favorite, l'alpinisme (là-bas, les gens parlent plutôt d'andinisme).

Nous remercions les membres de l'agence Tawa qui nous a permis de réaliser ce voyage, et plus particulièrement Jean-Paul Glaisse et le guide bolivien Thibault Messili.

▲ Huayna Potosi (6088 m)

Le camp de base du Huayna Potosi se situe à 4800 m d'altitude, sur la rive droite du lac de retenue de Zongo où il est possible de camper. Le Club Andin Bolivien a récemment construit à cet endroit un refuge dont nous n'avons pas testé les performances gastronomiques. Comme complément d'acclimatation, il est possible de faire l'ascension du Cerro Grincuni (5050 m) en suivant un aqueduc vers l'est, jusqu'à la laguna Canada et, de là, en rejoignant directement le sommet. Si cette balade n'est pas passionnante en soi, elle réserve en revanche des vues superbes sur le Huayna Potosi.

Le camp d'altitude s'atteint en quatre heures environ depuis Zongo. Après avoir traversé

le barrage, on longe un autre aqueduc rive gauche, jusqu'au pied d'une moraine que l'on gravit. Un itinéraire dans les rochers (cairns) conduit au pied du glacier (5200 m); de là, on atteint sans difficulté le camp (5500 m) sur un plateau glaciaire, au pied de la face sud du Huayna Potosi.

En partant de La Paz le matin, il est tout à fait possible de rejoindre le camp d'altitude le jour même et de faire l'ascension le lendemain; solution choisie par quatre d'entre nous.

L'itinéraire de la voie normale commence par l'ascension de ressauts glaciaires (est du camp) puis se prolonge en contournant le Huayna Potosi sur son versant est, jusqu'au pied de l'arête nord-est. L'arête, très effilée et à pic sur le versant ouest, ne présente pas de difficultés objectives. De plus, il est possible de l'éviter en suivant de larges terrasses granitiques en contrebas versant est. Le sommet, très détaché du reste de la cordillère Real, offre des perspectives magnifiques sur l'Illimani, le lac Titicaca – dont on découvre toute l'étendue – et les sommets du nord : Condoriri et Illampu. Les yungas et la forêt équatoriale, en revanche, étaient masqués par les nuages, ce qui semble être le cas la plupart du temps.

Une variante pour l'ascension du sommet consiste à gravir directement la pente de neige qui en descend sur l'est. Cette pente à 45° est rendue très facile à gravir du fait de la présence des pénitents qui constituent autant de marches. La descente du sommet s'effectue par le même itinéraire.

Treize d'entre nous ont fait l'ascension de la voie normale, sur trois journées consécu-

HUAYNA POTOSI

- Accès : camp de base (4800 m) au lac de retenue de Zongo, accessible en une heure trente de voiture depuis La Paz. Le camp d'altitude (5500 m) est situé sur le plateau glaciaire au pied des premiers ressauts. Il dessert aussi bien la voie normale que la voie des Français.

- Horaires : quatre heures jusqu'au camp d'altitude, cinq heures jusqu'au sommet par la voie normale, descente par le même itinéraire. Pour la voie des Français, quatre heures avec sortie au sommet sud, la descente s'effectuant en rejoignant la voie normale.

- Difficulté : PD pour la voie normale. D- pour la voie des Français (50°).

- Matériel : un piolet et une broche pour la voie normale. Deux piolets et quelques broches pour la voie des Français.

- Topo : description des voies dans le topo général d'Alain Messili.

- Carte : Milluni - 5945 II

tives, au cours desquelles le sommet a été très « français ».

La voie des Français se gravit depuis le même camp d'altitude. La marche d'approche se déroule sous des barrières de séracs assez impressionnantes, mais on ne relève aucune trace d'éboulements récents. La voie proprement dite fait environ 250 m de dénivellée à 50/55° et sort au sommet sud, à 6000 m. La descente se fait en rejoignant la voie normale, plein est, après avoir traversé deux rimayes un peu délicates.

Du sommet sud, il semble également possible de rejoindre le sommet du Huayna Potosi soit par l'arête très effilée et mixte par endroits (AD?), soit en traversant versant ouest jusqu'à l'aplomb du sommet et en suivant un itinéraire direct face ouest (TD?). Des traces étaient visibles sur ces deux itinéraires, mais aucun d'entre nous ne les a suivis.

Un intérêt non négligeable de ces itinéraires en haute altitude est qu'ils sont entièrement en glace et ne subissent que peu de variations en cours de journée. Il est donc possible de partir relativement tard le matin (8 heures) et de faire toute la course de jour, après une bonne et longue nuit de sommeil.

Il faut signaler que le ski n'est guère praticable en été du fait de la présence des pénitents sur tous les versants exposés au soleil. S'ils ne mesureraient guère que 20 cm au Huayna Potosi, ils atteignaient en revanche près d'un mètre au Sajama. Sur les versants à l'abri du soleil (sud), la neige est peu transformée : la voie des Français étaient constituée d'une croûte de regel sur des gobelets et de la glace, ce qui n'est pas l'idéal pour le ski.

▲ Illimani (6438 m)

Après le Huayna Potosi, « petit massif » aux environs immédiats de La Paz, l'Illimani apparaît comme une entreprise nettement plus sérieuse, par son isolement et par l'ampleur du massif qu'il constitue à lui seul.

S'il paraît tout proche depuis La Paz, d'où l'on peut l'apercevoir d'un peu partout, son accès est en revanche assez difficile : cinquante kilomètres de pistes défoncées, quatre heures de route minimum et un nombre de cols que nous avons renoncé à compter. A partir du terminus de la route, trois heures de marche conduisent au camp de base, au pied de l'arête du Nunu Kholu, à proximité du point 4464 m sur la carte du DAV. Cette marche traverse la haute vallée de Pinaya, une merveille par sa végétation tropicale, ses villages sur l'altiplano et le Huayna Potosi. Il n'y a aucun problème pour trouver tous les porteurs nécessaires pour monter les sacs jusqu'au camp d'altitude. Toutefois, en cas de chute de neige, il faudra envisager de tout redescendre par ses propres moyens, ce qui peut rendre la descente assez intéressante.



Le camp d'altitude est situé à environ 5500 m, sur l'arête issue du point 5576 m, entre celle du Nunu Kholu et celle du Co Salliria. Le camp s'atteint en quatre heures environ, en remontant une moraine des plus fastidieuses. Le camp, exigu, permet de loger une trentaine de personnes sur une esplanade rocheuse à la limite du glacier.

L'ascension de la voie normale suit un itinéraire assez complexe, d'abord sur l'arête jusqu'au point 5756 m, puis en lacets versant ouest avant de rejoindre l'arête nord-ouest du Pico Sur, point culminant du massif. Il est à noter que la fin de l'itinéraire, sur un plateau glaciaire, offre toute facilité pour s'égarer en cas de mauvaise visibilité. Nous avons fait cette ascension sous la neige et avec un vent de 70 km/h, les premiers au sommet ayant seuls bénéficié d'une courte éclaircie permettant d'admirer le massif et tout le développement de la voie d'ascension et de la cordillère Real.

Le Pico Sur et peut-être le Pic Central sont les seuls sommets que l'on puisse atteindre depuis ce camp d'altitude. La Bolivie a subi de nombreuses années très sèches et, comme en Europe, les glaciers ont reculé, se sont crevassés et de nombreuses courses ne sont plus praticables. En particulier, le Pico Norte ne semble plus accessible que depuis Nunu Kholu, et encore la marche d'approche jusqu'au pied de sa magnifique face sud ne doit pas être une partie de plaisir.

▲ Tunupa (5400 m)

Le volcan Tunupa domine le Salar d'Uyuni de près de 1500 m. Il s'atteint d'Uyuni en traversant le désert de sel en une journée de voiture environ jusqu'au village de Jirira, ●●●

*A gauche :
progression sur
l'arête nord-ouest du
Pico Sur, point
culminant de
l'Illimani.*

*Ci-dessus :
l'arête finale,
très effilée mais
sans difficulté
objective, du
Huayna Potosi.*

ILLIMANI

● Accès : camp de base (4400 m environ) au pied de l'arête du Nunu Kholu, accessible en quatre heures de voiture (4 x 4 de préférence) depuis La Paz. Le camp d'altitude (5500 m environ) est situé sur l'arête issue du point 5756. Il ne dessert actuellement que la voie normale du Pico Sur.

● Horaires : cinq heures jusqu'au camp d'altitude, six heures jusqu'au sommet par la voie normale, descente par le même itinéraire.

● Difficulté : PD pour la voie normale

● Matériel : un piolet et une broche

● Topo : description des voies dans le topo général d'Alain Messili.

● Carte : DAV - Cordillera Real Süd - Illimani



Montée au camp d'altitude de l'Illimani.

TUNUPA

- Accès : Jirira (3800 m environ) au pied du volcan versant sud, accessible en quatre heures de voiture (4 x 4 de préférence) depuis Uyuni.
- Horaires : six heures jusqu'au dernier ressaut de l'arête sud (5100 m), descente par le même itinéraire.
- Difficulté : randonnée facile jusqu'à ce point. Au-delà, le rocher est extrêmement défilé et l'ascension semble devoir être fortement déconseillée.

SAJAMA

- Accès : Sajama (4000 m environ) au pied du volcan, accessible en douze heures de voiture (4 x 4 de préférence), depuis La Paz
- Horaires : deux heures jusqu'au camp de base en utilisant porteurs et mules disponibles sur place. Quatre heures jusqu'au camp I à 5700 m. L'exiguïté de ce camp peut poser des problèmes de cohabitation si plusieurs expés s'y trouvent en même temps. Six heures trente environ jusqu'au sommet, l'horaire de la progression dépendant fortement des pénitents.
- Difficulté : randonnée facile jusqu'au camp I. Au-delà, AD-. De grandes précautions s'imposent pour le couloir de glace au-dessus du camp I.
- Matériel : casque, piolet, corde, une broche par cordée.

aujourd'hui presque totalement abandonné. Un « gîte » y est toutefois ouvert, fréquenté par les touristes de passage.

De ce village, l'ascension du Tunupa se fait en partant plein nord et en rejoignant l'arête sud du volcan. Disons-le tout de suite, nous avons rencontré beaucoup de gens qui allaient faire ou qui étaient partis faire l'ascension du Tunupa : aucun n'a atteint le sommet. Tous ont fait demi-tour au même endroit : le premier ressaut rocheux sur l'arête sud, à environ 5100 m d'altitude. Au-delà de ce point, le rocher est dans un tel état de décomposition que toute tentative d'ascension paraît dérisoire et franchement dangereuse.

En revanche, les vues qui se dégagent vers le Salar, vers les cordillères environnantes et le Licancabur tout au sud, le jeu des couleurs des sols volcaniques, du blanc au rouge vif, font de l'arête sud du Tunupa une randonnée à conseiller aussi bien pour l'acclimatation que pour le tourisme.

▲ Sajama (6542 m)

Tout commence au petit village de Sajama (4000 m environ), sur l'altiplano, au pied du volcan Sajama (l'Isolé). Nous y sommes hébergés dans un ancien atelier de tissage. Une agréable manière de parfaire son acclimatation consiste à prendre un bain aux sources chaudes qui se trouvent à une heure de marche du village. En effet, rien n'est plus plaisant que de se baigner en regardant les gens emmitouffés dans leurs doudounes sur le bord des vasques naturelles.

Le lendemain, montée au camp de base. Le camion nous permet de gagner deux heures

sur l'horaire pedestre. Quelques mules sont ensuite les bienvenues pour porter les sacs jusqu'au camp (4700 m). L'endroit est sablonneux, un vent assez violent se charge de faire rentrer du sable un peu partout, jusque dans les tentes et les duvets.

Nous partons le lendemain pour le camp d'altitude, à 5700 m. La montée, fastidieuse, se fait sur un terrain caillouteux assez instable et très fatigant. Quatre heures d'ascension nous conduisent au camp I, très exigu, où il est possible de planter quatre tentes seulement. Un autre emplacement, situé un peu plus haut, permet également l'installation d'un petit nombre de tentes. En compagnie de Gonzalo, notre guide bolivien, l'après-midi est consacré à la pose de deux cordes fixes dans un couloir de glace délicat au-dessus du camp. Nous passons une nuit agréable : bénéficiant d'une inversion de température, il fait nettement moins froid qu'au camp de base.

Lever 4 h 30, départ 6 h vers le sommet. Le passage du couloir (deux longueurs de glace à 40°), peu après le camp I, tient ses promesses. Il est effectivement délicat et dangereux : deux d'entre nous sont touchés par des pierres, heureusement sans gravité. Les cordes fixes, posées la veille, nous sont particulièrement utiles. Une arête rocheuse nous mène ensuite jusqu'à la cote 6000 m, à partir de laquelle l'ascension se déroule en terrain uniquement glaciaire. Les pénitents apparaissent alors. D'abord en escalier (jusqu'à 6100 m), ils prennent ensuite l'allure de monticules de cinquante centimètres de haut et rendent la progression très lente et particulièrement pénible. Vers 6200 m, ils

disparaissent et l'ascension devient beaucoup plus facile. Enfin, à 12 h 20, nous atteignons le sommet, vaste étendue glacière à 6542 m d'altitude. Signalons au passage qu'en 1991, neuf médecins de l'ARPE et un ingénieur de l'INSERM ont passé deux mois au sommet du Sajama pour effectuer des expériences sur l'acclimatation et la survie en haute altitude, ravitaillés par quelques cordées de l'armée (voir *AlpiRando* n° 151).

La descente s'effectue suivant le même itinéraire et nous regagnons le camp de base le soir même.

▲ Condoriri (5696 m)

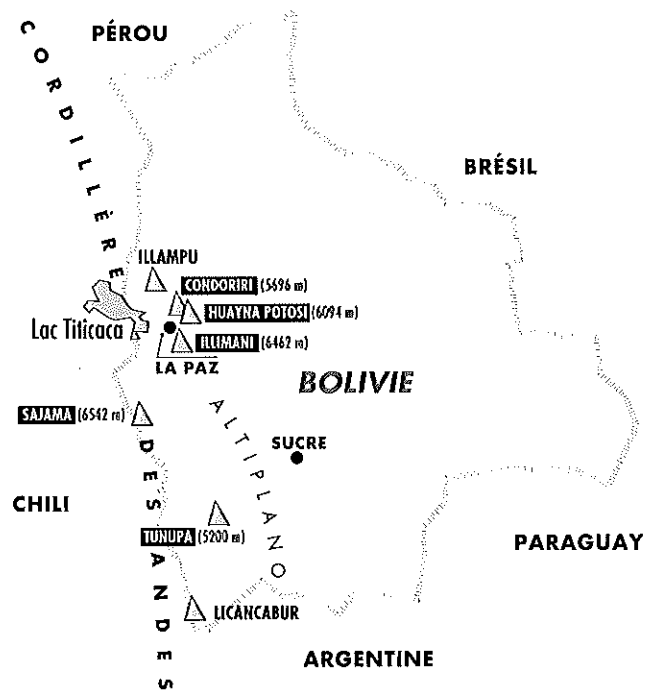
A la suite d'une quinzaine de jours en Bolivie passés à faire du tourisme et des ascensions de sommets à 6000, nous décidons Nicolas Drion et moi de faire l'ascension d'une voie plus difficile, sans assistance, au Condoriri.

La première matinée est consacrée à la recherche d'un chauffeur et d'un 4 x 4 pour nous emmener au village de Tuni avec nos sacs à dos alourdis par le matériel comme la tente, les duvets, le réchaud, la nourriture et les cordes. Nous mettons la main sur la perle rare : un chauffeur nommé Oscar qui parle quatre langues couramment et qui connaît le lieu de dépose exact. Pendant le trajet, superbe vue d'ensemble de la cordillera Real qui s'étend de l'Illampu à l'Illimani, en passant par le Condoriri, très caractéristique avec sa tête et ses deux ailes de condor.

Au bout de deux heures de piste, Oscar nous dépose dans un cul-de-sac, un endroit désert, ce qui produit en nous une montée d'adrénaline : se serait-il trompé d'endroit ? Nicolas effectue un footing aussi rapidement que lui permettent ses poumons afin de repérer le lac de retenue mentionné sur la carte comme le départ de la course. Finalement, le chauffeur accepte de nous déposer à Tuni, à moins d'un kilomètre.

Nous montons en deux heures vers le camp de base où nous dormons à l'altitude du mont Blanc, à côté d'une expédition allemande. Les chutes de neige de ces derniers jours ont plâtré les faces, aucune ascension n'a du être faite depuis une semaine. Nous montons notre tente à la nuit tombante, dans un froid glacial. La soirée se passe à préparer le repas et à consulter les maigres renseignements, parfois contradictoires, des topos en notre possession.

Vu la complexité de la voie, nous décidons de partir avec le jour afin de faciliter la recherche de l'itinéraire. Départ vers 6 heures dans les éboulis, pour rejoindre une première pente de neige. Au bout d'une heure et quart, nous l'atteignons puis remontons prestement un couloir étroit à 40°, d'une centaine de mètres. A son sommet, nous obliquons vers la droite pour rejoindre un col rocheux où une plate-forme de quelques mètres carrés ferait un bon endroit de bivouac.



Nous enchaînons trois petites descentes et montées alternant pierres et névés, pour arriver sur le plateau du glacier descendant du Condoriri. De là, nous slalomons à travers les crevasses vers le col nord-ouest. La trace à faire rend la montée épuisante et plus longue que prévue, mais notre acclimatation et notre forme sont plutôt bonnes.

