

PARIS CHAMONIX

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

avril mai 2009 // numéro 197 // 5 euros

ski de montagne
**Les Grandes
Jorasses à ski**

Touche pas aux Touches
trekking

La vallée de la Biève, nouveau topo
randonnée pédestre
Dix jours à travers les Cévennes

www.clubalpin-idf.com



Édito

Les orientations de la Fédération

Par Claude Boitard, président

L'Assemblée générale de Rivesaltes a élu un nouveau comité directeur et un nouveau président (Georges Elzière) à la Fédération française des Clubs alpins et de montagne. Le nouveau Comité a défini les grandes orientations de la Fédération pour les 4 ans à venir.

- Dynamiser les activités pour redonner le goût de la fréquentation de la montagne (face à une baisse régulière de cette fréquentation).
- Poursuivre la rénovation des refuges et en faire des portes privilégiées de découverte et d'accès à la montagne.
- Défendre le milieu montagnard et la liberté d'y accéder (mais pas dans n'importe quelles conditions, et la récente annulation de la randonnée motorisée sur les sentiers des Hautes-Alpes appelée « Croisière Blanche » ne peut que satisfaire les cafistes).
- Conforter le positionnement institutionnel de la fédération et représenter les intérêts des pratiquants aux activités sportives de montagne.

Le Caf Ile-de-France dont la vice-présidente Hélène Denis a été élue au comité directeur de la Fédération adhère évidemment à ces orientations qui nous concernent tous dans nos activités d'hiver ou d'été dans le milieu montagnard. ▲

À propos

Du « Grenelle de l'environnement »

Par Pierre Bontemps

On en parle relativement peu actuellement, les scandales financiers, la crise économique et les multiples réformes annoncées font que le sujet n'est abordé qu'à la marge par les médias, les choses avancent pourtant, mais lentement, très lentement !

Le projet de loi « Grenelle 1 » a été approuvé à la quasi unanimité en première lecture par l'Assemblée nationale le 21 octobre dernier. Le Sénat en a commencé l'examen en janvier et lorsqu'il se sera prononcé, le texte devra être revu en seconde lecture par l'Assemblée avec éventuellement l'intervention de la Commission mixte paritaire s'il y a divergence entre les deux assemblées. C'est alors qu'il deviendra définitif.

En ce qui concerne la loi « Grenelle 2 », celle-ci doit décliner, au travers de 103 articles, les modalités d'application des engagements pris au cours du Grenelle. Ce deuxième texte (le premier n'a pas encore force de loi), devait être soit soumis à l'Assemblée nationale fin février pour un vote espéré au printemps, mais étant donné le nombre de textes qui doivent être soumis aux parlementaires au cours des prochaines semaines, il est à craindre que ces prévisions soient quelques peu optimistes. Mais, on peut toujours rêver !

Quelques mots sur des points positifs qui ont été intégrés dans le projet de loi n°1 : définition des sources d'énergie renouvelable ne comprenant pas le nucléaire, priorité en matière ferroviaire au réseau existant, principe de préservation des continuités écologiques dans le droit de l'urbanisme.

On peut noter aussi que lors du Conseil européen des 11 et 12 décembre, les vingt-sept se sont mis d'accord sur le Plan « Climat-Énergie », l'objectif étant de réduire de 20% les émissions de gaz à effet de serre, d'atteindre 20% d'énergie renouvelable et d'économiser 20% d'énergie, notamment par une meilleure isolation des bâtiments et la généralisation des éclairages à basse consommation d'énergie. ▲

Agenda

Soirée accueil information

Judi 2 avril 2009 à 19 h, Maison des Associations du 14^e 22 rue Deparcieux 75014 Paris, Métro Raspail

Présentation des différentes activités : Randonnée, VTT, escalade, alpinisme, parapente, spéléologie, destinations lointaines... ▲

Le Coin des webmasters www.clubalpin-idf.com

● Un nouveau service dans l'espace membre :

Vous connaissiez la fonction « s'abonner pour être prévenu de la date d'ouverture d'une sortie » et ne pas risquer de vous réveiller quand celle-ci est complète et bien voici maintenant la fonction « parution de la fiche technique ».

Si vous vous abonnez à ce service sur une sortie qui vous intéresse particulièrement, dès que l'encadrant aura créé sa fiche technique et qu'elle sera mise en ligne, vous recevrez un courriel vous en informant avec un lien direct vers le détail de la sortie.

Vous trouvez ce service dans le programme des activités de l'espace membre, dans la page de détail de la sortie en bas, vous avez ces deux liens (si la sortie n'est pas encore ouverte ou si la fiche n'est pas encore parue bien sûr) :

- Recevoir un courriel 7 jours avant l'ouverture de la sortie : s'abonner
- Une fois abonné le lien se transforme en « se désabonner ». ▲

L'équipe des webmasters

www.clubalpin-idf.com

Club Alpin Français Île-de-France

Association créée en 1874,

reconnue d'utilité publique en 1882 (régie par la loi de 1901)

12 rue Boissonade 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. **Fermetures exceptionnelles : les samedis 11 avril, 2, 9, et 30 mai.**

Le Club alpin français d'Ile-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 197

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.

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 : avril 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

Photo de une : François Renard



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

page 6 // **Ski de montagne LES GRANDES JORASSES À SKI**

page 8 // **Randonnée pédestre LA VALLÉE DE LA BIÈVRE, NOUVEAU TOPO**

page 9 // **Trekking TOUCHE PAS AUX TOUCHES**

page 11 // **Randonnée pédestre DIX JOURS À TRAVERS LES CÉVENNES**

page 15 // **Chronique des livres et du multimédia**

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

*Tours de guet du village
d'Omalo en Touchéti (photo :
Jean-Jacques Bianchi)*

Gilbert Bloch n'est plus...

**Par ses meilleurs amis : Jacques Viard,
Christian Bonnet, Pierre Deconde**

Le vide et la tristesse, c'est ce que beaucoup ont
du ressentir en apprenant le décès de Gilbert le
13 décembre, dans sa 85^e année.

À la suite d'une chute malencontreuse à son
domicile, il fallut l'opérer de la hanche droite
pour poser une prothèse. Cela fut le point de
départ d'un pénible périple qui le conduisit en
maison de convalescence. Malheureusement, à
la suite de soins déficients, une gangrène se
manifesta à la deuxième jambe et nécessita son
amputation. Malgré ce bouleversant handicap
Gilbert ne se départira jamais de son courage
et de sa lucidité.

Statisticien de formation il entre après la guerre à
la Communauté économique européenne où ses
capacités l'appelèrent à de hautes fonctions qui
lui valurent le niveau statutaire d'ambassadeur.

Homme de terrain et d'action, il pratiquera plu-
sieurs disciplines, dont le parachutisme (plus

de 80 sauts). Attiré par la montagne, il entre au
Club alpin vers les années 1950. Ayant accumulé
un certain nombre de courses on lui demandait
d'exercer la fonction d'organisateur.

Un voyage lointain l'amena en Islande, mais ses
lieux de prédilection furent l'Autriche et la Suisse,
où il résida une partie de la guerre. Ses capacités
le conduisirent également à la fonction de mo-
niteur d'escalade. Il encadra un nombre consi-
dérable de collectives dont une partie furent
d'approche culturelle, visite de châteaux, églises,
abbayes. Ayant démissionné de la fonction d'or-
ganisateur en septembre 1999, Gilbert fut nom-
mé organisateur d'honneur, à l'unanimité, par la
commission randonnée en novembre 1999.

À l'âge de la retraite, il se lança dans de nom-
breux travaux concernant la machine Enigma
(machine à décoder de l'armée allemande), tra-
vaux cités dans le livre du colonel Payol « Notre
espion chez Hitler ».

Gilbert s'est donc éteint après une vie active.
C'était un garçon d'une grande modestie, dé-
voué aux autres, sans aucune ostentation. Nous
le regretterons toujours... ▲

par Annick Mouraret

« C'est dans la frugalité qu'on devient inventif. » Jean-Louis Étienne (France 2 - 1/12/2008)

Seine parisienne

Jusqu'au 4 juillet 2009, le Pavillon de l'Eau accueille l'exposition **SEINE PARISIENNE** qui présente le fleuve sous tous ses aspects et sensibilise à sa protection. Description du rôle de la Seine (source d'eau potable pour Paris), reproduction de son circuit avec ses 37 ponts et passerelles, une source d'inspiration pour les artistes (poèmes, peintures, photos), QCM sur les écogestes pour préserver l'eau... Pédagogique et culturelle, la scénographie est intéressante et de nombreuses animations sont prévues : films, débats publics, ateliers dans les écoles, parcours-conférences le long de la Seine...

▲ Pavillon de l'Eau, 77 av. de Versailles (16^e). Sauf dimanche et lundi, 10-18h, le samedi 11-19h. Tél. 01.42.24.54.02. Site : www.pavillondeleau.fr

Maison des oiseaux

Une maison pour s'initier à l'ornithologie et comprendre l'importance de la présence des oiseaux en ville. Sorties de découverte sur inscription, par exemple les 4 et 5 avril, à 11h et 14h30, les stratégies de reproduction, l'élaboration des nids, etc. ▲ Maison des oiseaux, Square Capitan, 6 rue des Arènes (5^e - M^o Jussieu). Ouvert au public le samedi de 13h30 à 17h30. Tél. 01.43.28.47.63.

Maison de l'air

Au sommet du Parc de Belleville, ce lieu initie le public aux phénomènes atmosphériques et à la problématique de la pollution de l'air. ▲ Maison de l'air, 27 rue Piat (20^e - M^o Pyrénées ou Couronnes), du mardi au dimanche, de 13h30 à 17h30 (18h30 le week-end).

2009, année Darwin

L'année 2009 célèbre le bicentenaire de la naissance de Charles Darwin (1809-1882) et les 150 ans de la parution de son œuvre majeure : *l'Origine des espèces au moyen de la sélection naturelle ou la lutte pour l'existence dans la nature*, jetant les bases de la théorie de l'évolution. Cet événement international est l'occasion de faire le point sur les connaissances actuelles dans ce domaine. Le Museum proposera toute l'année des expositions, rencontres, conférences films et débats, un Bar des sciences et un parcours dans le jardin. ▲ Museum National d'Histoire Naturelle, Jardin des Plantes. Tél. 01.40.79.56.01. Site : www.mnhn.fr

Un crocodile fossile géant

Un crocodile géant prend place dans le troupeau des grands vertébrés fossiles de la Galerie de Paléontologie : découvert au Niger en 1973 par les scientifiques du Museum d'Histoire Naturelle, *Sarcosuchus imperator* vivait il y a 130 à 110 millions d'années. Il mesurait jusqu'à 10 m et pesait environ 3 tonnes.



Maison des oiseaux, vue extérieure (photo : ville de Paris - Dany Grandier Gosse)



Tallard (photo : Mouraret)

D'autres Compostelle

Les itinéraires classiques sont décrits dans des topos, d'autres balisés récemment sont en attente d'édition, dont deux qui concernent Paris. Par ailleurs, une voie Rome/Espagne desservait les deux pèlerinages de la chrétienté.

SAINT-JACQUES EN PICARDIE

Le GR 655 vient d'Hélicine en Belgique en passant par le Nord (Maubeuge, Le Cateau-en-Cambrésis...), entre dans l'Aisne à Saint-Martin-Rivière puis chemine jusqu'à Paris traversé sur 14 km et poursuit, avec la voie de Tours, vers Saint-Jacques-de-Compostelle. Il est bien distinct du GR 654, venant de Namur, qui passe plus à l'est par Vézelay.

Le parcours du GR 655 en Picardie et jusqu'à Paris représente 207 km, soit environ 8 jours de marche, frôlant souvent la Somme et l'Oise. Il n'y a pas de topo mais un dépliant descriptif succinct et suffisant, à demander au CRRP de Picardie, rue de la Tannerie 80250 Ailly-sur-Noye. Tél. 03.22.41.08.27. Site : www.randopicardie.com

PARIS-ORLÉANS/TOURS/CHARTRES-PARIS

C'est une boucle possible : de Paris à Tours par Orléans et Blois (11 étapes), en revenant par Chartres. L'aller par le GR 655 est, le *Chemin de Paris et de Tours*, est décrit chez Rando Éditions « de la Seine et de la Loire aux Pyrénées » ; le GR 655 ouest n'est que balisé. C'est une opportunité de partir à pied de Paris et d'y revenir de même en visitant des hauts-lieux. Carte IGN 922.

SENTIER DE SAINT-JACQUES ET DE ROME

Le GR 653D, commencé en 1998, vient d'être terminé et peut se pratiquer. Il relie Arles à l'Italie (par Montgenèvre) sur 380 km, d'un tracé axé sur la voie

domitienne qui reliait Rome à l'Espagne. Les archives ont révélé que cette voie fut utilisée par les pèlerins pour se rendre à Compostelle, mais aussi à Rome. Dans l'attente du topo, le département des Alpes-de-Haute-Provence a réalisé un dépliant aux illustrations bien provençales, lavande,

tournesols et pierres blondes, pour une semaine de randonnée de Tallard à Céreste, par les collines, Sisteron, Château-Arnoux, Forcalquier...

