

randonnée pédestre

Dans le Far West américain Arches National Park

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

octobre novembre 2010 // numéro 206 // 5 euros

VTT au pays des Svanes
vélo de montagne

randonnée pédestre
La Suisse à pied

randonnée pédestre
Solo, trop tôt sur le Chemin de Stevenson

Paroles montagnardes
littérature alpine

www.clubalpin-idf.com

agenda

Que la Montagne est Belle

Dimanche 26 septembre

L'opération « Que La Montagne est Belle » s'inscrit cette année dans le thème international de la biodiversité. Nous vous invitons, à cette occasion, à aller à la découverte de cette biodiversité tout en prenant conscience de l'impact de l'homme sur son environnement.

Les clubs d'Ile-de-France se retrouveront à Apremont Bizons dans le Massif de Fontainebleau le dimanche 26 septembre, à partir de 9h30 sur place pour des randonnées de sensibilisation encadrées par J-J. Guéant et P. Bontemps. Vous pourrez aussi participer à un assaut phytolaques avec Th. Pain (les phytolaques sont une plante très invasive qui porte préjudice à cette biodiversité).

Ensuite nous nous rassemblerons pour le pot habituel à partir de 12h30, puis après le pique-nique, à partir de 13h45, seront présentées les diverses activités des clubs (randonnée, escalade, etc.) auxquelles vous pourrez vous joindre.

Vous pouvez aussi participer à vos sorties habituelles de randonnées ou d'escalade pour la journée entière qui ont prévu de rejoindre le rassemblement le midi et peuvent vous permettre de changer de groupe ou d'activité l'après-midi. En particulier :

- Escalade avec Carlos : Sortie d'initiation et de découverte auprès du grand public (RdV à la Porte d'Orléans pour un covoiturage à 9h30 au monument du Général Leclerc). Blanc Enfants (n°4), orange AD+ (n°3) : 48 numéros + 16 variantes, bleu D (n°2) : 36 numéros + 7 variantes, rouge TD (n°1) : 43 numéros + 18 variantes.

- Randonnée pédestre : 4 sorties différentes sont proposées (pour toutes ces sorties, le rendez-vous est 20 min. avant le départ, dans la gare de Lyon, Galerie des Fresques, devant le guichet n°52 ; chacun achète son billet). Facile 19 km avec Martine, train 9h05, Gare de Lyon ; moyen 18 km avec Alain, train 8h35, Gare de Lyon ; moyen 23 km avec François, train 8h35, Gare de Lyon ; moyen 22 km avec Claude, train 8h35, Gare de Lyon. Venez nombreux avec famille et amis : comme tous les ans, cette journée de découverte est ouverte à tous. ▲

Soirée accueil

Mercredi 29 septembre, au Club alpin Ile-de-France à 19h à la Maison des Associations du 14^e, 22 rue Deparcieux, 75014 Paris, métro Raspail ou Denfert Rochereau.

Venez découvrir les nombreuses activités que propose le Club alpin d'Ile-de-France, tant à Paris qu'en montagne ou ailleurs.

Activités de proximité : randonnées pédestres à la journée autour de Paris, escalade sur mur ou sur blocs (Fontainebleau), week-end d'escalade en falaise, sorties VTT autour de Paris. Activités organisées au départ de Paris dans toute la France et même au delà : semaines, week-ends et week-ends prolongés en alpinisme, cascade de glace, randonnée pédestre, ski hors piste, ski de randonnée, ski de fond, raquettes à neige.

En présence de responsables de toutes les activités, venez découvrir comment se décline la montagne à Paris ! Cette soirée est ouverte à tous, que vous soyez nouvel adhérent ou pas encore adhérent du Club alpin.

Club Alpin Français Ile-de-France

Association créée en 1874,

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

12 rue Boissonnade 75014 // Métro : Port-Royal, Raspail, Vavin

Adresse postale : 5 rue Campagne-Première 75014 Paris

Tél. + répondeur : 01.42.18.20.00 // Télécopie : 01.42.18.19.29

Site Internet : www.clubalpin-idf.com // Courriel : accueil@clubalpin-idf.com

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

Fermeture des bureaux : le jeudi 11 novembre.

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.



Découvrez Action Dolpo,
association parrainée par le Club Alpin Français !
Samedi 4 Décembre, de 14h30 à 18h30
Club Alpin Français - 24 avenue Laumière - Paris 19^{ème}

- Films documentaires, diaporama, musique tibétaine, objets et tissages du Dolpo.
- Ventes de bijoux en argent et d'artisanat népalais ou tibétain pour préparer vos cadeaux de Noël, au profit de l'association.



À plus de 4 000 mètres d'altitude, le Dolpo est l'un des endroits habités les plus froids et les plus froids au monde. Présente dans la vallée depuis 1993, Action Dolpo y assure la scolarisation de 150 enfants et la gestion d'un centre de soins, pour lequel elle construit actuellement un nouveau bâtiment. L'association permet aussi aux étudiants les plus doués de poursuivre leurs études supérieures à Kathmandu.

Les premiers jeunes formés par Action Dolpo sont ainsi déjà revenus dans leur vallée pour en assurer par eux-mêmes le développement.

www.actiondolpo.com



Une journée pour le Dolpo

Dimanche 17 octobre

Dans le cadre des activités randonnée et au profit de l'association Action Dolpo, une grande journée de solidarité vous est proposée comprenant cinq randonnées facultatives (de niveaux très facile à moyen ou soutenu), un repas pris au restaurant et un loto avec de nombreux lots. Vous pouvez aussi rejoindre directement le restaurant le midi.