Du col, l'arête nord-ouest et toute la face ouest s'offre à nous. Nous choisissons de contourner la rimaye par la droite pour attaquer la face directement. La pente de 45° en glace jusqu'à la base, se redresse ensuite à 55° sur 200 m. Nicolas attaque en tête, passe un ressaut frisant les 60° puis, à court de broches, est contraint de faire un relais. Je repasse devant pour la fin et l'arrivée sur l'arête sommitale où nous pouvons admirer la face sud. Cent cinquante mètres de traversée ascendante sur cette arête gazeuse et peu pentue nous mènent au sommet culminant à 5696 m. De là, vue splendide sur le lac Titicaca, le Huayna Potosi et toute la chaîne environnante. Nous ne nous attardons pas, la descente s'annonce délicate et engagée.

La découverte sur l'arête d'un anneau de rappel nous remonte le moral ; nous entamons la descente dans du rocher délité et à gauche de notre voie d'ascension afin de profiter de la pente moins raide (50/55°).

Aucun autre relais n'est en place, nous devons en équiper trois dans la glace, ce qui est pour nous l'occasion d'appliquer la technique de la lunule (brin de cordelette passé dans la glace), peu onéreuse mais longue à installer lorsque vous n'avez pas le fil de fer adéquat.

La descente au col nous prend deux heures, et le reste de la descente tout autant. Nous arrivons au bout de onze heures trois quarts au camp, fatigués mais très heureux d'avoir réalisé une très belle course variée, technique, superbe.

JEAN-PIERRE MAZIER, RÉMI MONGABURE, FRANCK RABOURG

CONDORIRI

- Accès : camp de base au lac du Condoriri, accessible en deux heures depuis le lac de retenue de Tuni. Transfert en 4 x 4 en deux heures depuis La Paz. Location possible, via le Club Andin Bolivien ou dans les agences de trekking pour environ 100 à 125 US\$ (en 1995). Le camp de base est également celui du Pequeno Alpmayo ou Alpmayo Chico (5400 m).

- Époque : à faire l'hiver (juin-septembre), car c'est la saison sèche.

- Horaire : environ sept heures d'ascension et quatre heures de descente. Sans doute plus rapide en descendant par la voie normale. La course étant longue, il est difficile de descendre plus bas que le camp de base. Compter trois jours pour La Paz - Condoriri - La Paz.

- Descente : par l'itinéraire de montée ou la voie normale : arête sud-ouest

- Difficulté : D+. Course essentiellement en neige et glace, avec 200 m de pente raide à 55° en moyenne. 1000 m de dénivelé positif entre 4700 m et 5700 m. Descente raide. L'itinéraire pour rejoindre le col nord-ouest est varié et sinueux : il enchaîne pierriers, couloir facile, mixte et traversée de glacier.

- Matériel : deux piolets, crampons, casque, broches à glace, un rappel de deux fois quarante-cinq mètres, cordelettes + matériel pour le camp.

- Topos : description de la voie normale et de voies dans la face sud dans le livre en espagnol *La Cordillera Real de los Andes Bolivia* de Alain Messili. Aucune description de la face ouest n'y figure. Description des voies normales des principaux sommets andins dans le magazine *Vertical* de décembre 1994.



PHOTOS STEWART J. HAWKINS

Ci-dessus :
sur le monte
Chiarano,
2^e étape.

A droite :
en haut de
la Vallone
Carapale,
entre
Pescasseroli
et Scanno.

Un tour du Parc National des Abruzzes

POURQUOI ou pour qui les Abruzzes? Pour ceux qui ont aimé la Corse tout en trouvant le portage un peu sportif et le confort de certaines cabanes insuffisant ou, si le sentier leur a fait une blague, le maquis trop dense. Cela dit, l'extinction des bergers entraîne, ici aussi, celle des sentiers et il faut en profiter tant qu'il en reste, d'autant que la quasi absence d'aulnes et d'épineux rend le risque supportable.

La dénivelée excède rarement 1000 mètres par étape (sauf sommet additionnel); de plus, l'on trouve draps, douches chaudes et gastronomie tous les soirs.

Ce texte n'est que le compte-rendu d'une expérience vécue, elle-même inspirée d'un article en italien, signé Laura Quietì et Paola Grassi, disponible à la bibliothèque du Club. La modification principale consiste à transférer le point de départ (et d'arrivée) de Pescasseroli vers Scanno, petite cité historique spectaculaire, bien que située légèrement en dehors du Parc.

En train, en métro, en bus

Départ de la gare de Lyon mardi 16 mai 95, 18 h 47 par le Palatino. Wagon-grill-express de 19 à 21 heures pour regarder le paysage jusqu'à Dijon. Couchette jusqu'à 7 h 30, petit déjeuner au grill avec vue imprenable sur la côte italienne et arrivée en gare de Roma Termini à 9 h 45 le mercredi 17.

Métro ligne B jusqu'à Roma Tiburtina (4^e station - Direction Rebibbia), consigne à Tiburtina pour les sacs et achat du billet de bus pour Scanno au guichet ARPA en face de la gare, près de la pizzeria. Coût du billet de bus pour 160 km : 17 000 lire (environ 70 F).

Pour ne pas voyager idiot, re-métro pour Spagna (changement à Termini, direction

ligne A Ottaviano) et coup d'œil place d'Espagne, Trinité des Monts, puis cappuccino et sandwich au caffè Greco via Condotti. Les sportifs de haut niveau peuvent marcher jusqu'à la fontaine de Trevi ou via Veneto.

Retour à Tiburtina pour 14 h 45 ; départ du bus ARPA vers Avezzano. Paysages de pré-alpes méditerranéennes, petites cités médiévales accrochées à la montagne comme Saint-Paul-de-Vence en plus grand. Arrivée devant la gare d'Avezzano en moins de deux heures, et correspondance bus (toujours ARPA) pour Scanno quelques minutes plus tard avec une précision quasi helvétique. Compter une heure environ pour Scanno.

Scanno : hébergement à La Baita au pied du télésiège et visite de l'Azienda Turismo piazza Santa-Maria della Valle en face de l'église pour l'acquisition de la carte au 1/25 000^e dite : « *Carte delle passeggiate, ascensioni e traversate* ». Première surprise : c'est gratuit...

Dîner à l'hôtel, antipasti, crostini, mozzarella au four, andouillette du pays, etc. C'est trop, mais que c'est bon, sans parler du Montepulciano d'Abruzzo du patron, petite merveille dont nous n'avons malheureusement pas noté l'étiquette car nous aurons la main moins heureuse les jours suivants, à moins que ce ne soit le choc de la nouveauté. Deuxième surprise, demi-pension à 65 000 lire en chambre à deux, soit guère plus de 200 F. Tarif identique et constant pour toute la durée de la rando.

Petit tour de la vieille ville comme digestif, rues en escaliers et églises baroques dans tous les coins.

1^{re} étape

Dénivelée : +1000 m, -500 m

Temps de parcours : 5 heures

Descente vers pont Scalette qui traverse les gorges du Tasso au sud-est de la ville à 973 m (Scanno est à plus de 1000 m, comme la plupart des cités des Abruzzes).

Renseignements pratiques

- Bus ARPA Roma Tiburtina : (19 39) (0) 6442 33928
- Scanno Azienda Turismo : (19 39) (0) 864 74317 67038 Scanno (AQ)
- Scanno hôtel La Baita : (19 39) (0) 864 747264
- Passo Godi hôtel Paradiso : (19 39) (0) 864 74602
- Villetta Barrea hôtel del Lago : (19 39) (0) 864 89388
 - Opi hôtel La Pieja : (19 39) (0) 863 910756 Fax : 863 912851
 - Pescasseroli hôtel Iris : (19 39) (0) 863 91900

Remontée en pente douce par une piste jusqu'à Masseria di Cristo (1323 m), dans un paysage de bocage cultivé. Petite redescente vers Borgo San Lorenzo, lieu-dit avec quelques fermes en activité.

Ne pas prendre la route après San Lorenzo mais à gauche, au premier virage, un sentier herbeux vers la fontaine del Orso. Le Parc national est fier de ses ours, voire de ses loups, qui n'ont cependant pas daigné se montrer. Après la fontaine del Orso (1460 m), continuer jusqu'à la petite baraque dite stazzo Montruccie (1720 m), puis tourner plein ouest vers le Valico Scalone à 1926 m, par un sentier plus ou moins marqué et encore partiellement enneigé en mai. Au col, vue superbe sur l'ensemble de la chaîne avec le passo Godi au pied. S'il fait beau, halte céleste pour nourritures terrestres. Pour une promenade digestive avant la descente, remonter la ligne de crête jusque vers 2200 m, pour la vue.

L'hôtel Paradiso du passo Godi n'est pas ouvert en semaine, hors saison d'hiver ou d'été, mais il suffit d'un coup de fil du patron de la veille pour que ça s'arrange, avec une gentillesse totalement désarmante et une gastronomie aussi déraisonnable qu'à Scanno.

2^e étape

Dénivelée : +700, -1000 m

Temps de parcours : 6 h 30

Du Paradiso, prendre au sud la route sur un kilomètre, pour la deuxième piste à gauche (barrière), vers les pentes du Martinacci. Puis, par un dédale de blocs erratiques, arriver à Stazzo Affogato (1869 m) et rejoindre la ligne de crête de la veille vers Rocca Chiarano (2175 m). Poursuivre sud-sud-est sur la ligne de crête pendant deux kilomètres environ, jusqu'au-dessus de la fontaine della Scrofa, puis obliquer sud-ouest vers Colle d'Angelo.

Vue superbe sur le lac Barrea et le village du même nom. Éviter les barres au sud-est d'Angelo en descendant dans la forêt sous le Colle vers le sud-sud-ouest, par un semblant de sentier où subsistent quelques traces de marques rouges. On peut sans doute éviter ce passage en prenant plein sud (entre les points 1424 et 1546 de la carte au 1/25000^e) un sentier bien marqué vers le lac Barrea, au prix d'une fin de parcours plus longue sur la route N 83.

Hébergement à l'hôtel del Lago réservé par le Paradiso. Ces réservations d'une étape à l'autre n'ont pas posé de problème. Visite à la coop Turismo de Villetta (parlant français) pour l'acquisition de la carte au 1/50000^e, dite « Carta Turistica del Parco Nazionale d'Abruzzo », nécessaire pour l'étape suivante.

3^e étape

Dénivelée : +1400 m, -1100 m

Temps de parcours : 9 heures

C'est l'étape la plus longue, la plus belle et la plus fréquentée. Forêt de hêtres dans la Jannanghera et nombreux névés sous Forca Resuni dans une zone rocheuse genre vallée des Merveilles. Refuge malheureusement vandalisé, n'offrant qu'un abri précaire dans un vent assez froid. Nombreux groupes croisés à la descente, originaires de Naples et de Viterbo, montant depuis Madonna di Canneto. Superbe torrent d'eau claire à Tre Confini où il ne faut pas hésiter à sortir la boussole pour prendre la direction du Valico del Orso dans la forêt. Après le col, longue descente mi-bois, mi-alpages, vers la vallée du Sangro chère au maréchal Montgomery car le monte Cassino n'est pas loin. Assez longue remontée vers Opi, perché sur la colline, par des raccourcis plus ou moins bénéfiques pour éviter la route. Mais l'hôtel La Pieja vaut le voyage, sans parler de la patronne au physique de reine de Saba, ni de sa cuisine irrésistible.

4^e étape

Dénivelée : +500 m, -600 m

Temps de parcours : 6 heures

Soyons honnête, cette étape fut exécutée dans la voiture de l'hôtel La Pieja en 15 minutes, par la route directe d'Opi à Pescasseroli. Les italophones pourront lire la page 46 (5a Tappa) du texte de Laura Quieti et Paola Grassi. Que les autres veuillent bien excuser l'auteur qui les remercie d'avance de leur indulgence et accepterait avec plaisir un témoignage vécu de réalisation concrète. Hébergement hôtel Iris, Pescasseroli, via Fonte Fracassi.

5^e étape

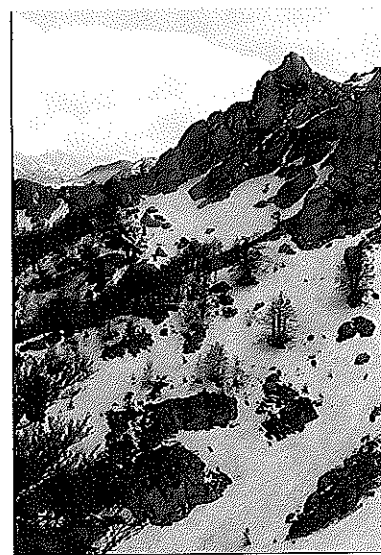
Dénivelée : +1000 m, -1100 m

Temps de parcours : 6 heures

Traverser le Sangro à la sortie nord de Pescasseroli et remonter la rive gauche par un chemin plein nord, tournant nord-est au bout d'un petit kilomètre. Il reste semi-carrossable jusqu'au refuge Prato Rosso, fermé et à l'usage exclusif des responsables du Parc comme la plupart des autres refuges rencontrés. Quitter le sentier muletier vers 1700 m pour tirer presque plein nord vers le Valico, par une trace plus ou moins balisée orange. Du col, une ligne de crête permet d'atteindre rapidement le point 2122 où quelques rochers offrent un abri pique-nique. Descente vers Stazzo Carapale par sentier ou névés sans difficulté, puis sous le télésiège jusqu'à l'hôtel près de la station de départ.

Les bonnes surprises de cette expérience ont incité l'auteur à essayer de faire partager son enthousiasme. En espérant cet objectif réaliste, il vous souhaite de profiter de cette superbe hospitalité qu'on ne trouve qu'en dehors des circuits touristiques traditionnels.

JEAN-FRANÇOIS CAUBET



1^{re} étape

- Scanno (1015 m)
- Ponte Scolette (973 m) - 1 km
- Masseria di Cristo (1323 m) - 4 km
- Borgo San Lorenzo (1262 m) - 1,5 km
- Fonte del Orso (1460 m) - 1 km
- Stazzo Montruccie (cabane, 1720 m) - 3 km
- Valico Scalone (1926 m) - 1 km
- Passo Godi (1547 m) - 1 km

2^e étape

- Passo Godi (1547 m)
- Anatucio (1500 m) - 1 km
- Martinacci (1600 m) - 1 km
- Stazzo Affogato (1869 m) - 2 km
- Rocca Chiarano (2175 m) - 2 km
- Fonte Scrofa (1962 m) - 2 km
- Colle d'Angelo (1533 m) - 2 km
- Villetta Barrea (965 m) - 6 km

3^e étape

- Civitella Alfedena (1123 m) - 2 km
- Sorgente Jannanghera (1262 m) - 6 km
- Rifugio Forca Resuni (1952 m) - 2 km
- Tre Confini (1496 m) - 3 km
- Passagio del Orso (1672 m) - 1 km
- Fondillo Urbano (1127 m) - 4 km
- San Clemente (1241 m) - 1 km
- Colle Mandrille (1230 m) - 1 km
- Sorgente Visco (1139 m) - 1 km
- Opi la Pieja (1250 m) - 1 km

4^e étape

- Opi (1250 m)
- Sorgente Visco (1139 m)
- Valle Fredda (1550 m)
- Macchiarvana (1450 m)
- Santuario di Monte Tranquillo (1597 m)
- Rifugio la Difesa (1278 m)
- Pescasseroli (1146 m)

5^e étape

- Pescasseroli (1146 m)
- Ponte Veneri (1154 m) - 1 km
- Canala (1250 m) - 2 km
- Rifugio Prato Rosso (1536 m) - 3 km
- Valico Terraegna (1680 m) - 2 km
- Valico Carapale (2064 m) - 2 km
- Stazzo Carapale (1646 m) - 2 km
- Station intermédiaire Funivia (1184 m) - 2 km
- Départ Funivia (1040 m) - 1 km

Vie et activités des Clubs Alpains d'Ile-de-France

COMMUNICATION IMPORTANTE

Il est rappelé que pour des questions d'assurance, les sorties mentionnées sur ce bulletin sont réservées aux membres du C.A.F. à jour de leur cotisation.

Par conséquent, nous demandons aux adhérents de bien vouloir se munir de leur carte à chaque sortie. Nous comptons sur votre habitude de compréhension et vous en remercions par avance.

F. Niveau facile : 16 à 25 km
Allure modérée (3 à 3,5 km/h)

M. Niveau moyen : 23 à 30 km
Allure normale (4 km/h)

SO. Niveau soutenu : 25 à 35 km
Allure soutenue (4,5 à 5 km/h)

SP. Niveau sportif : 30 à 35 km
Allure rapide (5 à 6 km/h)

PARIS ILE-DE-FRANCE

Randonnée

Responsable de l'activité :

Michel Lohier

Jeunes Randonneurs

Les randonnées «J.R.» ci-dessous sont recommandées aux membres âgés de 20 à 35 ans pour leur permettre de se retrouver entre eux. Ces randonnées sont proposées par les jeunes organisateurs de l'association C.A.F. Ile-de-France.

▲ Dimanche 4 août

HALETANT! Jean-Luc Trouvé

Paris-Nord, 8 h 44 (à vérifier) pour Pont-Sainte-Maxence (rendez-vous à l'arrivée). Aumont-en-Halatte, Orry-la-Ville. Retour à Paris : 18 h 40. 25 km. M. Carte IGN 2412 OT.

ENCORE À L'OMBRE! Antoine Laubie

Paris-Nord, 8 h 20 pour Longpont. Forêt de Retz. Retour à Paris : 18 h 55. 29 km. SO. Carte IGN 2512 OT.

▲ Samedi 24 août

UN SAMEDI EN ÉTÉ. Deke Dusinger

Paris-Lyon, 8 h 29 pour Pont-sur-Yonne. Champigny. Retour à Paris : 18 h 8. 25 km. M. Carte IGN 2517 E.

▲ Dimanche 25 août

«JE SAIS... C'EST ENCORE VAUMOISE!»

Pascal Berger

Paris-Nord, 8 h 16 pour Vaumoise. Sud de la forêt de Retz, Longpont. Retour à Paris vers 19 h. 30 km. SO.