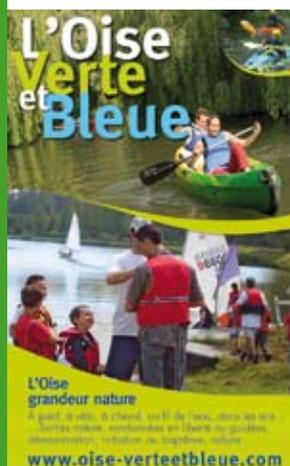
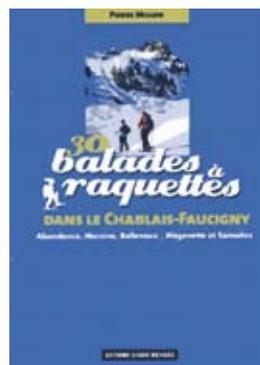
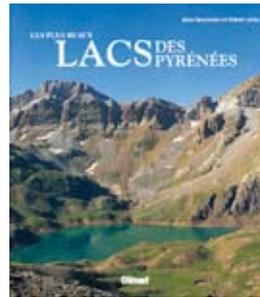
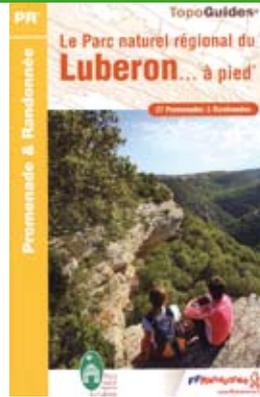
Maison des Alpes-de-Haute-Provence, Immeuble François Mitterrand, 04005 Digne-les-Bains Cedex. Tél. 04.92.31.57.29.

Site : www.alpes-haute-provence.com ▲

l'écho des sentiers et de l'environnement

Agenda

- **27-28-29 mars. 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.
- **28-29 mars. 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
- **1-7 avril. Semaine du développement durable :** à Paris, conférences, ateliers, promenades.
Site : www.jardins.paris.fr
- **5 avril. Randonnée des 3 châteaux, 2^e édition :** Fontainebleau, Blandy-les-Tours, Vaux-le-Vicomte (40, 37, 27, 17 ou 8 km, vente de produits régionaux : détails dans Paris-Chamonix d'avril-mai 2008). Comité départemental du tourisme de Seine-et-Marne : Tél. 0.810.811.877.
Site : www.seine-et-marne.fr
- **18-26 avril. 19^e festival de l'oiseau et de la nature,** Abbeville/Baie de Somme : photographies et documentaires animaliers, sorties nature, festival des enfants... à divers endroits en Picardie. Informations : 20 rue du Chevalier de la Barre 80142 Abbeville cedex. Tél. 03.22.24.02.02.
Site : www.festival-oiseau-nature.com
- **19 avril. 27^e Marche de la Bièvre :** voir p.8.
- **Jusqu'au 27 avril. Les vélins de Redouté** (1759-1840), à l'occasion du 250^e anniversaire de la naissance de ce célèbre peintre de fleurs : dessins, aquarelles, vélins, estampes. Cabinet d'Histoire du Jardin des Plantes, 10-17h, sauf le mardi.
- **Jusqu'au 30 avril. L'antarctique, haut lieu de biodiversité,** au Jardin des Plantes, sur les grilles de l'école de botanique et du jardin écologique : photos prises par les scientifiques (paysages, îles subantarctiques et leur végétation, oiseaux, phoques, baleines, fonds marins...). Gratuit. Selon les horaires d'ouverture du jardin.
- **Jusqu'au 30 avril. Atmosphère... le climat révélé par les glaces :** 50 ans de recherche scientifique. Musée des Arts et Métiers, 60 rue Réaumur (3^e). Sauf lundi. 10-18h, 21h30 le jeudi. Voir la Chronique des Livres p.15.
- **16-17 mai 2009. Fête nationale de la nature.**
Site : www.fetedelanature.com
- **16-17 mai 2009. L'Oise verte et bleue :** randonnées, activités nautiques, escalade, spéléo... Programme complet au 03.44.45.82.12.
Site : www.oise-verteetbleue.com
- **22 mai. Journée mondiale de la biodiversité.**
- **Jusqu'au 25 mai. Incroyables cétacés –** 18 squelettes de cétacés, monstrueuses baleines et gentils dauphins. Museum, 10-18h, sauf mardi. Site : www.mnhn.fr/cetaces
- **Jusqu'au 4 juillet. La Seine parisienne –** Pavillon de l'eau : voir page précédente.



topos

Le Parc naturel régional du Luberon... à pied

FFR PN01, 3^e éd. août 2008

27 PR (23 auparavant). ▲

La vallée de la Bièvre... à pied

FFR VI 13, 1^{ère} éd. mars 2009.

Lire l'article p.8, dans ce numéro de Paris-Chamonix. Nouveau tracé du GR11, de Saint-Quentin-en-Yvelines au Pont d'Austerlitz à Paris, avec des variantes. Nombreux raccordements à des gares. ▲

La Savoie... à pied

FFR D 073, 1^{ère} éd. février 2008.

22 PR souvent à l'écart des hautes montagnes. ▲

Lacs des Pyrénées

A. Bourneton et R. Jorda, Glénat, 9/2008

150 lacs, les plus beaux selon les auteurs, parmi les 1500 qui s'étagent sur les Pyrénées franco-espagnoles. Des lacs qu'on appelle étangs dans la partie occidentale avec des noms issus du catalan, de l'occitan, de l'espagnol et de l'aragonais. L'objectif est de faire découvrir les Pyrénées à l'aide de quelques données : altitude, massif ou vallée, départ, dénivelé, horaire, difficulté, carte, autour du lac (sites, courses). Ce n'est ni un guide, ni un topo. Certains lacs n'ont que des sentiers mal tracés : carte, boussole, GPS sont alors nécessaires surtout si l'on veut organiser un cheminement de lacs à travers les montagnes. C'est possible, par exemple, de réaliser un circuit d'une semaine dans les massifs des Encantats, Béciberi et Montardo. Un livre qui privilégie la découverte.

Les lacs, avec cette description minimale et un court texte, sont mis en valeur par des photos. Ils sont présentés d'est en ouest, par départements sur le versant français, par province en Espagne. ▲

30 balades à raquettes dans le Chablais-Faucigny

Pierre Million, Ed. Didier Richard, 11/2008

Abondance, Morzine, Bellevaux, Mégevette et Samoëns sont les terrains des 30 randonnées décrites, représentant entre 2h et 5h45 d'évolution sur la neige. Le balisage est loin d'être systématique, çà et là émergent des écriteaux des randonnées estivales.

L'itinéraire, l'histoire et le patrimoine font face à une aquarelle du tracé dessiné avec précision (pas de photo). Pierre Million, auteur de nombreux guides de randonnée pédestre, publie son 3^e guide dans la collection Balades à raquettes qui comporte une douzaine de titres. ▲

Les Grandes Jorasses à ski

Texte et photos :
François Renard

Pour tout alpiniste, le nom des Grandes Jorasses est indissociable de sa face nord et évoque immédiatement les grandes heures de l'épopée alpine : un des « trois derniers problèmes des Alpes » (1), avec les faces nord de l'Eiger et du Cervin, l'ascension victorieuse de l'éperon Walker par Cassin en 1938, puis la dramatique ascension de René Desmaison en 1971 (2). Mais qu'en est-il du versant italien ?

Si la face nord des Grandes Jorasses a acquis une notoriété dépassant le monde clos des alpinistes, le versant italien reste méconnu, laborieuse voie de descente après une ascension en face nord, ou, au mieux, voie normale pour alpiniste débutant.

Et c'est bien ainsi que je foulais pour la première fois ce sommet mythique, par une magnifique journée d'été de 1992. Toutefois, déjà skieur et lecteur attentif des 100 plus belles descentes et randonnées dans les Alpes-du-Nord (3), je ne pouvais m'empêcher de rêver à une descente à ski de cette voie essentiellement glaciaire. Il me faudra pourtant attendre 14 ans avant de fouler à ski le sommet de la Pointe Walker, non sans y être à nouveau passé crampons aux pieds une seconde fois en 1997, au sortir de l'arête des Hirondelles.

Une fois n'est pas coutume, l'ascension est réalisée à la date prévue, du 9 au 12 juin 2006, selon le programme mis en place un an auparavant. L'équipe est composée de 6 personnes. Emmanuel encadre avec moi, mais ne s'est pas encore remis de ses pérégrinations à plus de 7000 mètres l'été précédent, et renoncera à nous accompagner, se limitant gentiment au rôle de chauffeur. Alain, toujours partant pour les grandes courses de fin de saison, Philippe, qui veut réaliser son rêve de gravir les Grandes Jorasses, Pierre et enfin Anne, toujours enthousiaste à l'idée de chausser ses crampons, mais qui nous rejoindra seulement à Courmayeur, après notre course d'acclimatation à l'aiguille de Tré-la-Tête, étape superflue pour elle ! L'accès au versant italien du Mont-Blanc est malcommode en transport en commun, surtout en dehors de la saison d'été, si bien qu'exceptionnellement, nous décidons de partir en voiture. Nous arrivons en début d'après-midi au terminus de la route du Val-Veni, coupée au niveau de la Visaille.

(1) Les trois derniers problèmes des Alpes, Anderl Heckmaier. Arthaud (réédition 1996).

(2) 342 heures dans les Grandes Jorasses, René Desmaison. Flammarion 1973. Réédition Hoëbeke 2002.

(3) Les Alpes du nord à skis, Anselme Baud. Denoël 1983. Course n°93.

Arrivée au sommet
des Grandes Jorasses.

De là, nous remontons longuement le Val-Veni et arrivons bientôt au refuge Elisabetta, dont seul le local d'hiver est ouvert en cette période. Mais l'absence de fenêtre rend l'endroit fort sombre et le confort est des plus sommaire : des lits superposés avec couvertures, une table et des bancs.

une belle arête aérienne

À l'aube, nous nous mettons en route vers le glacier de la Lée-Blanche. L'enneigement est encore abondant et nous pouvons chausser les skis au refuge. Vers 2500 m, il faut franchir en crampons un passage très raide, puis poursuivre à skis vers la droite au milieu d'une zone très crevassée. On rejoint ainsi le glacier du Petit-Mont-Blanc, que l'on suit jusqu'à la rimaye vers 3500 m. Nous poursuivons en crampons dans la face nord-est, raide et crevassée, pour atteindre l'aiguille orientale de Tré-la-Tête, à 3895 m.

De là, nous remontons une belle arête aérienne et facile jusqu'à l'aiguille centrale de Tré-la-Tête, à 3930 m. Du sommet, le panorama est fantastique, avec les massifs du Grand-Paradis et de la Vanoise au sud, les contreforts sud-ouest du Mont-Blanc à portée de main.

De retour à l'aiguille orientale, nous chaussons les skis et plongeons directement dans la face sud. Un court passage rocheux nous oblige à déchausser, puis



ski de montagne

nous enchaînons les virages jusqu'au glacier de la Lée-Blanche, que nous traversons précautionneusement au milieu de nombreuses crevasses. De retour au refuge, nous choisissons de descendre à Courmayeur pour passer une soirée agréable et une nuit confortable, avant de prendre le chemin des Grandes-Jorasses. En t-shirts à la terrasse d'une « gelateria » où nous dégustons glaces et jus de fruits, le contraste est saisissant avec l'ambiance haute montagne dans laquelle nous évoluons quelques heures auparavant.

Le lendemain, bien reposés et rejoints nuitamment par Anne, nous effectuons la rude montée au refuge Boccalatte, haut perché sur son éperon rocheux en bordure des séracs du glacier de Planpincieux. L'endroit est désert et austère, mais le refuge est plus accueillant que le précédent et nous passons l'après-midi à discuter, lire ou rêvasser.

La nuit est courte et perturbée par deux alpinistes anglais descendant du sommet après avoir gravi laborieusement le Linceul en face nord. Nous nous réveillons à 2h et remontons de nuit, à la lumière des frontales, le glacier de Planpincieux. Le jour se lève au pied du couloir Whymper, alors que nous chaussons les crampons pour le remonter. Un court passage mixte pour sortir du couloir sur la droite et rejoindre le plateau intermédiaire, nécessite de sortir la corde. Nous poursuivons en crampons entre les rochers Whymper à gauche et les énormes séracs suspendus à droite. La pente se raidit et la neige devient plus dure, presque de la glace. Nous débouchons finalement sur le large plateau sommital, où nous chaussons les skis pour atteindre bientôt le sommet de la Pointe-Walker skis aux pieds.

féerie au-dessus d'une immense mer

Moment féérique, au-dessus d'une immense mer de nuages sur l'Italie, que nous savourons paisiblement, avec une pensée pour notre malheureux Emmanuel, resté dans la vallée à nous attendre...