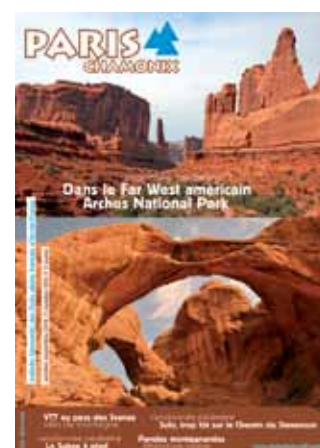
Vous trouverez le programme détaillé des randonnées proposées dans www.clubalpin-idf.com/php/programmeSite.php?i=RP (le programme des randos à la journée) et aussi sur la fiche technique.

Cette manifestation est ouverte à tous, membres du Club alpin ou non, n'hésitez pas à venir en famille ou avec vos amis. Participation aux frais : 30 euros.

Inscription obligatoire au secrétariat du Club dès le 2 septembre et avant le samedi 9 octobre. ▲ **En savoir plus sur l'association :** www.actiondolpo.com



En une, en haut :
Park Avenue ; en bas :
Double Arch,
dans Arches National
Park (USA).
Photos : Mouraret.



Sommaire du numéro 206

Paris Chamonix

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

Directeur de la publication :
Claude Boitard.

Responsable de la
rédaction :

Monique Rebiffé.

Secrétaire de rédaction-
maquettiste :

Hervé Brezot.

Comité de rédaction :

Pierre Bontemps, Gilles

Caldor, Martine Cante,

Gérard de Couyssy,

Hélène Denis, Annick

et Serge Mouraret,

Bernadette Parmain,

François Renard, Oleg

Sokolsky.

Administration :

Club alpin français

d'Ile-de-France

12 rue Boissonade

75 014 Paris

Abonnement

pour 6 numéros (1 an)

Membres du Caf IdF :

15 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 : octobre 2010

CPPAP n° 0114 G 84108

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



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

page 6 // Vélo de montagne VTT AU PAYS DES SVANES

page 10 // Randonnée pédestre ARCHES NATIONAL PARK (FAR WEST AMÉRICAIN)

page 13 // Randonnée pédestre LA SUISSE À PIED

page 14 // Randonnée pédestre SOLO, TROP TÔT SUR LE CHEMIN DE STEVENSON

page 16 // Littérature alpine PAROLES MONTAGNARDES

page 17 // Chronique des livres et du multimédia

page 18 // Activités des Clubs alpins d'Ile-de-France

Svanétie (Géorgie),
le dôme du Gumatchi (3800 m).
Photo : Jean-Jacques Bianchi

agenda (suite)

Soirée de lancement des activités hivernales

Judi 18 novembre, à 19h30

au 92 bis bd du Montparnasse 75014 Paris.

Présentation des activités hivernales, diaporama,
buffet. À cette occasion vous pourrez rencontrer la
plupart des encadrants des activités d'hiver. ▲

Foire aux matériels de montagne

La braderie se tient samedi 27 novembre de
11h à 17h dans les locaux du club

au 12 rue Boissonade 75014 Paris au sous-sol.

Ski, raquettes, alpinisme, escalade, randonnée
pédestre, VTT... Achetez et vendez du matériel de
montagne : chaussures, chaussons d'escalade, sacs
à dos, tentes, duvets, piolets, crampons, raquettes,
skis, vêtements non démodés et propres... Dépose

du matériel à vendre jeudi 25 novembre de 16h à
18h30 et vendredi 26 novembre de 16h à 19h30.
Mettez un prix raisonnable. Aucun dépôt de ma-
tériel ne sera accepté le jour de la vente. ▲

Important

La garantie d'assurance liée à
votre adhésion 2010 expire le 31 octobre.
Pensez à renouveler votre adhésion afin de
profiter de tous les avantages liés à votre
appartenance au Caf Ile-de-France. La ga-
rantie est acquise dès réception de votre
règlement à notre siège parisien. Aucune
inscription à une sortie se déroulant en 2011
ne peut être prise en considération avant le
règlement de la cotisation.

L'Écho des sentiers et de l'environnement

par Annick Mouraret

« La montagne n'est pas dangereuse, on ne risque pas d'y perdre sa vie tandis qu'à Paris on devient vite bête et méchant. » Voltaire

Nouveaux itinéraires

LE CHEMIN DE SAINT-GUILHEM-LE-DÉSERT

Un nouveau topo décrit rarement un nouveau chemin : il s'agit ici d'un itinéraire de pèlerinage datant du Moyen-âge, le « camin de Sant Guilhem » qui suit approximativement la « draille » reliant l'Auvergne au Languedoc. Des milliers de brebis l'empruntent encore en partie au sud pour gagner les estives de l'Aigoual mais les foires de Meyrueis et du Vigan ont disparu et avec elles les muletiers et marchands ; disparus aussi les pèlerins se rendant au tombeau de Sainte-Énimie et au sanctuaire de N-D. de Belle-Grâce. Mais il demeure la splendeur des paysages, des montagnes austères, des causses, des garrigues méridionales, des croix pour guider et se recueillir, des lieux d'accueil, des édifices religieux dont l'abbaye de Saint-Guilhem-le-Désert créé en 804. Depuis Aumont-Aubrac, on traverse la Lozère, l'Aveyron, le Gard, l'Hérault : c'est la sauvage quiétude des grands espaces dit le topo.

Ce qui est nouveau, c'est de reconstituer ce cheminement qui fut très animé : il permet de connecter des parcours pour faire un autre voyage à pied qui a le mérite de dépayser sur des hautes terres parfois bien esseulées, entrecoupées de profondes gorges : Lot, Tarn, Jonte et des Grands Causses (Sauveterre, Méjean, Blandas, Larzac. Le causse Noir est sur une variante).

