

ski de montagne

Les Alpes de Lyngen à ski



La bataille de l'eau lourde, Norvège 1942-44
ski et histoire

La randonnée des étangs
randonnée pédestre

environnement
Actions contre le Phytolaque

www.clubalpin-idf.com



Édito

Changement d'olympiade Par Claude Boitard, président

Le Caf IdF a tenu le 6 décembre sa dernière Assemblée générale de l'olympiade 2005-2008. Ce fût l'occasion pour le président François Henrion, le trésorier Roger Laurent, les membres du comité directeur (CD) et les responsables d'activités de présenter le bilan et les perspectives des différentes activités de notre association.

Lors de cette assemblée ont eu lieu les derniers votes aux élections du CD. Comme c'était prévisible les 23 candidats ont été élus et le nouveau CD a pu se réunir en présence de 20 d'entre eux le mercredi 10 décembre. François Henrion n'ayant pas souhaité se représenter après 10 ans de présidence, j'ai été élu à ce poste. Le bureau, relativement différent du précédent du fait du départ de 3 anciens membres (Monique Rebiffé vice présidente, Roger Laurent Trésorier et Alfred Wohlgroth secrétaire général), a permis l'arrivée d'Hélène Denis, de Jean-Jacques Liabastre et Jean-François Deshayes. J'adresse mes remerciements pour leur activité importante au profit du Caf, les membres du bureau et du CD qui ont souhaité passer le relais. Le dynamisme du bureau et du comité directeur, leur implication importante dans toutes les activités du Caf me permettent d'aborder avec optimisme la nouvelle olympiade. ▲

Bureau du Caf IdF :

- Président
Claude Boitard
- Trésorier
Jean-Jacques Liabastre
- Secrétaire général
Jean-François Deshayes

- Secrétaire générale adjointe
Christiane Mayenobe
- Vice-Présidente
Hélène Denis
- Vice-Président
François Henrion ▲

Agenda

Atelier thématique Cartographie-orientation en montagne

Mercredi 28 janvier à 19h30 au Club

Cette soirée s'adresse à tous les pratiquants des sports de montagne souhaitant découvrir ou parfaire leurs connaissances de la cartographie et apprendre à choisir leur parcours sur le terrain. ▲

Atelier thématique Météo en montagne

Jeudi 5 février 2009 à 19h30 au Club

Découvrir les secrets des phénomènes météorologiques en montagne et s'initier à la prévision du temps à court terme. ▲

Atelier thématique Sécurité sur glacier

Dimanche 8 mars 2009 de 14h à 18h

Atelier pratique de sauvetage en cas de chute en crevasse. Tous les participants pratiqueront dans des conditions proches de la réalité. La séance se déroulera en extérieur sur une structure artificielle. Le lieu de rendez-vous sera communiqué ultérieurement. Inscription préalable obligatoire au Club. ▲

Le Coin des webmasters www.clubalpin-idf.com

● Le lien s'abonner

ou comment montrer son intérêt pour une sortie à la journée et être informé des dernières informations en cas de modification de celle-ci ?

Dans le programme des activités de l'espace membre il y a une fonction très peu utilisée alors qu'elle est intéressante pour tous. Cette fonction ne concerne que les sorties à la journée (randonnée, VTT, escalade) et autres sorties sans inscription (WE falaise par exemple).

- Pour le participant : cela permet d'indiquer son intérêt pour une sortie, et de recevoir les dernières informations de l'organisateur.
- Pour l'organisateur : cela lui permet de savoir s'il doit s'attendre à 5 ou 50 personnes, il peut aussi leur transmettre un message de dernière minute (pour la météo, problème d'horaire de train, matériel à apporter etc.)
- En cas de modification de la sortie par le Caf ou par le responsable des programmes (suite à problème de train ou d'organisateur par exemple), toutes les personnes «abonnées» recevront automatiquement un mail indiquant ces modifications.

Mais où se trouve cette fameuse fonction ? C'est dans la page détail d'une sortie sans inscription. Là où vous trouvez les horaires et toutes les informations.



Vous cliquez une fois sur le lien s'abonner (sous la grosse flèche rouge dans la copie d'écran) le lien se transforme en «se désabonner». À partir de ce moment l'organisateur a l'information que X est intéressé par sa sortie. À tout moment vous pouvez cliquer sur «se désabonner» pour indiquer que vous n'êtes plus intéressé par cette sortie. ▲

À bientôt sur clubalpin-idf.com
L'équipe informatique du Club

Club Alpin Français Île-de-France

Association créée en 1874,
reconnue d'utilité publique en 1882 (régie par la loi de 1901)

12 rue Boissonnade 75014 // Métro : Port-Royal, Raspail, Vavin
Adresse postale : 5 rue Campagne-Première 75014 Paris
Tél. + répondeur : 01.42.18.20.00 // Télécopie : 01.42.18.19.29
Site Internet : www.clubalpin-idf.com // Courriel : accueil@clubalpin-idf.com



Horaires d'ouverture : mardi de 16h à 19h ; jeudi de 12h à 14h et de 16h à 19h ; vendredi de 16h à 19h ; samedi de 13h à 17h ; fermeture le lundi et le mercredi.

Le Club alpin français d'Île-de-France (Caf IdF) est affilié à la Fédération française des Clubs alpins et de montagne (FFCAM). Celle-ci bénéficie de l'Agrément tourisme n° AG 075.95.0054, ce qui autorise tout club affilié à proposer à ses membres et à réaliser avec eux, dans le respect des dispositions de la loi du 13 juillet 1992 et du décret du 15 juin 1994, des voyages et des séjours collectifs à caractère sportif ou sportif et culturel. Garantie financière : fonds mutuel de solidarité de l'Unat. Assurance responsabilité civile souscrite auprès de la compagnie Commercial Union Assurances.

Sommaire du numéro 196

Paris Chamonix

Bulletin bimestriel
des Clubs alpins français
d'Île-de-France

Directeur de la publication :
Claude Boitard.

Responsable de la
rédaction :

Monique Rebiffé.

Secrétaire de rédaction-
maquettiste :

Hervé Brezot.

Comité de rédaction :

Pierre Bontemps, Gilles
Caldor, Martine Cante,
Gérard de Couyssy,
Hélène Denis, Annick
et Serge Mouraret,
Bernadette Parmain,
François Renard, Oleg
Sokolsky.

Administration :
Club alpin français
d'Île-de-France
12 rue Boissonade
75 014 Paris

Abonnement
pour 6 numéros (1 an)
Membres du Caf IdF :
16 euros
Non membres : 29 euros

Réalisation : Mama Kette
(mamakette@free.fr)

Impression : Imprimerie
Causses & Cévenne
12100 St-Georges-de-
Luzençon.
Tél. 05.65.58.41.41

Dépôt légal : février 2009
CPPAP n° 0109 G 84108

La reproduction des articles
est autorisée à condition d'en
mentionner l'origine et d'en
adresser deux exemplaires à
la rédaction. Pour toute ques-
tion, réaction, témoignage et
suggestion, une seule adresse
courriel :
mylene@clubalpin-idf.com



TOUTE
L'ÉQUIPE
DU CAF
ÎLE-DE-
FRANCE
VOUS
PRÉSENTE
SES
MEILLEURS
VOEUX
POUR L'ANNÉE
2009

Au pays du Mont-Blanc
(photo : Monique Rebiffé)

page 4 // L'écho des sentiers et de l'environnement

page 6 // Ski de montagne LES ALPES DE LYNGEN À SKI

page 9 // Ski et histoire LA BATAILLE DE L'EAU LOURDE, NORVÈGE 1942-44

page 12 // Environnement ACTIONS CONTRE LE PHYTOLAQUE

page 13 // Randonnée pédestre FORÊT DE MEUDON, LA RANDO DES ÉTANGS

page 15 // Chronique des livres et du multimédia

page 16 // Activités des Clubs alpins d'Île-de-France

Important

La garantie d'assurance liée à votre
adhésion 2008 expirait le 31/10/2008.

Pensez à renouveler votre adhésion afin de pro-
fiter de tous les avantages liés à votre apparte-
nance au Caf Île-de-France. La garantie est ac-
quise dès réception de votre règlement à notre
siège parisien. Aucune inscription à une sortie se
déroulant en 2009 ne peut être prise en considé-
ration avant le règlement de la cotisation.

En cas d'accident

Une déclaration est à faire par écrit dans les cinq jours à : MAIF - 200,
av. Salvador Allende - 79 038 Niort Cedex 9

Pour un rapatriement, contacter : Intermutuelle Assistance

- En France, au 0.800.75.75.75
- À l'étranger, au 33.5.49.75.75.75

N° de contrat : 2.857.150.R

Alors que nous bouclons ce bulletin,
c'est avec beaucoup de tristesse que nous
apprenons la disparition de Gilbert Bloch
survenue le 13 décembre à l'âge de 85 ans.

En haut, dans les Alpes de Lyngen, en haut : Sous le
sommet du Balggesvarri ; en bas :
Au sommet du Tjehkkevarri (photo : François Renard)



L'Écho des sentiers et de l'environnement

par Annick Mouraret

« Nous puisons dans un stock fini et nous effaçons progressivement le disque dur de la nature. »

Nicolas Hulot (Marianne n° 604 - 11/2008)

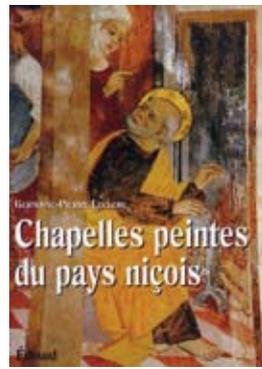
Les Alpes-Maritimes

Des itinérances estivales dans les Alpes-Maritimes m'incitent à vanter leur grand intérêt pour la randonnée.

Le **PAYS CÔTIER** peut d'abord venir à l'esprit, on y est vite d'ailleurs en altitude pour des circuits de crêtes, baous et monts. Plus au nord, le **MOYEN PAYS**, celui aux 100 villages, est irrigué par le Var alimenté par l'Estéron, le Cians, la Tinée, la Vésubie... et nous voici au sud du Parc du Mercantour. Enfin, le **HAUT PAYS** pour toutes les escapades montagnardes, avec l'Italie à l'est et les Alpes-de-Haute-Provence à l'ouest.



Village de Saorge (photo : Mouraret)



Il faut saupoudrer les trois régions d'une flore spécifique, de canyons, de vestiges militaires sur des routes audacieuses, de villages perchés que l'on croit inaccessibles, de chapelles peintes parfois isolées, de gîtes d'étape et refuges sympathiques. Ajoutons quelques débordements en Italie, avec le soleil mais aussi un climat montagne aux humeurs changeantes.

Cet été, nous sommes allés à la recherche des **CHAPELLES PEINTES** qui sont disséminées un peu partout, souvent en l'honneur de Saint-Sébastien venu au secours des habitants pendant les périodes de peste, et sur la **ROUTE DES BRÉA** (retables). Nous voici donc vers 1500 : ce n'était pas encore le baroque mais c'est très coloré et parfois réaliste à faire frémir. Du beau en tous cas. Les fils conducteurs en sont les GR 52A (La Brigue, Saorge, Sospel, Roure, Roubion, Châteauneuf-d'Entraunes...) et 510 (Lieuche, La Tour, Lucéram...).

ITINÉRAIRES :

- Pour les chapelles peintes : GR 52A et 510, panoramique du Mercantour, FFR réf. 500. Informations auprès du Conseil général des Alpes-Maritimes, qui édite notamment un dépliant sur « La route des Bréa ». Le livre « Chapelles peintes du pays niçois » de G. et P. Leclerc (Edisud - 2003) n'est pas un guide d'itinéraires mais un très bon fil conducteur, avec des photos parfois difficiles à prendre.
- 30 itinéraires dans les Alpes-Maritimes : voir topos.
- Guides RandOxygène : le Conseil général des

Alpes-Maritimes a réédité en 2008 une série de guides descriptifs couvrant plusieurs activités :

Cahier pratique : informations, inventaire des itinéraires, hébergements... *Pays Côtier* : 60 itinéraires, *Moyen Pays* : 60 itinéraires, *Haut Pays* : 60 itinéraires - 8 traversées, *Via Ferrata* : 8 itinéraires, *Clues et canyons* : 36 itinéraires, *VTT* : 36 itinéraires + 5 traversées, *Raquette à neige* : 60 itinéraires. ▲ Conseil général des Alpes-Maritimes, service des randonnées, BP 3007 - 06201 Nice cedex 3. Tél : 04.97.18.75.59. www.cg06.fr. Les guides sont gratuits et disponibles aussi dans les Offices du tourisme concernés.

La Nouvelle-Calédonie

À 22 heures d'avion de Paris (18 564 km), l'archipel de la Nouvelle-Calédonie est une richesse naturelle qui mérite notre curiosité : dans *Paris-Chamonix* (août-septembre 2008) vous trouverez les clefs pour y randonner et quelques photos bien attrayantes. Ce beau territoire est actuellement doublement à l'honneur : l'Unesco a classé ses massifs coralliens et une exposition « Terre de corail » lui est consacrée à l'Aquarium de la Porte Dorée.

15 000 KM² INSCRITS À L'UNESCO

La Nouvelle-Calédonie est riche d'un chapelet presque ininterrompu de plus de 2 000 km de récifs, d'îlots et de hauts fonds. L'ensemble des lagons et récifs couvre environ 40 000 km², soit 80% de l'ensemble corallien des collectivités d'outre-mer. La Grande-Terre constitue à elle seule le 2^e ensemble récifal de la planète après la Grande Barrière australienne, le plus remarquable aussi par sa structure et sa diversité biologique. Depuis juillet 2008, 15 000 km² de lagons et récifs calédoniens, répartis en six sites, sont reconnus et labellisés patrimoine mondial de l'Unesco.

Les coraux vivent en symbiose avec les algues, un système qu'il ne faut pas perturber (feux, ruissellements, sédimentations, extractions minières par exemple). Sur terre et sur mer il faut donc partout veiller d'autant plus qu'il est dénombré dans l'archipel 76% d'endémisme chez les végétaux (3^e rang mondial) et 72% pour la faune terrestre, par exemple sur 112 espèces de reptiles geckos et scinques, 106 sont endémiques.

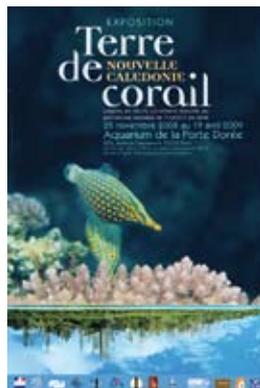
Végétal ou animal le corail ? La classification traditionnelle des espèces, issue de celle de Linné, a rangé les coraux dans le règne animal et l'embranchement des cnidaires.

TERRE DE CORAIL

Dans le cadre de l'Aquarium tropical du Palais de la Porte Dorée, cette exposition propose une



Boat pass (photo : P.A. Pantz)



l'écho des sentiers et de l'environnement

découverte de la Nouvelle-Calédonie à travers ses lagons et ces récifs coralliens, de la géographie à la nature, en six séquences révélant les enjeux que représente le corail pour la société calédonienne.

Terre océanienne : photos aériennes. *Terre de corail* : la vie du corail. *Terre nature* : une partie du patrimoine naturel de la Nouvelle-Calédonie. *Terre des hommes* : la relation de l'homme à la terre et à la mer avec ses richesses culturelles (poteries anciennes, coquillages rares, utilisations chirurgicales, coraux fluorescents...). *Terre de paradoxe* : les coraux sont des marqueurs du temps, mais si fragiles ! *Terre de partage* : les actions menées pour demander l'inscription de 15 000 km² de zones récifales au patrimoine mondial.