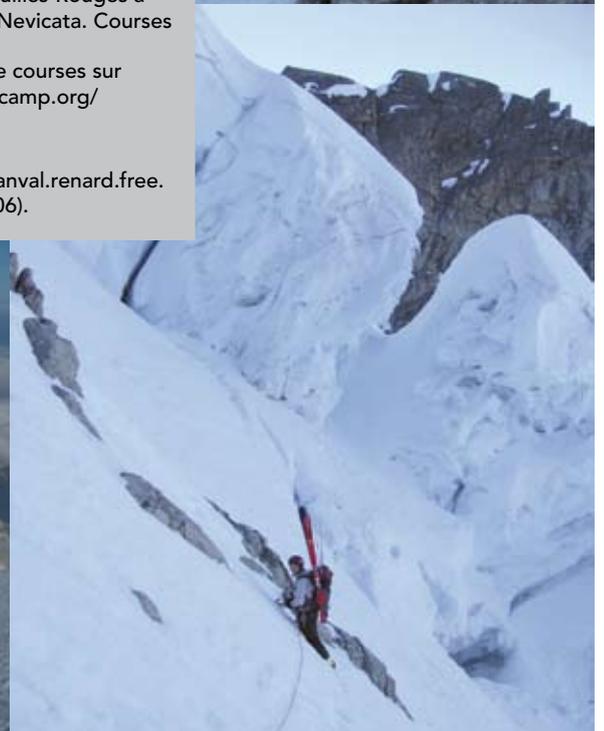
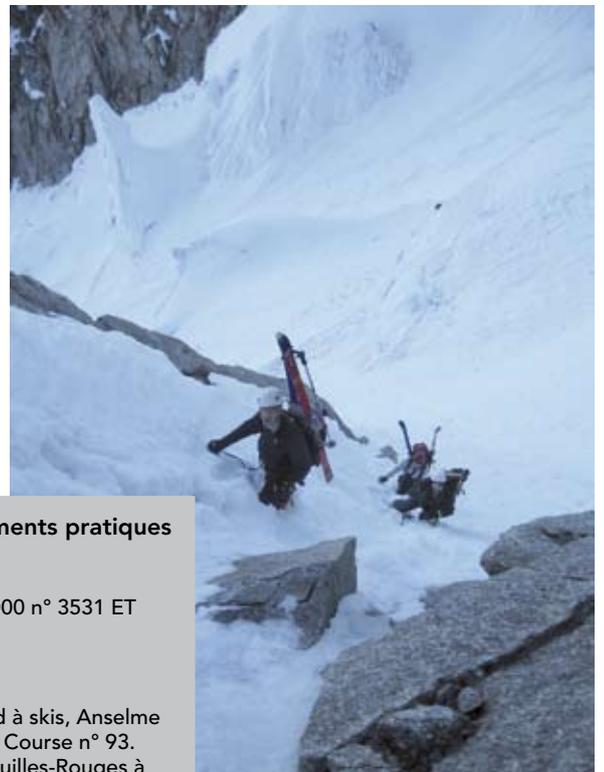
L'itinéraire de montée, en neige dure et tôle, avec

En une, ascension des Grandes Jorasses, arrivée à l'Aiguille Orientale de Tré-la-Tête.

Sortie du couloir Whymper, en montant aux Grandes Jorasses (2 photos ci-contre).

Ci-dessous : Sur le plateau sommital des Grandes Jorasses.

beaucoup de boules dans le bas, ne nous tente guère à la descente, et nous préférons descendre en crampons le long de l'arête sud, pour ensuite traverser à skis rapidement le plateau intermédiaire, sous les séracs. Nous descendons en crampons le passage mixte, puis continuons à ski dans le couloir Whymper et jusqu'un peu au-dessus du refuge, où nous avons laissé les affaires superflues. Nous pouvons ainsi continuer à ski, en évitant une partie des câbles sous le refuge. La descente à ski se poursuit jusque vers 2300 m, sur une bonne neige de printemps transformée. Il ne reste plus qu'à rejoindre à pied Planpincieux, 800 m plus bas, où Emmanuel nous attend et où nous buvons à notre succès, avant de rentrer en voiture à Paris. ▲



Renseignements pratiques

Carte :
TOP25 1/25000 n° 3531 ET
(Saint-Gervais)

Topos :

- Les Alpes-du-Nord à skis, Anselme Baud. Denoël 1983. Course n° 93.
- Mont-Blanc et Aiguilles-Rouges à ski, Anselme Baud. Nevicata. Courses n° 26 et 41
- Compte-rendus de courses sur <http://www.camptocamp.org/>

Photos :

Photos sur <http://franval.renard.free.fr/> (Jorasses, 06/2006).



La vallée de la Bièvre

Nouveau topo

La Bièvre est une rivière typiquement francilienne née à Bouviers près de Saint-Quentin-en-Yvelines. Sur ses 36 km, elle traverse quatre départements (Yvelines, Essonne, Hauts-de-Seine, Val-de-Marne) avant d'entrer dans Paris, pour se jeter dans la Seine à hauteur du Pont d'Austerlitz. Mais où coule cette rivière mythique ? Le long de son cours supérieur, elle est demeurée une rivière plaisante, offrant des paysages bucoliques, des vallées, des villages qui ont su conserver leur charme. Sur ses quinze derniers kilomètres, dès le 17^e siècle, elle connut les nuisances de l'ère industrielle, avec les artisans tanneurs, tapissiers, meuniers, lavandières mais aussi des abbayes assez puissantes pour en détourner le lit. Devenu un véritable égout à ciel ouvert, elle a peu à peu été totalement recouverte sur son tracé parisien dès 1850, embouchure comprise.

par **Annick Mouraret**

Photo de gauche
(de J.-P. Jardel) : L'aqueduc
d'Arcueil-Cachan.
À droite
(photo de G. Théliér) :
L'étang du Val d'or.

La naissance du topo

Aujourd'hui, sur sa partie parisienne, riverains, associations et institutions ont à cœur de revoir la Bièvre, même si son intégralité ne sera pas restituée. Sa vocation touristique, l'engouement des Franciliens mais aussi des touristes pour les balades depuis la capitale, ont suscité la création d'un itinéraire de randonnée pédestre. Il est maintenant réalisé par le Comité régional de la randonnée pédestre d'Île-de-France avec les autorités et associations concernées et permet de découvrir un patrimoine varié lié à l'histoire de Paris, de Versailles et à la présence de l'eau.

Informations

- Site : www.bievre.org
- La vallée de la Bièvre... à pied, FFR VI 13, mars 2009 (rando citadines).
- Union Renaissance de la Bièvre, 147 rue Léon Maurice Nordmann 75013 Paris. Tél. 01.43.31.23.32.
- Marche de la Bièvre, Hôtel de Ville, 91570 Bièvres. Courriel : marche@bievre.org
Site : www.bievre.org/marche.

Ce ne fut pas simple d'assurer une continuité de cheminement au plus près de la Bièvre et à proximité de Paris : il fallut créer plusieurs sentiers et en agencer d'autres, tels les GR11, 2, 22, 655, avec des variantes notamment pour desservir les gares. Cela donna aussi l'opportunité de prolonger jusqu'à Paris par la vallée de la Bièvre l'itinéraire du GR22 venu du Mont-Saint-Michel (en attente de topo).

Le topo décrit la vallée de la Bièvre, de la gare de Saint-Quentin-en-Yvelines au Pont d'Austerlitz à Paris, nouveau tracé du GR11. S'y ajoutent 2 variantes offrant plusieurs boucles : de l'étang de la Geneste à Igny (forêt de Verrières), par la rive gauche de la Bièvre (ancien tracé GR11) et d'Igny aux Loges-en-Josas, par le plateau de Saclay (GR655 + GRP de la ceinture verte d'Île-de-France).

La marche de la Bièvre

Quelques 1500 habitués feront la Marche de la Bièvre, le dimanche 19 avril. La 27^e édition suivra au plus près la rivière, même si par endroits à Paris elle s'écoule 20 m sous terre ! C'est surtout une marche nocturne, jalonnée de ravitaillements, sur 3 distances possibles pour arriver à Bièvres au Centre culturel Ratel : « Lune », 51,8 km, départ de Paris, Parvis Notre-Dame (23/24h) ; « Aurore », 30,7 km, départ de Bièvres, Centre culturel Ratel (3h30/4h) ; « Soleil », 21,9 km, départ de Versailles, gare des Chantiers (7h45/9h). ▲



Touche pas

aux Touches

Texte et photos : Jean-Jacques Bianchi

Mars 2008, depuis le 1er du mois, nous errons à skis dans les montagnes du Caucase entre trop de neige et le risque 4 voire 5, ou plus de neige et l'isotherme à 4000 m. Les conditions empirent, ce matin, à 1700 m : à 6h, il fait 15°... Aberrant ! Mardi 25, nous décidons à nouveau de changer de vallée et quittons Dunta. Des 4x4 en travers de la piste, un contrôle des services de l'immigration ossète, une dénonciation probable, nous sommes fermement priés de les accompagner jusqu'à Vladikavkaz, la capitale. Nous voilà mis en « équivalent garde à vue », au motif de « infraction à une loi » (récente et inconnue de tous), qui interdit aux non Russes l'accès de l'intérieur de l'Ossétie, donc de toutes les montagnes.

La plaisanterie va durer, quelques soucis sur son dénouement, jusqu'au jeudi, au tribunal de Chikola, un bled infâme mais territorialement compétent : condamnés à 2000 roubles d'amende – ça ce n'est pas grave – à devoir quitter le territoire à la date et par l'avion prévu – ça nous l'espérons bien – et, en prime, à une interdiction de séjour en Fédération de Russie pour une durée mal définie... Dans l'attente d'une amnistie poutinesque, l'envie m'a pris pour l'été 2008, d'aller chatouiller l'ours russe sur son flanc sud, via l'Ukraine et la Géorgie. Pas de visa, ni de permis à négocier avec le FSB local, la liberté !

Ça sera d'abord la Crimée, république autonome au sein de l'Ukraine, 3 semaines d'errances en VTT, mais c'est une autre histoire. Dimanche 12 octobre, aéroport de Kiev, Ukraine Air Lines, vol pour Tbilissi. Nous survolons la plaine d'Ukraine, la mer d'Azov. Le Boeing longe maintenant la chaîne du Caucase par le nord, la visibilité est parfaite, les sommets déjà bien enneigés et c'est un spectacle merveilleux qui défile au soleil couchant. Tout le Grand Caucase devenu familier. Un léger virage vers le sud, on survole l'Ossétie. Souvenir, souvenir ! On plonge ensuite dans la nuit vers Tbilissi, capitale de la Géorgie et seule la pyramide noire et blanche du Kazbeck est encore éclairée dans le lointain.

Récit d'un trek dans une des régions les plus reculées du monde et tout au moins du Caucase : Le Touchéti. Aux confins de la Géorgie, des gorges impraticables et des sommets de plus de 4000 m du Daguestan et de la Tchétchénie... une randonnée rythmée par le tchatcha, la visite des ours brun, les troupeaux de moutons de centaines de tête en transhumance...

Pas un papier à remplir, un aéroport tout neuf et propre, pas de mouvement suspect ni de kalachnikov en bruit de fond, mais une langue totalement incompréhensible et illisible. Je repère vite mes guides, Audrey et Guia, que je ne connaissais que par mail et Internet. Audrey, Niçoise de souche, est une des rares ressortissants français établis en Géorgie et seule étrangère vivant dans la région qui est mon objectif, le Touchéti. Sportive émérite, aventurière au long court, elle a abandonné sa carrière d'ingénieur pour parcourir à pieds des lieux reculés de la planète et le hasard d'un détour en Géorgie lui a fait rencontrer Guia, berger touche. Ensemble, ils ont créé une compagnie de trekking (www.caucasus-trek.com) orientée vers la pratique des grands itinéraires à cheval.

villages totalement **isolés**

« Touchéti », « touche »... c'est quoi ça ? Ça commence il y a quelques millions d'années... L'échine rectiligne du Caucase est, de façon générale, à la fois ligne de partage des eaux et frontière politique. Mais, parfois, des rivières ont su se frayer un chemin à travers la chaîne, telle l'Alazani qui a ainsi créé une unité géographique originale, un espace totalement enclavé où s'est réfugié, il y a bien des siècles, un peuple dont on ignore à peu près tout des origines : les « Touches » et leur patrie, le « Touchéti ». Les Touches sont à peine quelques milliers, il sont chrétiens, mais ont gardé rituels et traditions issues de leurs origines. Bergers, grands transhumants, menant leurs troupeaux à longueur d'année, ils parcourent à pieds des milliers de kilomètres, l'été dans les alpages, puis, selon les saisons, autrefois vers la Russie, aujourd'hui vers les plaines de Géorgie, jusqu'aux frontières des steppes de l'Azerbaïdjan. « *Le Touchéti est une prison* », me disait Guia, méditant devant l'arrivée manifeste du mauvais temps. 



 Au nord, la rivière Alazani coule dans des gorges impraticables vers le Daguestan et la Tchétchénie, entre des sommets de plus de 4000 m. Au sud, vers la Géorgie, une longue piste en assez mauvais état franchit le raide col Abano (2950 m) qui, fortement enneigé et avalancheux, n'est accessible aux 4x4 au mieux qu'entre fin juin et fin octobre ! L'ouest du Touchéti est un espace vierge de tout habitat humain. Dans la partie est, il reste environ 25 habitants qui « hivernent » encore dans quelques villages totalement isolés pendant plus de 7 mois. Le Touchéti et les régions limitrophes bénéficient d'une forte protection environnementale : plus de 120 000 ha de parc national, réserve naturelle, zone de protection des paysages, espaces classés par l'Unesco, etc. Mi juin, des dizaines de troupeaux, moutons, brebis, bergers, chevaux de portage, chiens, tout un peuple se rassemble dans la plaine et, dès que les conditions le permettent, pour ne pas perdre un seul jour de pacage sur les riches pâtures des alpages, remonte à la queue leu leu les 80 km du col Abano, spectacle unique !

Arrivés au col, dont le versant opposé orienté au nord est encore bien enneigé, les moutons descendent « droit dans la pente ». Les chevaux, eux, souvent lourdement chargés, hésitent. Les plus anciens et expérimentés se lancent en tête, glissent et tout le monde suit, mais en vrac complet, disons « les 4 fers en l'air » jusqu'au premier replat, 300 m plus bas... Cette activité traditionnelle n'échappera pas au « modernisme » et risque fort de s'éteindre d'ici 10 ou 15 ans, elle vit ses dernières années authentiques, profitons en encore...