LA SUISSE À PIED

Là non plus, il ne s'agit pas de nouveaux chemins, ce qui change c'est leur présentation, à l'image des GR en France, avec six guides pour les six itinéraires nationaux. Voir page 13. ▲

Gîtes, cabanes et campings ONF

Ce sont d'anciennes maisons forestières souvent centenaires situées au cœur de la forêt ou en montagne, confortablement aménagées, qui sont louées pour le week-end ou la semaine. Le niveau de confort varie selon qu'il s'agit d'un gîte forestier (9) ou d'une cabane (4) possédant aussi l'équipement nécessaire mais dans un contexte plus rustique. Les gîtes Retrouvance (16) correspondent à des circuits, avec ou sans accompagnateur. Les 11 campings implantés en forêt domaniale s'inscrivent aussi dans le cadre d'un développement durable, tout comme les gîtes. ▲ Brochures Gîtes, campings et itinéraires Retrouvance auprès de l'ONF : 2 av. de Saint-Mandé 75570 Paris Cedex 12. Tél. 01.40.19.58.00. Sites www.onf.fr et www.retrouvance.onf.fr

La Croix du Buffre sur le Causse Méjean, en Lozère (photo : Mouraret)



Refuge ONF Pré Grandu (photo : ONF)

Trekking au Népal

Paris-Chamonix 203 alertait sur la progression des pistes carrossables au Népal. Progrès pour les Népalais, elles s'infiltrèrent dans des vallées difficiles mais empiètent souvent sur les chemins chers aux trekkers. Sur le tour des Annapurnas, côté Kali Gandaki, maintenant on peut être véhiculé de Muktinah à Béné et Pokkara ; le parcours Tatopani-Birethanti est intact. Côté Marsyangdi, où commence le tour, j'ai pu faire un constat précis. La piste qui se tient toujours rive droite (pour ne pas nécessiter de pont) est actuellement utilisable jusqu'à Bhulbhule. Au-delà, c'est le chantier, au moins jusqu'à Dharapani, sachant que la piste doit rejoindre Manang (ce n'est pas pour demain !). Si la randonnée passe parfois rive gauche et retrouve son charme, on marche néanmoins en avril 2010 dans le bruit des marteaux-piqueurs et des explosions car les verrous rocheux à détruire sont nombreux. À terme, le tour des Annapurnas ne sera plus vraiment un tour, se réduisant à la traversée du Thorong pass (5416 m) en 3 jours. Aussi peut-on inviter à privilégier le tour du Manaslu, voisin et presque intact, réalisable en 14 jours, qui se termine par deux étapes du tour des Annapurnas, de Dharapani à Bhulbhule. ▲ Par SM



Tour du Manaslu (photo : Nicole Roulet)

Agenda

- **Conférences Natureparif.** Elles sont publiques, leur programme est disponible sur www.natureparif.fr/fr/manifestations/conferences
- **25 octobre au 27 novembre. Les entreprises de l'Essonne ouvrent leurs portes** (dont agricoles, alimentaires, recyclage et environnement) : Comité de Tourisme, 19 rue des Mazières 91000 Évry. Tél. 01.64.97.36.90. www.tourisme-essonne.com
- **27 octobre au 1^{er} novembre. Festival international du film ornithologique de Ménigoute.** Association Mainate, 16 bis rue de Saint-Maixent 79340 Ménigoute. www.menigoute-festival.org
- **24-30 novembre. Festival international du film d'environnement.** Cinéma La Pagode, 57bis rue de Babylone, 75007 Paris. Gratuit. Site : www.festivalenvironnement.com
- **27 novembre. Brocante d'objets et de livres géographiques,** dans le cadre de la folle journée de Géographie. Société de Géographie, 184 bd Saint-Germain 75006 Paris. Tél. 01.45.48.54.62.
- **27-28 novembre. 35^e bourse internationale de minéraux et fossiles** à Jouy-en-Josas 78350, salle du marché, 10h-18h, entrée libre. Tél. 01.39.56.12.26.

l'écho des sentiers et de l'environnement

cartes et topos

nouveau

Ski de fond sans frontières

À la découverte du Jura franco-suisse

Karl et Marianne Meyer, Dominick Wunderlin

En matière de ski de fond, la littérature s'est bien appauvrie ces dernières années. Alors, il faut saluer ce petit (mais très dense) ouvrage consacré à de grands itinéraires, à savoir les traversées du Jura, domaine par excellence de ce sport. Édité grâce aux trois grandes associations AJS, RSF et GTJ, il remet au goût du jour ces magnifiques parcours qui traversent un Jura sans frontière sur 220 km. De Giron au sud et en France au pied du Chasseral en Suisse, essentiellement sur pistes balisées, l'itinéraire principal (9 étapes) et 7 variantes sont décrits avec schéma, profil, cartographie, hébergements. Des informations générales complètent parfaitement ce guide bilingue. Format 12,5 x 19 cm, 112 p. Disponible auprès de la GTJ (www.gtj.asso.fr). ▲

Randonnées aquatiques

Canyons faciles des Pyrénées

Bruno Mateo, Rando-éditions, 1^{ère} éd. 7/2010.

Il s'agit pour les randonnées aquatiques de progresser sans utiliser de rappels : c'est accessible à toute personne sachant nager. Pour les canyons faciles, il faut se munir de cordes, de baudriers et ne pas craindre de sauter. C'est une invitation à parcourir les Pyrénées franco-espagnoles par d'autres sentiers, versants et failles, les pieds dans l'eau, la tête au soleil. 8 itinéraires en Languedoc et Catalogne, 19 en Aragon, 2 en Béarn et Navarre et enfin 9 « bonus » qui demandent plus d'énergie et de technique. Au total, 38 parcours avec photos, textes, schémas et descriptifs de l'évolution par pictogrammes. ▲

Aspe-Ossau Pyrénées béarnaises

Pierre Macia, Rando éditions, 7/2010.