Elle est la première exposition « éco-conçue », qui affiche son propre bilan carbone. ▲ **Voir Agenda.**
Documentation : Livre « Terre de Corail », textes et photos de Pascale Joannot, qui a conçu l'exposition. Maison de la Nouvelle Calédonie : créée en 1989, elle vient de déménager au 4, bis rue de Ventadour, 75001 Paris. Tél : 01.42.86.70.25. Site : www.mncparis.fr (9-12h30/13h30-17h30 du lundi au vendredi).

Code de l'Environnement

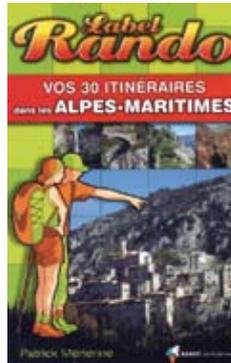
C'est la bible des environmentalistes, créée en 1980, un pavé de 2858 pages sur papier Bible, un pavé dans la mare des pollueurs, destructeurs de paysages, aménageurs sans scrupules qui sévissent en France et outre-mer. C'est le témoin de l'accélération des atteintes à l'environnement mais aussi des efforts politico-administratifs pour tenter de les endiguer. Le code comprend trois parties : les textes législatifs, les décrets, arrêtés et règlements, enfin les conventions internationales, directives européennes, codes divers et jurisprudences. Grâce à une bonne table alphabétique, on s'y retrouve facilement. Cela n'a rien d'un roman mais pour défendre la nature c'est un outil indispensable, paru pour la 11^e fois chez Dalloz. ▲

Parcs et Jardins de Paris

Rappelons cette brochure publiée régulièrement par la ville de Paris, qui donne toutes les informations sur les activités nature dans la capitale. Disponible dans toutes les mairies d'arrondissement et à l'Hôtel-de-Ville. ▲

topos

Signalons trois topos dans la collection « Label rando » de Rando Éditions, présentant toujours « vos 30 itinéraires dans... » choisis par des connaisseurs, généralement à la journée, sur 4 pages avec une carte simplifiée, un description et des photos. Très bien faits pour se poser dans une région :

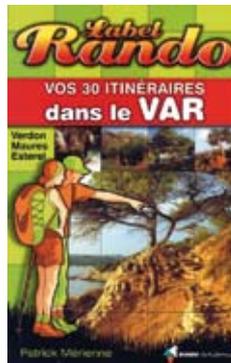


Alpes-Maritimes

Patrick Mérienne, mai 2008.

Ce topo est un bon reflet de la diversité des centres d'intérêts qu'offre cette région et de la diversité des paysages depuis la méditerranée, dans l'arrière-pays, le Mercantour et les montagnes, avec un léger débordement en territoire italien. Le passé franco-italien n'est d'ailleurs pas si éloigné, avec des vestiges, des bornes, les peintures d'attachantes chapelles et églises de montagne.

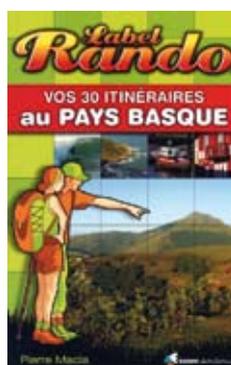
Les gorges du Cyans, de la Daluis, vallée de la Roudoule, villages perchés, tel Saorge, ou médiévaux tel La Brigue et sa chapelle peinte à voir absolument, des cols, des clues, des cirques, belvédères et clapiers, on ne peut pas tout énumérer. ▲



Le Var

Patrick Mérienne, février 2008.

Les itinéraires sont concentrés sur trois régions : les Maures, l'Estérel et le Verdon avec un débordement sur les Alpes-de-Haute-Provence. Des randonnées dominent le Verdon mais d'autres le rejoignent aussi par ses balcons bien aériens et les classiques sentiers du fond. Au sud on trouve des sentiers sur le littoral ou pas loin : presqu'îles de Giens, de Saint-Tropez et dans l'arrière-pays : belvédère de Rancounas, Roches Blanches à La Garde-Freinet, pics et ravin du Perthus... Roquebrune, Collobrières, encore des villages perchés. ▲



Pays basque

Pierre Macia, février 2008.

Encore un auteur qui connaît son sujet. Le guide a pour cadre 5 des 7 provinces historiques du Pays basque (Labourd, Basse-Navarre, Soule, Guipuzcoa et Navarre), plus 2 itinéraires dans les Landes et 2 dans le Béarn.

Des randonnées courtes (pic d'Orhy par exemple) et des longues, avec de belles dénivelées : canyon d'Ehujarre (1200m), cirque d'Occabé (1300 m de montée), pic de Petrexema... Le tout entre océans et causses desséchés. Il ne faut pas oublier qu'ici la montagne est vite raide, bien verte dans les pâtures et souvent très sèche au-delà (La Pierre-Saint-Martin par exemple). ▲

Agenda

- **2 février 2009. Journée mondiale des zones humides** : une journée qui peut se décaler pendant tout le mois, avec des manifestations organisées notamment par les PNR.
- **28-29 mars 2009. Fête de l'arbre**, au parc de Bercy (12^e) et dans d'autres arrondissements : visites, expositions, projections, animations... À la maison du jardinage, dans le parc de Bercy : café jardin, troc main verte... Infos : brochure « Parcs et jardins » et sur www.paris.fr
- **27-28-29 mars 2009. Salon des randonnées des sports et voyage nature**. À l'honneur : La Réunion et les Philippines. Porte de Versailles, hall 6, 10-19h (20h le vendredi). Site : www.randonnee-nature.com
- **Jusqu'au 19 avril 2009. Nouvelle-Calédonie, Terre de corail** : exposition à l'Aquarium de la Porte Dorée. 10-17h15 (19h le week-end, fermé le lundi). Voir page précédente et ci-dessus.

Les Alpes de Lyngen à ski

Texte et photos : François Renard

Récit d'une semaine de ski de randonnée dans les Alpes de Lyngen au début du mois de mai, pour explorer les régions les plus centrales et les plus hautes de ces lointaines Alpes norvégiennes, situées au nord du Cercle Polaire. Une sorte d'immense péninsule, coupée en son milieu par un fjord, des glaciers inimaginables à ces altitudes, dans une solitude quasi-totale, avec des éclairages merveilleux et toujours la mer en toile de fond...

Sous le sommet du Tafeltinden

Il est près de 17h, en ce 2 mai 2007, lorsque nous foulons l'immense dôme glaciaire du Jiehkkevarri, point culminant des Alpes de Lyngen à 1834 m, après 2100 mètres de dénivelé et 18 km de distance horizontale. Ce n'était pas gagné d'avance et il a fallu beaucoup de motivation pour y parvenir. Les nuages matinaux nous avaient d'abord orientés vers un programme moins ambitieux, au départ de Furuflaten dans le Lyngsdalen, mais, alors que nous commençons notre ascension, une brève trouée de ciel bleu nous a décidés à tenter notre chance sur le Jiehkkevarri. Nous sommes alors remontés en voiture pour venir nous garer à proximité de Kvalvik, au départ de la longue vallée Kvalvikdalen. Entretemps, le ciel s'est bien rebouché et c'est avec la foi du charbonnier que nous remontons cette interminable vallée, d'abord par sa rive gauche, parfois raide et bien fournie en vernes, avant d'atteindre, vers 400 m, une zone plus ouverte et dégagée. Nous nous engageons à gauche dans le Rypdalen, qui mène finalement, après une dizaine de kilomètres, au lac gelé du Rypdalsvatnan, à 700 m. Nous traversons

celui-ci pour aborder le glacier du Rypdalsbreen, où les choses sérieuses commencent réellement. Il faut d'abord franchir le ressaut très raide qui défend l'accès au glacier, puis naviguer plus facilement au milieu de zones parfois très crevassées ou en glace. L'endroit est merveilleux, d'autant que les nuages se dissipent peu à peu, laissant place à des zones de ciel bleu de plus en plus larges. Au-dessus, d'énormes corniches n'incitent pas à longer de trop près les parois qui nous dominent. Vers 1400 m, un second ressaut en glace nous oblige à chausser les crampons sur une cinquantaine de mètres, avant de reprendre notre progression à ski pour finalement parvenir sur l'immense calotte glaciaire, vers 1650 m, sous un soleil maintenant resplendissant.

je parviens **heureusement**
à trouver le passage

Nous ne sommes pourtant pas au bout de nos peines, car le Jiehkkevarri est encore environ 5 km plus loin et un profond col nous en sépare. Nous poursuivons donc sans trop tarder et traversons longuement la calotte glaciaire, en gravissant au passage le Kveita, à 1751 m. À ce moment, des nuages bas débordent sur le col où nous devons descendre, réduisant considérablement la visibilité, au point que certains commencent à douter et suggèrent de renoncer. Je parviens heureusement rapidement à trouver le passage vers le col, en plein brouillard, puis nous gravissons les 400 derniers mètres qui nous mènent au sommet des Alpes de Lyngen. Ainsi isolés, au dessus d'une immense mer de nuages, sous un éclairage crépusculaire typique de ces

ski de montagne

régions septentrionales, nous éprouvons un indicible sentiment de plénitude et d'accomplissement. Pour retrouver la civilisation, son confort et ses vicissitudes, il nous faut encore parcourir tout notre chemin en sens inverse et c'est vers 21h que nous regagnons notre logis, après 12 heures de ski, 2500 mètres de dénivelé et 36 km de distance horizontale.

un peu moins de clarté **vers minuit**

Nous avons choisi délibérément de skier dans les Alpes de Lyngen au début du mois de mai, afin d'avoir les meilleures conditions pour explorer les régions les plus centrales et les plus hautes de ces lointaines Alpes norvégiennes, situées au nord du Cercle Polaire. Bien que l'altitude n'excède pas 1834 mètres, les glaciers, qui descendent à proximité de la mer, n'ont rien à envier à ceux de nos Alpes 2000 à 3000 mètres plus haut. De ce fait, il faut préférer les conditions printanières pour les parcourir sans problème. Plus tôt en saison, on trouve sans doute davantage de neige froide et poudreuse, agréable à skier, mais rendant la progression dans ces immenses vallées exténuante, et la glace vive est plus présente, de sorte que les plus hauts sommets glaciaires sont moins accessibles. Dernier avantage, et non le moindre, le jour est quasiment continu dès la fin avril, avec tout au plus un peu moins de clarté vers minuit, autorisant tous les enchaînements, sans l'inquiétude d'être perdu dans l'obscurité.

L'organisation d'un voyage dans les Alpes de Lyngen est d'une grande simplicité, puisqu'il suffit de réserver un vol Paris-Oslo-Tromsø. Sur place, on peut se déplacer en utilisant des lignes de bus réguliers, mais il est tout de même plus pratique de louer une voiture. Pour l'hébergement, l'hôtel de Lyngseidet est tout indiqué, avec une formule en chambres de 3 et demi-pension abordable. On peut aussi trouver des appartements ou des bungalows à louer, comme ceux du MIT Fablab à Solvik Gard, où nous avons installé



Au sommet du Rypdalsbreen

notre camp de base la seconde partie du séjour. Une autre solution, originale mais plus onéreuse, consiste à louer les services d'un skipper, dont le bateau servira à la fois d'hébergement et de véhicule. C'est une option proposée par de nombreux guides de haute montagne et qui permet de mieux s'imprégner du contraste mer-montagne caractéristique de ces régions. Il est ainsi possible de se faire déposer en des endroits inaccessibles en voiture, et d'envisager des traversées originales, le skipper se chargeant des déposes et des reprises en différents points de bord de mer. La formule n'est cependant pas particulièrement adaptée à l'exploration des plus hauts sommets du massif.

Les Alpes de Lyngen occupent une sorte d'immense péninsule de 80 km de long et de 10 à 20 km de large, coupée en son milieu par un fjord qui ne laisse qu'à peine 3 km de terre, sur laquelle est implanté le village de Lyngseidet. C'est là que nous avons séjourné pendant les premiers jours, avant de nous héberger dans un confortable chalet à Solvik Gard, une dizaine de kilomètres plus au sud, le long de la côte est.

raide et en excellente poudreuse

Sans surprise, c'est un temps gris et venteux qui nous accueille. Nous occupons notre première journée à gravir le Kavringtinden, sommet qui domine Lyngseidet à 1289 m, grande classique du coin, et bien adaptée à une sortie par temps maussade. Car si les Alpes de Lyngen présentent bien des atouts pour la pratique du ski de randonnée, une météo stable et clémente n'en fait pas partie, il faut savoir être patient et utiliser rapidement les créneaux de beau temps pour tirer le meilleur profit de son séjour.

J'avais toutefois peu de risque de trouver de pires conditions qu'en mars 1997 : une semaine à bord d'un voilier dans la région de Bodø par un 

Descente sous le Rotenvikfjellet





Au sommet du Steindalstinden



temps invariablement gris et venteux, parfois neigeux, suivie d'une semaine à Lyngseidet sous des chutes de neige intenses et quotidiennes. Je n'avais vu le ciel bleu que le matin du dernier jour, avant de prendre l'avion du retour. Mais c'était suffisamment beau pour me donner envie de revenir !

Le deuxième jour, nous sommes partis de Koppangen, petit port de pêche une quinzaine de kilomètres au nord de Lyngseidet, le long de la côte est, pour réaliser une magnifique boucle passant par les sommets du Tafeltinden et du Goalborri. Les nuages matinaux laissaient échapper quelques flocons épars, mais ils se sont rapidement dissipés et le temps est devenu de plus en plus dégagé et bien ensoleillé. Nous avons remonté la longue vallée Russedalen, pour prendre pied sur un glacier d'abord très crevassé, qui nous a menés au col Lenangsskardet. De là, nous avons rapidement atteint le sommet du Tafeltinden, à 1395 m, par sa face nord. Nous en sommes descendus par sa face sud, raide et en excellente poudreuse, avant de rejoindre le glacier Koppangsbreen. Pas encore rassasiés, et pour profiter de cette magnifique journée, nous sommes remontés jusqu'au Goalborri, joli sommet qui domine Koppangen et le fjord de Lyngen.

panorama merveilleux sur **les fjords**

Les nuages étaient de retour dès le lendemain, et c'est dans la grisaille que nous avons réalisé un très beau tour dans le massif qui se trouve immédiatement au nord du Tafeltinden. Nous sommes partis de Sorlenangbotn, sur la côte ouest, et avons traversé le

Veidalstinden et le Reindalstinden, avec une visibilité allant en s'amenuisant, pour finir sous d'épais flocons. Ce tour doit pourtant offrir de magnifiques points de vue sur les deux fjords qui encadrent le nord de la péninsule et explore une région très sauvage des Alpes de Lyngen.

Notre tentative du lendemain d'atteindre le Kjustindane, sommet qui domine Lyngseidet au nord-ouest à 1488 m, a rapidement échoué en raison du vent violent. Nous nous sommes arrêtés à l'approche du glacier Rotenvikbreen et sommes descendus nous mettre à l'abri dans la vallée, pour prendre possession de notre nouvel hébergement à Solvik Gard.

Après notre longue journée au Jiehkkevarri, une journée pluvieuse nous a permis de

récupérer, et nous étions en pleine forme le 4 mai pour réaliser un enchaînement fabuleux, par le Steindalstinden et le Langdalstindane : près de 3000 mètres de dénivelée, avec un retour vers 22h. Nous sommes partis de Steindalen, petit village situé le long du Storfjorden, une quinzaine de kilomètres au sud de Kvalvik, sur la côte est des Alpes de Lyngen. Nous avons rejoint le large glacier Steindalsbreen, traversé une zone très crevassée, dans sa partie inférieure, avant de prendre pied sur le bassin d'accumulation. Par un petit couloir raide, nous avons atteint une crête au sud qui permet de rejoindre le sommet du Steindalstinden, à 1511 m, en passant à proximité de l'Imagaisi. Le plateau sommital sortait juste de la couche de nuages bas et offrait un panorama merveilleux sur les Alpes de Lyngen et les fjords en contrebas.

une ambiance **fantasmagorique**

Revenant sur nos pas, nous avons poursuivi notre route vers le sud, traversé un large dôme au sud du Steindalsbreen, et rejoint un col à l'est du Langdalstindane. Malgré l'heure tardive et un certain flottement dans la motivation du groupe, nous avons décidé de poursuivre encore jusqu'au sommet du Langdalstindane, où nous sommes arrivés finalement vers 19h, par un éclairage vespéral somptueux. S'ensuivit une longue descente par l'Elvevollaldalen jusqu'au bord de mer à Elvevollen, où nous avions laissé une voiture.