L'architecture des villages et maisons dans la partie habitée est liée à la beauté intrinsèque du Touchéti. Terrasses ornées de bois sculptés, tours de guet de 5 ou 6 étages qui surmontent les villages d'été et qui sont toujours en vision directe avec celles des villages voisins. Kotori, khatchapuri, khinkali, kaourma, khavitsi, adjabsandali, tchoutchréla, shaslick et mouton cuisiné de mille façons. Audrey et Guia arrivent à les cuisiner sur un feu de bois, à la nuit tombée – fin

*Ci-dessus, à gauche :
Sur la piste du col Abano.
À droite : Rencontre avec un
berger touche.*



*Maison touchie
(village de Senako).*



*Tour de guet sur la piste
entre Chailili et Omalo.*

octobre, les jours sont courts et les nuits sont longues – sous le toit improbable d'une bergerie désertée. Les Géorgiens élaborent du vin de qualité (d'accord, ce n'est pas du St-Emilion) et produisent un alcool universel, le « tchatcha », d'une efficacité redoutable dans les situations critiques. Le tchatcha peut être considéré comme la Goretex du berger et du randonneur même équipé de textiles dernier cri.

les derniers bergers

Bon, ça ira pour les Touches, le Touchéti et le tchatcha. Allons, maintenant, voir sur place l'ambiance de ce trek. Les trajets sur une grande route sont les moments les plus dangereux d'un séjour en Géorgie. La conduite du Géorgien moyen est ahurissante, même avec Guia au volant, qui a vécu en Europe, et que Audrey rappelle à l'ordre à chaque virage.

La piste du col Abano, tout en marches d'escalier, étroite, coupant de longues pentes. Les épingle à cheveux sont toujours plus étriquées, plus raides, glissantes et ravinées. Un vent froid souffle au col déjà enneigé. La descente est impressionnante, le sol est gelé. Plus loin, des déviations sauvages à travers les rivières et lacs de bouse, là où la piste a disparu, seul un vrai 4x4 et un chauffeur qui connaît les traquenards de l'itinéraire permettent de s'en sortir.

Omalo. Je fais connaissance avec Taro et son fils Borotte qui sont les chevaux qui assureront les portages du matériel et de l'intendance. Forêts aux flamboyances de l'automne qui rejoignent les pentes enneigées, « bouleaux du Caucase », au feuillage d'un jaune éclatant, dont le tronc commence comme celui d'un chêne et se termine comme celui d'un bouleau. Diklo, puis Senako, village aux très belles maisons traditionnelles, dominé par son église orthodoxe isolée sur une butte, nous y passerons la nuit dans une maison de la famille de Guia.

Borchona, Dochu. Une passerelle branlante nous évite une traversée à gué assez « hard ». Remontée dans la forêt vers notre étape, Gogrutla, au sommet d'un éperon bien préservé et très animé en été. En face,



Iliurka, qui abrite l'unique document connu écrit en langue tchèque. Pas un bruit, pas une lumière, seul le petch qui chauffe, pas une présence. Nous optons pour une traversée par les crêtes, cheminement solitaire de cols en sommets sur des traces étroites, à plus de 3000 m, où la tempête de neige nous surprend. Descente, la pluie remplace la neige, en direction de la bergerie « Louroumi » que nous atteignons de nuit après avoir passé à gué la rivière Alazani.

Ce matin, le temps semble s'être rétabli, mais déjà plus froid. Nous remontons le cours de la rivière Alazani. Col Narzap, que finalement nous renonçons à franchir car son versant nord enneigé et verglacé n'est plus praticable avec des chevaux.

Nombreux franchissements de gués. Celui qui monte à cheval bénéficie d'un net avantage sur le piéton, condamné à des déchaussages multiples... La nuit est plus claire, il gèle. Longue traversée pour rejoindre la vallée de Gometsari par un sentier en balcon, accidenté, que Tarot et Borotte parcourent avec une sûreté qui me sidère. Koklota, Dvarboseli, où nous rencontrons les derniers bergers encore présents dans le Touchéti. On se salue de loin – attention aux chiens ! – puis, deux d'entre eux nous rattrapent à plein galop. Ils saluent Audrey, connue là bas comme « la belle fille du Touchéti » et, du coup, nous avons beaucoup de difficulté à décliner leur invitation à les rejoindre pour manger (shaslick) et boire (tchatcha). Puis une rude montée vers Berella où nous finissons par trouver un abri pour la nuit. Petite visite dans la vallée voisine de Pirikiti, puis retrouvons Omalo.

encerclés par les yeux luisants

Ce matin, il fait froid, l'eau et la fontaine sont gelées, ce sera une journée de repos. Guia a préparé hier la pâte à pain et l'a faite cuire sur le petch, avec de délicieux shaslick du mouton que son père a abattu pour nous, à notre arrivée à Lalisruri. On rentrera à pieds avec Tarot et Borotte, en 4 jours, en passant par les anciens chemins de transhumance qui suivent les crêtes à plus de 3000m.

Ci-dessus : Face aux montagnes du Daguestan.



Début de la descente du col Omalo. Nous quittons le Touchéti dans la neige et avec le dernier troupeau.

Cette nuit, la pression atmosphérique n'a pas réellement varié, mais la pluie a martelé le toit, puis s'est transformée en neige. Départ immédiat. Nous abandonnons le chemin des crêtes, manifestement devenu impraticable. Plus vite on aura repassé le col Abano, mieux on sera, ce qui nous demandera quand même 3 jours,

Premier jour, la neige a cessé, la pluie s'invite. Le soir, nous sommes heureux de trouver le « sous-sol » d'une maison du Parc national, ouvert pour la nuit. Deux Lada hors d'âge et chargées à fond espèrent encore pouvoir traverser le col. Faut pas rêver, nous les voyons repasser en sens inverse un peu plus tard. À la nuit tombante arrivent nos bergers de Koklota, qui préfèrent dormir dehors dans leur « nabadi » au milieu des moutons. Autour du feu, nous sommes encerclés par les yeux luisants des 800 moutons du troupeau, qui se resserrent insensiblement autour de nous. Les chiens nous considèrent comme « amis ». L'un d'eux est en fait une chienne qui allaite le soir ses deux petits qui voyagent toute la journée au fond d'un sac sur le dos d'un cheval. Discussions à n'en plus finir, plaisanteries, malheureusement en géorgien, borch, pain, khatchapuri de chez nous, shaslicks des bergers et toasts sans fin au tchatcha... Soudain, les chiens grondent et bondissent, les bergers saisissent leurs fusils. Ce n'est qu'un ours brun, descendu de la forêt voisine, attiré par un repas à bon compte, qui tourne autour du troupeau et finit par s'enfuir en traversant la rivière.

Deuxième jour. Les culots d'avalanche, résidus du printemps dernier, forment des ponts par dessus la rivière. Derrière les bergers, qui sont partis à l'aube, les moutons nous dament l'itinéraire, même si cela nous oblige à marcher sur un tapis de crottes. Nous arrivons ainsi au col Abano. Brouillard, grésil, la descente offre un spectacle étonnant : les moutons, précédés par les chèvres, toujours en tête, les ânes, les chevaux et les chiens à l'arrière et les bergers qui courent de tous côtés avec leur grand bâton pour maintenir cette chenille dans le sens de la marche des lacets de la piste, dans 40 cm de neige et une brume tenace. La descente est très longue. Dès que la neige au sol disparaît, nous les doublons pour accélérer la cadence, mais nous n'échapperons pas à une arrivée nocturne et dresserons les tentes en aveugle.

Troisième jour, il ne reste qu'environ 25 km plus faciles, le temps est correct et nous arrivons ainsi chez Guia, à Lalisruri, où je retrouve le plaisir du monde « moderne » : une douche chaude, l'électricité, l'ordinateur... Puis, je rentre à Tbilissi, qui m'accueille le jour de la fête de la ville, du monde partout, de la musique, des spectacles, expositions... Tbilissi se relève des sombres années que la Géorgie a connues et ses quartiers historiques commencent à être rénovés et mis en valeur : leur visite est à ne pas manquer, de même que la chine dans les magasins de tapis artisanaux et remarquables, issus des différentes régions du sud Caucase, dont Guia sait d'un coup d'œil reconnaître l'origine et apprécier la valeur. ▲

Dix jours à travers les Cévennes

Texte et photos Martine Cante

Le sentiment de liberté que procure la randonnée itinérante sac au dos est sans égal : chaque jour un nouveau pays à découvrir, chaque soir de nouvelles rencontres. Cette année, nous avons décidé de traverser les Cévennes à pied, de Villefort à Saint-Jean-du-Gard.



Ci-contre :
En montant
au pic Cassini.

Ci-dessous :
Le village de Finiels
au milieu des épilobes.

Lundi
La montée est raide, au départ de Villefort, vers le sud-ouest, pour grimper sur le Mont-Lozère. Le décor se met en place : une longue arête d'où l'on aperçoit, au loin, les fameuses « vagues de crêtes » typiques des Cévennes.

Puis nous perdons bêtement le GR à l'instant où il tourne à droite (voilà ce qui arrive quand on bavarde !) et nous filons tout droit à travers la forêt de hêtres, trajet plus court mais beaucoup plus sportif. Le Mas-de-la-Barque, malgré le fait qu'il soit un village moderne et purement touristique, ne nous déçoit pas avec ses maisons en pierre au milieu des pins.

Mardi

Aujourd'hui, après une montée douce au Pic Cassini (1680 m), un sentier jalonné de cairns nous mène aux sources du Tarn : quelques filets d'eau dans un vallon marécageux que l'on remonte jusqu'à une large flaque.

Au col de Finiels, on croise la draille du Languedoc que les moutons empruntaient pour aller paître dans les alpages lozériens. Pique-nique au milieu d'une houle de graminées. Puis voici le sommet de Finiels (1699 m), petite pointe dans l'immensité herbeuse. Le soleil tape dur et les pentes n'ont pas d'ombre ! L'horizon n'en finit pas de s'enfuir, mais heureusement les grandes bornes de l'Ordre de Malte, tels d'immuables gardiens de pierre, nous conduisent directement à la petite station de ski du Mont-Lozère.

Mercredi

Nous remontons au sommet de Finiels, mais c'est pour mieux redescendre de l'autre côté. Le village de Finiels apparaît au milieu des grandes épilobes



Le Pont-de-Montvert

mauves et des chardons bleus. À l'entrée du village, impossible de résister à la proposition alléchante d'un verre de « jus de pomme fait maison » ! Puis c'est la descente sur Le Pont-de-Montvert en suivant le Rieumalet.

un petit bourg en granit

Le Pont-de-Montvert est un petit bourg en granit, encaissé entre ses montagnes. On y trouve trois ponts qui enjambent trois gros ruisseaux : le Tarn (que nous avons vu tout petit), le Rieumalet et le Martinet. Le plus joli est le pont du Tarn, de style gothique, doté d'une ancienne tour de péage. C'est dans ce village que se déclencha la guerre des Camisards dans les Cévennes.

Jeudi

Au dessus du pont se trouve la Cham de l'Hermet, vaste plateau calcaire dénudé, et une bergerie en pierre bien restaurée. Le soleil s'est vêtu d'une gaze

randonnée pédestre



Ci-dessous : En direction des sources du Tarn

blanche qui protège agréablement pendant la montée jusqu'au sommet du Bougès (1421 m). À partir de là, nous quittons le GR pour tailler notre chemin à la boussole. Ligne de crête, ruisseau, azimut, tous les indices sont bons à prendre et nous rejoignons finalement le GR au hameau de Chavanon.

Les pentes sont couvertes de grandes plaques de bruyère rose et mauve interrompues par les arbustes verts des genêts. Pour la première fois, nous traversons un bois de châtaigniers, ces arbres majestueux aux feuilles allongées et dentelées qui ne nous quitteront plus jusqu'à Saint-Jean-du-Gard.

Il nous faut atteindre le hameau de Cassagnas perché à mi-pente et faire ensuite un long détour pour arriver enfin au gîte situé en contrebas dans l'ancienne gare au bord de la Mimente.

Vendredi

Une voie de chemin de fer reliait autrefois Sainte-Cécile-d'Andorge et Florac. On a retiré les rails et on a fait passer le GR à la place. Ce qui nous fait une belle « voie verte » empruntant ponts et tunnels pour atteindre Florac.

Cette petite ville a bien du charme, avec ses vieilles maisons, ses rues étroites aux boutiques anciennes, son allée de platanes. On y trouve aussi une forteresse médiévale qui abrite l'administration du Parc national des Cévennes. Au fond de la vallée de Florac se rencontrent le Tarn, le Tarnon et la Mimente. Un petit ruisseau souterrain venant du Causse Méjean jaillit en pleine ville, à la Source du Pêcher.

Le propriétaire du gîte nous décrit bien le pays. « *Ce qui fait les Cévennes ? Ce sont à la fois le schiste, les châtaigniers, les protestants !* » assure-t-il.

Samedi

À partir d'aujourd'hui, nous plongeons dans le schiste. La végétation se fait plus méditerranéenne : chênes verts et pins maritimes. Premier contact avec les chardons du soleil, les carlines, dont la fleur jaune desséchée protège, de toutes ses griffes, les maisons et les étables des mauvais sorts. Le châtaignier, toujours

présent, était autrefois surnommé « l'arbre à pain » car il assurait la subsistance quotidienne des montagnards cévenols.

Au col du Rey, on traverse la Corniche des Cévennes qui est une route de crête reliant Saint-Jean-du-Gard à Florac. Notre étape, Barre-des-Cévennes, est un village-rue possédant une belle église du 12^e siècle, romane et gothique. Le gîte de Mme Michel, dans une vieille maison agrémentée d'un petit jardin en terrasse, a un charme délicieusement désuet. Cette brave dame, figurez-vous, se plaint que des randonneurs à vélo lui auraient dérobé ses marmites...