55 randonnées : 21 en vallée d'Aspe, 9 versant espagnol et 20 en vallée d'Ossau. Collection guide rando (à spirale), selon 4 niveaux de difficultés (couleurs) : les 10 itinéraires « brun » sont de longues courses, par de hautes crêtes, de plus de 8 heures et ne sont donc pas de banales PR, ce qui donne le niveau de la collection. Chaque parcours comporte un texte de présentation, la description, un schéma, un graphique des dénivelés et photos. ▲

Le Chemin de Saint-Guilhem-le-Désert

(Lozère, Aveyron, Gard, Hérault)

FFR, réf. 4834, 1^{ère} éd. 6/2010. Voir Ci-contre.

Chemin de pèlerinage empruntant plusieurs GR : 15 jours de randonnée d'Aumont-Aubrac à Saint-Guilhem-le-Désert, avec des variantes Aubrac et gorges du Tarn. ▲



Les Alpes Du Forez au Diois,

Sentiers forestiers, 25 promenades en forêt

ONF/FFR. réf. SF03, 1^{ère} éd. 6/2010.

Le titre Rhône-Alpes correspondrait mieux puisque ce sont 25 itinéraires en forêts qui sont présentés dans cette région administrative (8 départements), recouverte pour un tiers d'essences différentes. Mélèzes, pessières (épicéas), pinèdes, sapinières, hêtraies, chênaies, châtaigneraies caractérisent des localisations et étages spécifiques : on peut faire confiance à l'ONF pour bien informer à leurs sujets, avec des compléments flore et faune des lieux. ▲

Randonnées en Norvège

Édité par DNT/Gaz de France Norge AS. 176 p.

Ce livre, paru en 2007, mérite attention. Il présente des itinéraires de plusieurs jours dans 14 régions, de refuge en refuge. Le DNT (Den Norske Turistforening) est l'association norvégienne de randonnée pédestre qui a balisé plus de 21 000 km de sentiers, jalonnés de ses 440 chalets et gîtes. Il y a peu de photos mais chaque région figure sur une carte avec les parcours décrits succinctement puisque balisés (les repères peuvent disparaître sous la neige). Les cartes détaillées sont indispensables : 1/50.000 et 1/100.000. Pour plusieurs nuits en refuge, le mieux est d'adhérer au DNT (pas de réciprocité avec les Clubs alpins). Disponible auprès du DNT, Storgata 3 (boks 7 Sentrum) N 0101 Oslo (Norvège). Courriel : turinfo@dnstoslo.no. Site : www.turistforeningen.no ▲

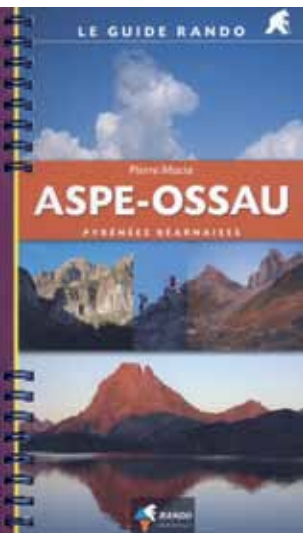
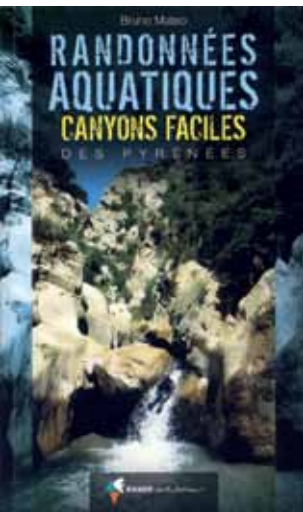
rééditions

La traversée du Mercantour

Vallée des Merveilles

GR 5, 52 et 52A. FFR, réf. 507, 14^e éd. 6/2010

Le GR5 de Larche à Nice (153 km) et le GR52 de St-Dalmas-Valdeblère à Menton (98 km) figuraient dans le précédent topo (réf. 507, Tinée-Vésubie). Le GR52A du col de Tende à Colmars (panoramique du Mercantour), 192 km, était dans le topo réf. 500 (Panoramique du Mercantour) qui est supprimé : il est judicieux de conserver ce topo, car il comprenait aussi le GR510 de Breil-sur-Roya à Grasse, en attendant qu'il soit regroupé ultérieurement, probablement avec le GR51. ▲



VTT au pays des Svanes

Carnet de route en VTT sur la plus belle vallée du Caucase géorgien, en Svanétie, pays de Jason et de la Toison d'Or...

texte et photo : Jean-Jacques Bianchi

Svanétie, vallée retirée et oh combien difficile d'accès, sans doute la plus belle du Caucase géorgien, au pied des 5000 de la chaîne frontalière avec la Russie. Svanétie, civilisation millénaire, ancien royaume de Colchide, pays de Jason et de la Toison d'Or. Mais surtout la réputation des Svanes. « À la création du monde », rapporte la légende, « lors de la répartition des terres et des biens entre les divers peuples de la planète, Dieu avait oublié les Svanes occupés à faire la fête. Fâchés de se retrouver démunis, ils se plaignent au Seigneur qui en réparation leur donne le droit de se servir de temps à autres chez leurs voisins caucasiens mieux dotés... »

Quoi de plus alléchant pour Pierre et moi-même, que d'aller y promener nos *Mountain Bike* et nos chaussures de trek, une traversée de trois semaines, avec un principe : on vit, on mange « svane », on dort chez l'habitant, improvisation quotidienne sans plan prédéfini.