LE PAYS DE THELLE. Joël Lelièvre

Paris-Nord, 8 h 36 pour Bornel. Dieudonné, Le Tillet, Saint-Leu-d'Esserent. Retour à Paris : 19 h 11. 30 km. SO. Cartes IGN 2312 E et O.

▲ Samedi 31 août

FONTAINEBLEAU EN RELIEF (randonnée accueil). Joseph Gagliano

Paris-Lyon, 9 h 6 (à vérifier) pour Fontainebleau (arrêt en forêt). Butte-Saint-Louis, rocher Cuvier-Châtillon, Fontainebleau-Avon. Retour à Paris : 18 h 5. 21 km. F. Carte IGN 2417 OT.

▲ Samedi 7 et dimanche 8 septembre

RW 076 - UNE FORÊT POUR FLOC DE NEU.

Hervé Baylot

Forêt de Compiègne - Château de Pierrefonds - Clairière de Rethondes. 50 km en deux jours. Nuit en gîte. SO. Programme et inscriptions au Club.

▲ Dimanche 8 septembre

SENTIERS DÉCOUVERTE. Joseph Gagliano

Paris-Lyon RER A, 8 h (à vérifier) pour Boissy-Saint-Léger (aller et retour). Parc du Gros Bois, les Marmousets. Retour à Paris : 17 h 29. 26 km. M.

▲ Samedi 14 et dimanche 15 septembre

RW 078 - LE MARSIPOLAMI : UNE NOUVELLE ESPÈCE POUR LA SCIENCE. Philippe Mosnier

Découverte de Bruxelles à l'occasion des «100 ans de la bande dessinée». SO. Programme et inscriptions au Club.

▲ Dimanche 15 septembre

UN, DEUX, TROIS PIGNONS! Bernadette Parmain
Voir colonne de gauche. 25 km. M. Carte IGN 2417 OT.

▲ Dimanche 22 septembre

A. DOU-DOURDAN. Joseph Gagliano

Paris-Austerlitz, 8 h 26 (à vérifier) pour Dourdan (aller et retour). Ville-le-Brun, Rouillon. Retour à Paris : 17 h 51. 24 km. M. Carte IGN 2216 ET.

ENSEMBLE SUR LE CHEMIN DES ÉTOILES.

Laurence Sourdille

Paris-Saint-Lazare, 8 h 33 (à vérifier au 39 49 48 46) pour Marly-la-Forêt. Fausses-Reposes, Saint-Cloud. Retour à Paris : 17 h 15. 26 km. SO. Cartes IGN 2314 OT et 2214 ET.

▲ Dimanche 29 septembre

PASSONS PAR LES HUIT ÉTANGS.

Laurence Sourdille

Paris-Austerlitz banlieue, 8 h 45 (à vérifier au 39 49 48 46) pour Meudon-Val-Fleury. Bois de la Geneste, Saint-Cyr-l'École. Retour à Paris : 17 h 55. 24 km. M. Cartes IGN 2314 OT et 2214 ET.

Rando-camping et bivouac

▲ Du jeudi 15 août au dimanche 18 août

RW 075 - LE HAUT MORVAN. Didier Roger

Autour du Haut Folin et du mont Beuray. SO. Programme et inscriptions au Club.

▲ Samedi 21 et dimanche 22 septembre

RW 079 - LA SEINE ET SES FALAISES.

Claude Ramier

Rando-camping de La Bouille à Villequier. M. 26 + 26 km. Programme et inscriptions au Club.

▲ Du vendredi 27 au soir au dimanche 29 septembre au soir

IL FAIT FROID SUR LE Puits DE PÉTROLE.

Frédéric Leconte

Paris-Est, le 27 septembre vers 20 h. Région de Bar-sur-Aube. Retour le 29 septembre au soir. 50 km. M. Informations et inscriptions au 45 32 80 59 (le soir).

▲ Samedi 28 et dimanche 29 septembre

FORÊT DE LANCY. Claude Amagat

Paris-Lyon, 8 h 29 pour Pont-sur-Yonne. Retour à Paris-Est : 19 h 38. 60 km en deux jours. SO. Téléphoner pour confirmation au 43 34 92 36.

▲ Samedi 5 et dimanche 6 octobre

TRADITION CHAMPENOISE. Bernadette Parmain

Paris-Est, 8 h 6 (à vérifier) pour Épernay. Répartition du matériel et inscriptions au 40 38 20 80. 45 km en deux jours. M.

Randonnée pour tous

▲ Dimanche 4 août

FORÊT DE LAIGUE ET D'OURSCAMP.

Geneviève Lacroix

Paris-Nord, 7 h 42 (changement à Compiègne) pour Thourrotte. Tracy-le-Mont, Carlepont, Chiry-Ourscamp. Retour à Paris : 19 h 56. 25 km. M. Cartes IGN 2511 et 2510.

TROIS-PIGNONS

NOUVEAU En randonnée aussi, un autocar «Trois-Pignons»

Dimanche 15 septembre

Niveaux facile, moyen, soutenu (voir programme du 15 septembre). Départ à 8 h 30 de Denfert-Rochereau, face à la gare RER. Retour vers 18 h 30.

Inscription obligatoire au Club jusqu'au jeudi 12 septembre, avec paiement de 55 F pour le transport.

Réf. RJ 05

ACTIVITÉS D'ÉTÉ

Attention! Certaines sorties ont lieu dans le cadre des activités d'été et sont précédées d'une référence.

Pour ces sorties, vous devez remplir un bulletin d'inscription en indiquant cette référence, et l'adresser au Club dans les délais impartis.

LA MER EST AU BOUT DE LA RUE. Philippe Mosnier
Paris-Nord, 7 h 49 (à vérifier). Rando et baignade autour du
Marquenterre (éventuellement visite du parc ornitholo-
gique). Renseignements et inscriptions obligatoires au
Club. Date limite d'inscription : 2 août. Retour à Paris :
22 h 20. 23 km. **SO.**

▲ **Dimanche 11 août**

CIRCUIT DES TROIS CHÂTEAUX. Pierre Chambert
Paris-Est banlieue, 7 h 58 pour Mortcerf (aller et retour).
Dammartin-sur-Tigeaux (clocher du XIII^e), La Chapelle-sur-
Crécy (église XIII^e-XV^e). Retour à Paris : 19 h 3. 24 km. **M.**
Carte IGN 2514 O.

RANDO PHOTO EN FORÊT DE FONTAINEBLEAU.

Louis Travers
Paris-Lyon, 8 h 29 pour Bois-le-Roi (aller et retour). Rendez-
vous à l'arrivée. Rocher Canon, extrémité ouest du Cuvier-
Châtillon (photos). Environ 20 km. **M.** Carte IGN 2417 OT.

L'INTÉGRALE DU GR 11 (11^e tronçon).

Robert Flamme
Paris-Nord, 8 h 46 pour Chantilly. Sentis, Nanteuil-le-Hau-
doin. Retour à Paris : 19 h 35. 37 km. **SP.** Carte IGN 2412 OT.

▲ **Du mercredi 14 au dimanche 18 août**

BOULONNAIS, ARTOIS, CÔTE D'OPALE.

Voir annonce colonne de droite.

▲ **Du jeudi 15 au dimanche 18 août (4 jours)**

RW 074b - IN ARVENANT PRÈS D'CHÉ MI

Philippe Vanbalberghe
Boulonnais - Artois - Côte d'Opale. Car.
M. Programme et inscriptions au Club.

▲ **Dimanche 18 août**

LE VEXIN SUR LES BUTTES DE RÔNE.

Geneviève Lacroix
Paris-Saint-Lazare, 9 h 15 (changement à Conflans) pour
Chars. Neuville-Bosc, Marines, Us. Retour à Paris : 19 h 12.
27 km. **M.** Cartes IGN 2212 et 2213.

THIBAUD DE CHAMPAGNE II. Claude Amagat

Paris-Est, 9 h 8 (à vérifier) pour Nangis. Longueville. Retour
à Paris : 19 h 12. 30 km. **SO.** Cartes IGN 2516 et 2616.

L'INTÉGRALE DU GR 11 (12^e tronçon).

Robert Flamme
Paris-Nord, 8 h 20 pour Nanteuil-en-Valois. Crépy-en-
Valois, Villers-Cotterêts. Retour à Paris : 19 h 53. 40 km.
SP. Carte IGN 2512 OT.

▲ **Samedi 24 août**

BLEUS À BLEAU. Jacques Viard

Paris-Lyon, 11 h 36 pour Fontainebleau. Rocher Cassepot,
butte Saint-Louis, Bois-le-Roi. Retour à Paris : 17 h 32.
15 km. **F.** Carte IGN 2417 OT.

▲ **Dimanche 25 août**

UN PETIT TOUR. Mustapha Bendib

Paris-Lyon, 10 h 41 pour Fontainebleau. Carrefour du Cerf,
Bois-le-Roi. Retour à Paris : 17 h 32. 12 km. **M.** Carte IGN
2417 OT.

RAMBO Y EST. Didier Roger

Paris-Montparnasse, 9 h 17 (à vérifier) pour Houdan. Forêt
des Quatre-Piliers et de Rambouillet. Le Perray-en-Yve-
lines. Retour à Paris : 19 h 6 ou 20 h 6. 35 km. **SO.**

L'INTÉGRALE DU GR 11 (13^e tronçon).

Robert Flamme
Paris-Nord, 8 h 20 pour Villers-Cotterêts. La Ferté-Milon,
Crouy-sur-Ourcq. Retour à Paris-Est : 20 h 54. 38 km. **SP.**
Cartes IGN 2512 OT et 2513 OT.

▲ **Dimanche 1^{er} septembre**

ENCORE FONTAINEBLEAU. Gilbert Bloch

Paris-Lyon, 8 h 29 pour Bois-le-Roi. Rocher Canon, Cuvier,
Apremont, Fontainebleau. Retour à Paris : 18 h 5 ou
18 h 44. 22 km. **F.** Carte IGN 2417 OT.

LA VALLÉE DE LA JUINE. Jean Délonnelle

Paris-Austerlitz banlieue, 8 h 56 pour Monnerville (change-
ment à Étampes). Méréville, Angerville. Retour à Paris :
19 h 54. 25 km. **M.**

REPRISE AU FRAIS. Claude Ramier

Paris-Nord, 8 h 16 pour Crépy-en-Valois. Carrefour des
Bons Glands, La Queue d'Ham, Villers-Cotterêts. Retour à
Paris : 18 h 55. 34 km. **SO.** Carte IGN 2512 OT.

▲ **Samedi 7 septembre**

JADIS ET NAGUÈRE. Michel Gollac

Paris-Saint-Lazare, 9 h 6 pour Saint-Nom-la-Bretèche.
Forêt de Marly, Poissy (villa Savoye, collégiale Notre-
Dame). Retour à Paris vers 17 h 30. 18 km. **F.**

▲ **Dimanche 8 septembre**

ACCUEIL NOUVEAUX ADHÉRENTS.

Maurice Picollet et Jean-Maurice Artas
Paris-Lyon, 9 h (à vérifier) pour Bois-le-Roi. Rives de la
Seine, Samois, Tour Denecourt, Fontainebleau. Retour à
Paris : 18 h 45. 20 km. **F.** Carte IGN 2417 OT.

ROCHERS DE BLEAU II. Céline Falissard

Paris-Lyon, 8 h 29 pour Moret-sur-Loing. La Malmontagne,
rochers des Étroitures, Fourceau et Bouigny, Fontaine-
bleau. Retour à Paris : 18 h 44. 25 km. **M.** Carte IGN
2417 OT.

EN BORDURE DE CHAMPAGNE. Joël Lelièvre

Paris-Est, 8 h 15 pour Neuilly-Saint-Front. Sommelans, le
bois des Meules, Château-Thierry. Retour à Paris : 18 h 57.
32 km. **SO.** Cartes IGN 2612 O et 2613 O.

▲ **Jeudi 12 septembre**

PAS DE TITRE! (rando à la carte). Alfred Wohlgroth

Pour informations et programme, téléphoner entre 18 h et
19 h 30 au 48 71 18 01. **M** ou **F**, éventuellement **SO**.

▲ **Samedi 14 et dimanche 15 septembre**

(Journées du Patrimoine)

RW 077 - PROCHE VALLÉE DE LA LOIRE.

Alfred Wohlgroth
M. Programme et inscriptions au Club.

▲ **Dimanche 15 septembre**

QUELQUES BUTTES BOISÉES. Denise Deveze

Paris-Austerlitz banlieue, 8 h 56 pour Saint-Chéron. Le
Marais, La Tuilerie, Breuillet. Retour à Paris : 18 h 19.
19 km. **F.** Carte IGN 2216 ET.

AU SUD, DU NOUVEAU. Christiane Mayenobe

Voir encart «Trois Pignons». 24 km. **F** à **M**.

OÙ? À HOUDAN. Gilles Montigny

Paris-Montparnasse 1-2, 9 h 17 (à vérifier - l'organisateur
montera à Versailles-Chantiers) pour Houdan (aller et
retour). Richebourg, Saint-Lubin-de-la-Haye, Orval. Retour
à Paris : 19 h 11. 21 km. **M.** Carte IGN 2114.

LES PLATIÈRES D'APREMONT. Louis Travers

Paris-Lyon, 8 h 29 pour Fontainebleau (aller et retour).
Rendez-vous à l'arrivée. Rochers Cassepot et Saint-Ger-
main, platières d'Apremont, mont Ussy. 25 à 30 km. **M.**
Carte IGN 2417 OT.

BOSSONS LE DIMANCHE. Christian Kieffer

Circuit bosselé dans le massif des Trois-Pignons. Voir
encart. 32 km. **SO.** Carte IGN 2417 OT.

À LA RECHERCHE DU TRAMWAY

DES MARAÎCHERS. Serge Métral

Paris-Saint-Lazare, 8 h 32 pour Aubergenville-Elisabeth-
ville. Romainville, Sainte-Gemme, Saint-Nom-la-Bretèche.
Retour à Paris : 18 h ou 18 h 30. Environ 33 km. **SO.**

RETOUR AUX BONNES HABITUDES. Thierry Pain

Paris-Montparnasse, 7 h 35 pour Orgerus-Behoust.
Quatre-Piliers, forêt de Rambouillet, Bazoches, Coignières.
Retour à Paris : 19 h 6. 40 km. **SP.** Cartes IGN 2114 E et
2215 OT.

REPORT

La fête du C.A.F. Ile-de-France,
initialement prévue le 22 juin,
est annulée et reportée à l'automne.
On vous prévient!

RIVAGES

BOULONNAIS, ARTOIS, CÔTE D'OPALE

Du mercredi 14 au dimanche 18 août

En autocar, départ le mercredi 14 au soir,
retour le dimanche 18 au soir.

Programme et inscriptions au Club. Pour
les autonomes, seul le transport est prévu ;
il faut consulter les horaires de départ et de
retour ainsi que le lieu exact de destination
sur les fiches techniques des autres groupes.

Monique Noget et Joël Lelièvre :

n° RW 074. **M** à **SO**.

Philippe Vanbalberghe : n° RW 074B. **M**.

Autonomes : n° RW 074A.

ASSURANCES

ATTENTION! Si vous êtes victime
d'un accident, votre couverture
d'assurance est suspendue jusqu'à la
fourniture à la MNS d'un **certificat
d'aptitude** à la reprise des sports de
montagne, établi par votre médecin.

INSCRIPTION TARDIVE = WEEK-END ANNULÉ

La saison dernière, nous avons dû
annuler plusieurs de nos sorties car
nous devons confirmer, parfois
plusieurs mois à l'avance,
des réservations d'hébergement ou
de transport. Malheureusement,
au moment où nous devons engager
financièrement le Club, nous n'avons
pas l'assurance d'un remplissage cor-
rect de nos sorties.

**L'inscription est ouverte
deux mois à l'avance.**

Merci d'être vigilant et de vous
inscrire auprès du secrétariat
le plus tôt possible.

Les organisateurs de randonnées

Spéléologie

Responsable de l'activité :

Hervé Lefebvre

■ Permanence tous les mercredis de 18 h 30 à 20 h.

■ Renseignements téléphonés : Jacques Chabert (46 28 57 45)

■ Renseignements, accueil des débutants : José Leroy, le mercredi et aux réunions-conférences.

SORTIE

▲ Du 27 juillet au 13 août

CAMP D'ÉTÉ DANS LES CANTABRIQUES (Espagne).

- Explorations dans le réseau Mazo Chico. D. Philippe Morverand au 42 02 31 91.
- Topographie et relevés scientifiques dans la Cueva Fresca. F/AD. Olivier Forgeot au 42 04 44 37.

ACHETEZ VOS TOPOS AU CLUB!

- Viaduc des Fauvettes (1995) : 20 F
- Saussois (1994) : 75 F
- Verdon (1995) : 140 F
- Guide du Cosiroc (1994) : 95 F
- Saffres (C.A.F. Côte-d'Or, 1993) : 85 F
- Fixin (C.A.F. Côte-d'Or, 1996) : 85 F
- Carte des sites naturels d'escalade, coéditée par l'IGN et le C.A.F. : 22 F
- Carte de Bleau Top 25 IGN 2417 OT : 55 F.
- Guide du Haut Dauphiné - Massif des Écrins - Tome I - Meije, Soreiller par François Labande (1995) : 175 F
- Paris à pied - Topoguide de la traversée de Paris - FFRP (1995) : 90 F

▲ Samedi 21 septembre

BLO. Maurice Picollet

Paris-Lyon, 8 h 30 (à vérifier) pour Fontainebleau (aller et retour). Rochers Brûlé, de Fourceau, de Boulligny et d'Avon. Retour à Paris : 18 h 45. 25 km. M. Carte IGN 2417 OT.

▲ Dimanche 22 septembre

A BLEAU. Pierre Deconde

Paris-Lyon, 8 h 29 pour Bois-le-Roi. Rocher Canon, Apremont, Fontainebleau. Retour à Paris : 17 h 32. F. Carte IGN 2417 OT.