Du sommet de la falaise qui surplombe Barre, on distingue nettement le départ des trois vallées : Vallée Longue, Vallée Française et Vallée Borgne, séparées par des crêtes appelées « serres », qui constituent le cœur même des Cévennes. C'est cette région schisteuse difficilement pénétrable, enclavée entre les massifs granitiques du Lozère, du Bougès et de l'Aigoual, que les habitants appellent « la Cévenne des Cévennes ». Nous nous sentons l'envie de devenir oiseaux pour suivre ces crêtes et plonger vers la Méditerranée.

Dimanche

Entrée dans la Vallée Française. C'est une journée fastidieuse à cause de la distance importante à parcourir sur route ou à côté d'une route. Mais, par de belles échappées vers le sud, on aperçoit les ondulations bleutées des crêtes de la Vallée Borgne et du massif de l'Aigoual.

vivait une méchante fée

La légende raconte que par ici vivait une méchante fée qui condamna une pauvre Cévenole à errer toute sa vie en charriant une pierre sur le dos. L'enfant de cette malheureuse ne résista pas au traitement et mourut au Plan-de-Fontmort (de l'enfant mort).

Bien après Saint-Germain-de-Calberte, au niveau du pont de Burgen, une surprise nous attend : il faut encore remonter 200 m dans la forêt chaude et humide pour atteindre le gîte de La Frégyre. Mais une bonne bière étanchera, tout à l'heure, notre soif et la douche désirée apaisera le feu de nos muscles endoloris. Le plaisir de marcher n'est-il pas, en partie, celui de pouvoir s'arrêter ?

Lundi

À La Frégyre, chez M. Pigache, on prend ses repas sous la treille et on se fait indiquer des trajets peu ordinaires. C'est ainsi que, malgré la pluie menaçante, nous décidons d'aller à Malafosse.

La forêt de châtaigniers est parsemée de hameaux ruinés, reliés par de vieux chemins caillouteux ou parfois pavés. Des « bancels » (terrasses de culture) ont été aménagés, aujourd'hui ré-envahis par la forêt. Le schiste est partout utilisé : pour les murs et les toits des maisons, pour le soutènement des bancels, pour cette multitude de petits ponts et barrages que l'on découvre sur chaque ruisseau... 



Ci-dessus : C'est le Tarn, sa ?



On sent que cette contrée a été très habitée et travaillée par l'homme, mais qu'elle est actuellement désertée. Ici ou là, de vieux cyprès hérissent le paysage et signalent la présence de tombes protestantes, souvenir de l'intolérance religieuse des 17^e et 18^e siècle qui leur interdisait les cimetières catholiques.

La pluie, malgré la cape, imbibe nos habits et nos chaussures. Nous sommes bien contents d'arriver à Malafosse, minuscule hameau de quelques maisons, collé à flanc de montagne. Jean-Paul et Ginette nous accueillent dans leur ancienne ferme comme des amis et nous avons la chance d'admirer un arc en ciel en forme de demi-cercle complet, car la pluie vient de cesser.

La faible population des Cévennes est constituée pour un tiers de Cévenols d'origine, pour un second tiers de néo-Cévenols (dont nos hôtes font partie) et pour le reste de vacanciers en résidence secondaire. Les emplois sur place concernent essentiellement le tourisme, mais aussi la fonction publique (mairies, Parc national...).

Mardi

Soleil et petits nuages blancs. On quitte Malafosse par le haut pour descendre jusqu'au Gardon, puis on remonte à Saint-Martin-de-Lansuscle qui possède, comme tous les villages par ici, une église et un temple. On s'engage ensuite sur le chemin des crêtes qui est la voie dite « royale » car construite par les dragons du roi comme route de surveillance pendant la guerre des Camisards. En effet, après la révocation de l'édit de Nantes en 1685, les protestants des Cévennes refusent de plier l'échine, ils se réfugient dans les montagnes. Ils portent des chemises blanches la nuit en signe de reconnaissance, d'où leur nom de « Camisards ».

Une fois arrivés là-haut, la vue est magnifique sur le mont Aigoual, au loin, et plus bas sur la vallée de Sainte-Croix, sombre et impénétrable.

Mercredi

Notre dernière journée consiste à rallier Saint-Jean-du-Gard par le col Saint-Pierre. À Pied-de-Côte, on rencontre le Gardon de Saint-Jean qui vient de la Vallée Borgne. Curieux système que celui des gardons : toutes les rivières (les gardons) de la Vallée Française se rejoignent pour former le Gardon de Mialet qui, avec le Gardon de Saint-Jean et celui d'Alès, formeront le Gard.

À Saint-Jean, nous voyons notre dernière clède (petite maison pour faire sécher les châtaignes) et... notre premier palmier ! Deux âniers préparent leur camion pour remonter vers Le Puy les ânes que des marcheurs aventureux ont amenés jusqu'ici.

Mais c'est seulement le lendemain, une fois bien installés dans le bus pour Alès, que nous réalisons, tels Stevenson après avoir vendu Modestine, qu'il nous manque quelque chose : c'est le plaisir de goûter chaque jour un nouvel endroit avec nos jambes ! ▲



Fiche technique

Lundi : Accès à Villefort en train par Nîmes ou Clermont-Ferrand. De Villefort au Mas-de-la-Barque : 14 km, +900 m. Gîte-hôtel au Mas-de-la-Barque.

Mardi : Du Mas-de-la-Barque à la station de ski du Mont-Lozère : 18 km, +550 m, -450 m. Gîte d'étape « Le Refuge » à la station du Mont-Lozère.

Mercredi : De la station de ski du Mont-Lozère au Pont-de-Montvert : 15 km, +250 m, -900 m. Hôtel « La Truite Enchantée » au Pont-de-Montvert.

Jeudi : Du Pont-de-Montvert à Cassagnas par le signal du Bougès : 18 km, +800 m, -900 m. Gîte d'étape « L'Espace Stevenson » à Cassagnas.

Vendredi : De Cassagnas à Florac : 16 km, +150 m, -300 m. Gîte d'étape « La Carline » à Florac.

Samedi : De Florac à Barre-des-Cévennes : 13 km, +500 m, -100 m. Gîte d'étape chez Mme Michel à Barre-des-Cévennes.

Dimanche : De Barre-des-Cévennes à La Frégeyre : 27 km, +400 m, -900 m. Gîte d'étape à La Frégeyre, commune de Saint-Étienne-Vallée-Française.

Lundi : De la Frégeyre à Malafosse par l'Elzière : 13 km, +450 m, -200 m. Gîte d'étape à Malafosse, commune de Saint-Martin-de-Lansuscle.

Mardi : De Malafosse à La Frégeyre par Escouto-se-pleou : 20 km, +500 m, -750 m. Gîte d'étape à La Frégeyre, commune de Saint-Étienne-Vallée-Française.

Mercredi : De La Frégeyre à Saint-Jean-du-Gard : 17 km, +350 m, -600 m. Gîte d'étape « Le Moulinet » à Saint-Jean-du-Gard. Ensuite, bus pour Alès et train pour Nîmes.

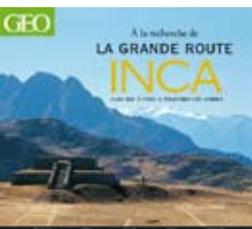


Chronique des Livres et du multimédia

par Serge Mouraret

À la recherche de La Grande Route Inca

Megan Son et Laurent Granier, Éditions Arthaud



Les randonneurs au Pérou connaissent bien Le sentier de l'Inca aux abords du Machu Picchu. C'est le point fort de la Grande Route au cœur de leur empire. Expansionnistes, les Incas ont, en trois siècles d'existence, étendu leur influence de l'Équateur au Chili. Sans connaître pourtant la roue, ils furent spécialistes des communications et leurs chemins ou routes (45 000 km), parfois vertigineux, toujours

bien bâtis, subsistent encore, jalonnés d'édifices aux pierres parfaitement appareillées. Les auteurs, explorateurs de surcroît, ont entrepris de rechercher le tracé oublié de la Grande Route Inca, le Qhapaq Ñan, qui traversait l'Empire sur cinq pays et 6000 km, se confondant avec la cordillère des Andes. Du parc Naturel d'El Angel en Équateur au pied de l'Aconcagua en Argentine, avec rencontre de toutes ces populations indiennes. De belles photos des grands espaces, que d'idées de randonnées ! Format 28,5 x 26 cm. 256 p. ▲

Atmosphère, atmosphère

Didier Hauglustaine, Jean Jouzel et Valérie Masson-Delmotte, Éditions Le Pommier



Au début du XX^e siècle, débute une formidable aventure humaine, technologique et scientifique : lointaines contrées glacées, les régions polaires deviennent les bases avancées de recherches interdisciplinaires, portant notamment sur l'atmosphère et le climat. L'étude des glaces et de l'atmosphère y est révélatrice. Des résultats étonnants sont obtenus dans toutes les disciplines impliquées et l'aventure est loin d'être terminée. Cette épopée est racontée par des spécialistes

passionnés, membres du CNRS ou du GIEC. Comment comprendre le climat d'hier et d'aujourd'hui, ses liens avec la biodiversité ? Les auteurs montrent à quel point ces régions sont aux avant-postes du bouleversement climatique en cours. Mieux connaître ces « sentinelles du bout du monde » participe et anticipe nos actions de préservation de la planète. Cet ouvrage très documenté, bien illustré, photos et schémas, accompagne l'exposition « Atmosphère... le climat révélé par les glaces » (musée des Arts et Métiers, à Paris, jusqu'au 30 avril). Format 23,5 x 28 cm, 216 p. ▲

L'Herbier du Roy

Alain Renaux, réunion des Musées Nationaux



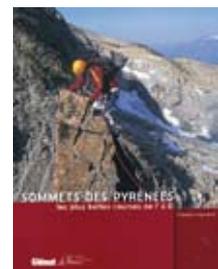
Une récente exposition au Muséum d'Histoire Naturelle a retracé l'histoire de ce qui aurait dû être le plus savant, le plus grand et le plus beau livre de botanique jamais publié. Au XVII^e siècle, la jeune Académie Royale des Sciences entreprend une grande histoire des plantes pour en tirer « quelque chose d'universel et de constant qui put devenir un principe ». Ce dessein ne sera jamais accompli suite à des rivalités avec le Jardin Royal. Toutes les ébauches prometteuses de

ce chef-d'œuvre sont parvenus jusqu'à nous avec les magnifiques représentations réalisées par les meilleurs dessinateurs et graveurs de l'époque. Alain Renaux, ethnobotaniste au CNRS de Montpellier, a rassemblé une soixantaine de planches, reproductions excellentes de plantes rapportées du monde entier. Pour chacune, une notice raconte son histoire, explique ce qu'elle est devenue et quel a été l'apport à la recherche scientifique. Format 24 x 32 cm, 144 p. ▲

Sommets des Pyrénées

François Laurens, Éditions Glénat

Chaîne des Pyrénées : sur 400 km, de l'Atlantique à la Méditerranée, les sommets se succèdent, innombrables, calcaires ou granitiques, espagnols ou français, voies faciles ou difficiles. Sujet presque inépuisable pour la littérature de montagne. Ainsi, la sélection de 41 sommets proposés sont les plus belles courses pour l'auteur, pyrénéiste et guide de haute montagne. On retrouve beaucoup de noms familiers comme le Canigou, l'Aneto et le Taillon ou moins connus comme la Pedraforca en Sierra de Cadi ou le Grand Billare dans le cirque de Lescun. Avec un choix de courses de cotation F à D, ce nouvel ouvrage de la collection Montagne et Randonnée satisfera beaucoup de modestes montagnards. Format 19,5 x 25,8 cm, 144 p. ▲



La Montagne en hiver

Alain Doucé, Rando Éditions

Dans la collection Rando Pratique, sous forme condensée, l'auteur aborde le milieu, la vie en hiver, les sports de neige, la neige elle-même et ses pièges, la randonnée en montagne l'hiver avec la façon de s'y préparer, comment se nourrir. Format 12 x 19 cm, 80 p. ▲

La petite Collection Guérin s'agrandit avec, aujourd'hui, 35 ouvrages ! Certains peuvent être classés parmi les essentiels de la littérature alpine, d'autres ne sont que d'agréables divertissements. Deux récentes parutions l'illustrent bien.

La plus belle escalade du monde

Frédéric Flamant, Éditions Guérin

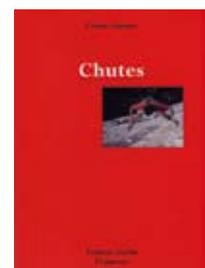
Attablés à la terrasse d'une célèbre brasserie chamoniarde un groupe d'alpinistes disserte sur leur activité préférée et tente d'établir un palmarès parmi les exploits qui jalonnent son histoire. Mais, entre la voie rocheuse extrême et l'ascension glaciaire aléatoire ou l'expédition himalayenne meurtrière comment établir une hiérarchie ? Ils finissent par convenir que toutes les réalisations sont aussi admirables qu'incomparables – pas de podium donc, la montagne n'est pas un stade et c'est très bien ainsi. Cette discussion aura été le prétexte pour rappeler tous les hauts faits de la conquête des montagnes. ▲ Par MR



Chutes

Claude Gardien, Éditions Guérin

L'auteur, rédacteur en chef de Vertical et guide de haute montagne, nous rapporte quelques anecdotes que tous les alpinistes ont plus ou moins vécues. La « chute » n'a rien de dramatique, il s'agit simplement de la façon heureuse ou ironique dont les histoires se terminent. ▲ Par MR



À la suite d'un partenariat conclu avec les Éditions Guérin, de nombreux refuges mettent quelques-uns de ces petits livres rouges à la disposition des montagnards, de quoi envisager une journée de mauvais temps avec sérénité.

randonnée

Responsable de l'activité : Martine Cante
tél. 01.47.91.54.97

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 22130, 23130T.