De la Basse à la Haute Svanétie, le **Zagar Pass**

Le long de la rivière Tskhenistskali, que nous remon- tons sur plusieurs dizaines de kilomètres, il pleut, il y a de nombreux villages, donc des chiens – hier, Pierre qui voulait aimablement saluer celui de nos hôtes, s'est fait mordre la main gauche et a fini au dispensaire de Lentheki – des mares remplies d'eau, plutôt de « m.r.e » et des obstacles imprévus, du genre forestiers qui font descendre les troncs d'arbres en les abandonnant en équilibre instable 10 mètres au dessus de nos têtes...

Camp Zeskho, ultime structure d'accueil fonction- nant encore dans la montagne, étonnement des Géorgiens à notre vue.... Cette nuit, violent orage, et le débit de la rivière Tsana s'en ressent. J'opte pour un franchissement en courant, résultat, j'aurai les pieds trempés pour la journée et les chaussures humides pour plusieurs jours... mais je ne crains plus rien pour le restant de l'étape.

Zagar Pass, 2650 m, porte d'entrée vers Ushguli et la Haute Svanétie. L'itinéraire est finalement assez « roulant », larges lacets sous le glacier Caudron, puis les hauts plateaux avec un orage de grêle : pas le moment de traîner et de chercher après les traces d'ours qui abondent ici. Heureusement, cette année, pas de névé tardif en travers du chemin.

Du col, nous allons suivre jusqu'à la fin du voyage – avec évidemment de nombreuses fioritures – la vallée du fleuve Ingur, qui draine tout le Caucase central géorgien jusqu'à la Mer Noire.

Sur les traces d'**Alexandre Dumas**

De novembre 1858 à février 1859, Alexandre Dumas parcourt le Caucase russe et géorgien, voyage fabuleux pour cette époque, dont il fait un récit passionnant. « Lorsque j'arrivais à Tiflis [la Tbilissi d'aujourd'hui], je crus, je l'avoue, arriver dans un pays à demi sauvage... je me trompai... je me vis obligé à un dîner Géorgien... un dîner géorgien, c'est un repas qui se compose surtout d'herbes fraîches et de racines... de salades sans huile et sans vinaigre, de ciboules, de pimprenelle, d'estragon... mais quant à la partie liquide, c'est autre chose... un

Du Gestola (4860 m)
au Shkara (5200 m).

Même dans la tombe,
il a encore le verre à la main !





dîner géorgien est un repas où les petits buveurs boivent leurs 5 ou 6 bouteilles de vin, et les grands leurs 12 ou 15... quelques-uns ne boivent même pas à la bouteille, ils boivent à l'outre : ceux là vont à 20 ou 25 bouteilles... les Géorgiens ont inventé un récipient qui les grise malgré eux... c'est une espèce d'amphore que l'on appelle une goulah... mais encore une foule d'autres vases aux formes les plus fantastiques : courges à longs tuyaux... cornes montées en argent, longues comme la trompe de Rolland. Le moindre de ces récipients contient une bouteille, qu'il faut toujours boire d'un seul coup sans se reprendre... et que l'on ne peut reposer qu'une fois vidé... c'est celui qui porte un toast qui décide de la capacité de son estomac... et celui qui accepte le toast doit à son tour vider jusqu'à la dernière goutte le même récipient... »

Bonne nouvelle : les us et coutumes bachiques sont restées rigoureusement intactes, mais la cuisine géorgienne est maintenant d'une variété et d'une originalité délicieuses... certaines soirées seront dures, vraiment dures pour nos organismes... et souvent, le *tcha tcha* incite nos hôtes à nous offrir des concerts spontanés de chants polyphoniques traditionnels.

Ushguli, patrimoine mondial de l'Unesco

Quand il aborde le village svane d'Ushguli, à l'été 1868, Sir Douglas Freshfield est parmi les 10 premiers Occidentaux à y pénétrer. « La tour où résidait le reine Tamar vers 1200 domine toujours le village le plus élevé d'Europe, des églises parmi les plus anciennes de Géorgie, le Shkara dresse sa formidable barrière au fond de la

vallée, les maisons de pierre chacune adossée à sa tour, chevaux galopants en liberté, cochons bruns, chèvres, vaches, moutons, oies... Les maisons n'ont pas de fenêtre, seulement des meurtrières, des fentes dans les murs de pierre sans mortier. C'est dans cet abri obscur que je passe deux nuits, encerclé par une troupe la plus sauvage et à l'apparence la plus dangereuse qu'il m'ait été donné de rencontrer hors d'Arabie. Même les jeunes garçons portent des épées, des pétaires et des pistolets. Nous réussîmes à charger nos bagages sur les chevaux, et en formation serrée, nous prîmes soudain le départ... Certains hurlant et vociférant nous barraient la route, d'autres brandissaient des épées, des sabres, des pistolets, courant en avant faisant mine d'utiliser leurs armes contre nous. L'issue paraissait de plus en plus douteuse, lorsqu'un homme assis sur un

Vers le Zagar Pass.





mur me tend la main et me donne une idée : je jette une poignée de kopecks sur la foule qui se disperse et se bat pour les pièces de monnaie, et effectuant une poussée vers le bas de la ruelle, nous voilà hors du hameau et libres dans les champs... »

Heureusement, aujourd'hui, l'accueil des peuples de la montagne est sans pareil, nous allons loger dans la plus haute maison du plus haut habitat permanent d'Europe. Usés, crottés, en short, nous rêvons d'une douche, d'un repas « normal » et d'un bon dodo. Mais nos hôtes en ont décidé autrement, il n'y a pas d'eau (chaude), à peine un peu d'électricité pour éclairer la salle où je rentre en me déchaussant pour préserver la propreté des lieux, car je n'ai pas pu éviter l'ultime mare à cochons... et commence l'interminable série de toasts portés à tout ce qui mérite d'être célébré. Quelques heures plus tard, affalés sur nos sacs, nous zig-zagons dans la nuit en tentant de parvenir à la pièce où nous allons dormir.