FORÊT DOMANIALE DE LARCHANT.

Jean-Maurice Artas

Paris-Lyon, 9 h 6 (à vérifier) pour Nemours. Fontainebleau. Retour à Paris : 18 h 44. 30 km. M. Carte IGN 2417 OT.

BOIS ET VILLAGES DE L'ESSONNE. Jean Lortsch

Paris-Lyon banlieue, 8 h 50 pour La Ferté-Alais (aller et retour). Rendez-vous à l'arrivée. Marchais, Boutigny. Retour à Paris : 18 h 41. 26 km. M. Carte IGN 2316 ET.

L'EURE DE LA RENTRÉE (LE RETOUR I).

Philippe Ollivier

Paris-Montparnasse, 8 h 1 (à vérifier) pour Maintenon. Jouy, Saint-Prest, Chartres. Retour à Paris : 19 h 3. 25 km. M. Carte IGN 2116 O.

EN MANTOIS. Guy Le Picart et Alfred Wohlgroth

Paris-Saint-Lazare, 8 h 32 pour Mantes-Station. GR 11 et GR 26. Rosny-sur-Seine. Retour à Paris : 18 h 28. 17 km. M. Cartes IGN 2113 E et O, 2114 E et O.

PÉRIPLÉ VELIOCASSINOIS. Antoine Laubie

Paris-Saint-Lazare, 8 h 6 pour Mantes-la-Jolie. Saint-Cyr-en-Arthies, Vétheuil, Mantes. Retour à Paris : 18 h 25. 30 km. SO. Carte IGN 2113 E.

SI VERSAILLES M'ÉTAIT CONTÉ... Didier Roger

Paris-Montparnasse, 8 h 9 (à vérifier) pour Nézel-Aulnay. Feucherolles, grand et petit parcs du château de Versailles, Versailles. Retour à Paris vers 18 h 30 (RER C). 30 à 35 km. SO.

▲ Du vendredi 27 septembre au mardi 1^{er} octobre (5 jours)

RW 01 - ENTRE TRUYÈRE ET ALLIER.

Pierre Chambert

M. Programme et inscriptions au Club jusqu'au 12 septembre.

▲ Nuit du vendredi 27 au samedi 28 septembre

NOCTURNE ET PLEINE LUNE (V^e). Didier Roger

Paris-Nord banlieue, le vendredi à 22 h 36 (à vérifier) pour Crépy-en-Valois. Brame du cerf en forêt de Retz, Villers-Cotterêts. Retour à Paris le samedi à 9 h 26. 30 à 35 km. Informations au 45 77 10 40. SO.

▲ Samedi 28 septembre

ERMENONVILLE. Michel Gollac

RER D (Lyon : 8 h 5, Halles, Nord : 8 h 13) pour La Borne Blanche (rendez-vous à l'arrivée à 8 h 45). Forêt et parc d'Ermenonville. Retour à Paris-Nord : 17 h 55. 31 km. SO.

▲ Dimanche 29 septembre

L'ÉTANG DE LA MINIÈRE. François Mayade

Paris-Montparnasse, 8 h 39 pour Saint-Quentin-en-Yvelines (aller et retour). Rendez-vous à l'arrivée. La Minière. Retour à Paris vers 13 h. 12 km. M.

EN VALOIS. Michel Sassier

Paris-Nord, 8 h 16 pour Vaumoise. Levignen, Droizelles, Nanteuil-le-Haudouin. Retour à Paris : 17 h 53. 25 km. M. Carte IGN 2512 OT.

▲ Du dimanche 20 au samedi 26 octobre

RW 03 - LE CHEMIN DE STEVENSON (1^{re} partie).

Jean Delonnel

M. Programme et inscriptions au Club.

▲ Du samedi 26 octobre au samedi 2 novembre

RW 04 - L'AUTOMNE EN HAUT VALAIS.

Robert Sandoz

F. Programme et inscriptions au Club.

▲ Du samedi 2 au lundi 11 novembre

RW 10 - LES MONTS D'AMBAZAC.

Geneviève Lacroix

M. Programme et inscriptions au Club.

▲ Du vendredi 1^{er} au dimanche 3 novembre (Toussaint)

RW 05 - LES COTEAUX DE LA BOURGOGNE.

Pierre Dilgard

Randonnée à partir d'un point fixe sans portage (hébergement à l'hôtel). M. Programme et inscriptions au Club.

RW 07 - CAUSSES DU LARZAC. Alfred Wohlgroth

M. Programme et inscriptions au Club.

RW 09 - CRÊTES ET VIGNOBLES BOURGUIGNONS.

Monique Noget et Joël Lefèvre

SO. Programme et inscriptions au Club avant le 20 octobre (10 places).

RENDEZ-VOUS D'AUTOMNE 1996

Dimanche 6 octobre

Comme chaque année, nous vous convions à venir nombreux à cette traditionnelle manifestation de rentrée.

Des sorties de différents niveaux convergeront vers le terre-plein du château de Gillevoisin (Essonne) où le rassemblement des groupes aura lieu entre 12 heures et 14 heures. Une animation avec tombola sera organisée sur place (prévoir petite participation aux frais).

Départ des sorties (horaires à vérifier)

7 h 50, Paris-Lyon banlieue

Pierre Chambert. 12 et 9 km. M. Arrivée : La Ferté-Alais. Retour : Paris-Austerlitz, 17 h 51.

7 h 56, Paris-Austerlitz banlieue

Claude Amagat. 32 km. SO. Arrivée : Breuillet-Village. Retour : Paris-Lyon, 18 h 41.

Claude Ramier. 15 et 17 km. SO. Arrivée : Saint-Chéron. Retour : Paris-Lyon, 18 h 41.

Thierry Pain. 45 km. SP. Arrivée : Saint-Chéron. Retour : Paris-Lyon, 20 h 41.

8 h 50, Paris-Lyon banlieue

Henri de Raimond. 10 et 12 km. M. Arrivée : La Ferté-Alais. Retour : Paris-Austerlitz, 17 h 51.

Guy Le Picart et Alfred Wohlgroth. 12 et 12 km. M. Arrivée : La Ferté-Alais. Retour : Saint-Michel, 18 h 23.

8 h 56, Paris-Austerlitz banlieue

Denise Deveiz. 9 km. F. Arrivée : Lardy. Retour : Paris-Austerlitz, 17 h 51.

Pierre Dilgard. 10 et 12 km. F. Arrivée : Étréchy. Retour : Paris-Lyon, 18 h 41.

Escalade

Fontainebleau

Responsable de l'activité :

Toshi Numouchi

- Le seul but de nos sorties est de passer agréablement une journée à Bleau, surtout en y grim pant avec le maximum de sécurité.
- Les sorties sont réservées uniquement aux Cafistes majeurs et grimpeurs, munis de leur carte C.A.F.
- En cas de mauvais temps (et si l'activité est malgré tout maintenue), pour des raisons de sécurité, les sorties sont uniquement réservées aux confirmés (à partir du niveau Bleu).
- La participation des débutants est déconseillée les jours où l'encadrement n'est pas prévu.
- Les rendez-vous sur place se font une heure après le départ de la porte d'Orléans (monument Leclerc, à 200 m au sud de la porte d'Orléans).

• Par temps chaud, n'oubliez pas d'emporter un maillot de bain.

Vos opinions, vos suggestions sont les bienvenues. Merci de les envoyer au responsable du C.A.F. Ile-de-France, en y joignant votre numéro d'adhérent.

MERCREDI

Pour oublier les dures retrouvailles avec la vie citadine, rien ne vaut quelques séances à Bleau, en milieu de semaine, loin de la foule.

Rendez-vous informels sur les sites proposés :

▲ 4 septembre - FRANCHARD CUISINIÈRE

▲ 11 septembre - ROCHER CANON

▲ 18 septembre - VALLÉE DE LA MÉE - ROCHER DU POTALA

▲ 25 septembre - BEAUVAIS

Pour plus de renseignements (fixer un rendez-vous plus précis, partager un véhicule...), contactez le mardi soir quelques habitués du mercredi :

Hervé Hulin : 42 02 07 73, Jean Combettes : 42 55 43 31 ou Jean Robbe : 43 31 20 27

A bientôt sur les blocs !

SAVIEDU

Rendez-vous porte d'Orléans (monument Leclerc) à 9 h 30, ou une heure plus tard sur place.

▲ 3 août

DAME JOUANNE. Pas d'encadrement prévu

▲ 10 août

MONT AIGU. Alain Jeandel et Florence Sagnard

▲ 17 août

ROCHER SAINT-GERMAIN. Pas d'encadrement prévu

▲ 24 août

CANCHE AUX MERCIERS.

Philippe Auxemery et Alain Jeandel

▲ 31 août

BUTHIERS MALESHERBES. Pas d'encadrement prévu

▲ 7 septembre

BAS CUVIER. Jean Combettes

▲ 14 septembre

FRANCHARD ISATIS - SABLONS. François Michel

▲ 21 septembre

MONDEVILLE. Bernard Tsapline

▲ 28 septembre

MONT USSY - CALVAIRE. Pas d'encadrement prévu

DIMANCHE ET JOURS FÉRIÉS

Rendez-vous porte d'Orléans (statue du général Leclerc) à 8 h 45, ou une heure plus tard sur place.

▲ 4 août

BAS CUVIER. Pas d'encadrement prévu

▲ 11 août

BUTHIERS MALESHERBES. Pas d'encadrement prévu

▲ Jeudi 15 août

FRANCHARD CUISINIÈRE. Pas d'encadrement prévu

▲ 18 août

ROCHER DE LA REINE. Pas d'encadrement prévu

▲ 25 août

FRANCHARD ISATIS. Pas d'encadrement prévu

▲ 1^{er} septembre

91,1. Alain Le Meur et Maurice Vouga

▲ 8 septembre

MONT AIGU. Pierre Bontemps

▲ 15 septembre

CANCHE AUX MERCIERS. Alain Le Meur

▲ 22 septembre

GORGES D'APREMONT. Maurice Vouga

▲ 29 septembre

ROCHER CANON.

Philippe Auxemery et Christian Bonnet

Jeunes (12-18 ans)

Responsables de l'activité :

Benjamin Luksenberg et Cédric Cazottes

Tous niveaux.

Ne pas oublier chiffons, sandwichs et gourde.

Maintenant, si toi Jean-Pierre Bouvier, toi Lynn Hill ou encore toi Cécile Leflem, voulez participer à nos activités, désolés, vous êtes trop grands !

En effet, nos activités sont réservées aux 12-18 ans.

En revanche, si vous désirez nous aider à encadrer bénévolement les futurs mutants de l'escalade, aucun problème.

Tous renseignements auprès du secrétariat.

▲ Dimanche 8 septembre

ROCHER CANON.

Paris-Lyon pour Fontainebleau. Rendez-vous à 9 h 30 devant le guichet 48.

▲ Dimanche 15 septembre

DOMAINE DES TROIS-PIGNONS.

Sortie car. Rendez-vous Denfert-Rochereau à 9 h. Réserver à l'avance : sortie limitée à une dizaine de places.

▲ Dimanche 22 septembre

APREMONT.

Paris-Lyon pour Fontainebleau. Rendez-vous à 9 h 30 devant le guichet 48.

▲ Dimanche 29 septembre

MALESHERBES.

Paris-Lyon pour Fontainebleau. Rendez-vous à 9 h 30 devant le guichet 48.

Falaise

Responsable de l'activité :

Noureddine Ghanmi - Tél. 60 79 26 96

■ Les inscriptions aux sorties Falaise se font le jeudi soir précédant la sortie, avec votre carte, dans les locaux du Club à 19 heures.

■ Les dates des réunions sont précisées dans le programme pour les sorties de plus de deux jours.

■ En cas d'impératif majeur (mauvais temps, absence d'hébergement), la destination des sorties peut être modifiée ou la sortie annulée.

■ La maîtrise parfaite des manœuvres de corde et des relais est indispensable pour les falaises comportant plusieurs longueurs. Alors... vite au mur !

Pendant la période estivale, il n'y a pas de sortie programmée chaque semaine mais on peut encore (et toujours !) grimper : il suffit de passer au Club le jeudi soir et de s'organiser un petit week-end sympa en fonction des goûts de chacun.

▲ Du 15 au 18 août (pont)

BRIANÇONNAIS. Noureddine Ghanmi

Perfectionnement pour cordées autonomes. Voies de plusieurs longueurs. Réunion préparatoire le jeudi 8 août à 19 h.

LA CHAMBOTTE (près d'Aix-les-Bains).

William Guillaume

En cas de canicule, repli stratégique plus en altitude (Oisans par exemple). Niveau requis : 6a minimum.

Réunion préparatoire le jeudi 8 août à 19 h.

Ciné C.A.F.

Les soirées ont lieu le mercredi ou le jeudi à 20 heures, salle de réunion, au rez-de-chaussée. Proposez vos diaporamas et réservez la salle auprès de l'accueil.

CALIFORNIAN DIVAGATIONS

▲ Mercredi 2 octobre

1. JOHN MUIR TRAIL

Le plus prestigieux des sentiers de la Sierra Nevada californienne.

2. WESTERN SIERRA NEVADA

Au pays du granit et des séquoias géants, des chercheurs d'or et des Indiens... Kings Canyon, Sequoia et Yosemite National Parks comme si vous y étiez !

Deux fois 45 minutes de vrai diaporama !

Diaporama en fondu enchaîné sonorisé.

Réalisation : Rémy Brun.

▲ Mercredi 16 octobre

3. EASTERN SIERRA NEVADA

(ou route US395)

Du lac Taohé au lac Owens, la beauté aride, sauvage et époustouflante du flanc est de la Sierra Nevada.

4. PACIFIQUE ERRANCE

Coast Range, côte sauvage du Pacifique avec sa faune très riche, splendeurs de San Francisco et de sa baie, faille de San Andreas.

Deux fois 45 minutes de vrai diaporama !

Diaporama en fondu enchaîné sonorisé.

Réalisation : Rémy Brun.

Collectives Tous niveaux :

elles s'adressent à tous les grimpeurs, du débutant jusqu'au 9a+, autonomes ou non.

Perfectionnement : pour grimpeurs possédant une certaine autonomie, familiers avec les manœuvres courantes (assurance, relais) et passant du 5 en tête et du 6a en second.

Pour participer aux sorties « Perfectionnement », il est indispensable que vous ayez déjà fréquenté des collectives « Tous niveaux » pour que nous puissions juger de vos possibilités.

Carnet

NAISSANCE

Fanny Flore, chez Elisabeth et Christian Chapiro le 27 mars 96

DÉCÈS

René Robion, le 15 mai 96

CYCLE D'INITIATION A L'ESCALADE

La forêt de Fontainebleau est le plus beau site d'escalade sur blocs connu sur cette planète et nous y organisons chaque année deux sessions d'initiation, à l'automne et au printemps.

Vous pourrez y acquérir un excellent niveau technique et aborder ensuite l'escalade en falaise, puis la montagne. Nous vous attendons nombreux pour quelques dimanches en forêt, loin du bruit et de la ville.

■ ORGANISATION DU C.I.E.

Le cycle comprend sept dimanches à Fontainebleau et un week-end en falaise.

• Sept départs en car de la place Denfert-Rochereau à 8 h 30 (rendez-vous à 8 h 15).

• Un week-end en falaise en voiture individuelle.

Un moniteur bénévole encadre chaque groupe de quatre à cinq participants dont il assure la progression pendant toute la durée du cycle.

■ INDISPENSABLE DANS LE SAC

• Les chaussons d'escalade (une taille bien ajustée).

• Des vêtements amples : un pantalon trop serré entrave les mouvements. De quoi se protéger de la pluie (et du soleil).

• Une nourriture saine et abondante. Vos moniteurs prendront le temps de se restaurer.

• Pour une bonne adhérence sur le rocher, il faut avoir des semelles propres, alors pensez au chiffon ou mieux, au tapis.

■ INSCRIPTIONS

Les inscriptions se feront au secrétariat Escalade (accueil du C.A.F. IdF 24, avenue de Laumière - 75019 Paris - Tél. 53 72 88 00).

Coût du cycle : 500 F, comprenant l'inscription et les sorties en car. Sortie haute école en sus.

Il est rappelé que l'inscription est exclusivement personnelle.

Le cycle d'automne commence le 6 octobre.

Inscriptions dès le 3 septembre à l'accueil.

Date limite d'inscription : le samedi 28 septembre.

Les responsables du C.I.E.

Michel Pyot
Jean-François Caille

SEMAINES D'ÉTÉ

Les semaines d'été fonctionnent comme toutes les autres activités (sauf les randos ou escalades du dimanche en région parisienne) proposées par le C.A.F. IdF : une fiche-programme est établie pour chacune de ces collectives. Si le menu vous convient, il faut alors remplir une fiche d'inscription et régler les frais administratifs (100 F pour une semaine) au secrétariat. Cette démarche est la seule façon de participer aux sorties.

▲ Du 3 au 10 août

FA 02 - **ORPIERRE (Hautes-Alpes)**. Bruno Porta
Collective d'été spéciale pour débutants (trois personnes). Les grimpeurs autonomes sont aussi les bienvenus. Renseignements et inscriptions au secrétariat dès la parution de *Paris-Chamonix*. Acompte à l'inscription : 450 F (inclus les arrhes pour le gîte).

Les sorties suivantes sont des rassemblements de grimpeurs autonomes, prêts à évoluer sous leur propre responsabilité. Niveau requis : 5c en tête et parfaite maîtrise des manœuvres de corde pour parcourir des itinéraires de plusieurs longueurs en toute sécurité.

▲ Du 7 au 14 juillet

FA 03 - **Calcaires de Haute-Savoie : ARAVIS et GLIÈRES**. Monique Rebillé
Falaises (Ablon, Colombière) et grandes voies (Sapey, Beaugard).
Fiche de renseignements et inscriptions au secrétariat.