Une nouvelle journée pluvieuse le lendemain est acceptée sans regret et permet encore de bien récupérer

ski de montagne

avant une dernière longue journée le 6 mai, consacrée à une traversée du Balggesvarri, large sommet culminant à 1627 m, au sud du Jiehkkevarri. Depuis Furuflaten, il faut remonter deux immenses vallées, le Lyngsdalen et le Veidalen, soit près de 15 km de faux-plat, avant d'atteindre le col au pied de la face sud. Bien qu'assez raide, celle-ci se remonte presque entièrement skis aux pieds, par le Goverdalen, sauf les 100 derniers mètres menant à l'arête sud-ouest, qui sont franchis en crampons. Sur le versant nord, le vent a sculpté d'étranges formes en collant la neige au rocher et le soleil déchirant par moment la couche nuageuse achève de donner à ce parcours alpin une ambiance fantasmagorique particulièrement mémorable.

Nous atteignons le dôme neigeux sommital dans les nuages, et cherchons prudemment le couloir de descente sur le versant nord-ouest, car le sommet est entouré de nombreux précipices. Mais en perdant de l'altitude, la visibilité s'améliore et nous pouvons bientôt enchaîner les virages dans une excellente neige poudreuse, avec le Sorfjorden en toile de fond. Nous poursuivons notre descente par le glacier Balggesvahjehkki, sous un soleil de plus en plus présent, et atteignons bientôt l'immense replat du Dalbotn, que nous devons traverser à pied, et où nous croisons quelques cerfs. Il ne reste plus que quelques kilomètres, tantôt à ski, tantôt à pied, avant de retrouver notre point de départ à Furuflaten. Ainsi s'achève notre séjour dans les Alpes de Lyngen, qui nous aura permis de skier sur les plus hauts sommets du massif, sur des glaciers inimaginables à ces altitudes, dans une solitude quasi-totale, avec des éclairages merveilleux et toujours la mer en toile de fond. ▲

Sous le sommet du Balggesvarri



Renseignements pratiques

Accès :

Avion SAS Paris-Oslo puis Oslo-Tromsø.

Location de voiture sur place ou transport en car.

Cartes :

Cartes 1/50000 n° 1533-I, 1633-IV, 1634-III, 1634-IV

On trouve sur place une excellente carte au 1/50000e qui couvre recto-verso l'ensemble des Alpes de Lyngen.

Topos :

Compte-rendus de courses sur www.camptocamp.org

Photos :

Photos du séjour sur <http://franval.renard.free.fr>

Liens :

- Norvège : www.visitnorway.com
- Tromsø : www.destinasjontromso.no
- Lyngen : www.destinasjontromso.no/english/lyngen_accommodation.html
- MIT Fablab Solvik Gard : www.fablab.no
- Météo : www.yr.no/place/Norway/Troms/Lyngen/Lyngseidet
- Webcams : <http://webcam.deili.info/en,1,25,941>



La bataille de l'eau lourde

Le ski dans la guerre

par Serge Mouraret

Norvège, octobre 1942 à février 1944

Le décor

Entre 1000 et 1860 m d'altitude, l'immense plateau désertique du Hardanger est soumis à un rude climat. L'hiver, ce n'est que neige et lacs gelés où seuls se plaisent rennes sauvages ou lagopèdes et quelques skieurs aventureux qui trouvent quelques cabanes et des refuges.

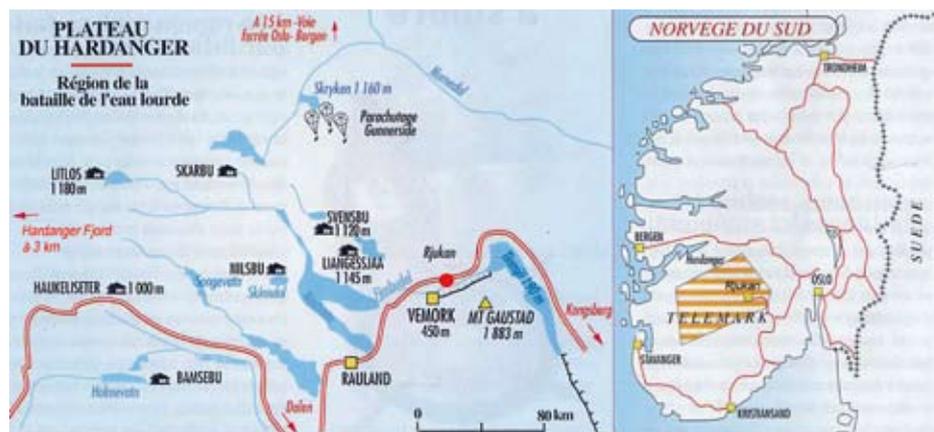
À l'ouest, le plateau domine brutalement les fjords et la mer. À l'est il s'ouvre sur de profondes vallées dont celle de Rjukan qui débouche sur le lac Tinnsjø (alt. 190 m).

L'enjeu

Profitant de cette géographie, au début du XX^e siècle, la société Norsk Hydro crée une puissante usine hydroélectrique à Vemork, en amont de Rjukan où se développent des industries chimiques, engrais azotés surtout. L'hydrogène nécessaire à la fabrication de l'ammoniaque est obtenu par électrolyse de l'eau et l'eau lourde n'est qu'un sous-produit naturel qui a la propriété de ralentir la réaction nucléaire et d'en permettre le contrôle. La production est faible mais en 1934 l'usine est de fait la plus importante au monde.

Avant la guerre, en Allemagne, la recherche autour de l'atome va bon train et les besoins en eau lourde sont grands. Suspectant des fins militaires, les Norvégiens refusent d'en vendre et en mars 1940, transfèrent discrètement les 185 kg existants à Paris et les confient à Frédéric Joliot-Curie. En avril, les Allemands sont en Norvège et intensifient la production. Elle atteint 4 kg par jour en 1941, ce qui inquiète assez les alliés pour faire de Vemork un objectif militaire prioritaire. M. Tronstad et Gunnar Syverstad, spécialistes et informateurs sur place, en perdront la vie.

En Norvège du sud, au moins par deux fois, la neige a rendu célèbre la région du Telemark. En 1868, Sondre Norheim devient le père du ski moderne avec le fameux virage Telemark et en 1943, la bataille de l'eau lourde est gagnée grâce aux talents de quelques skieurs-saboteurs. En réussissant deux sabotages audacieux, là où des opérations d'envergure avaient échoué, quelques soldats norvégiens ont contrarié les funestes projets de l'Allemagne nazie et peut-être changé le cours de l'Histoire. Pendant de longs mois, cette poignée d'hommes vécut une existence rude et dangereuse. En visitant le musée de Vemork ou en skiant sur le plateau du Hardanger, il y a forcément quelques pensées pour les héros du Telemark.



L'opération « Freshman », un échec

Pour détruire l'usine, des troupes britanniques seront déposées par planeurs sur les rives du lac Møstvatn, à 25 km tout de même de Vemork. L'opération est hasardeuse car le planeur n'a pas fait ses preuves, le remorquage doit se faire de nuit sur 650 km avec une météo capricieuse et les hommes ne sont pas vraiment des skieurs.



Pour l'assistance au sol, quatre soldats norvégiens du groupe Grouse (1) sont parachutés le 18 octobre 1942 près du lac Songavatn, à 50 km de l'endroit prévu. Avec le temps exécrable, chargé d'un lourd appareil pour le radio-guidage, il faut près d'un mois pour être au rendez-vous et retrouver Einar Skinnarland, un contact arrivé dans la région dès mars.

Dans la soirée du 19 novembre, malgré la météo pessimiste, deux avions Halifax et leur planeur emportent 34 soldats vers la Norvège. Un seul avion revient à sa base et vers minuit tout contact est perdu avec les autres aéronefs. En fait, aucune troupe n'avait rejoint la zone d'intervention. Le détail du drame ne sera connu qu'en 1945.

La nuit du vol, la tempête sévissait et tour à tour, planeurs et avions alourdis par le givre ou égarés firent des atterrissages forcés. Les quelques survivants faits prisonniers furent exécutés.

Après cet échec coûteux (41 morts), les Allemands renforcèrent la protection de Vemork et des environs. Pour affronter l'hiver et attendre les ordres, le groupe « Grouse » s'isole près du lac Saure, à Svensbu. Une autre intervention devenait d'autant plus urgente que les vivres du groupe diminuaient malgré la chasse et la pêche. Plus discrète, elle se limitera à la destruction des appareils d'électrolyse. Le commando norvégien de l'opération Gunnerside s'y prépare déjà en Ecosse.

L'opération « Gunnerside », de la ruse et des skis

Le 16 février 1943, six hommes et leur matériel sont largués à l'aveuglette dans le blizzard (2). Ils peuvent s'abriter mais ont du mal à retrouver le matériel enfoui par sécurité. Ils sont au lac Skryken, 30 km au nord du lac Saure où les attend le groupe Grouse. Profitant des accalmies, la jonction se fait le 24 février.

*L'usine de Vemork,
avant guerre © Norsk
Industriarbeidermuseum*

(1) Groupe Grouse : Einar Skinnarland, Jens Anton Poulsson, Knut Haugland, Claus Helberg, Arne Kjelstrup

(2) Groupe Gunnerside : Joachim Rønneberg, Knut Haukelid, Kaspar Idland, Fredrik Kayser, Hans Storhaug, Birger Strømsheim.

Le sabotage est fixé à la nuit du dimanche 28, mais il faut d'abord rejoindre le ravin boisé de la Fjösbudal qui débouche dans la vallée de Rjukan, face à Vemork, rive droite. Deux opérateurs radio restant à Svensbu, ils sont ainsi neuf à skier dans la nuit du vendredi 26, en pleine tempête, vers une cabane du lac Langesjaa à 15 km de là. Le samedi matin, ils gagnent une autre cabane, 10 km plus loin, à l'amorce de la Fjösbudal. Le départ pour l'action décisive se fera à 20h et d'ici là, il faut décider de toute la tactique.

L'usine est sur une terrasse qui domine une profonde gorge. Les abords sont minés et un étroit pont suspendu fait le lien avec la route de Rjukan. Les Allemands ont (trop) confiance dans cette bonne protection naturelle. Trente hommes seulement sont répartis sur le pont et dans une baraque, aidés de projecteurs et d'une batterie anti-aérienne.

Une intrusion en force par le pont enlèverait tout effet de surprise et une retraite par là obligerait à combattre. Alors, une incroyable négligence désigne aux saboteurs avertis le chemin à suivre. La voie ferrée qui monte de Rjukan par une vire à flanc de montagne et qui n'a pas d'usage en temps normal n'est ni gardée, ni minée. Ainsi, dans la nuit sans lune du 28 février, les neuf hommes, en uniforme sous leur tenue blanche et très chargés, dévalent dans la neige profonde de la Fjösbudal. 500 m plus bas, ils suivent la route déserte sur deux kilomètres et laissant les skis, une descente encore plus raide les mène à la rivière gelée, en aval du pont. En face, ils remontent jusqu'à la voie ferrée qu'il suffira de suivre, mais d'abord ils s'alimentent en attendant minuit et la relève des sentinelles.

Quatre hommes effectueront le sabotage et cinq autres seront en couverture à l'extérieur. La grille d'accès cisailée, tous s'engouffrent et rejoignent leur poste. Les quatre saboteurs vont directement vers l'usine et par un soupirail s'infiltrèrent dans la salle où ils surprennent le seul ouvrier norvégien de permanence. Les explosifs sont mis en place et vingt minutes après, c'est la mise à feu. Dans le court délai de 30 secondes ils évacuent les lieux et invitent l'ouvrier à s'éloigner.

À l'extérieur, les hommes en surveillance, impatients, entendent enfin l'explosion, mais elle est si discrète dans le bruit ambiant des générateurs que les Allemands ne réagissent pas de suite. Un homme désarmé sort enfin du baraquement, va s'assurer que la porte de l'usine est bien fermée et s'en retourne.

Pendant le repli par l'itinéraire aller, les sirènes résonnent, les Allemands viennent de comprendre, mais trop tard. Dans la nuit, les saboteurs ont repris leurs skis et entament sous le téléphérique de Krosso une rude montée en forêt qui doit 

 les ramener au plateau. Malgré la charge, ils progressent dans la neige fraîche et trois heures après, ils sont happés par la tempête. Tard, ils retrouvent, épuisés, la hutte du lac Langesjaa et dans les jours suivants celle du lac Skryken où ils peuvent se nourrir. L'opération Gunnerside terminée, l'équipe se disperse. Dans une extraordinaire traversée à ski de 350 km en territoire occupé, cinq vont rejoindre la Suède, les autres continuent la résistance en Norvège et quelques-uns s'installent sur le Hardanger pour de longs mois encore.

Traqués, ils vont de hutte en hutte, souvent pillées ou détruites. Les réserves s'amenuisent, la chasse est peu fructueuse, le bois est rare. Quelques vivres et munitions viendront pourtant du ciel. Le temps, toujours mauvais cet hiver là, les protège, le blizzard immobilisant les Allemands et gommant vite les traces de ski.

Après l'hiver, l'été, avec **une fugue** à Oslo, et à nouveau l'hiver et ses rigueurs

L'histoire de Claus Helberg est une épopée. Après le sabotage, il se sépare de ses camarades, mais perd sa carte. Alors, pour retourner au lac Skryken, il reprend le train jusqu'à Geilo où il trouve les Allemands. Il s'échappe après une fantastique course-poursuite de 36 heures et 180 km, talonné par un seul skieur ennemi. Il arrive à Rauland où il peut dormir et même soigner son épaule blessée malgré la présence allemande. Evacué vers Dalen, il y est arrêté avec d'autres Norvégiens pour un motif futile. Pendant le transfert vers Oslo, il saute du camion en pleine nuit et disparaît. Il se réfugie dans une ferme d'où un médecin ami l'extraie en ambulance et le met à l'abri dans un asile psychiatrique jusqu'à la guérison. Il rejoindra l'Angleterre via la Suède.

La menace persiste

Trois mois de production sont perdus, mais l'usine re-fonctionne dès la mi-avril. La menace persiste, alors les Américains préconisent un bombardement intensif et le 16 novembre, quelque 150 avions larguent 470 tonnes de bombes sur Vemork et la vallée, sans grand résultat. Face à cet acharnement, les Allemands décident fin janvier 1944 de transférer matériel et stocks d'eau lourde en Allemagne. Faute de temps, c'est à nouveau aux skieurs-saboteurs de contrarier ce projet.

L'eau lourde **au fond du lac**

De nuit, quatre hommes quittent leur abri de la Skinndalen et arrivent sur les hauteurs de Rjukan le 14 février où ils se cachent.

Le transfert de l'eau lourde par voie ferrée oblige à traverser le lac Tinnsjö (30 km) en ferry, de Rjukan à Tinnoset. Une autre attaque de Vemork est impenable, une explosion au passage du train exigerait un minutage trop précis, alors il faut couler le ferry et une autre négligence des Allemands va aider les saboteurs. L'ingénieur Kjell Nielsen qui a la maîtrise du

(3) Sabotage du ferry : Knut Haukelid, Knut Lier Hansen, Rolf Sørli.

Knut Haugland participa à une autre grande aventure : en 1947, il fut de l'expédition du Kon-Tiki avec Thor Heyerdal et mit à nouveau ses talents de radio au service de ses camarades.

Claus Helberg, décédé en 2003, fut un militant très actif au DNT, le Touring-Club Norvégien. En traversant le Hardanger, vous pouvez faire étape à la Helberghytta, un refuge du DNT qui a reçu le nom de ce membre éminent.