Aujourd'hui, nous approchons en VTT la face sud-est du Shkara, côté 5068 ou 5200 selon les cartes... c'est dimanche, beaucoup de monde autour des églises, où chacun amène moutons, shaslicks, et alcool pour les faire bénir par un pope gesticulant... Début de la descente des gorges de l'Ingur, nous retrouvons peu à peu un confort oublié...

Adishi, son glacier secret

En 1890, au cours d'un de ses voyages d'exploration, Vittorio Sella photographiait le village : 120 ans plus tard, nous le retrouvons quasi intact. Il a une longue histoire, un manuscrit – un important recueil de musique et chants sacrés de la paroisse d'Adishi – est conservé au musée archéologique de Mestia : il date de l'an 987 !

Adishi possède un autre joyau, son glacier, un des plus secrets de Svanétie, que nous approchons à pieds en compagnie de Giorgi, qui – dernière mode locale – marche avec des chaussures dépourvues de lacets... au milieu des hautes herbes, Giorgi pousse soudain un hurlement, éjecte sa chaussure – c'est pas compliqué – et tranche avec son couteau la tête d'un serpent qui s'y était introduit.

Le glacier se découvre progressivement, du Gestola (4859 m), du Tetnuld (4858 m), du Jangitau (5150 m)

descendent de longues cascades de séracs éblouissants. Nous remontons sur nos VTT : en aval d'Ipari, les gorges de l'Ingur sont impraticables, il nous faut franchir l'Uguia Pass, pour rejoindre une vallée parallèle, le bassin de Mestia.

Mestia, « capitale » de la Svanétie

Mulakhi, dernier village au carrefour de deux très longues vallées glaciaires, le Tuiber et le Tsanner, itinéraires traditionnels d'échange entre les peuples des montagnes, jadis fréquentés par les trekkers, lorsque Russie et Géorgie étaient réunies sous le sigle « URSS ». Nous choisissons de remonter la vallée du Tuiber, qui s'avère aujourd'hui tombée en complète désuétude : accompagnés au début par des bergers Svanes à cheval, qui vont essayer de récupérer leurs vaches qui paissent sur des couloirs d'avalanche, puis seuls, 10 heures de marche et de lutte dans un environnement redevenu « vierge », sans même pouvoir prendre pied sur le glacier.

Nous rejoignons Mestia, et sa soixantaine de tours, dominé par l'Ushba (4700 m), sommet bicéphale emblématique du Caucase. Nous expérimentons le principe du VTT assisté, un 4x4 nous monte au pied du plateau de l'Ushba, puis nous continuons jusqu'à près de 3000 m, pour une descente d'anthologie, un itinéraire que nous reprendrons à skis au cours de l'hiver 2010.

La visite de l'immense vallée du Leksys, où nous devions camper tourne court. À peine quelques pas sur le sentier, je suis hélé par un soldat depuis sa cabane : zone militaire interdite à tous ! Étrange première en Géorgie, où l'accès est libre partout. Comme le versant russe est lui aussi interdit, les 4100 m du Mestiatau que nous avions skié en mars 2005 dans une poudreuse de rêve vont rester

À gauche : Adishi village, photo Vittorio Sella - 1890.
À droite : Adishi village en 2009.

Coucher de soleil sur l'Ushba depuis Mazeri.





une « dernière ascension » jusqu'à l'hypothétique réconciliation russo-géorgienne.

Dali, **déesse** au mauvais caractère

Selon la légende Svane, Dali, déesse de la chasse, habitait sur les pentes de l'Ushba où Betkil chassait l'Auroch. Il rencontre et séduit Dali. Celle-ci, bien exigeante, s'estime insatisfaite et se venge en précipitant le pauvre Betkil dans les parois où elle le fait périr. Méfiance donc !

Nous remontons la vallée de Chalaat, carrefour d'un ensemble glaciaire qui s'achève à 1800 m, au pied des plus grandes parois rocheuses de Svanétie. Vallée Blanche et Glacier Noir réunis, le temps reste malheureusement bouché, mais quel extraordinaire itinéraire de ski de montagne.

Mazeri, village d'où sont partis en 1903 les premiers ascensionnistes de l'Ushba, dont la flèche se dresse 3300 m au dessus de nos têtes. Nos prétentions se limitent à l'Ushba trail. Nous commençons à en rater la passerelle de départ. Une autre passerelle permet de passer en RG de la rivière Dolra, vers un poste militaire. Contrairement à celui du Leksy, c'est juste pour la sécurité. Nous n'avons aucun papier, seul Pierre a sa carte du Caf : devant l'image de skieurs de randonnée imprimée au dos, et la notion de « French Alpine Club », les deux braves troufions se mettent au garde à vous. De grandes cascades alimentées par les glaciers se déversent par-dessus un cirque de falaises, nous remontons un couloir herbeux. Nuages et orage, dommage, on ne voit pas grand-chose du cirque qui nous domine et de la toujours hypothétique Ushba.