▲ Du 28 juillet au 10 août

FA 04 - **Calcaire et granit des Hautes-Alpes : NÉVACHE, AILEFROIDE et CERCES**.
Monique Rebillé
Voies modernes d'une dizaine de longueurs dans un cadre alpin. Possibilité de ne venir qu'une semaine.
Fiche de renseignements et inscriptions au secrétariat.

▲ Du 18 au 24 août

FA 05 - **Alpes-Maritimes : VALLÉE DU LOUP, COUGOURDE, ERPS, ARGENTERA**.
Monique Rebillé
Falaises et grandes voies.
Fiche de renseignements et inscriptions au secrétariat.

WEEK-ENDS

C'est la rentrée ! On reprend le chemin des falaises « parisiennes ».

▲ 7 et 8 septembre

HAUTEROUCHE (Bourgogne). Nouredine Ghanmi
Tous niveaux.

▲ 14 et 15 septembre

CORMOT (Bourgogne). Francis Campan
Tous niveaux.

▲ 21 et 22 septembre

ANGLES-SUR-L'ANGLIN (Vienne).
Anne-Marie Corvée
Perfectionnement.

▲ 28 et 29 septembre

SAUSSOIS (Yonne). William Guillaume
Tous niveaux.

Parapente

Responsable de l'activité :

Jean Riva - Tél. 45 47 49 20

Permanence tous les jeudis, de 18 h 30 à 20 h devant le panneau « Parapente ».

▲ Du jeudi 15 au dimanche 18 août

CENTRE ALPIN DE COURCHEVEL 1850
RASSEMBLEMENT NATIONAL
DES PARAPENTISTES DU C.A.F.

■ Jeudi 15 août

10 heures

- Pré-rassemblements à Annecy.
- Rendez-vous à l'atterro de Planfait (rive est du lac, entre les communes d'Echarvines et Talloires).
- Vols en marge de la compétition.

■ Vendredi 16 août

9 à 10 heures. Accueil du rassemblement au Centre Alpin de Courchevel.

11 à 19 heures. Vols sur Courchevel, découverte.

20 heures. Repas au Centre Alpin.

21 heures. Réunion de la Commission nationale des Sports aériens.

■ Samedi 17 août

9 heures. Briefing

10 heures. Vols moyenne montagne

Vols sur sites

Cross

Vols à Pralognan

20 heures. Repas

21 heures. Table ronde sur la pratique dans les associations C.A.F.

■ Dimanche 18 août

9 heures. Briefing

10 heures. Départs vers les vols du jour.

Demandez le bulletin d'inscription à Jean Riva au 45 47 49 20.

SORTIES

Pour chaque week-end, au plus tard le vendredi soir, les informations sur les sorties décidées sont enregistrées dans la « boîte vocale » (ou mémophone).

Numéro boîte : 42 02 75 94 - Code secret : 9999

LICENCE FFVL

La licence FFVL est disponible pour les Cafistes à 240 F + 15 F d'option d'abonnement à la revue fédérale *Vol Passion* = 255 F, à l'ordre de la FFVL. Prévoir 20 F, à l'ordre du C.A.F., pour la cotisation Ligue Ile-de-France FFVL.

Rando-Escalade et VTT

Responsable de l'activité :

Didier Spivak - Tél. 40 18 91 07 (jusqu'à 22 h 30)

Une randonnée pédestre ou à V.T.T. vous conduira vers les rochers d'escalade. Tous les niveaux d'escalade seront abordés ; les débutants seront toujours encadrés.

Nous vous rappelons les cartes IGN utiles :

- pour Bleau, Top 25 2417 OT
- massifs annexes, Top 25 2316 ET (La Ferté-Alais, Maleherbes).

Quand aucune sortie n'est programmée, vous pouvez vous joindre à la collective « Bleau ».

▲ Dimanche 11 août

BEAUVAIS. Alain Jeandel et Didier Spivak

Paris-Lyon banlieue, 8 h 50 pour Ballancourt (aller et retour). Rando pédestre M.

▲ Dimanche 25 août

ROCHER DES DEMOISELLES. Deke Dusingere

Paris-Lyon banlieue, 8 h 29 pour Fontainebleau. Retour par Thomery (Paris à 18 h 44). Rando pédestre M.

▲ **Dimanche 1^{er} septembre**

• **BLEAU ET EAU À TOUS LES BRAQUETS** (sortie VTT uniquement).

Contacteur **Didier Spivak** au 40 18 91 07 pour les préparatifs.

• **MONDEVILLE. J.-M. Schmitt et M. Lintz** (VTT)
Paris-Lyon banlieue, 8 h 50 pour La Ferté-Alais. Retour à Paris : 18 h 41 par Ballancourt.
Rando M. 15 km. Carte IGN 2316 ET.

▲ **Dimanche 8 septembre**

DÉSERT D'APREMONT. Serge Bazin (à pied)
Paris-Lyon banlieue, 8 h 29 pour Bois-le-Roi (aller et retour). Rando pédestre M.

▲ **Dimanche 15 septembre**

• **LA FOSSE ARTHOUR** (falaise).
Michel Lintz et Bernard Tsapline
Départ en train le vendredi soir ou le samedi matin. Pour tous renseignements, contactez Michel Lintz au 60 84 45 13. Sortie tous niveaux, idéale pour débutants. Réunion préparatoire le jeudi 12 septembre au Club (mais n'hésitez pas à venir à Bleau).

• **VIDELLES-LES-ROCHES. Serge Bazin** (à pied)
Paris-Lyon banlieue, 8 h 50 pour Boutigny. Retour à Paris : 18 h 41.

▲ **Dimanche 22 septembre**

MONT AIGU - GORGES DU HOUX
Maurice Picollet et Micheline Barataud (à pied)
Michel Lintz (à VTT)
Paris-Lyon, 8 h 29 pour Fontainebleau (aller et retour). Initiation au VTT. Location possible à la gare de Fontainebleau.

▲ **Dimanche 29 septembre**

LA PADOLE.
Serge Bazin (à pied) et **Michel Lintz** (à VTT)
Paris-Lyon banlieue, 8 h 50 pour la Ferté-Alais.

A l'étranger

■ **MAROC**

Massifs du M'Goun et du Toubkal
Deux semaines en septembre
Participation aux frais : 4250 F

Grande traversée de l'Atlas
17 août au 7 septembre
Participation aux frais : 5500 F

D'Jbel Sahro - Une semaine en novembre
Participation aux frais : 3650 F

■ **INDE**

Zanskar - 31 août au 28 septembre
Participation aux frais : 11 800 F

Rajasthan - 7 au 23 décembre
Participation aux frais : 10500 F

■ **NÉPAL**

Alpinisme et trekking avec Rémi Mongabure
12 octobre au 6 novembre
Ascensions du Chulu ouest (6419 m) et central (6584 m).
Participation aux frais : 12000 F

Alpinisme et trekking haute altitude
avec Alain Michel
12 octobre au 6 novembre
Traversée Sherpani Col et ouest Col (+ de 6000 m). Ascension du Mera Peak (6400 m).
Participation aux frais : 15000 F

Trekkings de trois à quatre semaines en octobre et novembre

Rolwaling, Annapurna, Everest, Manaslu, Kanchenjunga, Langtang.
Participation aux frais : de 9200 F à 13800 F.

■ **TANZANIE**

Ascension du Kilimandjaro
22 octobre au 1^{er} novembre
Participation aux frais : 9500 F

■ **TURQUIE**

Cappadoce et Taurus - 4 au 18 août
Participation aux frais : 5400 F

Cappadoce et Montagnes Blanches
8 au 22 septembre
Participation aux frais : 5900 F

■ **CANADA**

Rocheuses et grands parcs avec Jérôme Benichou
8 au 22 septembre
Participation aux frais : 11 500 F

■ **MALI**

Randonnée dans le pays Dogon
avec Henri Luksenberg
28 décembre au 5 janvier
Participation aux frais : 5700 F

■ **NOËL AFRICAIN**

Tanzanie
Traversée du Kilimandjaro et visite des parcs pendant les vacances scolaires de Noël.

Mali
Randonnée en pays Dogon.

Fiches techniques et renseignements à votre disposition au Club.

SAINT-GERMAIN-EN-LAYE

Pour tout savoir sur nos activités, vous pouvez consulter nos répondeurs téléphoniques 24 heures sur 24 :

■ **Mur d'escalade : 39 74 08 82**
Séances le mercredi et (ou) le vendredi soir, de 20 heures à 23 heures.

■ **Sorties escalade et randonnée : 39 21 84 64**
Séances le dimanche et le week-end.
Contact direct pour la randonnée : **Stéphane Le Querriou** au 34 93 06 13.

SEINE-ET-MARNE SUD

Le programme des activités est envoyé aux membres du C.A.F. Seine-et-Marne Sud ou disponible sur demande. Pour tous renseignements, vous pouvez écrire au

Club Alpin de Seine-et-Marne Sud :
c/o Christian Chapiro - 3, rue Chantemerle
77590 Bois-le-Roi,
ou téléphoner à :

Christian Chapiro : 60 69 15 20
Dominique Colson : 60 09 33 71
Benoit Sénéchal : 60 59 10 20

Réunion mensuelle le dernier jeudi de chaque mois, de 20 h 30 à 22 heures, à la **Maison des Associations :**
3, avenue de la Forêt - Bois-le-Roi

VAL-DE-MARNE

2, rue Tirard - 94000 Créteil

ADHÉSIONS, RENOUVELLEMENTS OU MUTATIONS

Contacteur : **Alain Baron** : 29, rue de Torcy - 77360 Vaires-sur-Marne - Tél. 60 20 78 13.

PROGRAMME DES ACTIVITÉS SUR RÉPONDEUR (24h/24)

Le répondeur téléphonique du C.A.F. Val-de-Marne est en place ! Toutes les sorties et activités prévues dans les semaines à venir y sont consignées. Tél. 46 82 23 30.

TICKETS POUR THIAIS

Un contingent de tickets à tarif réduit est disponible. Renseignements et vente auprès de **Joël Chabert** au 46 80 44 56 ou au mur de Vitry, le mercredi soir.

MUR D'ESCALADE DE VITRY

On y grimpe tous les mercredis de 19 h à 21 h 50. Entrée gratuite. **Gymnase du Port-à-l'Anglais - 22, rue Charles-Fourier - 94 Vitry** (tout proche de la gare RER de Vitry). Une seule contrainte : être adhérent. **Attention : le gymnase est fermé pendant les vacances d'été. Réouverture mi-septembre.**

PROGRAMMES

■ **ESCALADE**

▲ **Septembre** **BOURGOGNE**

Week-end d'escalade en Bourgogne courant septembre. Les dates, lieu, et niveau seront communiqués par le répondeur. **F. Mtolane** au 46 82 65 20.

▲ **Du vendredi 4 au lundi 7 octobre**

LES CALANQUES
Niveau AD et D. Six personnes maximum. **J.-M. Talamona** au 42 55 11 89.

A SAVOIR

Les programmes cités ci-dessus sont donnés à titre indicatif. Il est conseillé de téléphoner pour avoir une confirmation de la sortie. Outre les problèmes d'intendance, la météo est déterminante. L'annulation d'une sortie est du ressort du responsable. Les réunions préparatoires sont obligatoires sous peine de ne pouvoir participer à l'activité. Pour toute sortie, l'organisateur se réserve le droit de fixer le nombre de participants et de la tenue ou pas de la sortie. L'heure de départ dans un ou plusieurs véhicules, selon le nombre de participants, est déterminée en fonction des destinations. Un remboursement des frais engagés par le propriétaire sera demandé à chaque participant.

■ **BLEAU POUR TOUS**

Samedi et (ou) dimanche : téléphoner la veille à **Jean-Marc Talamona** au 42 55 11 89. Niveau D à TD.

VERSAILLES

Contact : **Pierre Bedin** - Tél. 34 74 21 97

■ Les rendez-vous pour Fontainebleau sont à 9 h devant la place d'Armes, sur le côté gauche de l'avenue de Paris.

■ Les réunions mensuelles ont lieu tous les premiers jeudis du mois au **Centre social** (6, rue Edmée-Frémy à Versailles), à partir de 20 h 30.

Alpinisme

Responsable de l'activité : Jean-François Clergue - Tél. 48 25 18 10

Réf.	Animateurs	Localisation - Remarques	Difficulté	Nature	Hébergement	Nbre
▲ Du 8 au 21 juillet - STAGE « OBJECTIF MONT-BLANC »						
• Ouverture des inscriptions le 9 mai • Coût : (3)						
ALP51	A. Gehant	Objectif Mont-Blanc (Chamonix - Vanoise - Beaufortin)	INI	N-R	Refuge et gîte	4
▲ 6 et 7 juillet - CAR POUR CHAMONIX ET LE GRAND PARADIS						
• Ouverture des inscriptions le 6 juin • Coût : 550 F • Réunion préparatoire le jeudi 4 juillet à 19 h 30						
ALP52	A. Michel, B. Cardot et R. Mongabure	Face nord du Grand Paradis	D/TD	G	Refuge	6
ALP54	J. et S. Bitchatchi, E. Gonin	Arêtes de Rochefort (1)	AD	N	Refuge	3
ALP55	O. Hoibian (guide de haute montagne) et D. Wallez	Initiation aux courses de neige et glace : couloir est de la Petite Verte, voie normale de l'aiguille d'Argentière (2)	AD	N-G	Refuge	8
ALP56	Ph. Grisoni et R. Marks	Traversée des Apôtres	AD-	N-R	Refuge	4
ALP56 bis	Autonomes					9
▲ Du 7 au 14 juillet - RECYCLAGE DES ENCADRANTS À LA BÉRARDE						
• Ouverture des inscriptions le 7 mai • Coût : (3)						
ALP57	F. Rebuffet (guide de haute montagne) et A. Michel	La Bérarde	D/TD	N-R	Refuge et gîte	6 à 8
▲ 13 et 14 juillet - CAR POUR VALLOUISE						
• Ouverture des inscriptions le 13 juin • Coût : 550 F • Réunion préparatoire le jeudi 4 juillet à 19 h 30						
ALP59	M. Barataud, D. Wallez, D. et I. Préveral	Barre des Écrins	AD	N-R	Refuge	8
ALP60	J.-M. Boudt et J.-F. Clergue	Sortie initiation	INI			4
ALP61	J. et S. Bitchatchi, J.-P. Mouronval	Couloir Davin	AD	N	Gîte	6
ALP62	Ph. Grisoni	Éperon nord-ouest de la Roche H. Pic (3585 m) Arête sud du pic du Glacier Blanc (3525 m)	AD 300 m	R-M	Refuge	2
ALP63	R. Mongabure et J.-P. Mazier	Course à préciser	D+	R		4
ALP63 bis	Autonomes					4
▲ Du 21 au 27 juillet - STAGE « VOIES ROCHER » À CHAMONIX						
• Ouverture des inscriptions le 21 mai • Coût : (3)						
ALP65	B. Profit (guide de haute montagne)	Chamonix	TD	R	Refuge	4
▲ 20 et 21 juillet - CAR POUR CHAMONIX						
• Ouverture des inscriptions le 20 juin • Coût : 550 F • Réunion préparatoire le jeudi 18 juillet à 19 h 30						
ALP66	G. Jordan et J.-F. Clergue	Traversée des Courtes	PD+	M	Refuge	3
ALP68	J. et S. Bitchatchi, J.-P. Mouronval, P. Trottier et F. Maumy	Oreilles de Lapin - Aiguille d'Argentière (1)	AD+	N-R	Refuge	6
ALP69	J.-P. Mazier, F. Baroudel et H. Rogel	Chardonnet : éperon Migot	D	N	Refuge	3
ALP69 bis	Autonomes					18
▲ 27 et 28 juillet - CAR POUR LE VALGAUDEMAR						
• Ouverture des inscriptions le 27 juin • Coût : 550 F • Réunion préparatoire le jeudi 25 juillet à 19 h 30						
ALP70	M. Barataud, D. Préveral et D. Wallez	Olan : voie Escarra	PD+	R	Refuge	6
ALP71	J. et S. Bitchatchi, E. Gonin	Les Rouies	PD	N	Refuge	6
ALP72	P. Cartier et F. Rabourg	Olan : voie Demenge	D+	R	Refuge	4
ALP72 bis	Autonomes					16
▲ Du 12 au 20 août - STAGE « MONITEUR D'ALPINISME » À CHAMONIX						
• Ouverture des inscriptions le 12 juin • Coût : (3)						
ALP75	C. Bonnet	Chamonix	D	N-R	Refuge et camping	8-10
▲ Du 15 au 18 août - CAR POUR LA BERNINA						
• Ouverture des inscriptions le 16 juillet • Coût : 550 F • Réunion préparatoire le jeudi 8 août à 19 h 30						
ALP77	R. Pageot et P. Hartmann	Piz Bernina - Piz Pallu	AD	M	Refuge	4
ALP78	H. Boissonnet, P. Martin, J.-J. Blanchon, J. Bitchatchi et D. Wallez	Piz Bernina : Biancograt	AD	M	Refuge	7
ALP79	B. Cardot et A. Michel	Alpinisme autour du Piz Badile	D+	N-R	Refuge	4
ALP80	R. Mongabure, M. Godard et R. Marks	Spigolo nord du Badile	D (long 800 m)	R	Refuge	4
ALP80 bis	Autonomes					9