Jeudi 2 avril

• **ENTRE DEUX POISSONS** // Pierre Marc Genty // Gare du Nord Banlieue, 8h49 pour Viarmes (A-R). Forêt de Carnelle. Retour vers 15h. 16/18km. **F.** Carte 23130T.

Samedi 4 avril

• **JOYEUX ANNIVERSAIRE** // Maurice Picollet // Gare de Lyon, 8h35 pour Thomery. Retour de Moret : 18h43. 23km. **M.** Carte 24170T.

Dimanche 5 avril

• **DODO PUIS RANDO** // Chantal De Fouquet // Gare de Lyon, 11h05 pour Moret - Veneux-les-Sablons (A-R) (RdV à l'arrivée). Retour : 19h env. 20km. **M+.**

• **LE DÉLUGE** // Marylise Blanchet // Gare Montparnasse Banlieue, 8h58 pour Beynes. La butte Launay - Val Guérin. Retour de Villennes-sur-Seine à St-Lazare : 18h37. 30km env. **SO.** Carte 2214 ET.

• **LES POMMES D'ÉPÔNE** // Georges Rivat // Gare St-Lazare Banlieue, 8h23 pour Epône-Mézières (A-R). Le Bois de Mézerolles, Breuil-Bois-Robert. Retour : 18h07. 30km. **SO.** Carte 2114E.

Mercredi 8 avril

• **LES VAUX DE CERNAY** // Robert Sandoz // Gare Montparnasse Banlieue, 8h58 pour Le Perray (A-R). Auffargis. Retour vers 18h. 20km env. **F.**

Samedi 11 avril

• **FONTAINEBLEAU** // Annie Chevalier // Gare de Lyon, 8h35 pour Fontainebleau (A-R). Circuits bleus et autres chemins. Retour : 18h env. 20 à 22km. **M.** Carte 24170T.

• **JOUR DE PÂQUES FLEURIES** // Claude Amagat // Gare du Nord Gdes Lignes, 7h34 pour Compiègne. Brassoir. Retour de Villers-Cotterêts : 19h18. 38km. **SO.** Cartes 2512 OT, 25110T.

Dimanche 12 avril

• **PETITE TRAVERSÉE DE PARIS** // Jean-Maurice Artas // Métro, 9h30 pour Porte Dorée (RdV à l'arrivée). Prévoir environ 30 euros pour pauses et déjeuner dans un bistrot de quartier. Retour de M° Passy : 18h. 15km. **F.** Carte Plan de Paris.

• **DE LA JUINE AU CHÂTEAU ROYAL** // Bernard Desfossez // Gare d'Austerlitz RER C, 8h43 pour Breuil-Village (RdV à l'arrivée). Breux - La-Vieuville - Le-Pont-Rué - Retour de Dourdan : 17h30. 22km. **M.** Carte 2216ET.

• **PÂQUES À MORIENVAL** // Martine Cante // Gare du Nord Grandes Lignes, 8h06 pour Vaumoise (A-R). Visite de l'église de Morienvall. Retour : 19h. 29km. **SO.** Carte 25120T.

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.

Nouveaux organisateurs

Vous avez envie de vous impliquer bénévolement dans la vie du club ? La randonnée recrute des organisateurs ! Formation assurée.

Prenez contact avec Martine Cante : 01.47.91.54.97

Rendez-vous de Printemps Dimanche 5 avril 2009

Les organisateurs de randonnée vous invitent à ce traditionnel **Rendez-vous de Printemps**. 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 cru préféré. Tous les groupes se retrouvent à midi en forêt de Marly à la Croix-St-Michel. Cette journée sera ouverte à toutes et à tous.

• **ENVIRONS DE MARLY** // Jean-Maurice Artas // Gare St-Lazare Banlieue, 9h06 pour Marly-le-Roi. Retour de St-Nom-la-Bretèche : vers 16h15. 10km le matin, 5km l'après-midi. **F.**

• **APRÈS, ON IRA CHEZ LE CORBUSIER** // Alfred Wohlgroth // Gare St-Lazare Banlieue, 10h07 pour Marly-le-Roi. GR 1 - Villa Savoye. Retour de Poissy à St-Lazare ou Gare de Lyon RER A : 18h37 St-Lazare ou 18h41 Gare de Lyon RER A. 7km le matin, 11km l'après-midi. **M.**

• **DÉBOUCHONS LES BOUTEILLES ET BUVONS** // **Rerre Marc Genty** // Gare de Lyon RER A, 8h23 pour Poissy. Retour de La-Celle-St-Cloud à Paris-St-Lazare vers 18h. 11km le matin, 11km l'après-midi. **M.**

• **AVANT LE PRINTEMPS** // Éliane Benaïse // Gare St-Lazare Banlieue, 9h37 pour La-Celle-St-Cloud. Retour de St-Nom-la-Bretèche : 17h30. 10km + 12km. **M.**

• **QUELQUES PAS À MARLY** // Alain Bourgeois // Gare St-Lazare Banlieue, 9h06 pour Marly-le-Roi. Retour de St-Nom-la-Bretèche : 17h30. 18km. **M.**

• **UN PEU DE BOUE, BEAUCOUP DE VUES** // François Degoul // Gare St-Lazare Banlieue, 8h23 pour Poissy. Retour de La-Celle-St-Cloud : 18h. 15km + 12km. **M+.**

• **TERRA INCOGNITA** // Jean-Luc Lombard // Gare St-Lazare Banlieue, 9h06 pour Marly-le-Roi. Retour de St-Germain-en-Laye à RER A : 19h env. 28km. **M+.**

• **SORTIE DE GRÈVE** // Claude Amagat // M° Châtelet RER A (l'organisateur montera à La Défense), 8h pour St-Germain-en-Laye. Retour de Vaucresson à St-Lazare : 18h30. 15km + 10 ou 20km. **SO.**

• **LE PRINTEMPS SERA-T-IL AU RDV ?** // Bernadette Parmain // Gare St-Lazare Banlieue, 9h06 pour La-Celle-St-Cloud. Retour de St-Germain-en-Laye à Ligne RER A vers 18h. 28km. **SO.**

• **MARCHE NORDIQUE : LE SAINT, LA CROIX ET LE ROI** // Xavier Langlois // M° Châtelet RER A, 8h53 pour St-Germain-en-Laye (sortie hôtel de ville) (RdV à l'arrivée). Bâtons indispensables. Retour de Marly-le-Roi à St-Lazare : 18h. 33km. **SP.**

activités des Clubs alpins d'Île-de-France

Randonnées de week-end et plusieurs jours (*)

Dates	Organisateurs	Niveaux	Code (*)	Destinations	Ouv. insc.
4 au 5 avril	Michel Delapierre Alain Changenet, Martine Cante		09-FOR02	Cartographie-orientation niveau I	10 fév.
11 au 13 avril	Alain Bourgeois	M ▲▲	09-RW87	Le Ballon d'Alsace	6 fév.
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 24 avril	Martine Cante, Maxime Fulchiron	M ▲	09-RW33	Le moulin de mon grand-père (Haute-Provence)	3 fév.
18 au 25 avril	Annie Chevalier	M	09-RW21	Val de Creuse et pays de George Sand	15 janv.
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.
8 au 10 mai	Luc Bonnard	M+ ▲	09-RW60	Bois, prairies et arbres fruitiers dans les monts du Lyonnais	3 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	Michel Durand-Gasselín	M+ ▲	09-RC09	À la rencontre de la Bête	10 fév.
20 au 24 mai	Adrien Autret, Dominique Renaut	SO ▲	09-RW26	Causses, Causses toujours : Causse Noir - Cévennes - Larzac	20 janv.
20 au 25 mai	Jean-Charles Ricaud	SO ▲▲▲	09-RW61	Dernières neiges dans le Haut-Couserans (Ariège)	5 fév.
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	Denis Salignon	SO ▲	09-RW59	Traversée du Luberon	7 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.
30 mai au 6 juin	Jean-Claude Duchemin	M ▲▲	09-RW63	Châteaux cathares	3 mars
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
13-14 juin	Xavier Langlois	SO ▲	09-RC14	Vendôme	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.
15 au 21 juin	Alain Bourgeois	M	09-RW88	Rando et bateau à voile (îles de Bréhat et Chausey)	5 fév.
20-21 juin	Pierre Marc Genty	M	09-RW54	Week-end à la mer (Dieppe, St-Valery-en-Caux)	24 mars
20-21 juin	Xavier Langlois	SO ▲	09-RC15	Avallon	17 mars
20 au 27 juin	Annie Chevalier	M ▲▲	09-RW62	Autour de Lus-La-Croix-Haute	17 mars
1 ^{er} au 4 juillet	François Degoul	M ▲▲	09-RW55	Plateau d'Emparis en fleurs	17 mars
4 au 11 juillet	Gérard Corthier	M ▲▲	09-RW64	Randonnées en Vanoise	3 avr.
4 au 11 juillet	Michel Lohier	M ▲▲	09-RW65	Belvédères du Pays-Basque	1 ^{er} avr.

(*) 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 13 avril

• **RANDONNÉE D'APRÈS-MIDI** // Jean-Luc Petitpont // M° Porte Dauphine, 14h pour Porte Dauphine. Du bois de Boulogne à Ville d'Avray en passant par le parc de St-Cloud. Retour de Sèvres - Ville d'Avray à Gare St-Lazare : 18h30. 12km env. **F.** Carte 2314OT.

• **LE MANTOIS RAMBOLITAIN** // Philippe Mosnier // Gare Montparnasse Banlieue, 8h28 pour Coignières. Retour de Montfort-l'Amaury : 17h56. 21km. **M.** Carte 2215OT.

Mercredi 15 avril

• **LES FLAMBERTINS** // Éliane Benaise // Gare Montparnasse Banlieue, 9h13 pour Plaisir-Grignon. Thiverval-Grignon, Crespières. Retour de Mareil-sur-Mauldre vers 18h. 20km env. **F.** Carte 2214ET.

Samedi 18 avril

• **RANDONNÉE À FONTAINEBLEAU** // Jean-Luc Petitpont // Gare de Lyon, 8h35 pour Bois-le-Roi. Rochers-Canon, St-Germain, Cassepot, tour Dénecourt. Parcours accidenté avec nombreux sentiers bleus. Retour de Fontainebleau : 17h11. 18km env. **M.** Carte 2417OT.

• **IN EXTRÉMIS** // Mustapha Bendib // Gare de Lyon, 7h06 pour Bourron-Marlotte. Carrefour du chêne / Vallée Chaud pas mal de rochers ! Retour de Bois-le-Roi : 19h13. 40 à 45km. **SO+**.

Dimanche 19 avril

• **ERRANCES PRINTANIÈRES** // Joël Lelièvre, Monique Noget // Gare du Nord Grandes Lignes, 11h37 pour Orry-Coye (A-R). Sentiers la plupart du temps ni GR ni PR. Retour : 18h38. 20km. **M.**

• **DU COURAGE IL EN FAUT** // Pierre Marc Genty // Gare du Nord Banlieue, 8h36 pour Viarmes. D'une forêt à l'autre. Retour de L'Isle-Adam - Parmain vers 17h30. 23km. **M.** Carte 2313OT.

• **UN DOLMEN ET DEUX MENHIRS** // Luc Bonnard // Gare St-Lazare Banlieue, 7h57 (à vérifier) pour Trie-Château - Vallée du réveillon - Hadancourt. Retour de La Villetterte : 18h25. 28km. **M+**. Carte 2212O.

• **TOUT-TERRAIN ET HORS SENTIERS** // Jean-Luc Lombard // Gare de Lyon, 8h35 pour Moret (A-R). Également en azimuth. Retour : 19h env. 28km. **SO.** Carte 2417OT.



• **MARCHE NORDIQUE : DIRECTION LA PLAGE** // Xavier Langlois // Gare de Lyon, 8h35 (à vérifier) pour Fontainebleau (A-R). Direction : le sable blanc des plages bellifontaines ! C'est de la marche nordique (www.clubalpin-idf.com/randonnee/marcheNordique.html), les bâtons sont indispensables. Venez avec votre sac 20 litres, cette sortie servira de préparation au week-end marche nordique du 16-17 mai. Retour : 18h43. 33km. **SP.**

Lundi 20 avril

• **FORÊT NOTRE DAME** // Michel Delapierre // Chatelet-les-Halles RER A, 9h46 pour Boissy-St-Léger (A-R) (RdV à l'arrivée). Forêt - chateau des Marmousets. Retour : 18h30. 20km. **F.**

Mercredi 22 avril

• **D'UNE VALLÉE À L'AUTRE** // Pierre Marc Genty // Gare d'Austerlitz RER C, 8h56 pour Étrechy. Retour de St-Chéron vers 17h15. 18km. **F.** Carte 2216ET.

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 ».

Samedi 25 avril

• **ARCHÉOLOGIE EN VEXIN FRANÇAIS** // Alfred Wohlgroth // RdV 10h gare RER A de Cergy-Préfecture, car à 10h28 (prévoir 1 ticket t de métro) pour Cléry-en-Vexin. Allée couverte du Bois Couturier. Musée archéologique départemental de Guiry-en-Vexin (visite 3 euros). Retour de Chars à St-Lazare : 18h25. 16/17km. **M.** Cartes 2213 ouest et 2212 ouest.