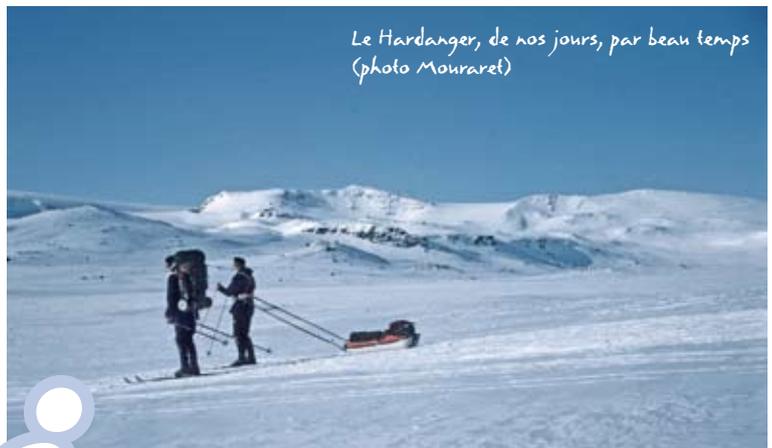
M. Jacques Allier, membre du Comité Himalaya et du Caf pendant 60 ans, participa lui-même au rapatriement de l'eau lourde en France et joua son propre rôle dans le film de

J. Dreville.

transport peut retarder le voyage fluvial au 20 février, un dimanche, jour peu usité par les passagers. Le samedi 19, alors que les wagons attendent en gare et sous bonne garde, trois hommes (3) approchent le ferry laissé sans surveillance allemande. À bord, la rencontre avec l'homme de quart est par contre gênante mais les intrus se font passer pour de simples passagers clandestins. Pendant que l'un d'eux fait la conversation, Knut Haukelid et Rolf s'infiltrèrent dans les cales et installent les explosifs. Les horloges sont réglées pour une explosion après vingt minutes de traversée, là où le lac est le plus profond.

Sous un prétexte, ils quittent le navire et regagnent leur véhicule où les attendent le chauffeur et Larsen, un ingénieur qui n'a plus qu'à fuir. À 11h15, quand le ferry explose et coule en quelques minutes avec 600 kilos d'eau lourde, entraînant la mort de quatre Allemands et onze Norvégiens, les saboteurs sont loin sur leurs skis dans les montagnes, certains en route pour la Suède. Quand les Allemands veulent interroger l'ingénieur Nielsen, il est sous anesthésie pour ablation de l'appendice !

Des sous-marins étaient en attente dans les eaux de la Baltique pour intervenir en cas d'échec mais la bataille de l'eau lourde s'était bien terminée dans le lac Tinnsjö grâce aux skieurs-saboteurs du Telemark. ▲



Le Hardanger, de nos jours, par beau temps (photo Mouraret)

Pour revivre la bataille de l'eau lourde

Dans un fauteuil :

- « Skis against the atom » (les skis contre l'atome), de Knut Haukelid. Ed. North American Heritage press (1989). La version française (1948) est épuisée.
- « La bataille de l'eau lourde ». Film franco-norvégien de Jean Dreville (1948) avec des participants authentiques, Knut Haukelid, Jens Poulsson, Frédéric Joliot-Curie et Jacques Allier. Visible à l'Auberge de Rjukan.
- « Les Héros du Telemark ». Film britannique de Anthony Mann (1965) avec Kirk Douglas.

Sur le terrain :

- De l'auberge Rjukan Fjellstue, 3660 Rjukan, (tél. 00.47.35.09.51.62), possibilité de suivre la route des saboteurs et de visiter l'usine-musée de Vemork. Tél. 00.47.35.09.90.00. Site : www.visitvemork.com. Office de Tourisme : www.visitrjukan.com.
- Ski sur le Hardanger : Voir guide « Pays nordiques » de A. et S. Mouraret (1993) ou participer aux randonnées du Den Norske Turistforening (DNT) : Tél. 00.47.22.82.28.22. Site : www.turistforening.no

Actions contre le raisin d'Amérique ou Phytolaque

Appel aux bonnes volontés

par Thierry Pain

Je vous ai tout récemment parlé du Phytolaque et de l'invasion de la forêt de Fontainebleau – au sens large – par celui-ci (*Paris Chamonix* n°193, août-septembre 2008). Cette peste, rappelons-le, ruine les sols, empêchant la régénération de la forêt, élimine les autres végétaux et les champignons. Il s'impose sans partage, ses populations pouvant compter des milliers d'individus. S'il est assez esthétique avec sa haute tige fuchsia et ses élégantes grappes de fleurs et ses fruits noirs luisants, il n'en va plus de même dès qu'il pullule, et l'impression qu'il produit alors est plutôt l'image d'un champ de ruines. Cette plante très excitée, originaire de l'est des Etats-Unis, a atteint au moins la Hongrie, où il nous est évidemment difficile de la contrer. A portée de nos pas, la sylve bellifontaine constitue, au moins en Europe, une vitrine très contemplée. Une réussite de l'éradication pourra servir d'exemple à faire valoir auprès des administrations en charge de l'environnement.

une seule **journée** par an

Depuis 5 ans, des chantiers d'arrachage ont lieu à l'initiative de M. Lionel Roth; ils ont permis de nettoyer par arrachage quelques sites, en particulier la Canche aux Merciers, la dune fossile des Béorlots et la junipéraie de Baudelut. Cependant, face au désastre galopant, il a fallu envisager d'étendre l'action en cours, en particulier en assurant la souplesse des interventions et en définissant un protocole. Début novembre 2008, la cartographie de l'invasion fait apparaître 82 parcelles fortement à extrêmement infestées. Tablons sur une centaine (et certainement d'autres encore d'ici quelques années lorsque des banques de graines auront l'occasion de germer). Pour l'heure, en novembre 2008, 29 parcelles sont déjà parrainées, ce qui est encourageant. Cela implique, pour les bénévoles, au minimum d'empêcher toute fructification sur la/les parcelles qu'ils sont choisis. Un responsable très fiable de l'ONF m'a parlé d'un secteur où, pour permettre la régénération naturelle d'une chênaie, les Phytolaques ont été coupés ras deux années de suite (et même assez tard la première année). Résultat : le monstre n'est pas réapparu. L'arrachage des plantes adultes de toute une parcelle nécessitant parfois de nombreuses journées et exigeant une colonne vertébrale toute neuve, nous recommandons la coupe,



une seule fois entre juin et septembre. En octobre, la récolte des fruits est très laborieuse et il semble préférable de couper les plantes et de les entasser, puis de les couvrir pour les soustraire à l'appétit des oiseaux. Ainsi, une seule journée par an et par parcelle doit suffire (pendant mettons 3 ans), voire moins si plusieurs personnes accompagnent la marraine/le parrain. Les plus vigoureux et les plus disponibles peuvent bien entendu arracher les plantes en les sectionnant sous le collet, car le très long pivot ne survit pas.

la rando-**bastonnade**

Le matériel conseillé est le croissant à long manche ou la faux pour les interventions de la journée, et un outil coupant léger (machette, sécateur) ou un manche de binette ou un bâton tel qu'une forte tige de noisetier) à l'occasion de vos randonnées, notamment avec les organisateurs cités plus haut. Signalons que des grimpeurs, coureurs et VTTistes font aussi partie des marraines et parrains. Les plantules et les jeunes plantes s'arrachent assez facilement à la main, en portant des gants de jardin. Si vous vendangez, assurez-vous que les grappes récoltées seront incinérées et non transformées en compost ! En résumé, vous avez le choix entre la rando-bastonnade, le parrainage, le chantier spécifique, la vendange ou l'abandon de la forêt au monstre. La coupe (ou bastonnade) est l'action la plus efficace à court et peut-être à long terme, l'arrachage étant réservé aux plantules. Je vous garantis que vous adopterez cette façon de trouver utilement un exutoire à vos bas instincts et de flatter votre ego. Alors... à très bientôt ! ▲

Photos, plante : Yann Dumas ;
phytolaques abattus : Mireille Gaussoit



Si vous souhaitez participer, voici une liste de parcelles restant à parrainer :

Trois Pignons (Coquibus) : 32 à 44, 48, 58 à 61, 66, 67
Fontainebleau : 43, 45 (Chauvet), 101 (Faisanderie), 126-127 (Méristiers), 209 à 211 (Sud Bois-le-Roi), 228 (sud-est Bois-le-Roi), 227, 230, 240 (Sud butte St-Louis), 234, 241, 247 (Germain et Cristaux), 251 (Cassepot), 254 (Solle), 274 et 280 (8 Routes), 350, 355 à 357 (Ouest Samoï), 385-386 (gare), 853-854 (nord Canon), 859 (Sud Evées), 883-884 et 888 (Bas-Cuvier). Les Ecouettes, près de la croix de Toulouse, et les abords de la halte de Thomery sont également infestés. Nous proposons en outre un calendrier de chantiers spécifiques, qui auront lieu de préférence sur des parcelles non parrainées (rêvons un peu : il n'y en aura bientôt plus). Le rendez-vous est fixé à 9h, un bon nombre de dimanches devant la gare de Fontainebleau. Merci de retenir dès maintenant une ou plusieurs dates sur votre agenda : 19 et 26 avril, 17 mai, 14 et 28 juin, 26 juillet, 9 et 23 août, 13, 20 et 27 septembre, 4, 11, 18 et 25 octobre. Si possible, apportez un outil et fiche de parrainage. Renseignements auprès de Thierry Pain au 01.39.82.67.78 ou t.pain@orange.fr et Lionel Roth au 01.49.82.58.54.



Forêt domaniale de Meudon

La randonnée des étangs

par Alain Proviste

Près de Paris, la forêt domaniale de Meudon, assiégée par l'urbanisation, conserve pourtant une véritable identité forestière. Desservie par 4 gares du Transilien, d'un relief accidenté et agrémentée de huit étangs, elle se prête à d'agréables parcours sportifs à pied ou à VTT en toute saison avec les couleurs du moment. La forêt s'étend sur le haut et les pentes d'un plateau gréseux, entre 99 m et 178 m d'altitude. Si elle a régressé au fil des siècles, sur ses 1100 hectares d'aujourd'hui, on trouve pratiquement toutes les essences de feuillus de la zone tempérée. Le châtaignier dominant, cohabite avec le bouleau, le chêne, le frêne, le hêtre, l'érable, etc. Largement ouverte au public, elle est néanmoins toujours exploitée, avec plus ou moins de bonheur.

la botanique, l'**ornithologie** ou la dénivelée

Avant de devenir domaniale à la Révolution, au XV^e siècle la forêt de Meudon appartenait à l'Hôtel-Dieu de Paris et au XVII^e, elle se partage entre les seigneuries de Chaville et de Meudon qui gèrent la forêt et surtout installent un vaste système hydraulique pour l'alimentation des châteaux. Il n'en reste pour notre plaisir que huit étangs. Ils attirent les pêcheurs mais aussi beaucoup d'oiseaux sédentaires ou migrateurs. Outre les colverts, mouettes et poules d'eau, avec un peu de chance, hérons, grèbes huppés, cormorans, oies du Canada, peuvent être au rendez-vous. Depuis peu, le ragondin apprécie les étangs de Villebon et de Meudon. Enfin, au printemps, la migration des batraciens, crapauds surtout, est un événement.

Les possibilités d'itinéraires de gare à gare sont nombreuses grâce au réseau dense de chemins et de layons. Les balisages conventionnels sont nombreux mais la carte IGN correspondante et les panonceaux simplifient tout et permettent tout. Il est facile d'opter pour la botanique, l'ornithologie ou la dénivelée et de déborder sur les forêts de Versailles et de Fausses-Reposes. Un parcours permanent d'orientation, malheureusement bien dégradé, y fut même installé.

La randonnée suggérée sur le thème des étangs est de longueur modérée mais ce n'est qu'un exemple : 13 km, 4 h sans les haltes. Départ de la gare RER C Meudon Val-Fleury, arrivée gare de Chaville-Vélizy (à Viroflay !). ▲



Itinéraire

De Val-Fleury, monter vers le Parc Daumier et rejoindre l'orée de la forêt au carrefour de Fleury. De là, un sentier PR mène au carrefour de l'anémomètre. Au sud-ouest, un sentier GRP descend vers la route de la fontaine aux Lynx, la coupe à la Pierre aux Moines (menhir) un peu en amont de l'étang de la Garenne. Le contourner par le sud et par le GRP monter vers le Tapis Vert, belle prairie dans l'alignement de l'observatoire de Meudon. De l'allée en face, descendre vers le charmant étang de Trivaux. A son extrémité, traverser avec prudence la D 406. Hors balisage, un chemin mène directement à l'étang de Meudon à contourner d'un côté ou de l'autre. Au petit pont, rive droite ou gauche, monter vers l'étang de Villebon, en suivre la rive, plutôt côté nord. Suivre la route Royale (PR) pour passer sous la N118, virer à gauche au niveau des stades et rejoindre à l'ouest/sud-ouest le sentier balcon (GRP) à prendre à gauche. Peu avant le carrefour des Fonds de la Chapelle, passage au remarquable chêne des Missions et au site mégalithique (créé en 1895 par des missionnaires bretons). Toujours en balcon, suivre la route du Cordon d'en Haut ; au carrefour du Précipice, descendre à la route du Cordon du Bas qui mène vers le sud à l'étang du Trou aux Gants. Avec le GRP longer un cimetière et continuer en balcon jusqu'au carrefour de la butte à Liard. Une descente plein nord (PR) mène à l'étang des Ecrevisses, le dernier. On rejoint facilement la gare de Chaville-Vélizy.