Réf.	Animateurs	Localisation - Remarques	Difficulté	Nature	Hébergement	Nbre
▲ Du 17 au 25 août - STAGE « INITIATEUR D'ALPINISME » À LA BÉRARDE						
• Ouverture des inscriptions le 18 juin • Coût : (3)						
ALP81	F. Rebuffet (guide de haute montagne) et J.-P. Mazier	Chamonix	AD	N-R	Refuge et camping	8-10
▲ Du 12 au 17 août - STAGE « MONT-BLANC » À CHAMONIX						
• Ouverture des inscriptions le 12 juin • Coût : (3)						
ALP82	B. Profit (guide de haute montagne)	Chamonix	PD	N	Refuge	4
▲ Du 24 au 30 août - STAGE « INITIATION À LA HAUTE MONTAGNE »						
• Ouverture des inscriptions le 25 juin • Coût : 2400 F (frais de guide)						
ALP83	O. Hoibian (guide de haute montagne)	Aiguille du Tour - Traversée des Crochues, mont Blanc du Tacul, etc. (2)	AD-	N-R	Refuge et camping	4
▲ 7 et 8 septembre - CAR POUR LE BARGY						
• Ouverture des inscriptions le 7 août • Coût : 550 F • Réunion préparatoire le jeudi 5 septembre à 19 h 30						
ALP84	J. et S. Bitchatchi, B. Cardot	Voie des Trous	D/D+	R	Gîte ou camping	5
ALP85	F. Barouzel et F. Rabourg	Voie des Dalles - Voie des Trous	TD-	R	Gîte ou camping	4
ALP86	J.-P. Mazier et autre encadrant	Pilier des Anneciens - Voie des Dalles	TD-	R	Gîte ou camping	4
ALP87	R. Mongabure, M. Godard et G. Jordan	Voie du Nez - Voie des Trous - Voie Prévent	D+	R	Gîte ou camping	6
ALP87 bis	Autonomes					11
▲ 14 et 15 septembre - CAR POUR CHAMONIX ET TRIENT						
• Ouverture des inscriptions le 14 août • Coût : 550 F • Réunion préparatoire le jeudi 12 septembre à 19 h 30						
ALP88	M. Barataud et D. Wallez	L'Index	AD	R	Gîte	4
ALP89	I. et D. Préveral	Aiguilles Rouges	PD/AD	R	Gîte	4
ALP90	H. Rogel, G. Deloustal et A. Trégloze	Envers des Aiguilles	TD	R	Gîte	3
ALP91	R. Mongabure	Préparation au Népal	PD/AD	N	Refuge	15
ALP92	O. Hoibian (guide de haute montagne)	Innitation à l'orientation dans les Aiguilles Rouges (Brévent - Lac Blanc - Belvédère - Buet) (2)	PD	R	Refuge	6
ALP93	N. Chamoux	Escalade Trient Orny	AD/D	R	Refuge	2
▲ 21 et 22 septembre - TRAIN POUR CHAMONIX						
• Ouverture des inscriptions le 23 juillet • Coût : 800 F (voyage)						
ALP94	O. Hoibian (guide de haute montagne)	Innitation aux courses de neige et glace : école et aiguille du Tour (2)	INI	N	Refuge	6
▲ 5 et 6 octobre - CAR POUR LE VERCORS ET LA CHARTREUSE						
• Ouverture des inscriptions le 5 septembre • Coût : 550 F • Réunion préparatoire le jeudi 3 octobre à 19 h 30						
ALP95	B. Cardot et H. Rogel	Chamechaude : pilier Tobay - Dent de Crolles : Y de Droite	D+	R	Gîte ou camping	4
ALP96	P. Cartier et Ph. Grisoni	Gerbier : pilier Gauci - Deux Sœurs : voie du Spigolo (300 m)	TD	R	Gîte	4
ALP97	P. Troitier et L. Coviaux	Dent de Crolles : Y de gauche	D-	R	Camping	2
ALP98	A. Trégloze et G. Deloustal	Course à déterminer avec les organisateurs	D	R	Gîte	2
ALP99	R. Mongabure, M. Godard et F. Barouzel	Pilier sud double brèche - Voie Yohan	TD-	R	Gîte	6
ALP101	M. Barataud, J. et S. Bitchatchi	Dent de Crolles	AD+	R	Refuge	5
▲ Du 6 au 12 octobre - STAGE « ESCALADE EN FALAISE » À PRESLES						
• Ouverture des inscriptions le 9 août • Coût : (3)						
ALP102	B. Profit (guide de haute montagne)	Presles	TD	R	Gîte	4
▲ Du 9 au 11 novembre - CAR POUR LES CALANQUES ET SAINTE-VICTOIRE						
• Ouverture des inscriptions le 9 octobre • Coût : 550 F • Réunion préparatoire le jeudi 7 novembre à 19 h 30						
ALP103	M. Barataud et D. Wallez	Garçons de Café - Saphir	D-	R	Gîte	4
ALP104	F. Barouzel et N. Chamoux	Escalade à Castelvieil	D+	R	Bivouac	4
ALP105	P. Martin et H. Rogel	Traversée Castelvieil - En Vau : découverte	D	R		4
ALP106	Ph. Grisoni et G. Jordan	Candelle : Shiva - Arête de Cassis - Cancéou : voie du Levant	TD (6a)	R	Gîte ou bivouac	4
ALP107	M. Godard et R. Marks	Sormiou et Morgiou	D/TO	R	Bivouac	4
ALP108	A. Trégloze et G. Deloustal	En Vau	TD	R	Gîte	4
ALP108 bis	Autonomes					4

(1) L'inscription à cette sortie suppose un accord préalable des animateurs.

(2) Sorties dont l'encadrement est assuré par un guide de haute montagne et éventuellement d'un ou plusieurs bénévoles du Club. Il convient de rajouter aux frais de transport, les frais d'encadrement :

- 2400 F pour un week-end en car (à répartir par le nombre de participants)
- 3000 F pour un week-end en train (à répartir par le nombre de participants).

(3) Renseignements au secrétariat

N : Neige - G : Glace - R : Rocher - M : Mixte

Chronique des Livres

MARIUS COTE-COLISSON

SOUHAITONS que de nombreux Cafistes, transformés provisoirement cet été en Savoyards, procèdent à une visite du 6^e Salon du Livre de Montagne à Passy Mont-Blanc. Il aura lieu du 10 au 12 août, tout renseignement pouvant être fourni par la mairie de Passy (Tél. 50 78 00 03, poste 244 - Fax : 50 93 67 61). Cette manifestation, solidement implantée, sera placée sous la présidence d'une grande voyageuse, Ellia Maillart. Espérons que nous y découvrirons de nombreux récits d'exploits en altitude et de traités sur l'alpinisme, l'escalade libre, le vol sans moteur, le ski.

Car nous constatons (hélas avec constance) que nous accueillons relativement peu d'ouvrages qui décrivent de grandes courses ou soulèvent des problèmes cruciaux. Voilà quelques années, notre bureau croulait littéralement sous le poids de ces ouvrages, et ce presque toute l'année.

Une relation captivante

On se souvient peut-être d'un gigantesque album qui, nanti de photos également gargantuesques, relatait l'aventure vécue et renouvelée d'enfants du Zanskar contraints d'utiliser un fleuve gelé pour fréquenter l'école. *Le Fleuve gelé*, d'Olivier Föllmi, reparaît en un format infiniment plus modeste aux éditions de La Martinière, et ce remarquablement illustré. Cette histoire vraie et pleine de périls aboutit à une relation des plus captivantes. L'auteur, signalons-le, est un familier des états himalayens.

Puisqu'il s'agit de jeunes, autant parler tout de suite d'un livre paru chez Nathan et intitulé *Guide du jeune Robinson à la montagne*, dû à Christian Weiss et ses deux conseillers. Il est d'une lecture plaisante, rationnellement constitué, pratique. Et par un

jeu d'associations d'idées, puisque nous venons plus haut d'évoquer les lieux himalayens, signalons deux parutions, celle de *Kailash, joyau des neiges, Tibet*, de Claude B. Levenson chez Olizane, et *Journal d'un sahib au Népal*, dû à Henri Sigayret chez Glénat.

Arrêtons-nous à présent sur un nouveau guide de Lonely Planet consacré à la Birmanie, *Myanmar*, de Joe Cummings et Tony Wheeler. Un récent article paru dans *Le Monde* exposait crûment dans quelles conditions le choix de multiples voyageurs est pratiquement le résultat de manipulations médiatiques savantes. Tantôt la mode est au Népal, aux Baléares, aux Seychelles; à présent, on « doit » visiter le Yémen et la Thaïlande. La Birmanie entre dans cette danse hautement touristique. Notons cependant que les multiples détails fournis par ce guide très documenté et pratique fournissent une furieuse envie d'aller se glisser dans le Triangle d'Or et de voir les magnifiques temples, sans oublier que la Birmanie est également montagnaise. Un handicap : le permis de séjour est d'une durée très limitée, ce après une longue période d'isolement.

Merci aux éditions Olizane qui nous adressent *Dans les montagnes de Grèce - Randonnées et Trekking* (Guide Artou, Constantin Tspiras). Pas de 8000 mètres mais la montagne partout, avec souvent des dénivellations brutales, parfois de l'escalade, des parcours parfois éprouvants, la possibilité fâcheuse d'être importuné par des chiens de berger, un hébergement éventuellement délicat. N'importe, n'est pas fréquente la présence d'une forêt privée de toute intervention humaine! A noter enfin que certains parcours durent près d'une semaine. (L'auteur est membre du C.A.F.)

Du côté des périodiques

Pour les courses espérées dans nos montagnes, comptons sur les périodiques. *Pyrénées* nous entraîne en Ariège, dans la vallée d'Aspe, autour de Bidart. *Alpes* découvre des lacs d'altitude, s'attarde sur les crêtes de Belledonne, nous incite à flâner dans les arts du bois en vallée d'Aoste. *Vertical* braque toute sa passion sur le Chardonnet, le Dolent, et nous fait participer à des escalades dans les grès colorés des Vosges du Nord. *Pays Basque*

s'enfonce dans les gorges de la Kakueta ou dans le secteur de Saint-Étienne-de-Baigorry. *Alpinisme et Randonnée* permet à Droyer de pester contre « l'habitude du suréquipé », donne de bonnes nouvelles de Catherine Destivelle qui s'en est bien tirée, propose un tour de la Valserine, affronte l'aiguille d'Olan, traverse le Pelvoux, nous encourage à escalader dans le massif méditerranéen du Caroux, combine la randonnée et la pratique de l'archéologie dans le Mercantour. Admettez avec moi que ce programme global est hautement positif.

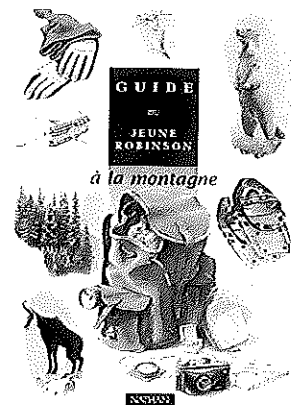
Tous nos suffrages au Périgord

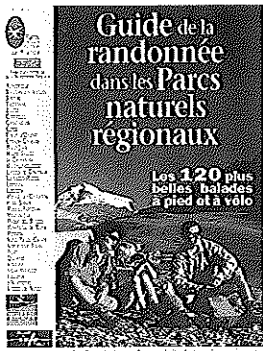
Jusqu' alors, nous ignorions – reconnaissons-le – l'existence d'albums édités chez Minerva. Étudiant respectivement *Beauté des Pyrénées* (Luis Doucet), *Périgord* (Noël Graveline), *Nord* (Noël Graveline), nous sommes en présence d'ouvrages de grand format (27 x 32 cm), éclectiques, riches en illustrations. Le texte, pas secondaire, se propose ou de décrire ou de mettre en valeur un site ou une curiosité. C'est l'étude sur le Périgord qui a recueilli nos suffrages.

Les guides de la Manufacture ont toujours suscité notre chaleureuse adhésion, en raison de leur plénitude de renseignements et du sérieux des informations. Le guide du *Cantal* (Pierre Worth) est évidemment servi à la fois par un royaume de la géologie (volcanique), par la rudesse du relief, par les aspects très divers de ce secteur de la France centrale, mais également par le choix très étendu des invitations à la randonnée : Aubrac, Cézallier, planèzes, gorges, « enfers », burons. Ce qui nous a le plus intéressé? Les environs d'Allanches et de Neussargues.

L'autre guide de cet éditeur concerne *La Vallée de Chevreuse et Port-Royal* (Thérèse Montréard). Nous n'aurons pas assez de week-ends pour découvrir tous ces motifs de sorties peuplées de découvertes de villages fleuris, d'espaces forestiers, d'églises rustiques, de souvenirs sur Racine, sur Pascal, sur des artistes. Et toute une série d'itinéraires nous est en outre proposée. L'utilisation de ce précieux guide demande à être effectuée avec le concours du topo relatif aux Yvelines.

Un autre guide a retenu toute notre attention, celui que la Fédération des Parcs Naturels Régionaux et la FFRP

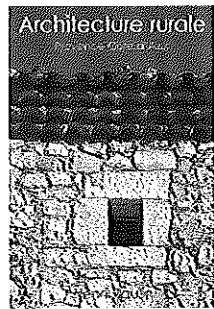




ont consacré aux différents parcs naturels. Ce *Guide de la randonnée dans les Parcs naturels régionaux* a d'ailleurs été présenté au Salon de la Randonnée.

Outil précieux puisqu'il nous entraîne aussi bien dans la Brenne qu'en Chartreuse, en forêt de Bretonne qu'en Armorique.

Les éditions Bonneton publient maintes encyclopédies touristiques, très



documentées, mais cette fois elles éditent un modeste livre intitulé *Architecture rurale - Provence, Côte d'Azur* (Henri Raulin). Qu'importe si la photo est en noir et

blanc puisque de nombreux croquis et des explications, des définitions, nous documentent aussi bien sur le matériau, sur le cellier, sur le lavoir, sur la maison constituée de galets roulés, sur le colombier même ! (Les fervents de l'univers de Giono seront ravis.)

Et puisque nous sommes dans le Sud de la France, signalons que les éditions Horvath se tournent vers le passé dans *Le Vaucluse autrefois*, cette antichambre de la Provence qui fut politiquement marquée dans des phases où se jouait le régime du pays. Cette lecture met en relief de véritables ruptures dans l'activité et dans les traditions d'un secteur.

Mille détails sur le passé

Un autre ouvrage tourné vers le passé concerne la terre jurassienne : *Au Fil de la Loue autrefois*. Il donne à l'auteur une magnifique occasion de nous faire découvrir les beautés de cette portion franc-comtoise grâce à Gustave Courbet : « *La Loue, c'est le berceau de mes rêves* ». Mais les personnages de Bernard Clavel, n'oublions pas qu'ils peuplent particulièrement la forêt de Chaux. Encore le passé dans *Avignon au Moyen Age*, dû à plusieurs collaborateurs (Aubanel-Avignon). Y défilent mille détails concernant le fameux pont, le palais

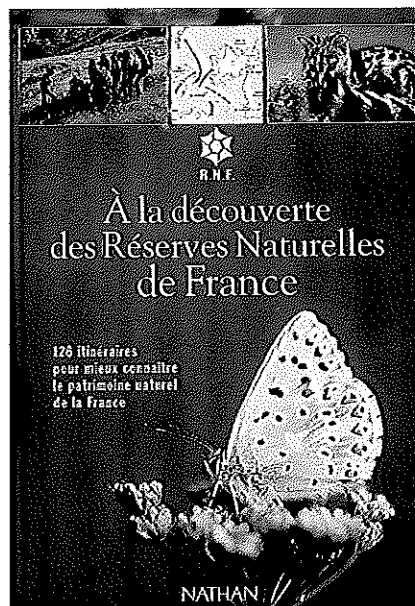
des Papes, les fastes de la papauté, le sac de Notre-Dame des Doms.

Et pourquoi ne pas signaler le puissant intérêt documentaire que présente le numéro spécial de la revue drômoise du Parc naturel régional du Vercors, *Vercors, terre monastique et canoniale* ? D'abord, une véritable leçon de géographie y est dispensée. On distingue enfin et nettement le Royans, les Coulmes, les Quatre Montagnes, le pays de Quint. Ensuite, ce cahier est bien utile pour ceux qui passent à Léoncel, grimpent au-dessus de Die jusqu'à l'abbaye de Valcroissant, ou s'arrêtent à Bouvante. Des tableaux excellents.

A signaler *La Gestion des déchets*, de Philippe Pichat, Flammarion Dominos, que les défenseurs de l'environnement auront à cœur de lire. L'auteur est un spécialiste.

Des relations chaleureuses

Serais-je la cible privilégiée des éditeurs helvétiques ? Si c'est le cas, je ne m'en plains pas ! Deux Chappaz : *A rire et à mourir*, en deux tomes, tous les deux dédiés aux éditions Empreintes de Lausanne, et un admirable recueil de poèmes de Corinna Bille, qui fut la compagne de Chappaz et qui lui inspira une très belle préface (même éditeur). Un Ramuz, *Si le soleil ne revenait pas*, édité par L'Age d'Homme, grave, rivé à l'univers montagnard, constamment en proie à l'obsession d'une bouderie définitive du soleil. Un Chessex, *Les saintes Écritures* (L'Age d'Homme), qui est un exemplaire leçon donnée par un écrivain suisse en matière de relations chaleureuses avec ses confrères. Qui



Guide GÎTES D'ÉTAPE et REFUGES
France et frontières

Norm et prénom _____

Adresse _____

Code postal _____ Ville _____

Désire recevoir le guide GÎTES D'ÉTAPE et REFUGES et joint un chèque de 130 FF (110 FF + 20 FF de frais d'envoi)

Date _____ Signature _____

Où dormir... quand on a randonnée, pédalé, escaladé, skié, pagayé toute la journée ?

Le guide GÎTES D'ÉTAPE et REFUGES propose 3 600 hébergements, le long d'itinéraires, dans toute la France et aux frontières. 110 F. En librairie.

3615 CADOLE présente aussi les 3600 hébergements et une bibliographie par activités, des adresses, des infos... 2,23 F la minute.

36 15 Cadole

GUIDES LA CADOLE

A. et S. Mouraret
74, rue A. Perdreaux
78140 Vézizy

3600 hébergements

aime Chessex aime Ramuz, lequel aimait Chappaz, lequel entretenait de fervents rapports avec Gustave Roud et Cingria, tandis que tout le monde chérissait Corinna Bille !