Dimanche 26 avril

• **THOMERY, BOIS-LE-ROI** // Jean Lortsch // Gare de Lyon, 8h35 pour Thomery (RdV à l'arrivée). Denecourt, butte St-Louis. Retour de Bois-le-Roi : 17h11. 16km. **F.** Carte 2417OT.

• **PLEIN SUD** // Claude Ramier // Gare de Lyon, 8h05 pour Nemours (A-R) (RdV à l'arrivée). Mont-Sarrasin, Larchant, Dame-Jouanne. Retour : 18h43. 26km. **M+**. Carte 2417OT.



• **À TOUT À L'EURE** // Hervé Baylot // Gare Montparnasse Banlieue, 8h15 (à vérifier) pour Maintenon (RdV à l'arrivée). St-Piat - Jouy - St-Prest. Retour de Chartres : 18h30. 30km. **SO.**

• **LA PETITE BONNIER** // Marylise Blanchet // Gare du Nord Grandes Lignes, 9h04 pour Orry-la-Ville - Coye-la-Forêt (A-R). Randos pour amateurs de botanique. Balade de 15km environ le matin en SO et l'après-midi, détermination de noms de fleurs à l'aide de « la petite Bonnier » (nouvelle flore). Botanistes bienvenus. Retour : 18h14. 18km env. **SO.** Carte 2412 OT.

• **SORTIE DE PLACARD** // Jean Dunaux // Gare Montparnasse Banlieue, 9h34 (à vérifier) pour Gazeran. Retour de La-Verrière à La-Défense : 18h18. 33km env. **SO+**. Carte 2215OT.

Vendredi 1^{er} mai

• **À LA RECHERCHE DU PORTE-BONHEUR** // Christiane Mayenobe // Gare du Nord Grandes Lignes, 9h04 pour Orry-la-Ville (A-R). Retour : 17h08. 20km. **F.** Carte 2412OT.

Samedi 2 mai

• **LA FERTÉ ALAIS ET LA MALVOISINE** // Annie Chevalier // Gare de Lyon RER D, 8h42 à vérifier pour La-Ferté-Alais (A-R). Retour : 17h36 ou 18h36. 22km. **M.** Carte 2316ET.

Dimanche 3 mai

• **ROCHERS ET FORÊT** // Gérard Corthier // Gare de Lyon, 8h05 (à vérifier) pour Fontainebleau (A-R). Retour : 17h env. 20km. **M.**

• **QUEL BEAU MOIS DE MAI** // Pierre Marc Genty // Gare du Nord Banlieue, 8h43 pour Mériel. Retour de Valmondois vers 18h15. 22/24km. **M.** Carte 2313OT.

• **Y A DES HAUTS, Y A DES BAS...** // Bernadette Parmain // Gare St-Lazare Grandes Lignes, 8h20 (à vérifier) pour Mantes-la-Jolie. La rando des falaises de la Seine : la grande classique ! 690 m de dénivelés positifs et autant en négatifs. Le train est un Paris-Rouen qui s'arrête à Mantes. Retour de Bonnières-sur-Seine : 19h. 28km. **SO.**

Mercredi 6 mai

• **LA MARE PÉRILLEUSE** // Éliane Benaise // Gare de Lyon, 8h35 pour Thomery. Champagne-sur-Seine, Machaut. Retour de Héricy : 18h10. 20km env. **F.**

activités des Clubs alpins d'Île-de-France

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

Dates	Organisateurs	Niveaux	Code (*)	Destinations	Ouv. insc.
4 au 12 juillet	Jean Moutarde	M+ ▲▲	09-RW66	De Calvi à Piana (Corse)	24 mar.
4 au 14 juillet	Jean-Claude Duchemin	M+ ▲▲	09-RW67	Vésubie et Merveilles	1 ^{er} avr.
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
11 au 14 juillet	Jean-Charles Ricaud	M+ ▲▲▲	09-RW68	Crapahut au pays du gruyère (Alpes fribourgeoises)	2 avr.
11 au 14 juillet	Pascal Baud	SO ▲▲	09-RC10	Lacs du Néouvielle (randonnée-camping)	4 avr.
11 au 18 juillet	Michel Lohier	M+ ▲▲	09-RW69	Cirques et canyons pyrénéens	1 ^{er} avr.
11 au 19 juillet	Claude Ramier	M+ ▲▲	09-RW70	Val-d'Aoste, massif du Grand-Paradis	12 mars
11 au 19 juillet	Jean Dunaux	SO ▲▲	09-RW71	Lac des Cerces, Thabor et autres Hautes-Alpes	11 mars
15 au 26 juillet	Bernard Fontaine	M ▲▲	09-RW72	En étoile autour de Galtür (Voralberg - Autriche)	31 mars
17 au 25 juillet	Gilles Montigny	M ▲▲	09-RW73	En Valgaudemar	22 avr.
18-19 juillet	Pierre Marc Genty	M	09-RW83	Week-end en bord de mer (Fécamp)	14 avr.
18 au 26 juillet	Michel Lohier	M+ ▲▲	09-RW84	Les Pyrénées enchantées	1 ^{er} avr.
19 au 25 juillet	Marylise Blanchet	SO ▲▲	09-RW85	Les Pyrénées	1 ^{er} avr.
20 au 25 juillet	Bruno Pellicier (guide), Bernadette Parmain	SO ▲▲▲▲	09-RW86	Les 4000 de Saas Fee	24 mars
25 juillet au 2 août	Éliane Benaïse	M ▲▲	09-RW74	Zermatt et les balcons du Cervin	17 mars
1 ^{er} au 8 août	Jean-Charles Ricaud	M+ ▲▲▲▲	09-RW75	Le tour des grands barrages de Suisse	21 avr.
1 ^{er} au 10 août	Martine Cante	M+ ▲	09-RW76	Dix jours à travers les Cévennes	24 avr.
8-9 août	Christian Kieffer	M ▲	09-RC12	Tour du lac des Settons	28 avr.
13 au 26 août	Michel Durand-Gasselín	SO ▲▲	09-RW77	Corse destination sud	31 mars
22-23 août	Pierre Marc Genty	M	09-RW78	Week-end en bord de mer (62-Pas-de-Calais)	5 mai
22 au 26 août	Jean-Charles Ricaud, Michel Gollac	SO ▲▲▲▲	09-RW82	Pic d'Aneto	15 mai
29 août au 6 sept.	Christian Kieffer	SO ▲▲▲	09-RW79	Hautes cimes du Faucigny	22 mai
5-6 septembre	Bernadette Parmain	SO ▲▲	09-RC11	Camping au bord du lac	21 juil.
5 au 12 septembre	Pierre Marc Genty	M ▲▲	09-RW80	Entre Vanoise et Briançonnais	5 mai

(*) 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.

(*) Programmes détaillés au Club et sur le site Internet. Inscriptions obligatoires au Club

Vendredi 8 mai

• **N JOLI MOIS DE MAI...** // Philippe Mosnier // Châtelet (RER D), 8h55 pour La-Borne-Blanche. Retour de Orry-la-Ville - Coye : 18h35. 20km. **M**.

• **▲ BUTTES DE L'EST PARISIEN** // François Degoul // RdV guichet des billets 8h30 M° Mairie-de-Montreuil - 11h30 M° Maraichers. RdV à 8h30 ou 11h30 pour M° Mairie-de-Montreuil ou Maraichers. Trois possibilités pour cette journée : soit le matin, soit l'après-midi, soit toute la journée. Retour de Maraichers (AM) ou Mairie-de-Montreuil (PM) vers 11h30 ou 17h45. 13, 19 ou 32km. **SO**. Carte 2314OT.

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).

Dimanche 10 mai

• **EN PASSANT PAR BRÉVIANDE** // Gilles Montigny // Gare de Lyon RER D, 10h05 pour Melun. Le Mée-sur-Seine, Boissise-la-Bertrand, Le-Gros-Chêne. Retour de Cesson : 17h53. 18km. **F**. Carte 2416.

• **N VALLÉE DE L'EPTÉ - VERNON** // Alfred Wohlgroth // Gare St-Lazare Grandes Lignes, 8h20 pour Bonnières. GR 2. Visite des jardins de Claude Monet à Giverny : 6 euros. Retour de Vernon : 18h40. 19km + visite jardins. **M**. Carte 2113 ouest.



activités des Clubs alpins d'Île-de-France



Dimanche 10 mai (suite)

• **UN JOUR EN FRANCE** // Jean Dunaux // Gare Montparnasse Banlieue, 8h40 (à vérifier) pour Houdan. Retour de Gazeran : 18h34. 33km env. **SO+**. Carte 2215OT.

Mercredi 13 mai

• **LES CHÊNES SÉCULAIRES DE COMPIÈGNE** // Robert Sandoz // Gare de Lyon, 8h37 pour Compiègne (A-R). Beaux-Monts. Retour vers 18h. 20km env. **F**.

Samedi 16 mai

• **18° GRANDE TRAVERSÉE DE PARIS** // Maurice Picollet, Michel De France // M°, RdV à l'arrivée Porte Maillot. Départ 8h du bois de Boulogne au bois de Vincennes par les quais de Seine. Possibilité de rejoindre en cours de route. Niveaux de **F** à **SO**. Programme au secrétariat ou chez l'organisateur. Retour de Château-de-Vincennes : 19h. 10 à 35km. Carte Plan de Paris.

• **ANIMATEUR À L'ARRIVÉE !** // Mustapha Bendib // Gare de Lyon, 7h06 pour Bagnaux-sur-Loing. Bois de Poligny, Nemours, Larchant. Pas mal de rochers ! Retour de Fontainebleau : 19h13. 40 à 45km. **SO+**.

Dimanche 17 mai

• **MONTAGNE DES LORRAINS ET VALLON DE CHATON** // Bernard Fontaine // Gare de l'Est Banlieue, 8h52 pour Lizy-sur-Ourcq (A-R) (RdV à l'arrivée) en passant par Tancrou, le château de la Trousse, Chaton et Ocquerre. Retour : 18h08. 20 km. **F**. Carte 2513.

• **SOUS BOIS BLEAUSARDS** // Jean-Maurice Artas // Gare de Lyon, 9h05 pour Moret-Veneux-les-Sablons. Retour de Fontainebleau : 18h45 env. 15km. **F**. Carte 2417OT.

• **ON VA ESSAYER DE FAIRE ÇA BIEN** // Jean-Luc Lombard // Gare du Nord Grandes Lignes, 8h59 pour Bornel (A-R). Joli parcours entre plaines vallonnées et bois alentours. Prévoir quelques sorties de chemins. Retour : 18h31. 30km env. **SO**.

• **LE CYCLOP** // Marylise Blanchet // Gare de Lyon RER D, 8h41 pour La-Ferté-Alais. Bois de la chapelle Ste-Anne - Vallée Bélier. Retour de Maisse : 19h36. 33km env. **SO**. Carte 2316ET.

• **BACK TO THE TREES** // Frédéric Leconte // Gare de Lyon, 8h35 pour Fontainebleau. Retour de Bois-le-Roi : 18h11. 27km. **SO**.

Mercredi 20 mai

• **OISE ET PLAINE** // Alain Changenet // Gare St-Lazare Banlieue, 8h58 pour Pontoise. Retour de L'Isle-Adam à Gare du Nord : 18h env. 24km. **M**. Carte 2313OT.

Jeudi 21 mai (Ascension)

• **SUR LES TERRES DU ROI-SOLEIL** // Christiane Mayenobe // Gare St-Lazare Banlieue, 8h33 (à vérifier) pour Marly-le-Roi. Parc et forêt. Retour de St-Nom-la-Bretèche : 17h30. 20km. **F**. Carte 2214ET.

Dimanche 24 mai

• **ZIGZAGS DANS LES ROCHERS** // Martine Cante // Gare de Lyon, 9h05 pour Fontainebleau (Arrêt en Forêt). Terrain accidenté. Retour de Bois-le-Roi : 17h30. 20km. **M**. Carte 2417OT.

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.

• **PRO MILONE** // Claude Amagat // Gare du Nord 8h06 (à vérifier) pour Crépy-en-Valois. Macquelines, Villers-les-Potées. Retour de La-Ferté-Milon : 18h50. 30 à 35km. **SO**. Carte 2515OT.

Mercredi 27 mai

• **UN TITRE VOUS AVEZ DIT ?** // Pierre Marc Genty // Gare Montparnasse Banlieue, 8h36 pour Villepreux-les-Clayes. Retour de St-Cyr-l'École : vers 17h. 18km. **F**. Carte 2214ET.

• **GRAVURES DE FRANCHARD** // Robert Sandoz // Gare de Lyon, 8h35 pour Fontainebleau (A-R). Retour vers 18h. 20km. **F**. Carte 2417OT.

Samedi 30 mai

• **ON APPROCHE DES VACANCES** // Pierre Marc Genty // Gare du Nord Banlieue, 8h43 pour Valmondois. Retour de Taverny vers 18h. 22km. **M**. Carte 2313OT.

Dimanche 31 mai

• **RANDONNÉE ET MEETING AÉRIEN** // Gérard Corthier // Gare de Lyon RER D, 8h41 pour La-Ferté-Alais (A-R). Randonnée autour de La-Ferté-Alais lors du meeting aérien (s'il n'est pas annulé !). Retour : 17h env. 18km. **F**.

• **VALLÉE DE LA HAUTE SEINE** // Alfred Wohlgroth // Gare de l'Est Grandes Lignes, 8h12 pour Nogent-sur-Seine (A-R). Vallée de la Seine. Château de La-Motte-Tilly (visite 7 euros). Retour : 18h44. 19km + visite château et parc. **M**. Carte 2616E. ▲

escalade

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 2417OT ; massifs périphériques, Top 25 2316ET.