Une nuit de pluie intense, tout est blanc à partir de 2500 m, mais ce matin, l'atmosphère est redevenue limpide. Du sommet du Mont Zuruldi, le panorama s'ouvre à 360° sur l'immensité des montagnes svanes : sous nos yeux, les rivières qui naissent des glaciers charrient l'or de Jason. La déesse Dali s'est enfin laissée séduire.

C'est quoi **Sakeni** ?

J'ai repéré sur la carte le col de Khidja, qui offre 2150 m de dénivelée en descente, non stop, dans des

paysages à couper le souffle. Cette piste est le seul lien entre la Géorgie et les « gorges de Kodori », région restée sous contrôle géorgien après la guerre d'Abkhazie. Une mission de l'Onu surveille toujours la ligne de cessez-le-feu. Une piste stratégique doit être bien signalée et « roulable », me dis-je, je crains seulement qu'elle soit interdite.

Suite des gorges de l'Ingur, 50 km qui montent autant qu'ils descendent, jusqu'à sa rencontre avec la bouillonnante Nenskra. Recherche du départ pour Khidja : rien d'évident, on nous indique avec conviction un chemin qui devient rapidement un lit de torrent. À force d'investigation, caché derrière des arbres, un panneau tout rouillé indique « Sakeni », avec une piste qui monte à gauche. Mais sur nos cartes, aucun village de la Nenskra ne porte ce nom ? Où mène donc cette piste ? Le moral en berne, on hésite à se lancer dans une nouvelle exploration à une heure déjà avancée. Cette énigme me turlupine pendant que je pédale le long de l'immense lac du barrage qui occupe sur 55 km, la basse vallée de l'Ingur.

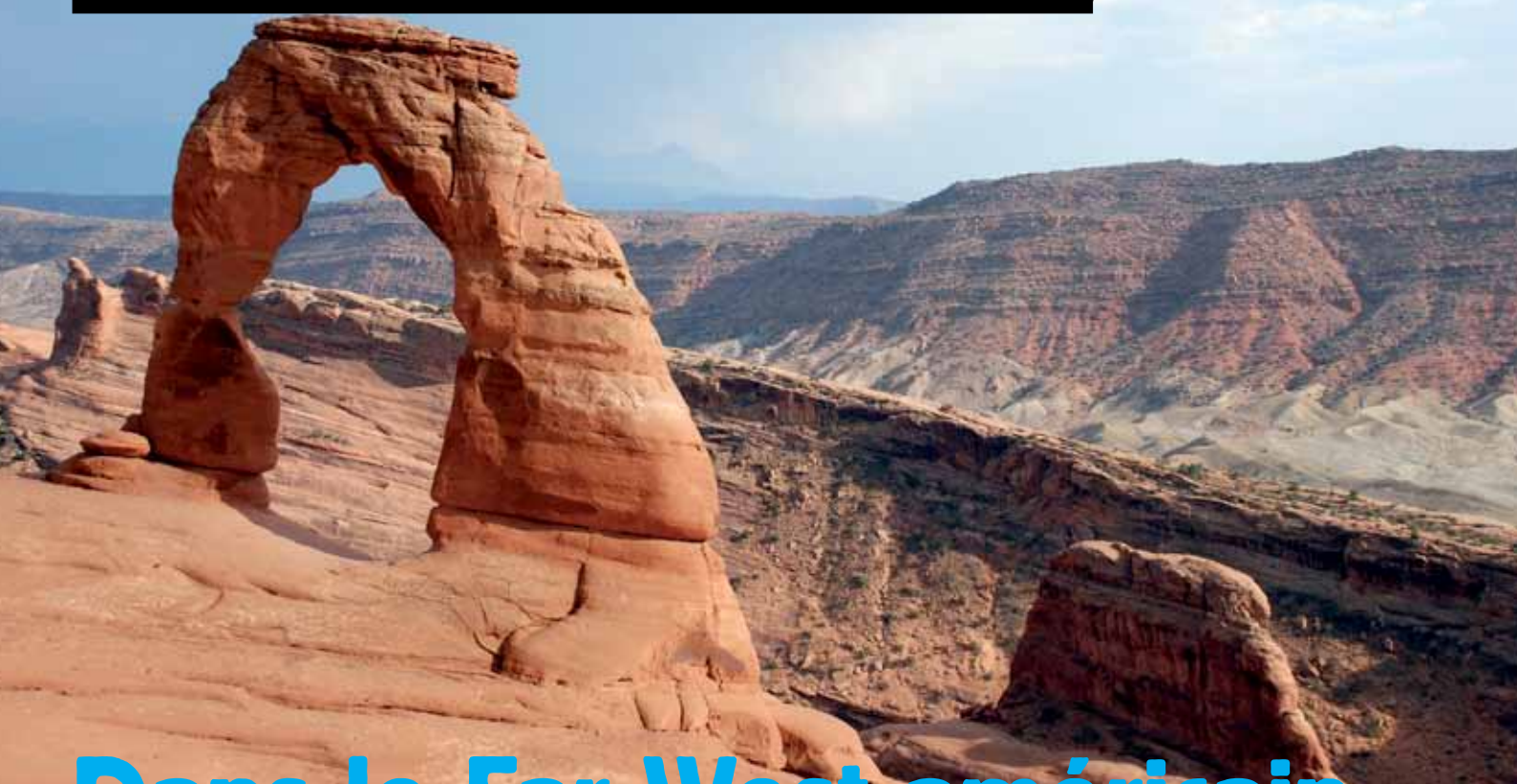
Zugdidi, capitale de la Mengrélie. Finie l'hospitalité des peuples de la montagne. Dans un hôtel un peu borgne, à la lumière de ma frontale, je me replonge dans les cartes, prends du recul, et découvre Sakéni, chef lieu des gorges de Kodori : il suffisait de lire la carte de l'autre côté du col de Khidja ! Quel abruti, Sakeni est même marqué sur une carte au 1/1.000.000 !