Pratique

- Carte IGN 1/25000 2314.OT
- Cinq communes concernées proposent un dépliant « balade au bois » (coédition ONF, Conseil Général 92 et 78) avec un verso identique, la forêt et tous ses chemins, et au recto une balade culturelle spécifique à la commune. À demander au 01.34.58.50.29 (Vélizy), 01.41.15.40.00 (Chaville), 01.46.42.17.95 (Clamart), 01.41.14.81.82 (Meudon), 01.55.18.48.15 (Boulogne-Billancourt)

Chronique des Livres et du multimédia

par Serge Mouraret

Les Grands Alpinistes

Roberto Mantovani et Paolo Lazzarin, Éditions Arthaud



De 1786, avec les précurseurs de l'alpinisme qui escaladent le Mont-Blanc, à 1984, avec l'ascension du Mac Kinley par Renato Casarotto, « Les Grands Alpinistes » couvre deux siècles de l'histoire de l'alpinisme. On retrouve dans cet ouvrage ceux dont le nom restera à jamais associé à la conquête des plus hauts sommets de la planète : Walter Bonatti, Maurice Herzog, Edmund Hillary, Reinold Messner... On rencontre également

des femmes alpinistes rentrées dans la légende, de l'américaine Fanny Bullock Workman à la française Claude Kogan, des photographes qui ont immortalisé les plus beaux sommets, des guides qui ont écrit à travers leurs ascensions l'histoire des montagnes du monde. Le format original de l'ouvrage est à la mesure du sujet et permet une mise en page et une illustration assez spectaculaire, par la taille ou la date (photos de 1854 !) : les pages s'ouvrent et deviennent de grands tableaux ou de grandes mosaïques : 52 x 56 cm ! Format « au repos » 26 x 29 cm, 184 p. ▲

Les plus beaux treks du monde

Collectif, Éditions Glénat

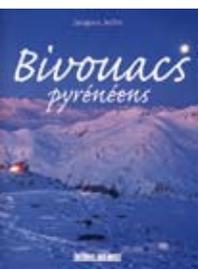


C'est un ouvrage assez volumineux, logique, puisque son contenu est planétaire et concerne la randonnée sur les cinq continents. Toutefois, s'agissant d'une très stricte sélection et des plus beaux treks du monde, les quatre auteurs n'ont retenu que 32 itinéraires, un petit raccourci de la diversité de notre Terre, inépuisable en ce do-

maine. S'agissant des grandes traversées (21 jours au Dolpo, forcément le plus beau trek du monde pour nos amis d'Action Dolpo, 22 jours dans la cordillère Blanche), d'autres, les plus nombreuses d'une semaine ou deux ou de petites boucles (3 jours autour du Kailash), ces parcours, montagnards, désertiques, côtiers ou campagnards, sont parfois engagés, mais en aucun cas techniques. Chaque fois, un petit récit de voyage est accompagné d'une belle illustration. Par contre, malgré ce qui est dit, il est difficile de passer du rêve à la réalité. Hormis la découpe en étapes de l'itinéraire, aucun détail pratique n'est là pour aider à l'organisation. Le grand voyageur qui recommande l'ouvrage est sans doute celui qui détient les clés. Format 33 x 28 cm, 224 p. ▲

Bivouacs pyrénéens

Jacques Jolfre, Éditions Sud-Ouest



Vous ne savez plus où dormir ? Avec cet ouvrage, moyennant gants, bonnet et doudoune, voilà vingt-cinq suggestions de bivouacs aux sommets et de nuits extraordinaires, une majorité en hiver, quelques autres au printemps et en été. Ces nuits près des étoiles couronnent autant d'ascensions concentrées dans les Pyrénées centrales, françaises ou espagnoles. Sommets modestes comme le Pic d'Estibat ou le Plo del Naou, plus sérieux comme le Mont-Perdu ou le Vignemale, tous

procurent des heures d'enchantement au lever et au coucher du soleil et des panoramas inoubliables. Jacques Jolfre est un pyrénéiste averti, mais tout le monde ne l'est pas, aussi une carte générale aurait bien facilité la situation de tous ces sommets, pas toujours familiers. De même, une indication de difficulté aurait aidé au choix des « chambres à coucher ». Format 29,5 x 25,5 cm, 142 p. ▲

Campements touaregs

Odette Bernezat, Éditions Glénat

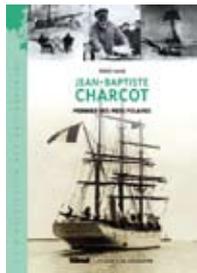
Dès 1967, Odette et Jean-Louis Bernezat ont parcouru le Sahara et ont largement fait partager leur passion pour ce grand désert et les populations touaregs. Pour Odette, le peuple des hommes voilés et leur culture sont une révélation. Dès lors, elle chemine avec eux sur les pistes et entre deux voyages, elle partage la vie des campements, accueillie chaleureusement et intégrée au monde des femmes touaregs. Ces quarante années d'expérience sont un témoignage exceptionnel sur la vie au sein de la société touareg du Hoggar. Mœurs, traditions, gestes quotidiens nous sont ici fidèlement transcrits en mots et en photos. Avec l'art du récit, voici une description intime de cette société nomade qui se trouve à un tournant de son histoire, entre tradition et modernité. Format 14 x 20 cm, 192 p. ▲



Jean-Baptiste Charcot, pionnier des mers polaires

Serge Kahn, Éditions Glénat, collection Bibliothèque des Explorateurs (Société de Géographie)

Après l'ouvrage, richement illustré, paru en 2006 pour le 70^e anniversaire de la disparition de l'explorateur, voici en format poche le récit intégral des explorations du commandant Charcot. Comblant une longue absence de la France dans le domaine de la recherche polaire, Charcot allait effectuer deux importantes expéditions en Antarctique, en 1903-1905 et 1908-1910. Ce livre relate ces aventures aux résultats impressionnants : des milliers de kilomètres de côtes reconnues, des cartes marines, des photographies. Il rend compte aussi des nombreuses missions scientifiques conduites par Charcot dans les mers du nord : aux îles Féroé, à Jan Mayen, en Islande et sur la côte orientale du Groenland. L'ouvrage évoque également les conditions dramatiques du naufrage du « Pourquoi Pas ? » le 15 septembre 1936 sur les côtes d'Islande. Format 20 x 14 cm, 320 p. ▲



Aux Éditions Olizane : réédition des ouvrages Ski de randonnée dans les Hautes-Alpes et le Haut-Valais ▲

IGN Evadeo, pour trouver sa route même quand il n'y a pas de route

L'IGN développe sa gamme de GPS Evadeo et lance les séries M et X. Ces GPS vraiment polyvalents permettent de circuler aussi bien en auto, à pied, à vélo. Les modes de navigation se déclinent en 2 versions : route et hors-route. Intégrant la cartographie de la France au 1/25 000 et celle de 21 pays (base Navteq), ils emmagasinent 1,7 million toponymes ! Fonction innovante, on peut trouver tous les lieux-dits environnant une position donnée. Rassemblant les prouesses technologiques, cette nouvelle série associe la réception ultrarapide des données, la visualisation des cartes en 3D, un écran large 4,3 pouces, l'info trafic et enfin pour la série X le guidage vocal sur sentier. Sont particulièrement intéressants pour la randonnée, l'accès permanent au degré de pente, à la distance parcourue, à celle restant à parcourir, aux indications de cap données par la boussole. Evadeo est absolument compatible avec Géorando Liberté, déjà présenté. ▲

randonnée

Responsable de l'activité : Martine Cante
tél. 01.47.91.54.97

Dimanche 1^{er} février

• **CÔTEAUX DE LA MARNE** // Michel Lohier // Gare de l'Est Grandes Lignes, 8h20 pour Nogent-l'Artaud (A-R). Côteaux de la Marne. Retour : 18h08. 25km. **M**.

Mercredi 4 février

• **DERRIÈRE LES VITRES** // Pierre Marc Genty // Gare d'Austerlitz RER C, 9h01 pour Jouy-en-Josas. Spécial forêt de Verrières. Retour de Igny vers 17h30. 18km. **F**. Carte 2319 OT.

• **EN ROUTE POUR MARLY** // Alain Changenet // Métro, RdV terre-plein Porte Maillot 9h pour Porte Maillot. Retour de Marly-le-Roi : 18h30 env. 26km. **M+**. Cartes 2314 OT, 2214 ET.

Samedi 7 février

• **FACILE POUR EUGÉNIE** // Maurice Picollet // Gare de Lyon, 8h35 (à vérifier) pour Fontainebleau (A-R). Retour : 18h43. 20km. **F**. Carte 2417 OT.

• **HAUTS BOIS ET BAS FONDS** // Claude Amagat // Gare du Nord Grandes Lignes, 8h19 pour Clermont-de-l'Oise. Moyvillers - Rémy. Retour de Compiègne : 18h50. 35km. **SO**. Cartes 2311 E, 2411 O, 2511 OT.

Dimanche 8 février

• **N FORÊT ET CHÊNE NOTRE-DAME** // Dominique Renaut // Châtelet-les-Halles, RER A, 8h34 pour Sucy-Bonneuil. Retour de Gretz-Armainvilliers à Gare de l'Est : 18h07. 23km. **F**. Cartes 2414 ET, 2415 OT.

• **SORTIE ACCUEIL** // Bernadette Parmain, Pierre Marc Genty // Gare de Lyon, 9h05 (à vérifier) pour Fontainebleau (arrêt forêt). Pour découvrir la randonnée au Club alpin. Si vous n'êtes pas encore membre on vous délivrera une carte découverte (4 euros) sur place. Adhérents, pensez à apporter votre carte du Club (contrôle des cartes). Retour de Bois-le-Roi : 18h40. 21km. **M**.

• **RANDONNÉE MUSÉE MALLARMÉ** // Jean Lortsch, Louis Travers // Gare de Lyon, 9h05 (à vérifier, RdV à l'arrivée) pour Fontainebleau (A-R). Tour Dennecourt, musée Mallarmé, bords de Seine. Retour : 18h. 20km env. **M**. Carte 2417 OT.

• **CREVASSES, ATTENTION DANGER !** // Luc Bonnard // Gare d'Austerlitz RER C, 8h13 (à vérifier) pour Lardy (A-R). Chamaranne - Boissy le Cutté - Janville-sur-Juine. Retour : 18h48. 28km. **M+**. Cartes 2216 ET, 2316 ET.

• **CHI VA SANO VA LONTANO** // Chantal De Fouquet // Gare de Lyon, 10h43 (horaire à vérifier) pour Fontainebleau (RdV à l'arrivée). Forêt, bords de Seine. Retour de Moret-Veneux-les-Sablons : 17h30 ou 18h30. 22km. **M+**.

• **MONT CÉSAR, NOUVELLE TENTATIVE** // Jean-Luc Lombard // Gare du Nord Grandes Lignes, 9h19 pour Clermont-de-l'Oise. Dénivelés, voire léger tout terrain. Retour de Hermes : 19h20. 30km env. **SO**.

Lundi 9 février

• **BONNE FÊTE APOLLINE** // Maurice Picollet // Gare de Lyon RER D, 8h11 pour Boutigny. Retour de Lardy à Austerlitz : 18h30. 23km. **M**. Carte 2316 ET.

Vous aimez la rando et vous appréciez aussi l'architecture, la gastronomie, la botanique...

Pour vous aider à trouver vos activités favorites dans nos programmes, les randonnées à thème sont représentées par des initiales :

Codification des sorties à thèmes

A : architecture et histoire

B : bonne chère, petits (ou grands) vins, convivialité

C : cartographie, orientation (pour tous types de terrain)

D : dessin

M : ambiance musicale

N : nature (faune, flore, géologie)

P : poésie

Si un thème vous passionne, n'hésitez pas à proposer votre aide à l'organisateur.



Les sorties

« **Jeunes randonneurs** »

indiquées dans ce programme par le logo ci-dessus sont recommandées aux adhérents âgés de 18 à 35 ans pour leur permettre de se retrouver entre eux. Mais elles sont, bien sûr, ouvertes à tous.



Les sorties

« **Marche nordique** » sont indiquées dans ce programme par le logo ci-dessus.

Mercredi 11 février

• **BOUCLE À FONTAINEBLEAU** // Nicole Voisin // Gare de Lyon, 8h35 pour Fontainebleau (A-R). Parcours en fonction de la météo. Retour : 17h30. 20km maxi. **F**. Carte 2414 OT.

Samedi 14 février

• **GR 1... ÉTAPE N°16** // Michel De France // Gare de Lyon, 8h35 pour Melun. Retour de Fontainebleau : 18h. 22km. **F**. Cartes 2415 OT, 2417 OT.

• **LES VAUX DE CERNAY** // Nicole Voisin // Gare Montparnasse Banlieue, 8h17 pour Le-Perray-en-Yvelines. Retour de St-Rémy-lès-Chevreuse à RER B Chatelet... : 18h. 28 à 30km. **SO**. Carte 2215 OT.

Dimanche 15 février

• **HOUDAN ? À LA QUEUE !** // Alfred Wohlgroth // Gare Montparnasse Banlieue, 8h40 pour Houdan. Bourdonné, Les Haizettes. Retour de Garancières-la-Queue : 18h56. 25km. **M**. Cartes 2114 O, 2115 O, 2115 E, 2114 E.

• **SALUT CLAUDE !** // Maurice Picollet // Gare d'Austerlitz RER C, 8h43 pour Sermaise. Retour de Dourdan : 18h30. 23km. **M**. Carte 2216 ET.

• **Δ FORÊTS ET CHÂTEAUX EN HAUTE CHEVREUSE** // Dominique Renaut // Gare Montparnasse Banlieue, 8h15 pour Rambouillet. La Voisine, Bullion, Breteuil, Retour de St-Rémy-lès-Chevreuse à Denfert-Rochereau : 18h51. 32km. **M+**. Carte 2215 OT.

• **QUARTIERS D'HIVER** // Claude Ramier // Gare de Lyon, 8h13 (RdV à l'arrivée) pour Fontainebleau (A-R). Rochers: St-Germain, Apremont et Franchard. Retour : 18h53. 26km bossus. **M+**. Carte 2417 OT.

• **LE TEMPS FILE !** // Mustapha Bendib // Gare de Lyon, 7h35 pour Bois-le-Roi. Route Buffon - carrefour du Ragot. Retour de Fontainebleau : 18h11. 37 à 40km. **SO**.

Lundi 16 février

• **SENTIERS BLEUS EN DÉDALES** // François Degoul // Gare de Lyon, 9h05 pour Fontainebleau (A-R). Retour : 17h11. 20km. **M**. Carte 2417 OT.

Mardi 17 février

• **GRIS OU GRAND SOLEIL ?** // Pierre Marc Genty // Gare du Nord Banlieue, 8h53 pour Orsay-ville. Retour de Jouy-en-Josas à Austerlitz : 17h30. 18km. **F**. Carte 2315 OT.

Mercredi 18 février

• **GR 1...19° ÉTAPE** // Michel De France // Gare de Lyon RER D, 8h11 pour Malesherbes. Retour de Boutigny : 18h. 23km. **M**. Carte 2316 ET.

Samedi 21 février

• **FONTAINEBLEAU EN HIVER** // Annie Chevalier // Gare de Lyon, 8h35 pour Fontainebleau. Retour de Bois-le-Roi : 17h30 env. 22/24km. **M**. Carte 2417 OT.

• **MARCHE NORDIQUE : VINCENNES** // Xavier Langlois // Métro, RdV à l'arrivée à 13h25 pour Château de Vincennes (devant le pont levis). Les bâtons de marche sont indispensables. Pour toutes les infos, consultez le programme des activités de l'espace membre. Retour de Vincennes : 17h. 20km. **SP**.

activités des Clubs alpins d'Île-de-France

Dimanche 22 février

• **BOIS DE LA GRANGE ET BORDS DU RÉVEILLON** // Bernard Fontaine // Gare de Lyon RER D, 9h37 (à vérifier, RdV à l'arrivée) pour Boissy-St-Léger (A-R). Boucle autour de Boissy-St-Léger. Retour : 18h. 18km. **F**. Carte 2415 OT.

• **▲ SORTIE PRÉHISTORIQUE** // Gérard Corthier // Gare du Nord Grandes Lignes, 9h06 à vérifier pour Presles (A-R). Les sites préhistoriques (3) autour de Presles. Retour : 18h env. 20km env. **M**.



• **EN ATTENDANT QUE LA MER MONTE** // Jean Dunaux // Gare d'Austerlitz Grandes Lignes, 8h24 (à vérifier) pour Dourdan (A-R). Départ Grandes Lignes, billet en sous-sol. Retour : 18h17. 30km env. **SO**. Carte 2216 ET.

• **B ADRIANUS, COQUIBUS ET CUMULUS** // Adrien Autret // Gare de Lyon RER D, 7h41 pour Maisse. Cette randonnée traverse l'un des plus beaux massifs forestiers de l'Île-de-France. Nous traverserons le Coquibus avant de frôler les 3 pignons et Franchard. Retour de Bois-le-Roi à Gare de Lyon : 18h45 environ. 35km. **SO+**.

Lundi 23 février

• **GR 1... 20° ETAPE** // Michel De France // Gare de Lyon RER D, 8h11 pour Boutigny. Retour de Lardy à Austerlitz : 18h. 22km. **F**. Carte 2316 ET.

Mercredi 25 février

• **PAS DE STRESS** // Pierre Marc Genty // Gare d'Austerlitz RER C, 8h51 pour St-Cyr-l'École (A-R). Retour à Austerlitz ou Montparnasse, au choix : 17h30. 18km. **F**. Carte 2214 ET.

Samedi 28 février

• **AVE CÉSAR** // Maurice Picollet // Gare d'Austerlitz RER C, 8h28 pour Etréchy. Retour de St-Chéron : 18h30. 19km. **F**. Cartes 2216 et 2316 ET.

• **RANDO ET POTAGE** // Éliane Benaise // Gare du Nord Banlieue, 9h04 pour La-Borne-Blanche. Venir avec son potage préféré (ou au moins avec un gobelet) pour le partager. Ouvert à tous même sans potage. Retour de Orry-la-Ville : vers 18h. 25km env. **M**. Carte 2412 OT.