L'histoire et la fiction

Mais mon étonnement fut encore plus grand quand j'ai reçu, de la part des éditions Denoël, *Romandie* de Maurice Denuzière. La Romandie, c'est l'extrême ouest de la Suisse, donc une Helvétie de langue française. Ici se conjuguent l'histoire et la fiction, et les six cents pages se lisent avec une facilité et un agrément rares.

Il faut terminer ? Que ce soit avec un fameux recueil d'itinéraires édité chez Nathan : *A la découverte des réserves naturelles de France*. Des lacs, des tourbières, des landes, des forêts de lichens, des roselières, un véritable jardin suspendu dans les Aiguilles Rouges, des reliques glaciaires dans l'Iseran, l'étonnant marais de Lavours au nord-ouest du lac du Bourget, une succursale de la Camargue en Alsace... J'en passe et des meilleures (la presqu'île corse de Scandola, le bassin de Thau, les taffoni granitiques des environs de Bonifacio). Les vacances sont décidément trop courtes...

Chronique des Sentiers

MARIUS COTE-COLISSON

QUAND paraîtra ce numéro, la plupart de nos amis Cafistes auront vraisemblablement choisi la destination de leurs vacances, mais il restera en automne suffisamment d'occasions de se livrer à des sorties.

● DES SUGGESTIONS D'ÉVASION

« Lors d'une randonnée, notre ami et organisateur Claude Ramier m'a longuement parlé de la forêt de Louviers, et comme ce fut justement ma première randonnée d'adolescent, ses évocations m'ont suggéré une proposition d'évasion. Louviers, une cité de quelque vingt mille habitants, ne manque pas d'intérêt avec les bras de l'Eure, avec son église de style flamboyant qui renferme vitraux et sculptures dignes d'attention, avec un cloître esthétique, des lavoirs, des maisons à colombages.

Il n'y a pas à proprement parler une forêt, mais un ensemble de forêts entre Louviers et Elbeuf. Aux 1200 hectares de la sylvie de Louviers s'ajoutent les 3500 hectares de la forêt de Bord, auxquels s'ajoute l'aire de La Londe (2000 hectares). On peut regretter évidemment que l'autoroute, la N 13 bis et la 313 strient les domaines de Louviers et de Bord, ce qui compromet l'impression qu'on est en pleine nature si on relie Louviers à Pont-de-l'Arche. Le relief n'est pas uniforme, les essences comprennent notamment des hêtres, des chênes (dont des chênes rouges), des résineux. L'utilisation du topoguide 2-23-25 « Seine en Normandie » est partiellement possible. La carte série Verte 8 au 1/100000^e (« Paris-Rouen ») fournit une idée d'ensemble, surtout si l'on envisage une liaison avec La Bouille. Deux cartes au 1/25000^e couvrent cette aire : 1912 E et 2012 O.

« Une autre proposition est à retenir, surtout si en cas de week-end prolongé on combine la pratique de la varappe à Surgy et une randonnée non loin de Clamecy. Puisque le musée de cette ville, partiellement médiévale, renferme des salles consacrées aux

exhumations sur le site gallo-romain de Compièrre (commune de Champallement), prendre la route de Brinon, grimper à Champallement, aborder le site de Compièrre, dans un décor très poétique. A l'extrémité du site archéologique, il existe toute une série de sentiers entretenus. A noter que le secteur septentrional confine à une jungle et que

les nombreux blocs de grès sont les vestiges de carrières qui ont fourni à la capitale des pavés dignes du Paris-Roubaix (cartes au 1/25000^e, 2623 O et E).

« Aux Cafistes parisiens, je voudrais signaler qu'à partir de Grignon une randonnée très diversifiée est possible. D'abord, visite et achats à la ferme de l'Institut agronomique, puis visite du parc (cerfs). Le sentier du GR1 grimpe depuis le creux de Thiverval et vient frôler le vaste domaine de Wideville (perspective sur le château). On atteint Davron. Là, on peut tout aussi bien grimper au-dessus d'Orgeval, puis atteindre la Seine ou obliquer en direction de Saint-Gemme et ensuite aller prendre le train à Saint-Nom-la-Bretèche (consulter le topoguide « A la découverte des Yvelines »).

« Je voudrais encore signaler qu'en Normandie on peut organiser des sorties en Pays de Caux ou vers le Champ de Bataille en visitant au passage de beaux parcs, notamment à Varengeville, au château de Miromesnil, à Beaumont-le-Hareng (près de la forêt d'Eawy), aux environs de Tôtes (Grigneuseville, Auffay), au Neubourg (arboretum d'Harcourt), près de Fleury-sur-Andelle.

● QUELQUES NOUVELLES INTÉRESSANTES

« Récemment, Dominique Bona, journaliste et auteur d'une très bonne biographie de « Gala », la compagne d'Eluard puis de Dali, s'est prêtée au cours du dîner succédant à une conférence, à des évocations de son pays natal, le Roussillon. Cela m'a permis de me rassurer sur le caractère demeuré authentique des Aspres et des villages des Albères. J'ai appris, les jours suivants, qu'il existait un sentier muletier sinuant au-dessus de Banyuls sur deux lieues, tandis qu'à Collioure, on se remémore des peintres tels que Matisse, Derain, Dufy, Matisse, Desnoyer.

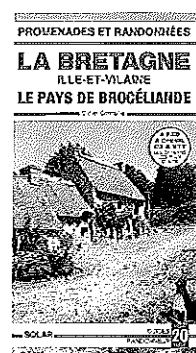
« Le 6 mai, une conférence de presse très importante, organisée au siège de

la Caisse nationale des monuments et des sites, nous a permis de capter des nouvelles intéressantes.

Gestionnaire des monuments de l'État affectés à la Direction du patrimoine national, elle enregistre annuellement huit millions de visites (pour près de la moitié, des étrangers). Visites d'une durée d'une demi-heure à la Sainte-Chapelle, de deux heures au château poitevin d'Oiron! Plus d'un demi-million de visiteurs au Haut-Kœnigsbourg, près de 400000 à Azay-le-Rideau, près de 120000 à l'abbaye du Thoronet. Des parcours nocturnes vont animer le Mont-Saint-Michel et Azay, tandis qu'à Sauve-Majeure en Aquitaine, à Bourges, la visite facilitera spectaculairement les contacts avec les thèmes présentés. Ajoutons qu'une librairie du patrimoine, déjà existante à l'Hôtel de Sully, sera ouverte au cœur des Tuileries; que la nuit du 24 août sera l'occasion, dans plus de vingt monuments, de projeter des films; que les 14 et 15 septembre, patrimoine et thèmes littéraires doivent faire bon ménage.

● NOUVEAUX TOPOS ET... VIDÉOGUIDES

« Pas reçu de nouveau topoguide FFRP, mais chez Solar, Didier Cornaille poursuit sa quête de prome-



nades et de randonnées dans une collection qui nous est devenue familière, encore que l'auteur maintienne un mode de guidage auquel nous avons mis du temps à nous familiariser. Il eut raison de s'obstiner :

la sortie de *Le Cotentin* et de *La Bretagne - le Pays de Brocéliande* le prouve. Le Cotentin souffre de la proximité relative de la péninsule bretonne, et pourtant non seulement les anciens sentiers de douaniers offrent des sorties sensationnelles, mais l'intérieur même de la presqu'île nourrit des impressions fortes, témoin la fameuse lande de Lessay, chère à l'écrivain régional Barbey d'Aureville dont Didier Cornaille tient à nous parler au passage. C'est bien!

Savez-vous que Napoléon eut l'idée saugrenue d'envisager une sorte de canal aux environs de Carentan, ce qui eut fait du port de Carteret une

bonne base d'attaque contre l'Angleterre? Brocéliande est largement visitée dans le guide sur la Bretagne, avec ses futaies, ses landes, ses personnages mythiques, ses légendes.

» Pour compléter la documentation fournie par leurs Guides Verts, les éditions Michelin ont mis au point toute une série de cassettes « vidéo Découvertes », associées à TF1 Vidéo.

Six cassettes sont proposées : *Alsace, Provence - Côte d'Azur, Pyrénées, Aquitaine, Châteaux de la Loire, Paris, Bretagne.*

» Reçu également *Autriche Pro France*, persuadé que vous trouverez ce guide d'établissements situés dans la montagne autrichienne à l'office de tourisme autrichien. On est assuré d'être hébergé dans un établissement où l'on parle le français, aussi bien à Lech qu'à Brand, à Igls qu'en Carinthie.



PHOTO M.C.C.

Un de ces chalets-hôtels d'altitude où le gestionnaire autrichien sait s'exprimer en français.

» Parlons des contacts avec la nature par le truchement du livre. Les éditions Bordas nous ont gâté en nous soumettant le bel album intitulé *Atlas des oiseaux migrateurs*, dans la collection Bordas Nature. La première partie de l'ouvrage est passionnante, traitant de la préparation du voyage, du sens de l'orientation, des conditions de vol, des escales. Puis défilent les migrateurs, grues, limicoles, bergeronnettes, etc. Un régal.

» Nathan s'est montré généreux et éclectique.

• Un « atelier de nature » intitulé *Photographier la nature - Faune et flore*, de Laurie Campbell, s'attarde utilement (et surtout s'attache) à nous familiariser avec les problèmes de cadrage, d'éclairage, les conditions météorologiques, le tout avec l'apport de splendides illustrations, en l'occurrence une feuille d'érable sycomore, une cascade, la tête d'un lézard!

• Un passionnant *Guide du ciel 1996-1997* s'adresse particulièrement aux observateurs d'événements astronomiques qui se refusent, faute de documentation, à rater des phénomènes inédits.

• A présent, je vais soutenir qu'un livre tel que *Créer et entretenir un jardin* (Jacques Revel) intéresse plus qu'éventuellement un varappeur ou un randonneur. La preuve? L'ami Christian Bonnet sait combiner une escalade à Surgy et entretenir son jardin nivernais! Conception de son jardin, entretien, choix des plantes, constituent les lignes directrices de cet ouvrage. D'ailleurs, il est comme complété par *Le Jardin potager* de Patrice Beucher, zélateur exemplaire du Val de Loire. ■



- Conditions spéciales aux membres du C.A.F.
- Expéditions : consulter le tarif « Expé »
- Location montagne - ski



MATÉRIEL / Alpinisme
VÊTEMENTS / Escalade
TENTES, SACS A DOS / Ski de piste
SACS DE COUCHAGE / Ski de fond
ACCESSOIRES / Ski de randonnée
LIBRAIRIE / Trekking
CARTOGRAPHIE / Randonnée

PASSE MONTAGNE

2 MAGASINS A PARIS
 95-102, avenue Denfert-Rochereau
 75014 PARIS
 Tél. 43 22 24 24

LE SPÉCIALISTE DU MATÉRIEL DE MONTAGNE

Bleau

OLEG SOKOLSKY

MINI-CHRONIQUE due aux interactions entre l'échéancier d'un bimestriel à géométrie variable, ma mémoire défaillante et mes diverses autres activités (mon retard précédent en faisant partie).

Gorges d'Aprémont. Entretien du Bleu n° 13 par son auteur, Jean-Paul Lebaeur. Tout en offrant quelques nouveaux *bis*, il mène toujours vers le départ du Fraise écrasée, ce qui suggère un bel enchaînement.

Diplodocus. Frédérick Dulphy, décidément infatigable, vient de terminer la réfection du Jaune PD du Diplodocus. Quelques modifications, nouveau topo bientôt.

Rocher Guichot. Taille de prises par un gougnafier pour faciliter le passage de la dalle du n° 5 Bleu. Sans commentaire, mais consternant !

Circuits virtuels aux Montussiennes

Un petit mot au sujet des fiches circuits avec tout d'abord l'information essentielle : ils ne sont pas matérialisés sur le terrain (traduction : ni flèche, ni numéro).

Le petit massif « des Montussiennes », du nom de la grotte traversée par le sentier Denecourt n° 1, déjà parcouru par un Jaune et un Orange souvent utilisés par les élèves du lycée de Fontainebleau, avait un inconvénient notoire : il n'offrait pas de circuit ou d'ensemble de passages balisés de difficulté supérieure.

Gilles Cottray, l'un des créateurs des Rouge et Noir de Videlles, grand amateur de lignes improbables et futu-

ristes, a étudié la possibilité de le compléter par les trois difficultés manquantes : le Bleu, le Rouge et le Blanc (ce dernier, ED+, avec des passages à faire frémir au niveau des grands blocs de la grotte des Montussiennes).

Le Rouge et le Blanc, tracés sans autorisation, ont été récemment effacés par l'ONF.

Alors, le temps que les questions administratives se résolvent, si vous voulez grimper les nouvelles voies de ce petit coin tranquille et bien sympathique, une seule (ou presque) solution : avoir avec soi les fiches circuits ci-contre (le Blanc viendra plus tard car je n'ai vraiment pas le temps d'en peaufiner une à double détente). Un conseil : regardez attentivement le caillou et vous trouverez pas mal de résidus de peinture pour vous guider en cas d'indétermination.

Smack-smack TGV. ■

MERCI, PROFESSEUR COSINUS...

De la randonnée à la désescalade facile

Une succession de chutes interrompues par une enjambée : ou la marche – puis la désescalade – expliquée à l'aide de quelques notions de physique élémentaire.

AU VU des propositions alléchantes qui émaillent de temps en temps le programme de *Paris-Chamonix* ; – au vécu des difficultés rencontrées sur le terrain par des randonneurs esbaudis qui s'aperçoivent tout à trac que le sentier qu'ils suivent depuis cinq bonnes heures, se transforme en un infâme plan schisteux qui se termine on ne sait pas trop comment au-dessus d'un torrent (pourtant, le gardien du refuge a bien dit ce matin, quand nous étions tous sur le départ, que « ça passait bien ») ; – à la lecture de savoureuses élocubrations glanées ça et là dans des ouvrages² ; – à l'envolée de quelques passages escalado-érotico (mais oui !) littéraires parus dans *Paris-Cham*³. (Vite, où est ce *Paris-Cham*, sacrebleu !)

Un site approprié

A tout cela donc, je voudrais modestement contribuer en exposant quelques principes de base de la désescalade qui feraient appel à des notions de physique élémentaire et, pour ce faire, je n'hésiterai pas à profiter des conseils éclairés du savant Cosinus. Toutes les difficultés un peu « extraordinaires » rencontrées malgré soi sur le terrain : éboulis, piste schisteuse plus ou moins humide, plan herbeux presque vertical... peuvent être simulées en forêt de Fontainebleau sur quelques rochers bien choisis. Les photogra-

phies ci-contre ont été prises au Petit Cervin du Parcours Montagne à Franchard, qui semble bien approprié⁴.

Pour parler de « comment vaincre toutes ces difficultés », il faut rappeler brièvement ce qu'est la marche et pourquoi l'homme se tient-il debout. Tout le monde sait, du moins depuis Newton, que le corps humain, comme toute pomme, est attiré par la Terre (le savant Cosinus dirait que la Terre exerce sur tout objet une force de pesanteur appelée poids de l'objet), et que centre de gravité... et que résultante des forces... et que polygone de sustentation... et que équilibre stable... Point de grands mots.

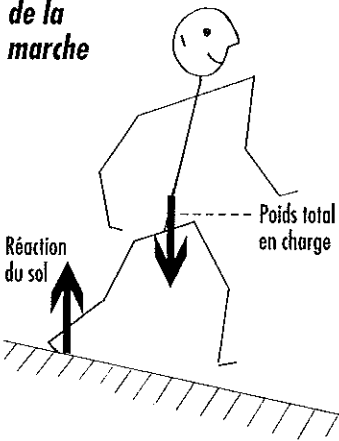
Simplement, on peut imaginer qu'à tout bipède soit symboliquement attachée à son nombril une flèche pointant verticalement vers le sol, représentant son poids de muscles et d'os, sans oublier sac à dos et autre harnachement. Si le prolongement de cette flèche touche ses chaussures, le randonneur est stable. Si le prolongement de cette flèche ne touche pas ses chaussures, une chute se prépare. (Le savant Cosinus aura détecté que le poids du marcheur, la force de réaction du sol, la force d'appui musculaire et les forces de frottement créent un couple de forces.)