Dimanche 5 avril

• **SORTIE 3 PIGNONS, ROCHERS DES POTETS** // Michel Clerget // Gare de Lyon, 9h06 pour Fontainebleau (A-R). À définir. Randonnée en VTT **SO** avec Michel Clerget ou co-voiturage. Pour les VTTistes déplacement en train. Pour les autres, le rassemblement se fera à la Porte d'Orléans. Renseignements et inscriptions, appeler Michel au 06.09.62.90.38

Dimanche 19 avril

• **ROCHER ST-GERMAIN** // Philippe Chevanne // Gare de Lyon, 9h05 pour arrêt en Forêt. Bois-le-Roi. Rando **M**.

Dimanche 3 mai

• **LA PADOLE** // Deke Dusinberre, Philippe Chevanne // Gare de Lyon RER D, 8h41 pour La-Ferté-Alais (A-R). Retour vers 18h38. Rando **SO**.

activités des Clubs alpins d'Île-de-France

Dimanche 10 mai

• **APREMONT** // Philippe Chevanne // Gare de Lyon, 8h35 pour Bois-le-Roi. Départ matinal car le seul train pour Bois-le-Roi. Rando **M+**.

Dimanche 17 mai

• **LE CALVAIRE** // Michel Clerget // Gare de Lyon, 9h05 pour Fontainebleau (A-R). 18h43. Circuit orange. Rando **F**.

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 :

- 1/04 // **FRANCHARD CUISINIÈRE**
- 8/04 // **FRANCHARD SABLON**
- 15/04 // **MONT AIGU**
- 22/04 // **ISATIS**
- 29/04 // **BEAUVAIS CHEVANNE (BLEU)**
- 6/05 // **BOIS ROND**
- 13/05 // **CANCHE AUX MERCIERS**
- 20/05 // **APREMONT BISONS**
- 27/05 // **APREMONT BLEU OUTREMER**
- 3/06 // **FRANCHARD HAUTE PLAINE**
- 10/06 // **LA PADOLE**

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

- 4/04 // **APREMONT BIZON** // Francis Decroix // Circuit orange.
- 11/04 // **L'ÉLÉPHANT** // Francis Decroix // Circuits jaune, orange, bleu, noir.
- 18/04 // **ROCHER DE MILLY** // Francis Decroix // Circuits jaune, orange.
- 25/04 // **ROCHER CANON** // Francis Decroix // Il y a toutes les couleurs !
- 16/05 // **FRANCHARD ISATIS** // Antoine Drapeau

Dimanche

- 5/04 // **BEAUVAIS HAMEAU** // Emmanuel Bertran // Circuits jaune, orange, bleu, rouge, noir. An Tran circuit bleu.
- 19/04 // **BOIGNEVILLE** // Antoine Drapeau // Nouveau site récemment ouvert.
- 26/04 // **GROS SABLONS** // Carlos Altieri // Orange AD (n° 2) : 40 numéros + 10 variantes.
- 30/04 // **L'ÉLÉPHANT** // Francis Decroix // Circuit jaune, orange, bleu, noir.
- 17/05 // **ROCHER ST-GERMAIN** // Emmanuel Bertran // Circuits blanc, jaune, bleu.
- 31/05 // **RESTANT DU LONG ROCHER** // Carlos Altieri // Circuit orange ou découverte du circuit bleu ciel (nouveau tracé).

La carte de Bleau **IGN Top 25 24170T** est en vente au Club au prix de 8,65 euros.

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.

Falaise

Responsable de l'activité :

Toufik Tabti, tél. 06.23.90.51.93
toufik.tabti@faurecia.com

Jeudi 2 avril à 19h au Club, présentation du programme et des activités de la section Falaise. Pour une meilleure répartition de nos talents culinaires, prenez contact avec nous. Les nouveaux inscrits sont les bienvenus.

4-5/04 // **HAUTEROCHE** // Toufik Tabti

11-12/04 // **SAFFRES** // Toufik Tabti

18-19/04 // **HAUTEROCHE** // Toufik Tabti

25-26/04 // **SAFFRES** // Franck Delalande

1-3/05 // **CORMOT ET COMBES DU DIJONAIS**

// Anne-Marie Corvée

9-10/05 // **HAUTEROCHE** // Toufik Tabti

16-17/05 // **SAFFRES** // Anne-Marie Corvée et Franck Delalande

30-31/05 // **CORMOT** // Yves Villar et Anne-Marie Corvée

Lors des séjours à Cormot, des ateliers « Manœuvres de corde » sont organisés.

Les réunions préparatoires et les inscriptions auront lieu au Club les jeudis à 18h45.

Si la météo est favorable une sortie peut être organisée au dernier moment ou si un week-end n'est pas dans le programme, n'hésitez pas à nous contacter. Vous pouvez retrouver le programme de la section et ces mise-à-jour sur le site internet du club : <http://www.clubalpin-idf.com>

Les sorties organisées en Bourgogne sont particulièrement adaptées aux nouveaux inscrits et aux débutants. Le but sera d'acquies les notions de base de l'escalade en site sportif (rappel sur l'assurance en moulinette, progression en sécurité, manœuvres de cordes, installation de relais, rappel...). Il est indispensable d'avoir pratiqué l'escalade sur mur et à Fontainebleau.

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, en covoiturage. Participants avec ou sans voiture, contactez Alfred Lanot pour l'organisation de cette sortie.

Dimanche 5 avril

• **ESCALADE FALAISE À SAINT MAXIMIN (60)** // Alfred Lanot // Départ 9h.

Dimanche 19 avril

• **ROCHER FIN - ORANGE ET BLEU** // Christian Bonnet // Départ 9h30.

Dimanche 26 avril

• **ESCALADE FALAISE À CONNELLES** // Christian Bonnet // Départ 8h30.

Dimanche 3 mai

• **ESCALADE FALAISE À SAINT MAXIMIN (60)** // Alfred Lanot // Départ 9h.



activités des Clubs alpins d'Île-de-France



Vendredi 8 mai au dimanche 10 mai

- **ESCALADE EN BOURGOGNE** // Alfred Lanot //

Escalade au Saussois et à Vieux-Château. Une réunion préparatoire à cette sortie sera organisée début mai. Contactez A. Lanot.

Dimanche 24 mai

- **POTALA ORANGE AUX TROIS PIGNONS** // Christian Bonnet // Départ 9h.

Dimanche 31 mai

- **ESCALADE FALAISE À CONNELLES** // Christian Bonnet // Départ 8h30. ▲

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 ▲

parapente

Responsable de l'activité : Françoise Lérique

Tél. 06.07.37.72.44 / flerique@club.fr

Activité les samedi, dimanche et 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. ▲

raquettes

Randonnées à raquettes

Dates	Organisateurs	Niveaux	Terrain	Code	Destinations	Ouv. insc.
11 au 13 avril	Michel Lohier	M ▲▲	Alpin	09-RQ20	Panoramas de la Meije aux Agneaux	2 janv.
20 au 26 avril	Bernadette Parmain	SO ▲▲	Alpin	09-RQ27	Haute route de la Silvretta (Autriche)	20 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

VTT-VDM

Responsable de l'activité : Hubert Lefranc

Tél. 06.76.35.56.21, hubert.lefranc@gmail.com

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

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 sera présentée dans la brochure Glaces et Sentiers 2009. ▲

ski de montagne

Responsable : Jean-François Deshayes

Tél. 06.70.75.12.61

Profitez de l'enneigement exceptionnel de cette saison, des sorties vous sont proposées jusqu'à début juin. Programme détaillé dans la brochure Neiges 2009. ▲

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 16 - dimanche 17 mai DE GRENOBLE À VALLOUISE

- **PIC JOCELME, COULOIR NE** // Jean-Luc Marmion, Jean-Pierre Mazier, Mathieu Rapin // III/D-. 3 places. Refuge des Bans. 120 euros // 09-ALP07 -

- **INITIATION - PIC DU GLACIER BLANC** // Thierry Lossier, Michel Tendil // II/F. 4 places. Refuge des Écrins. 120 euros // 09-ALP08

- **ROCHE PAILLON, ROCHE ÉMILE PIC** // Marie-Line Lacroix, Xavier Goguelat-Harasse // II/PD. 4 places. Refuge des Écrins. 120 euros // 09-ALP09

- **COULOIR NORD DU COL DE ROCHE FAURIO** // Bruno Vaillant, Frédéric Beyaert, Patrick Preux // III/AD. 3 places. Refuge de Villard d'Arène. 120 euros // 09-ALP10

- **GRANDES VOIES DE ROCHER PRÈS DE L'ALPE DU PIN - VÉNÉON** // Nicolas Chamoux, Toufik Tabti // D. 4 places. 120 euros // 09-ALP11

Jeudi 21 au dimanche 24 mai

- **COULOIRS DE NEIGE EN BELLEDONNE** // Bruno Vaillant, Frédéric Beyaert, Jean-Luc Marmion, Mathieu Rapin, Nicolas Chamoux, Patrick Preux, Xavier Goguelat-Harasse // PD - AD - D. 7 places. Refuge non gardé. 13 euros // 09-ALP12

Samedi 30 mai au lundi 1^{er} juin

- **COURSES DANS LE MARCADAU** // Laurent Métivier // F/PD accessible en initiation. 4 places. Refuge gardé // 09-ALP36

activités des Clubs alpins d'Île-de-France

Samedi 6 - dimanche 7 juin

AUTOUR DE BOURG ST MAURICE

- **INITIATION - POINTE DE MÉAN MARTIN** // Bruno Vaillant, Jean-Pierre Mazier, Paul Hartemann // F. 6 places. 110 euros // 09-ALP13
- **AIGUILLE DES GLACIERS** // Mathieu Rapin, Rémi Mongabure, Xavier Goguelat-Harasse // PD à AD. 6 places. Refuge Robert Blanc. 110 euros // 09-ALP14
- **TÊTE DU RUITOR** // Frédéric Beyaert, Thierry Losser // II/PD. 4 places. Refuge du Ruitor. 110 euros // 09-ALP15
- **VOIES DE ROCHER À LA PIERRA MENTA** // Marie-Line Lacroix, Nicolas Chamoux, Touwfik Tabti // D à TD. 5 places. 110 euros // 09-ALP16
- **MONT POURRI** // Franck Vangraefscheppe, Patrick Preux // PD+. 4 places. Refuge de Turia. 110 euros // 09-ALP17

Samedi 20 - dimanche 21 juin

CHAMONIX

- **CHARDONNET - ARÊTE FORBES** // Bruno Vaillant, Marie-Line Lacroix, Xavier Goguelat-Harasse // III/AD. 3 places. Refuge Albert 1^{er}. 110 euros // 09-ALP18
- **VOIES DE ROCHER À L'ENVERS DES AIGUILLES** // Nicolas Chamoux, Touwfik Tabti // D. 4 places. 110 euros // 09-ALP19
- **COURSE CLASSIQUE FACILE** // Jean-François Deshayes // F à PD. 2 places. 110 euros // 09-ALP20
- **DENT DU GÉANT - PYRAMIDE DU TACUL** // Patrick Preux, Thierry Losser // III/D-. 4 places. Refuge Torino. 110 euros // 09-ALP21
- **VOIES DE ROCHER DANS LES AIGUILLES DE CHAMONIX** // Rémi Mongabure // D. 2 places. 110 euros // 09-ALP22
- **AIGUILLE DE L'ÉBOULEMENT - COULOIR SE ET TRAVERSÉE** // Frédéric Beyaert, Jean-Pierre Mazier, Mathieu Rapin // II/AD-. 6 places. Refuge de Leschaux. 110 euros // 09-ALP23
- **CHARDONNET - EPERON MIGOT** // Jean Luc Marmion, Michel Tendil // AD+. 2 places. Refuge Albert 1^{er}. 110 euros // 09-ALP38

Samedi 4 - dimanche 5 juillet

VALGAUDEMAR

- **LES ROUIES** // Raymond Pageot, Bruno Vaillant, Jean-Pierre Mazier, Paul Hartemann, Thierry Losser, Xavier Goguelat-Harasse // II/PD-. 12 places. Refuge du Pigeonnier. 120 euros // 09-ALP25
- **PIC JOCELME** // Frédéric Beyaert, Patrick Preux, Rémi Mongabure // PD. 6 places. 120 euros // 09-ALP26
- **VOIES DE ROCHER - OLAN ROUYE** // Mathieu Rapin, Nicolas Chamoux, Touwfik Tabti // D à TD. 6 places. Refuge de l'Olan. 120 euros // 09-ALP27
- **LA ROUYE - VOIE DES GAPENÇAIS** // Jean Luc Marmion, Michel Tendil // D. 4 places. Refuge de l'Olan. 120 euros // 09-ALP39

Samedi 11 au mardi 14 juillet

- **TRAVERSÉE DE TURTMANN À ZINAL / ASCENSION DU BISHORN** // Jean-François Deshayes // F à PD. 3 places. 13 euros // 09-ALP29 ▲

destinations lointaines

Samedi 25 avril au dimanche 17 mai

- **EST DU NÉPAL : JANNU ET CB DU KANCHENJUNGA (3^E SOMMET DE LA PLANÈTE)** // Gilles Caldor // Hébergement : camping et hôtels. Engagement physique soutenu. Participation aux frais : 2400 euros (à confirmer suivant la taille du groupe, contacter le responsable). Nb places : 9 // 09-NEP03 ▲

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



Gîtes d'étapes et refuges

4000 hébergements pour vos randonnées et vos escapades en montagne.

En version imprimable à partir de : www.gites-refuges.com

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 // Dominique Colson, tél. 01.64.09.33.71

pub vieux campeur