• **MARCHE NORDIQUE : VINCENNES** // Xavier Langlois // Métro, RDV à l'arrivée à 13h25 pour Château de Vincennes (devant le pont levis). Bâtons indispensables. Retour de Vincennes : 17h. 20km. **SP**.

Niveaux de randonnées en Île-de-France :

F. Niveau facile, allure modérée (3 à 3,5 km/h)

M. Niveau moyen, allure normale (3,5 à 4,5 km/h)

SO. Niveau soutenu, allure soutenue (4,5 à 5,5 km/h)

SP. Niveau sportif, allure rapide (plus de 5,5 km/h)

Important

Pour des raisons d'assurance, nos sorties sont réservées aux membres du Caf.

Par conséquent, nous demandons aux adhérents de bien vouloir se munir de leur carte à chaque sortie.

Les personnes souhaitant découvrir la randonnée au Club peuvent passer au secrétariat pour acheter une adhésion temporaire (4 euros).

Ces adhésions temporaires sont également délivrées dans toutes les randonnées de la journée intitulées « accueil ».

Dimanche 1^{er} mars

• **▲ EN PAYS PARISIEN** // Alfred Wohlgroth // Gare d'Austerlitz RER C, 9h45 (à vérifier) pour Meudon Val Fleury (RdV à l'arrivée 10h13, à vérifier). Terrasse et observatoire de Meudon, forêts de Meudon et de Fausses-Reposes, pavillon du Butard. Retour de Vaucresson à St-Lazare : 17h30. 15km. **M**. Carte 2314 OT.

• **BOURRON - MORÊT, UN CLASSIQUE** // Michel Lohier // Gare de Lyon, 8h05 pour Bourron Marlotte. Boucle en forêt. Retour de Morêt Veneux-les-Sablons : 18h11. 25km. **M**.



• **AU ST-GERMAIN, ON MET LES MAINS** // François Degoul // Gare de Lyon, 9h05 pour Fontainebleau-Avon (A-R). Retour : 17h41. 25km. **M+**. Carte 2417 OT.

Mercredi 4 mars

• **ON TERMINE PAR LE POULET AU CRESSON ?** // Pierre Marc Genty // Gare St-Lazare Banlieue, 9h06 pour St-Nom-la-Bretèche. Retour de Vaucresson : 17h30. 18km. **F**. Carte 2214 ET.

• **EN ROUTE VERS LE VEXIN** // Alain Changenet // Gare St-Lazare Banlieue, 9h06 pour St-Nom-la-Bretèche. Retour de Villennes-sur-Seine : 18h env. 23km. **M**. Carte 2214 ET.

Samedi 7 mars

• **EN FORÊT** // Pierre Marc Genty // Gare du Nord Banlieue, 9h18 pour La Borne Blanche. Retour de Chantilly vers 17h30. 22km. **M**. Carte 2412 OT.

Dimanche 8 mars

• **AUTOUR DE DOURDAN** // Gérard Corthier // Gare d'Austerlitz Grandes Lignes, 8h24 (à vérifier) pour Dourdan (A-R). Dans la forêt domaniale autour de Dourdan. Retour : 18h30 env. 20km. **M**.



• **CHÂTEAUX 17^E EN ESSONNE** // Dominique Renaut // Gare d'Austerlitz RER C, 08h43 pour St-Chéron (A-R). Châteaux de Courson, Vaugrimeuse, du Marais... Retour : 19h03. 29km. **M+**. Cartes 2216 ET, 2315 OT.

• **PREMIÈRES FEUILLES ?** // Claude Ramier // Gare de Lyon, 8h13 (RdV à l'arrivée) pour Montereau (A-R). Marolles-sur-Seine, Orvilliers, Salins. Retour : 18h53. 30km. **M+**. Carte 2517 O, 2516 O.

• **PETITES FLEURS ET CHANTS D'OISEAUX ?** // Chantal De Fouquet // Gare de Lyon, 10h35 (horaire à vérifier) pour Moret - Veneux-les-Sablons (RdV à l'arrivée) (A-R). Sud de la forêt. Longue pause pour regarder les oiseaux sur un étang. Retour : 18h env. 24km. **M+**.

Randonnées de week-end et plusieurs jours (*)

Dates	Organisateurs	Niveaux	Code (*)	Destinations	Ouv. insc.
14-15 mars	Pascal Baud	M	09-RC06	Bientôt le Printemps (randonnée-camping)	9 déc.
14-15 mars	Claude Ramier	M	09-RW17	Entre Loire et Sologne	12 déc.
20 au 22 mars	Marylise Blanchet	M ▲	09-RW18	Découvrir les Ardennes	9 déc.
21-22 mars	Agnès Métivier, Laurent Métivier	M	09-RW27	Côte d'Opale	16 déc.
28-29 mars	Michel Delapierre	F	09-RW28	Week-end Accueil en Morvan	10 fév.
28-29 mars	Martine Cante	M	09-RW29	Week-end Accueil en Morvan	10 fév.
28-29 mars	Gérard Corthier	M+	09-RW30	Week-end Accueil en Morvan	10 fév.
4 au 5 avril	Michel Delapierre Alain Changenet, Martine Cante		09-FOR02	Cartographie-orientation niveau I	10 fév.

(*) Programmes détaillés au Club et sur le site Internet. Inscriptions obligatoires au Club - suite p.19



activités des Clubs alpins d'Île-de-France

Lundi 9 mars

 • **BONNE FÊTE FRANÇOISE** // Maurice Picollet // Gare d'Austerlitz RER C, 8h26 pour Lardy (A-R). Retour : 18h30. 22km. **M.** Carte 2316 ET.

Mercredi 11 mars

• **BOUCLE À DOURDAN** // Nicole Voisin // Gare d'Austerlitz Grandes Lignes, 8h24 pour Dourdan (A-R). Selon la météo. Retour : 18h. 20km maxi. **F.** Carte 2216 ET.

Samedi 14 mars

• **DOURDAN POIL AUX DENTS** // Pierre Marc Genty // Gare d'Austerlitz Grandes Lignes, 8h24 pour Dourdan (A-R). Ballade en forêt. Retour vers 18h. 22km. **M.** Carte 2216 ET.

• **DOURDAN RAMBOUILLET** // Nicole Voisin // Gare d'Austerlitz Grandes Lignes, 8h24 pour Dourdan par la Chapelle-St-Anne. Retour de Rambouillet à Paris Montparnasse : 18h. 30km. **SO.** Cartes 2215 OT, 2216 ET.



• **MARCHE NORDIQUE : VINCENNES** // Xavier Langlois // Métro, RdV à l'arrivée à 13h25 pour Château de Vincennes (devant le pont levis). Bâtons indispensables. Retour de Vincennes : 17h. 20km. **SP.**

Dimanche 15 mars

• **PRÉFÉREZ L'IMPAIR** // Claude Amagat, Martine Cante // Gare Montparnasse Banlieue, 8h39 pour La Verrière. Chacun apportera un poème qu'il lira ou dira. Retour de St-Rémy-lès-Chevreuse à RER B vers 18h. 18km. **F.** Carte 2215 OT.

• **THOMERY, BOIS-LE-ROI** // Jean Lortsch // Gare de Lyon, 8h35 (RdV à l'arrivée) pour Thomery. Sentiers Dennecourt. Retour de Bois-le-Roi : 17h22. 18km. **F.** Carte 2417 OT.

• **AD BOULOGNE LES ANNÉES 30** // Maxime Fulchiron // Métro, RdV à 9h30 pour Porte d'Auteuil - ligne 10. Serres d'Auteuil, architectures des années 30 et le Jardin A. Kahn. Prévoir 1,50 euros pour Musée Kahn. Retour de Pont de St-Cloud - ligne 10 à Paris : 18h. 15km. **M.**

• **LES PLATIÈRES D'APREMONT** // Louis Travers // Gare de Lyon, 8h35 (à vérifier, Rdv à l'arrivée) pour Fontainebleau (A-R). Sentiers Dennecourt 6-7. Retour : 18h. 25km env. **M.** Carte 2417 OT.



• **BORDEAUX - SAINT ÉTIENNE EN 30 MINUTES** // Luc Bonnard // Gare de Lyon, 8h05 (à vérifier) pour Montigny-sur-Loing. Montigny - Grez - Larchant. Retour de Nemours à Gare de Lyon ou de Bercy vers 19h. 26 à 29km et quelques bosses. **M+.** Carte 2417 OT.

• **ÇA DEVIENT DUR !** // Mustapha Bendib // Gare de Lyon, 7h35 pour Bois-le-Roi. Route de la vallée - route Mascara. Retour de Fontainebleau : 18h11. 37 à 40km. **SO.**

• **IL FAUT L'AVOUEUR : SUER N'EST PAS UN DÉLICE** // Frédéric Leconte // Gare Montparnasse Banlieue, 8h15 pour Gazeran. Forêt de Rambouillet. Retour de Rambouillet : 17h57. 27km. **SO.**

• **B COUAC ET BOTZY SE LÂCHENT** // Adrien Autret // Gare du Nord Grandes Lignes, 8h06 pour Crépy-en-Valois. Vous qui aimez la vitesse TGV, venez vous lâcher sur un terrain très roulant qui traverse les grands bois au sud de Crépy-en-Valois et surtout la sublime forêt d'Ermenonville avant le final et les étangs d'Orry-la-Ville. Pour les adeptes du sportif, vous serez servi... Retour de Orry-la-Ville : 19h env. 50km. **SP+.**

Gares**de rendez-vous**

L'heure indiquée dans le descriptif des sorties est celle du départ du train et non celle du rendez-vous, fixé trente minutes avant le départ. La vérification de l'heure de départ doit s'effectuer auprès de la SNCF, seule en possession des horaires éventuellement modifiés.

LYON. Hall du rez-de-chaussée, devant les guichets fléchés « Billets Île-de-France ».

AUSTERLITZ. RER : hall des guichets au sous-sol. Grandes lignes : Salle des guichets du rez-de-chaussée.

MONTPARNASSE. Banlieue : Hall des guichets au rez-de-chaussée.

Grandes lignes : devant le guichet n°9 au 1^{er} étage.

NORD. Grandes lignes : guichet 37 situé derrière le bureau de change. Banlieue : devant la voie 19 à côté des guichets marqués « Transilien ».

EST. Banlieue : devant les appareils automatiques. Grandes lignes : devant le bureau des renseignements.

SAINT-LAZARE. Banlieue : devant la salle des guichets banlieue.

Grandes lignes : devant la salle des guichets grandes lignes, sur le quai.

DENFERT-ROCHEREAU. Devant la gare du RER.

TOUS LES AUTRES RER. Sur le quai de départ.

Mercredi 18 mars

• **DE ST-CYR À MEUDON PAR LA FORÊT** // Robert Sandoz // Gare Montparnasse Banlieue, 8h47 à vérifier pour St-Cyr. Etang du Val - Bois de Meudon. Retour de Meudon-Bellevue à Paris Montparnasse vers 18h. 20km. **F.** Cartes 2214 ET, 2314 OT.

• **PERSPECTIVES DU VEXIN** // Alain Changenet // Gare St-Lazare Banlieue, 8h43 pour Triel-sur-Seine. Retour de Us : 18h30 env. 25km. **M+.** Cartes 2214 ET, 2213 O.

Samedi 21 mars

• **CLÉMENTINE OÙ ES-TU ?** // Maurice Picollet // Gare de Lyon RER D, 8h42 pour Ballancourt. Retour de La-Ferté-Alais : 18h30. 20km. **F.** Carte 2316 ET.

• **LA REMARDE ET LE MARAIS** // Annie Chevalier // Gare d'Austerlitz Grandes Lignes, 8h24 pour Dourdan. Retour de St-Chéron : 18h env. 22/24km. **M.** Carte 2216 ET.



• **MARCHE NORDIQUE : VINCENNES** // Xavier Langlois // Métro, RdV à l'arrivée à 13h25 pour Château de Vincennes (devant le pont levis). Bâtons indispensables. Retour de Vincennes : 17h. 20km. **SP.**

Dimanche 22 mars

• **LE SAUSSERON** // Gilles Montigny // Gare du Nord Banlieue, 9h38 pour Valmondois (A-R). Parmain, Nesles-la-Vallée, Butry-sur-Oise. Retour : 17h38. 18km. **F.** Carte 2313 OT.

• **L'HIVER EST FINI !** // Michel Lohier // Gare de Lyon RER D, 8h41 pour La-Ferté-Alais (A-R). Boucle autour de la Ferté-Alais. Retour : 18h36. 25km. **M.**

• **Y-A T'IL UNE LÉA** // Maurice Picollet // Gare d'Austerlitz RER C, 8h13 pour Lardy. Retour de La-Ferté-Alais à Lyon : 18h30. 23km. **M.** Carte 2316 ET.



• **JARDINS SECRETS DE LA FORÊT** // Jean Musnier // Gare de Lyon, 8h35 (RdV à l'arrivée) pour Bois-le-Roi (A-R). Circuit lent mais difficile et accidenté. Retour : 18h50. 15km. **M.** Carte 2417 OT.

• **L'EPTE ET LA SEINE** // Jean-Claude Duchemin // Gare St-Lazare Grandes Lignes, 8h20 pour Vernon. Giverny, la Roche-Guyon. Retour de Bonnières : 18h. 26km. **M+.** Cartes 2113 O, 2113E.

Mercredi 25 mars

• **MA PRÉFÉRÉE AU NORD** // Christiane Mayenobe // Gare du Nord Grandes Lignes, 8h37 pour Compiègne (A-R). M.F. de Ste-Perrine et de St-Corneille. Retour : 17h50. 22km. **F.** Carte 2511 OT.

**Week-end randonnée en Morvan
28 et 29 mars 2009**

Venez découvrir les week-ends avec le Club alpin !
Sortie ouverte à tous (adhérents ou non).

Plusieurs encadrants vous accueillent pour deux jours de randonnées de niveaux variés avec nuit en gîte. Possibilité de changer de groupe le deuxième jour. Priorité aux nouveaux adhérents de l'année. Inscriptions au secrétariat à partir du 10 février.