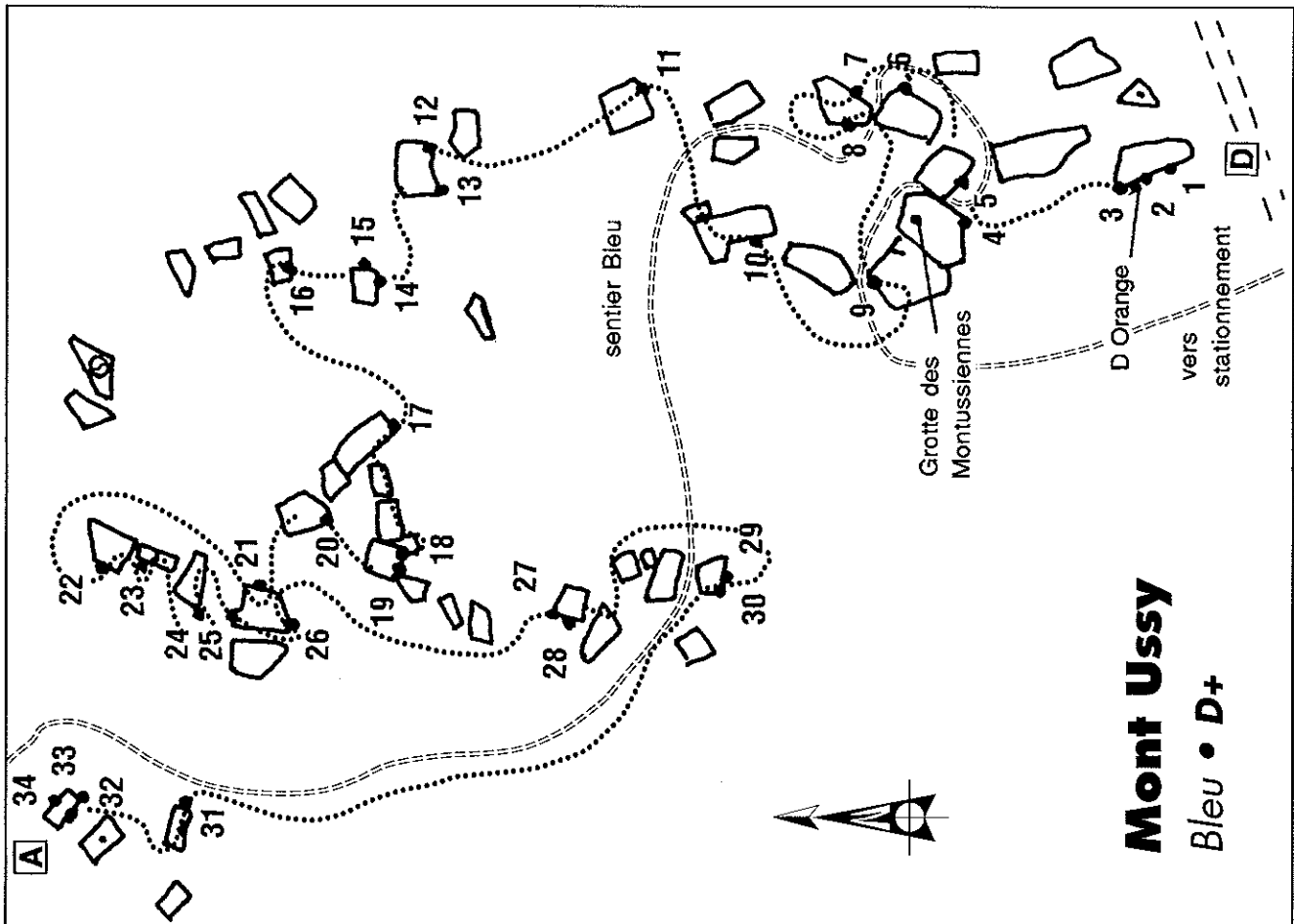
Tel est le cas de la marche. Le buste se porte vers l'avant du point d'appui constitué par le pied en arrière sur le sol, et c'est la chute plus



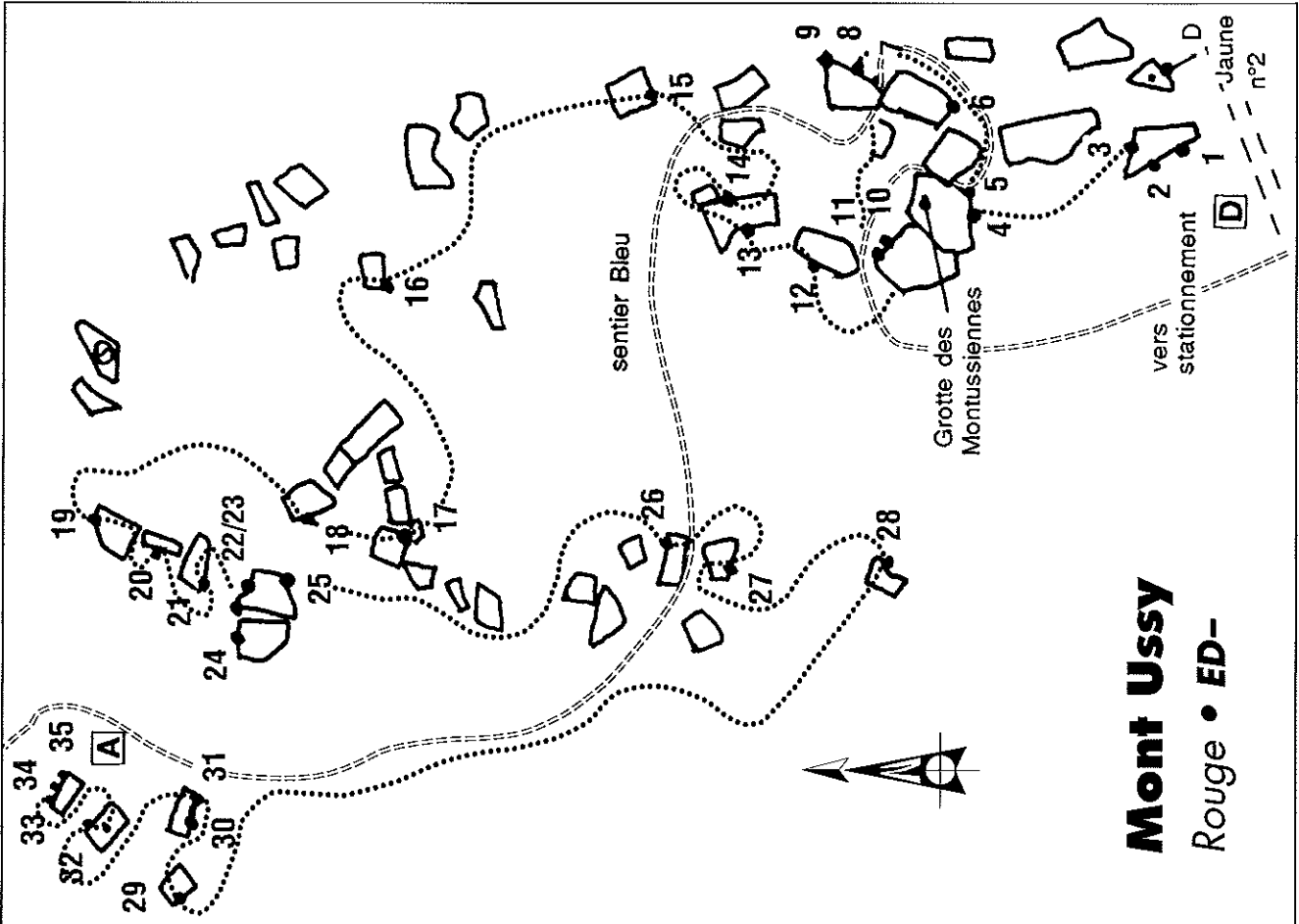
SUITE P. 27

Schématique de la marche





Mont Ussy
Bleu • D+



Mont Ussy
Rouge • ED-

Commentaires communs
aux deux circuits

CES deux ensembles de passages proposés par Gilles Cottray – et actuellement non balisés – présentent à des niveaux différents les mêmes caractéristiques : variés, athlétiques et assez peu exposés sauf quelques exceptions notables. Pour ces dernières (grotte des Montussiennes), la corde peut se révéler très utile.

Le massif, situé dans une zone forestière assez dense, sèche très inégalement après une pluie et a tendance à rester très longtemps humide.

ACCÈS

En voiture. De Paris, rejoindre l'entrée nord-ouest de Fontainebleau (carrefour de la Libération) par la RN 7. Faire trois quarts de tour à gauche par le rond-point pour emprunter le boulevard de Constance. Un kilomètre plus loin, après être passé devant l'hôpital, tourner à gauche aux feux pour longer le cimetière (pas d'inquiétude, ça s'améliore après!). A la première fourche, prendre de nouveau à gauche pour venir stationner à proximité de la maison forestière des Huit Routes.

Emprunter alors le sentier Bleu n° 1 (au début sur la route de la Fontaine, à l'ouest de la maison forestière, puis dans un sentier à droite) pendant 300 mètres. Il croise la route du mont Ussy que l'on prend vers la droite (nord-est). Les départs se trouvent 30 mètres plus loin, sur la face sud-ouest du premier bloc, à gauche à côté du début de l'Orange AD+.

A pied. De la gare de Fontainebleau, rejoindre la route de la Bonne Dame. La suivre vers l'ouest, continuer par la route du Bon Secours après avoir traversé la RN 6. Elle mène à la maison forestière des Huit Routes.

N.B. Si la voie est une traversée, le point de repérage de la fiche-circuit indique le début du passage.

Cotations

■ **Blanc ED+**

1	6b/c	Le bas lance (morpho)
2	7a	La gym mène au dépit
3	6c+	Ussy peur (c)*
4	6c	L'Ussy faire
5	7a+	Ussy cat (c)*
6	7a+	Help! (où ça?)
7	7b	L'être hâve
8	7a+	Les grands pas m'émurent (g → d)
8b	7a+	Même mûr (d → g)
8t	7b+	Le ter mine à tort (d → g → d)
9	6c	L'apre s'tâte
10	7a	Big brosse
11	6c+	L'arbre est résineux
12	6c+	Hypothèse
13	6c	Le 13 ^e travail ridicule
14	7b	Carpe et hyène
14b	7b	
15	6c	Le piano aqueux
15b	7a+	L'hésitation transcendante
14b + 15b	7c?	
16	7a+	Gras, vit-on?
16b	?	L'impossible? (tenu pour nul)
17	7a+	Le mûr par fermentation
18	7a	L'effort mis rouge

* (c) : corde possible

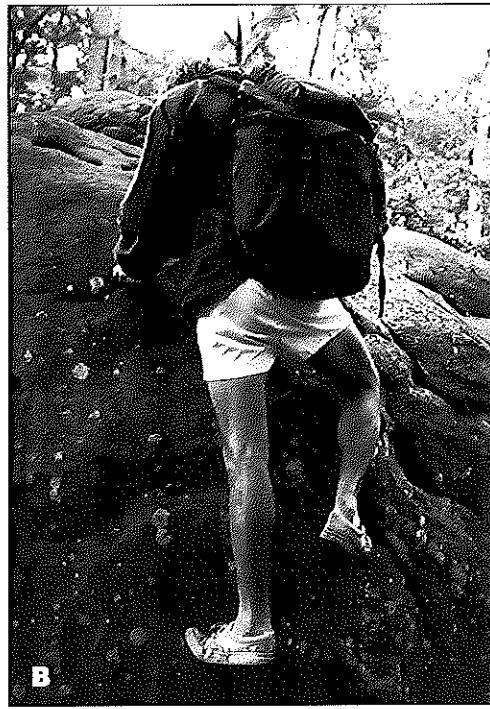
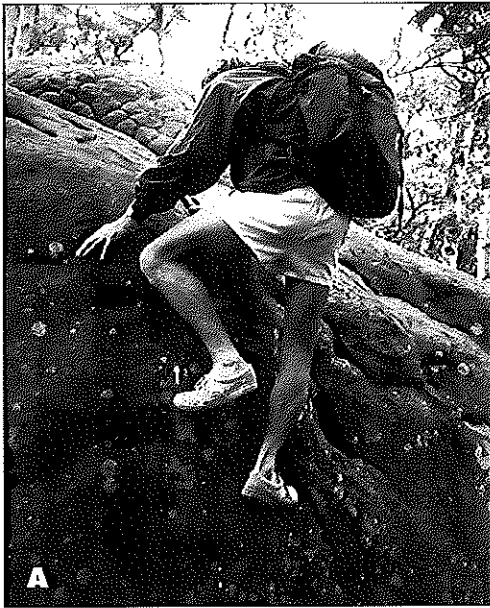
** (c) : corde fortement conseillée

N.B. Tout a été fait sans corde.

■ **Rouge ED-**

1	5b	TG (1)
2	5c	
3	5c	TD (2)
4	6b	
5	6a	
6	6a	
7	5c	Départ assis
8	6b	Départ assis
9	5c	Trav. haute
9b	6b+	Trav. basse
10	6b	TG (c)*
11	6a	
12	4c	
13	5a	TD
14	4b	
15	5b	
16	5b	
17	4b	
18	5a	TG
19	4b	TD
20	5a	TD
21	4b	TD
22	4a	
23	4b	(c)**
24	4a	(c)**
25	5c	TD
26	5b	TG
27	4b	TD
28	4c	TD
29	5a	Aller
30	4c	Retour
31	4b	A.-R.
32	4b	TD
33	4c	
34	6a	TG
31	6b	TD
32	5c	
33	5c	
33b	6b+	
34	6b+	TG
35	6b+	

1. TG : traversée gauche
2. TD : traversée droite



ou moins brutale si l'autre jambe n'a pu s'interposer à temps par suite de présence intempestive de pierres ou racines.

La marche est donc une succession de chutes vers l'avant, interrompues par l'enjambée. La force d'appui musculaire dépend du poids total en charge, de la vitesse du randonneur, de l'inclinaison du terrain.

Pour accomplir une enjambée, le randonneur pose un pied en avant. La réaction du sol va s'exercer sur ce pied, libérant la jambe qui ne porte plus et le processus peut ainsi continuer. (Le professeur Cosinus fait immédiatement remarquer que le mouvement perpétuel n'existe pas et que la marche requiert un travail musculaire.) Intervention justifiée qu'il convient d'explicitier. Le centre de gravité du corps effectue un mouvement sinusoïdal complexe⁵ : au début de l'enjambée, il se rapproche légèrement du sol ; en fin d'enjambée, il tend à retrouver son niveau initial quand la jambe se tend, d'où fatigue musculaire pour relever le tronc. Merci, professeur, de nous le rappeler.

Si la sente que nous suivons est en pente légère, le buste et le gros sac passent sans effort la jambe tendue, presque mécaniquement même, pour ainsi dire sans peine. Si la pente s'accroît, le mouvement a même tendance à s'emballer (qui n'a jamais dévalé un talus?), et quand c'est trop abrupt, chaque pas doit être effectué séparément : autrement dit, il faut **désescalader**.

« Mais qu'est-ce que c'est que ce truc ? Où vais-je mettre mes pieds ? Pas de place pour poser ses pieds sur ces petites marches, et puis je ne vois rien avec mon nez collé sur la paroi. » La surface portante est plus petite, mais qu'importe, on se tiendra bien vertical comme lors d'une partie de lèche-vitrines rue Jacob. Bien sûr, il y a quelques mouvements de balancement vers l'avant ou vers l'arrière, il ne faut pas hésiter à se maintenir avec les mains.

Mais voilà que tout se complique. Il va falloir descendre et chercher une autre position stable plus bas. Et qui dit descendre une jambe, dit aussi rester en équilibre sur l'autre et tout cela avec le sac. Il va falloir passer d'une position stable (les deux pieds posés) à une autre position stable un peu plus bas, ce qui laisse supposer qu'il existe entre elles des positions instables.

FILM DE LA SÉQUENCE • Photo A

On place bien le poids du corps au-dessus du pied porteur (le droit sur le cliché) ce qui libère l'autre. On écarte de préférence les bras pour qu'ils jouent le rôle de balanciers et on place les mains le plus bas possible sur les aspérités disponibles. On ne quitte pas des yeux la petite plate-forme repérée un peu plus bas, et seulement maintenant l'opération de descente peut commencer : s'accroupir sur le pied porteur, étendre la jambe et poser la pointe du pied sur la plate-forme ; enfin, chercher la meilleure position jusqu'à ce que l'on se sente « en confiance » en le chargeant un peu.

SUITE DE LA SÉQUENCE • Photo B

On porte alors tout le poids du corps sur la jambe que l'on vient de poser en décalant tout le buste (ici vers la gauche). Le fait de charger un pied contrecarre l'effet de glissement et augmente ainsi la confiance. Précisons qu'entre les photos A et B, les mains sont restées immobiles, agrippées à de petites règles pour prévenir tout déséquilibre. Le pied droit n'étant plus porteur, le descendre au niveau de la gauche dans la niche, replacer les bras un peu plus bas et ainsi de suite.

Facile, non ? Alors si l'on essayait ? Non pas « où tu veux, quand tu veux » mais à Bleau, par un beau dimanche ensoleillé.

BERNARD TSAPLINE

1. *Paris-Cham'* n° 104, octobre 1993 - Sortie du 7 novembre 1993 : « Si on essayait ».
2. « Initiation et perfectionnement à l'escalade - Technique et pédagogie ». Auteur : J.-P. Verdier aux éditions Amphora. 132 pages. Lire par exemple les pages 31 et 32 où l'auteur substitue en loucedé le centre de gravité du corps humain, dénoté *g* sur ses croquis, à l'accélération de la pesanteur terrestre usuellement dénotée *g*. On peut consulter cet ouvrage au BIP du Centre Beaubourg.
3. *Paris-Cham'* n° 106, janvier 1994, pages 28 et suivantes.
4. Le Parcours Montagne des gorges de Franchard, balisé en orange, a approximativement la forme d'un fer à cheval. Le Petit Cervin est à l'ouest du croisement du GR 11 avec la route du Carnage.
5. « L'Équilibre en pesantier et impesantier ». Auteurs : C. Perrin et coll. Arnette. 412 pages. Le mouvement du centre de gravité est décrit avec force détails, pages 116 et suivantes.

Sortez du troupeau



Fuyez l'uniformité. Faites vous plaisir par l'authenticité et la créativité.
Si vous ne recherchez que le nécessaire, peut-être que le Vieux Campeur ne vous est pas indispensable.
Si par contre vous recherchez l'essentiel, AU VIEUX CAMPEUR vous apportera ce plus qui fait la différence entre ceux qui choisissent et ceux qui subissent.

AU VIEUX CAMPEUR

Un village à PARIS - 75005 avec
18 boutiques en plein Quartier Latin
autour du 48, rue des Ecoles

Tél. (1) 43.29.12.32 - Fax (1) 46.34.14.16



Un village à LYON - 69003 avec
4 boutiques proches des facs et de la préfecture
autour du 43, cours de la Liberté

Tél. 78.60.21.07 - Fax 78.62.31.42

14 catalogues spécialisés et gratuits
Vente Par Correspondance

Nouveau

Printemps 96
Le premier satellite (plus de 1000 m²)
s'installe au cœur de la Haute Savoie au
48, avenue de Genève
THONON-LES-BAINS
74200

Tél. 50.70.45.78 - Fax 50.70.48.62

Minitel 3614 VIEUXCAMP
0,37 F ttc/mn (même tarif réduit que pour le téléphone)