Randonnées de week-end et plusieurs jours (*) - suite de la p.17

Dates	Organisateurs	Niveaux	Code (*)	Destinations	Ouv. insc.
11 au 13 avril	Pierre Marc Genty	M	09-RW31	Ils étaient nos grands-pères (Verdun 14-18)	13 janv.
11 au 13 avril	Claude Ramier	M+ ▲	09-RW19	Les Vosges du Nord	9 janv.
11 au 13 avril	Jean Dunaux	SO ▲	09-RW20	Le lapin de Pâques et le Pilat	11 déc.
11 au 13 avril	Yann Le Toumelin	SO ▲▲	09-RW23	Au pays de Chamby	2 janv.
12 au 19 avril	Jean-Claude Duchemin	M+ ▲▲	09-RW32	Des Causses et des Gorges	13 janv.
18 au 25 avril	Annie Chevalier	M	09-RW21	Val de Creuse et pays de George Sand	15 janv.
19 au 25 avril	Martine Cante	M ▲	09-RW33	Le moulin de mon grand-père (Haute-Provence)	3 fév.
25-26 avril	Pierre Marc Genty	M	09-RW34	Découverte de Bar-le-Duc et de ses environs	27 janv.
1 ^{er} au 3 mai	Eliane Benaise	M ▲	09-RW35	Les Ardennes	15 janv.
1 ^{er} au 3 mai	Michel Lohier	M ▲▲	09-RW36	De Puys en Puys	30 janv.
1 ^{er} au 3 mai	Claude Ramier	M+ ▲	09-RW37	Tro-Breiz 8 ^e épisode	23 janv.
1 ^{er} au 3 mai	Agnès Métivier, Laurent Métivier	M+ ▲▲	09-RW38	De Diois en Bochaîne	15 janv.
7 au 11 mai	Dominique Renaut, Jean-François Meslin	M+ ▲	09-RW25	Zigzag médiéval : gorges de l'Allier	13 janv.
8 au 10 mai	Jean Moutarde	M ▲	09-RW39	Plages et histoire (de Houlgate à Caen)	3 fév.
8 au 10 mai	Pascal Baud	M	09-RC07	Entre Étangs et Océan (randonnée-camping)	3 fév.
8 au 10 mai	Pierre Marc Genty	M	09-RW40	Découverte de Nancy et de ses alentours	10 fév.
16-17 mai	Xavier Langlois	SP	09-RW41	Marche nordique à Fontainebleau	27 mars
16 au 23 mai	Annie Chevalier	M	09-RW42	Voie de Bollène et chemin de César (de Pommier au Puy-en-Velay)	12 fév.
20 au 24 mai	Adrien Autret, Dominique Renaut	SO ▲	09-RW26	Causses, Causses toujours : Causse Noir - Cévennes - Larzac	20 janv.
21 au 24 mai	Marylise Blanchet	M ▲	09-RW43	Un petit tour en Auvergne, surprise !	13 fév.
21 au 24 mai	Alfred Wohlgroth	M ▲▲	09-RW44	En Ossola	29 janv.
21 au 24 mai	Pierre Marc Genty	M	09-RW45	Vallée du Lot (Cahors)	24 fév.
21 au 24 mai	Claude Ramier	M+ ▲	09-RW46	Haut-Languedoc et Cevennes	6 fév.
21 au 24 mai	Jean-Marc Thomas	M+ ▲▲	09-RW47	Traversée du Massif des Bauges	20 janv.
21 au 24 mai	Jean Dunaux	SO ▲▲	09-RW48	Une nouvelle lune sur le Sancy	20 janv.
30 mai au 1 ^{er} juin	Michel Lohier	M ▲▲	09-RW49	Sommets jurassiens	20 fév.
30 mai au 1 ^{er} juin	Claude Ramier	M+ ▲▲	09-RW50	Vercors : Crêtes du Nord et Gorges de la Bourne	20 fév.
6 au 8 juin	François Degoul	M ▲▲	09-RW51	Chamonix : hameaux fleuris face aux cimes	24 fév.
8 au 21 juin	Alfred Wohlgroth	M ▲▲	09-RW58	En Italie (Ombrie) : Monti Sibillini (projet à confirmer)	21 avr.
12 au 14 juin	Pierre Marc Genty	M	09-RW52	Découverte de Vichy et ses alentours	17 mars
13 au 23 juin	Maxime Fulchiron, Nicole Voisin	M ▲	09-RW53	La Régordane - du Puy-en-Velay à St-Gilles-du-Gard	3 fév.
20-21 juin	Pierre Marc Genty	M	09-RW54	Week-end à la mer (Dieppe, St-Valery-en-Caux)	24 mars
1 ^{er} au 4 juillet	François Degoul	M ▲▲	09-RW55	Plateau d'Emparis en fleurs	17 mars
5 au 8 juillet	François Degoul	M ▲▲▲	09-RW56	Vers la Meije à petits pas	17 mars
5 au 12 juillet	Pierre Marc Genty	M ▲▲	09-RW57	Le pays de Villefort (Lozère)	31 mars

(*) RW : randonnée pédestre de week-end ou de plusieurs jours
RC : randonnée camping.

- **Pour toutes ces sorties** : inscriptions au Club à partir de la date indiquée. La fiche technique sera disponible au club et sur le site Internet **10 jours avant cette date**. Vous pouvez envoyer votre demande d'inscription dès parution de cette fiche technique.
- Il est nécessaire, pour vous inscrire, **de remplir intégralement un**

bulletin d'inscription et de le renvoyer, accompagné du règlement, dans une enveloppe libellée à : Caf Île-de-France (pas de réservation par téléphone).

- **En cas d'annulation** par un participant, les frais du Caf et les frais engagés par l'organisateur seront conservés. Si le transport était prévu par car, le montant du transport aussi sera retenu, sauf si le car est complet au départ.

Niveau physique : F : facile, M : moyen, SO : soutenu, SP : sportif.

Niveau technique :

▲ : Ces sorties se déroulent sur des sentiers en bon état ou hors sentiers, mais en terrain facile. Elles sont accessibles à toute personne ayant le niveau physique requis.

▲▲ : Itinéraires montagnards. Ces itinéraires peuvent emprunter des pentes raides, des pierriers, des éboulis ou des névés. Certains passages peuvent être vertigineux et demander de l'attention. Toutefois, ils vous sont accessibles, même sans grande expérience de la montagne, si vous possédez le niveau physique requis.

▲▲▲ : Itinéraires montagnards difficiles. Ces itinéraires peuvent emprunter des passages délicats et exposés : pentes très raides, pierriers ou éboulis instables, névés pentus exigeant l'usage d'un piolet, passage rocheux n'obligeant pas cependant à une véritable escalade. Le vide est souvent présent.

Ces itinéraires demandent de l'attention et de la sûreté. Ils sont réservés à des randonneurs habitués à la montagne.

▲▲▲▲ : Itinéraires de haute montagne. Randonnée de haute montagne recourant à quelques techniques de base de l'alpinisme, en neige, glace ou rocher.



activités des Clubs alpins d'Île-de-France



Samedi 28 mars

- **VOIR RAMBOUILLET OU MOURIR** // Pierre Marc

Genty // Gare Montparnasse Banlieue, 8h47 pour Le-Perray-en-Yvelines. Retour de Rambouillet vers 18h30. 22/24km. **M.** Carte Rambouillet.



- **MARCHE NORDIQUE : VINCENNES**

// Xavier Langlois // Métro, RdV à l'arrivée à 13h25 pour Château de Vincennes (devant le pont levis). Les bâtons de marche sont indispensables. Retour de Vincennes : 17h. 20km. **SP.**

Dimanche 29 mars

- **VALLÉES DU DRAGON ET DE LA VOULZIE** // Bernard

Fontaine // Gare de l'Est Banlieue, 9h45 pour Longueville (A-R). Boucle autour de Longueville et St-Loup-de-Naud. Retour : 17h41. 18km. **F.** Cartes 2516 OT, 2616 OT.

- **PETIT TOUR EN FRANCE** // Alfred Wohlgroth // Gare

du Nord RER D, 9h24 pour Louvres (RdV à l'arrivée). Puisseux-en-France, Champlâtreux, Belloy-en-France (église). Retour de Belloy-St-Martin. : 17h37. 18km. **M.** Cartes 2413 OT, 2313 OT.

- **L'HÊTRE, LE LAVOIR ET LE NÉON** // Jean-Luc Lombard

// Gare de Lyon RER D, 8h41 pour Boutigny. Retour de Lardy à Paris-Austerlitz : 19h env. 28km. **M+.**

- **RANDONNÉE PATISSERIES, MIGNARDISES, GOURMANDISES ET TROU NORMAND** // Adrien Autret // Gare

de Lyon, 9h05 pour Fontainebleau (arrêt en forêt). À vos fourneaux, lors de la randonnée sera attribué le grand prix de Miss Gâteaux ou pourquoi pas M. Gâteaux. Nous ferons également l'élection de Monsieur Sommelier 2009 et pourquoi pas de Miss Sommelière. Retour de Bois-le-Roi : 18h30. 28km. **M+.**

- **PRINTEMPS BLEAUSARD** // Claude Ramier // Gare de

Lyon, 8h13 (RdV à l'arrivée) pour Moret (A-R). Rochers : des Etrouitures, Bouligny, Avon. Retour : 18h53. 26km bossus. **M+.** Carte 2417 OT.

- **LES MOULINS DE L'ESSONNE** // Jean Moutarde // Gare

de Lyon RER D, 8h11 (à vérifier) pour Malesherbes. moulins Mirebeau, de Roisneau, Paillard, les Bois de l'embûche, vallée de la Barbotière. Retour de Boutigny-sur-Essonne à Gare de Lyon : 18h env. 28km. **M+.** Carte 2316 ET.

- **MA PETITE ENTREPRISE NE CONNAÎT PAS LA CRISE** //

Jean Dunaux // Gare St-Lazare Banlieue, 8h57 (à vérifier) pour Boissy l'Aillerie. Retour de Chars : 18h25. 33km env. **SO.** Cartes 2212 O, 2213 O.



- **BURES BURES LA BARGE** // Hervé Baylot //

Denfert-Rochereau RER B, 8h04 pour Bures-sur-Yvette (RdV à l'arrivée). Viaduc des Fauvettes - Gometz-le-Châtel - Les Molières. Retour de St-Remy-lès-Chevreuse : 18h30. 30km. **SO.** Carte 2315 OT.

Mercredi 1^{er} avril

- **ENCORE DU VEXIN** // Alain Changenet // Gare St-Lazare

Banlieue, 8h03 pour Us. Retour de Pontoise à gare St-Lazare ou gare du Nord : 18h env. 25km. **M.** Cartes 2213 O, 2313 OT.

Samedi 4 avril

- **JOYEUX ANNIVERSAIRE** // Maurice Picollet // Gare de

Lyon, 8h35 pour Thomery. Retour de Moret : 18h43. 23km. **M.** Carte 2417 OT.

De nouvelles sorties, d'une journée ou de plusieurs jours, sont parfois proposées. Consultez régulièrement le programme des activités sur le site Internet (Espace Membre).

La carte de Bleau IGN Top 25 2417 OT est en vente au Club au prix de 8,65 euros.

Rendez-vous de Printemps Dimanche 5 avril 2009

Les organisateurs de randonnée vous invitent au traditionnel **Rendez-vous de Printemps** qui aura lieu cette année le dimanche 5 avril.

Ce sera non seulement l'occasion de passer un bon moment en retrouvant des amis, mais vous pourrez également à cette occasion révéler vos talents culinaires ou nous faire connaître votre crû préféré.

Cette journée sera ouverte à toutes et à tous, aussi n'hésitez pas à faire découvrir notre club à vos amis. La liste détaillée des sorties paraîtra dans le prochain numéro.

escalade

Cycle d'initiation à l'escalade (CIE)

SESSION DE PRINTEMPS // Responsable :

Jean-François Caille

Début du cycle, dès la fin du mois de mars. Inscriptions dès le 15 janvier.

Rando-escalade

Responsable de l'activité :

Michel Clerget, tél. 06.09.62.90.38

Responsable du programme :

Philippe Chevanne, tél. 01.46.08.17.55

Activité destinée à ceux qui aiment randonner (à pied ou à VTT) avant et après l'escalade. Tous les niveaux d'escalade sont abordés, mais les débutants sont toujours les bienvenus. Vous devez vous munir de votre carte d'adhérent. Nos gares de rendez-vous : LYON, face au guichet 48. LYON-BANLIEUE : sur le quai de départ. AUSTRELITZ : devant les guichets du RER C. Cartes IGN utiles : massif de Fontainebleau, Top 25 2417 OT ; massifs périphériques, Top 25 2316 ET.

Dimanche 1^{er} février

CULTURE /GRIMPE // Deke Dusinberre // Gare de Lyon, 9h13 pour Fontainebleau Avon A-R 18h44. Escalade au Rocher d'Avon/visite du château de Fontainebleau. Selon météo : visite du château (1h30 ou plus, gratuit) et escalade/randonnée au Rocher d'Avon. Combien de fois avez-vous traversé le parc du château sans y mettre les pieds ? Nous profiterons du temps hivernal et du premier dimanche du mois (entrée gratuite en principe) pour visiter vieilles pierres et beaux décors. Rando **M.**

Dimanche 15 février

ROCHER MIGNOT // Deke Dusinberre, Michel Clerget // Gare d'Austerlitz RER C, 9h13 pour Lardy (A-R). Retour à Paris vers 18h46. Rando **M.**

Samedi 28 février au dimanche 1^{er} mars

SAULGES- FALAISE // Pablo Blanco, Philippe Chevanne // Sortie falaise à Saulges (Mayenne). Sortie covoiturage, hébergement en gîte. Contacter Philippe Chevanne au 01.46.08.17.55 entre 19h et 21h.

Dimanche 8 mars

ROCHERS DE MILLY // Michel Clerget, Philippe Chevanne // Gare de Lyon, 9h13 pour Fontainebleau Avon A/R. 18h53. Randonnée à VTT, Michel Clerget (téléphoner au

activités des Clubs alpins d'Île-de-France

06.09.62.90.38 pour s'inscrire). Randonnée à pied : Philippe Chevanne **SO**.

Samedi 14 au dimanche 15 mars

SORTIE FALAISE À FIXIN ET À BROCHON // Alain Faucher et Bernard Salmon, Pablo Blanco // Déplacement en co-voiturage. Deux débutants acceptés. Inscriptions auprès d'Alain Faucher : 06.19.57.45.53

Dimanche 29 mars

APREMONT // Philippe Chevanne // Gare de Lyon, 9h13 pour Bois-le-Roi (A-R). Arrivée à Paris vers 18h45. Rando **M**. Site exact à définir.

Fontainebleau

Responsable de l'activité : Francis Decroix, tél. 01.47.93.99.03

Nos sorties sont exclusivement réservées aux membres du Caf, majeurs et en possession de leur carte d'adhérent. 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). Répartition des grimpeurs dans les voitures et partage des frais.

Mercredi

Des séances sans encadrement sont l'occasion de grimper au calme, mais pas seul, chacun suivant son niveau. Rendez-vous informels sur les sites suivants :

- 04/02 // **ROCHER CANON**
- 11/02 // **ROCHE AUX SABOTS**
- 18/02 // **GRANDE MONTAGNE**
- 25/02 // **91.1**
- 04/03 // **95.2**
- 11/03 // **BEAUVAIS TÉLÉGRAPHE**
- 18/03 // **CUL DE CHIEN**
- 25/03 // **DIPLODOCUS**
- 01/04 // **FRANCHARD CUISINIÈRE**
- 08/04 // **FRANCHARD SABLON**

Pour plus de renseignements (fixer un rendez-vous plus précis, partager un véhicule...), contacter Jean-Pierre Le Sert au 01.49.73.59.68 - jean-pierre.le-sert0292@orange.fr ou Alain Le Meur au 01.64.58.94.41.

Samedi

7/02 // **ROCHER CANON** // Francis Decroix // Il y a toutes les couleurs.

14/02 // **BOIS ROND** // Francis Decroix

28/02 // **ROCHER FIN** // Antoine Drapeau, Francis Decroix // Site ensoleillé avec un circuit jaune, orange, bleu, rouge et de nombreux hors circuit. Tout pour passer une bonne journée. Avec Francis, circuit bleu/rouge, avis aux amateurs.

7/03 // **GORGE D'APREMONT** // Francis Decroix // Circuit jaune, bleu et saumon, il y en a pour tous les goûts !

14/03 // **MAUNOURY** // Antoine Drapeau, Francis Decroix // Circuit bleu.

28/03 // **CANCHE AUX MERCIERS** // Antoine Drapeau // Site ensoleillé avec un circuit blanc enfant, jaune, orange, bleu, rouge et de nombreux hors circuit. Le Denecourt et le circuit blanc enfant permettent un bon échauffement avant de grimper.

Dimanche

8/02 // **CUL DE CHIEN** // Alain Le Meur, Antoine Drapeau // Site dégagé, très beaux circuits et fameux toit du cul de chien !

15/02 // **DAMPIERRE MAINCOURT** // Emmanuel Bertran // Voir le site web.

22/02 // **DIPLODOCUS CIRCUIT ORANGE (ENCHAÎNEMENT)** // Carlos Altieri, Francis Decroix // Francis circuit Bleu.

Inscriptions aux sorties

Nos sorties sont réservées aux adhérents. Mais les seules cotisations ne permettent pas de couvrir totalement la gestion des activités. A chaque inscription à une sortie, il sera donc prélevé 10 euros pour les deux premiers jours + 1,50 euros par jour supplémentaire, jusqu'à un maximum de 25 euros. Les cafistes membres des associations d'Île-de-France peuvent participer à nos sorties aux mêmes conditions. Pour les membres des autres Caf, voir les conditions spécifiques au secrétariat.

01/03 // **ÉLÉPHANT** // Carlos Altieri // Jaune PD- N°6 (si débutants), orange AD/AD- N°1.

15/03 // **VIDELLES LES ROCHES** // Emmanuel Bertran // Voir le site web.

22/03 // **LA PADÔLE «LES CENT MARCHES»** // Carlos Altieri // www.grimporama.com/francais/bleau/bl_circ.htm. Du nouveau à La Padôle, quatre nouveaux circuits ont été récemment terminés au lieu dit «Les cent marches». Deux circuits pour les enfants, un circuit jaune et un circuit orange. Un bon moyen de revisiter ce site en famille dans un niveau d'escalade tranquille. Retracer par Pascal Etienne.

29/03 // **ROCHER FIN** // Alain Le Meur, Antoine Drapeau // Site plus grand qu'on ne le pense ! Enchaînement du circuit Bleu pour ceux qui souhaitent (les derniers blocs sont rarement fait et pourtant ils valent l'effort).

Escalade Seniors

Responsable de l'activité : Christian Bonnet, tél. 01.43.27.73.94

Responsable du programme : Alfred Lanot, tél. 01.42.52.13.96 ou 06.33.32.10.16 lanot@noos.fr

Tous les départs pour Fontainebleau s'effectuent depuis le monument Leclerc à la porte d'Orléans, à 9h30, en co-voiturage. Participants avec ou sans voiture, contactez Alfred Lanot pour l'organisation de cette sortie.

Dimanche 8 février

• **ESCALADE AU ROCHER DES POTÊTS - TROIS PIGNONS** // Alfred Lanot // Pour les sorties à Fontainebleau : départ à 9h30 en co-voiturage de la porte d'Orléans. RdV devant le monument Leclerc. Participants avec ou sans voiture, contactez Alfred Lanot pour l'organisation de cette sortie.

Samedi 14 février

• **MUR D'ESCALADE DES POISSONNIERS** // Alfred Lanot // Entraînement aux techniques de cordes sur le mur extérieur du gymnase des Poissonniers. Adresse et horaire : 2 rue Jean Cocteau 75018 Paris à 14h30.

Dimanche 22 février

• **ESCALADE À L'ÉLÉPHANT** // Christian Bonnet

Dimanche 8 mars

• **ESCALADE À LA CANCHE AUX MERCIERS** // Christian Bonnet

Dimanche 22 mars

• **ESCALADE À SAINT MAXIMIN** // Alfred Lanot // Pour cette sortie, départ à 9h en co-voiturage de la porte d'Orléans. RdV devant le monument Leclerc. Participants avec ou sans voiture, contactez Alfred Lanot pour l'organisation de cette sortie.

Dimanche 29 mars

• **91.1 ET CUL DE CHIEN** // Christian Bonnet ▲

jeunes

Responsable : François Henrion
Rép./fax 01.48.65.84.43 ou 04.92.45.82.95
cafhenrion@libertysurf.fr

L'offre du Caf pour les 10-18 ans pour les vacances d'hiver est présentée dans la brochure Neiges 2009. ▲

activités des Clubs alpins d'Île-de-France

raquettes

Randonnées à raquettes

Dates	Organisateurs	Niveaux	Terrain	Code	Destinations	Ouv. insc.
6 au 8 mars	Alain Bourgeois, Jean-Claude Duchemin	M ▲▲	Alpin	09-RQ25	Raquettes en Ubaye	2 déc.
14 au 16 mars	Jean Dunaux	M ▲▲	Alpin	09-RQ16	Raquettes en Clarée	9 déc.
21-22 mars	Frédéric Dutheil	SP ▲▲	Alpin	09-RQ17	Raquettes pyrénéennes	16 déc.
21 au 29 mars	Alain Changenet	M ▲▲	Alpin	09-RQ18	En Queyras, sur la trace des Escartons	23 déc.
27 au 29 mars	Jean-Charles Ricaud	SP ▲▲▲	Alpin	09-RQ19	Petite Autane et Vieux Chaillol (Champsaur)	9 déc.
11 au 13 avril	Michel Lohier	M ▲▲	Alpin	09-RQ20	Panoramas de la Meije aux Agneaux	2 janv.
25-26 avril	Jean-Charles Ricaud	SP ▲▲▲	Alpin	09-RQ21	Daubenhorn et Wildstrubel (Alpes bernoises occidentales)	24 fév.

Programmes (tarifs, conditions d'hébergement, transport) détaillés au Club et sur le site Internet. Inscriptions obligatoires au Club.

Les « niveaux » sont explicités dans la revue **Neiges 2009** et sur le site Internet www.clubalpin-idf.com

parapente

Responsable de l'activité : Françoise Lérique
Tél. 06.07.37.72.44 / flerique@club.fr

Activité le samedi, le dimanche ou les jours fériés

Pendant toute cette période, des sorties sont organisées entre parapentistes autonomes. // Suivant les conditions météorologiques, nous nous entraînons en faisant du gonflage ou de la pente école ou nous nous déplaçons sur des sites où nous pouvons voler et même emmener en biplace ceux qui souhaitent découvrir l'activité. Si vous êtes intéressé, contactez la responsable de l'activité.

Pour mieux nous connaître, vous pouvez nous rejoindre le premier mardi de chaque mois au siège du Club. ▲

ski de montagne

Responsable : Jean-François Deshayes
Tél. 06.70.75.12.61

De début décembre à début juin, 170 sorties vous sont proposées dans tous les massifs, pour tous les niveaux. Programme détaillé dans la brochure **Neiges 2009**.

Inscriptions : 1 mois avant pour les sorties en car, 2 mois avant pour les sorties en train ou en voiture, mais toujours après avoir pris connaissance de la fiche technique. ▲

alpinisme

Responsable de l'activité : Mathieu Rapin
Tél. 06 68 23 03 65
matrapin@gmail.com

Demandez la fiche-programme au secrétariat, notamment pour connaître les conditions d'inscription et de désistement, avant de vous inscrire.

Samedi 31 janvier au dimanche 1^{er} février

• **COULOIRS DE NEIGE AU SANCY** // Bruno Vaillant, Frédéric Beyaert, Jean-François Bowen, Marie-Line Lacroix, Patrick Preux // PD à AD. 10 places. Gîte ou hôtel. 10 euros // 09-ALP04



ALPINISME,
RAQUETTES À NEIGE,
SKI HORS PISTE,
SKI NORDIQUE,
SKI DE MONTAGNE,
STAGES JEUNES...

La plus belle proposition d'activités sportives hivernales. 180 sorties à ski de montagne, des formations à Paris et sur le terrain.

DEMANDEZ
Neiges 2009
AU SECRÉTARIAT

Vendredi 6 au lundi 9 février

• **CASCADES DE GLACE EN ITALIE À COGNE** // Jean-Pierre Mazier, Mathieu Rapin, Nicolas Chamoux, Patrick Preux, Rémi Mongabure // Tous niveaux. 9 places. Hôtel. 13 euros // 09-ALP05

Vendredi 20 au lundi 23 février

• **CASCADES DE GLACE AUTOUR DE L'ARGENTIÈRE LA BESSÉE** // Frédéric Beyaert, Jean-Pierre Mazier, Mathieu Rapin, Nicolas Chamoux, Patrick Preux // Tous niveaux. 8 places. Gîte. 13 euros // 09-ALP06

Vendredi 6 au lundi 9 février

• **CASCADES DE GLACE EN ITALIE À COGNE** // Jean-Pierre Mazier, Mathieu Rapin, Nicolas Chamoux, Patrick Preux, Rémi Mongabure // Tous niveaux. 9 places. Hôtel. 13 euros // 09-ALP05

Vendredi 20 au lundi 23 février

• **CASCADES DE GLACE AUTOUR DE L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE** // Frédéric Beyaert, Jean-Pierre Mazier, Mathieu Rapin, Nicolas Chamoux, Patrick Preux // Tous niveaux. 8 places. Gîte. 13 euros // 09-ALP06 ▲

ski nordique

Responsable : Dominique Rousseau
sk.rousseau@wanadoo.fr

Car pour Autrans (Vercors)

Samedi 31 janvier-dimanche 1^{er} février

Participation aux frais : 170 euros

- **DÉBUTANTS** // Béatrice Coutant // Niveau : Découverte toutes techniques // 09-F13
- **INITIATION SKATING** // Félix Chambert // 09-F14
- **PROGRESSION SKATING** // Christian Kieffer // 09-F15
- **SKI DISTANCE LOISIR** // Alain Leclère // 09-F16
- **SKI DISTANCE SPORT** // Groupe autonome // 09-F17

Samedi 31 janvier au samedi 7 février

• **SÉJOUR SKI NORDIQUE AUX ROUSSES** // Philippe Connille // Transport : train ou voiture. Niveau : ski distance loisir et sport. Participation aux frais : 210 euros // 09-F12

activités des Clubs alpins d'Île-de-France

Samedi 14-dimanche 15 février

• **SKI NORDIQUE À LA FECLAZ (SAVOIE)** // Bernadette Parmain, Béatrice Coutant, Christian Kieffer // Transport : Train. Niveau : Ski distance sport / loisir. Participation aux frais : 192 euros // 09-F18

Dimanche 22 au samedi 28 février

• **UNE SEMAINE POUR PROGRESSER (CHAPELLE-DES-BOIS)** // Bernadette Parmain, Dominique Rousseau // Transport : train ou voiture. Niveau : progression - perf skating /classique et ski distance. Participation aux frais : 325 euros // 09-F19

Car pour Lamoura (Jura)

Samedi 7-dimanche 8 mars

Participation aux frais : 180 euros

- **INITIATION SKATING** // Béatrice Coutant // 09-F20
- **PROGRESSION SKATING / CLASSIQUE** // Dominique Rousseau // 09-F21
- **SKI DISTANCE LOISIR** // Alain Leclère // 09-F22
- **SKI DISTANCE SPORT** // Christophe Denêtre // 09-F23 ▲

spéléologie

Spéléo-Club de Paris (SCP)

Groupe spéléologique du Caf d'Île-de-France

Site Internet : www.scp.new.fr

Président : Eynard de Crécy

eynard.decrecy@laposte.net, tél. : 06.29.44.68.47

Activités : Entraînement aux techniques de corde (descente, remontée, passage de nœud, vire, secours...) sur mur au gymnase de la ville de Paris, 5 rue des Lilas (M° Place des Fêtes), les premiers et troisièmes jeudis du mois, hors vacances scolaires, à partir de 19h45.

Entraînement en plein air, sorties « classiques » en région...

Visite-découverte des nombreuses carrières franciliennes.

Prospection et désobstruction de cavités nouvelles.

Programme publié mensuellement dans la feuille de liaison,

La Lettre du Spéléo-Club de Paris, et repris sur le site web.

Prochaines sorties et événements

Renseignements auprès de Daniel Teyssier,

Tél. 01.42.53.89.28 ou 06.74.45.08.11, spelaion@free.fr ▲

VTT-VDM

Responsable de l'activité : Ibrahim Ay

Tél. 06.86.86.32.33, ibay@noos.fr

Inscrivez-vous sur la liste de diffusion pour recevoir les précisions de rendez-vous : <http://perso.club-internet.fr/merland/cavtt/inscriptioncaf.htm>

Tous les dimanches

1/02 // **L'OBSERVATOIRE DE MEUDON** // Hubert Lefranc

8/02 // **L'ABBAYE DE ROYAUMONT EN PARTANT DE CHANTILLY** // Jean-Baptiste Merland

15/02 // « **LE TOUR DES TOURS** » DE FONTAINEBLEAU //

François Cosyns

22/02 // **LES VAUX DE CERNAY** » DE LA VALLÉE DE CHE-

VREUSE // Frédéric Juredieu

1/03 // **FORÊT DE DOURDAN ET SON PARC** // Céline Mel-

chior

8/03 // **E PARC DE SCEAUX ET LES FORÊTS DE VERRIÈRES**

// Jean-Baptiste Merland

15/03 // **FONTAINEBLEAU EN BORD DE SEINE** // François Cosyns

22/03 // **LES SENTES DE BREUILLET VILLAGE** // Frédéric Juredieu

29/03 // **LES FORÊTS DE L'OUEST DES HAUTES DE SEINE** // Hubert Lefranc ▲

destinations lointaines

Le programme des destinations lointaines est également présenté dans Neiges 2008/2009 disponible au secrétariat.

Samedi 11 au lundi 27 avril

MADÈRE : PICOS ET LEVADAS VERTIGINEUSES // Gilles

Caldor // Hôtels et refuges. Engagement physique : moyen. Participation aux frais : 1070 euros. Nb places : 9 // 09-MAD01

Samedi 25 avril au dimanche 17 mai

• **EST DU NÉPAL : JANNU ET CB DU KANCHENJUNGA**

(3^e SOMMET DE LA PLANÈTE) // Gilles Caldor // Héber-

gement : camping et hôtels. Engagement physique : moyen.

Coût : 2400 euros, à confirmer suivant la taille du groupe,

contacter le responsable. Nb places : 9 // 09-NEP03

Lundi 1^{er} au dimanche 28 juin

INDE (MASSIF DU GARWHAL) ASCENSION DU KALIN-

DI PEAK (6153 M) // Gilles Caldor // Hôtels et camping.

Engagement physique : soutenu. Participation aux frais :

2400 euros, à confirmer, contacter le responsable. Nb pla-

ces : 9 // 09-IND01 ▲

Autres associations Caf en IdF

● Val-de-Marne

2, rue Tirard 94000 Créteil

• Programme des activités du Club consultable sur répondeur 24h/24 au 01.41.50.15.94.

• Escalade au « Mur de Vitry » chaque mercredi de 19h à 22h. Gymnase du Port-à-l'Anglais rue Charles-Fourier à Vitry-sur-Seine.

• **Contacts** : Bruno Gaudry, tél. 01.45.47.52.40 // Jean-Marie Lasseur, tél. 01.48.31.99.98 // Claude Schrimpf, tél. 01.45.69.12.69

● Pays de Fontainebleau

Maison des associations

6, rue du Mont-Ussy 77300 Fontainebleau

<http://caf77.free.fr> (courriel : caf77@free.fr)

• Programme trimestriel sur notre site Internet ou adressé sur simple demande. Activités locales conçues particulièrement pour les habitants de la région de Fontainebleau, avec des rendez-vous sur place. Chaque mois (en général le premier mercredi du mois) se tient une permanence d'accueil de 19h30 à 20h30 à la Maison des associations de Fontainebleau (salle Madagascar au 2^e étage).

• Escalade : Sur blocs, tous les samedis et dimanches (certaines séances sont ouvertes aux mineurs de 14 ans et plus, sous condition et accord de l'encadrant). // En falaise, quelques journées, week-ends et séjours par trimestre. // Escalade jeunes : deux groupes d'âge de 10 à 15 ans, le samedi après-midi sur mur d'escalade à Avon ou sur blocs (capacités d'accueil limitées).

• Randonnée pédestre : Tous les dimanches, en principe, et quelques samedis. Un programme est établi pour les adultes et un autre pour les familles (enfants à partir de 4 ans avec les parents).

• VTT : Demi-journées, journées, week-ends ou séjours.

• Ski de randonnée, raquette et autres activités neige : Week-ends et séjours pendant la saison.

• Alpinisme, via ferrata : Au printemps et en été.

• **Contacts** : Martine et Hervé Béranger,

tél. 01.64.22.67.18 // Elisabeth et Christian Chapirot, tél. 01.60.69.15.20 // Anne et

Benoît Sénéchal, tél. 01.60.59.10.20 // Patrice Bruant, tél. 01.64.72.82.82 // Domi-

nique Colson, tél. 01.64.09.33.71

pub vieux campeur