Les malheurs du VTTiste exotique

Tbilissi, aéroport, 6h30 du matin. Le petit train des bagages s'ébranle pour se placer sous la soute d'un Boeing en partance pour Erevan : stupeur, nos VTT vont se balader en Arménie ? Non, seuls les 4 derniers chariots sont décrochés et le reste va bien se garer sous notre avion.

CDG, nos housses à vélo sont livrées en dernier, comme d'habitude. Je vérifie l'aspect extérieur, rien à dire. St Raphaël, deux jours plus tard, remontage de mon VTT : impossible d'introduire la roue arrière, qui ne passe plus entre les bras du triangle du cadre. Je me donne des claques, mais il me faut accepter l'évidence : un gros choc qui n'a laissé aucune trace sur la housse a plié le bras arrière du cadre... ▲

À gauche : Dernière chute de séracs du glacier d'Adishi
À droite : Le long du fleuve Ingur.



Dans le Far West américain

Arches

National Park

texte et photos : Serge Mouraret

Les vastes étendues désertiques de l'Utah et de l'Arizona ont une histoire géologique commune et partout le soulèvement du plateau du Colorado a joué le même rôle essentiel. Pourtant, malgré une certaine proximité géographique, les mouvements de notre écorce terrestre et l'érosion aboutissent ici et là à des paysages toujours grandioses mais d'une surprenante diversité. Avec les Parcs nationaux, le gouvernement des USA s'engage à protéger les sites les plus remarquables mais aussi à faciliter leur accès. L'ouest américain détient plus de la moitié des 58 Parcs Nationaux avec une forte concentration dans l'Utah et l'Arizona. Après Capitol Reef, la série américaine continue avec Arches National Park qui n'est que 145 km plus à l'est (250 par la route).

La longue histoire des arches... Il y a 300 millions d'années, une vaste mer peu profonde occupait le plateau du Colorado. À cette époque, la région subit des effondrements et les grandes quantités d'eau salée piégées dans ce bassin s'évaporent, laissant sur l'emplacement de Arches National Park des roches salines sur 1,5 km d'épaisseur. Par la suite, une aussi épaisse couche de sédiments issus de l'érosion des monta-

gnes voisines se dépose, cimentée par des oxydes de fer très colorés.

Il y a 70 millions d'années, quand le plateau du Colorado (toujours lui !) se soulève, les couches salines profondes sont déformées, déplacées. En surface, les grès conservent leur horizontalité mais se fissurent. Depuis, l'action de l'eau et les fortes amplitudes thermiques isolent d'immenses lames de pierre, les « fins ». Laissant les roches de surface plus résistantes, intactes, l'érosion dégrade certaines couches sous-jacentes plus friables, des fenêtres se créent et s'agrandissent. Les arches s'affinent, se fragilisent et s'écroulent, c'est un phénomène toujours actuel. Sur 310 km² le parc totalise quelque 2000 arches, de 1 à 93 m.

La randonnée

Dans le canyon de Moab, une route se détache de la Highway 191 (Visitor Center) et, prenant de l'altitude, pénètre le parc sur 30 km du sud au nord. Deux diverticules de 4 km mènent l'un au



secteur des Fenêtres et l'autre à Delicate Arch. Cette route est intéressante de bout en bout. Elle dessert les différents groupes d'arches et traverse ou frôle les beaux alignements de lames de pierre qui leur donnent naissance. De nombreux parkings, seuls autorisés pour le stationnement, sont à l'amorce des sentiers qui mènent forcément à une curiosité de la nature. Après Park Avenue, vallon encadré par de gigantesques et verticales murailles, un rocher en équilibre (pour combien de temps ?), Balanced Rock marque la bifurcation pour les Fenêtres. Plus loin, bifurcation pour Delicate Arch, puis belvédère sur la vallée salée et Fiery Furnace, enfin Devils Garden, bout de route et camping, départ de sentiers. Le parc est de taille modeste et les randonnées toutes faciles n'excèdent pas 4 h.

Le souci à Arches, comme ailleurs, est de bien programmer ses balades pour bénéficier du meilleur éclairage. Il ne faut pas hésiter quelquefois à passer le matin et à revenir l'après-midi : à chaque heure sa couleur.

Devils Garden (jardin du Diable)

Le parcours en aller-retour de Devils Garden est la plus longue randonnée du parc mais, jalonnée de plusieurs belles arches, elle peut être aussi raccourcie à volonté.

Départ du parking. Peu après, sentier pour Pine-tree Arch, ensuite Landscape Arch (km 1,6), la plus effilée et la plus grande du parc (93 m). Au-delà, parcours un peu plus rude avec montée sur de grandes dalles, Double O Arch (km 3,4). En résumé, randonnée de 6,4 km en aller-retour ou de 11,5 km en empruntant la Primitive Loop.

Delicate Arch

La plus sympathique des randonnées pour une arche magnifique au bord du ravin. Départ de Wolfe Ranch, longue et tranquille montée sur de grandes dalles. 5 km AR, dénivelée = 146 m. Compter 2 à 3 h et une longue contemplation, au coucher du soleil surtout. Ceux qui ne peuvent monter jusqu'à l'arche peuvent l'apercevoir d'un point de vue accessible par route (1,6 km de Wolfe Ranch) et sentier (100 m).

Secteur des Windows (fenêtres)

Dans ce secteur, petites randonnées seulement mais belle concentration d'arches. Du bout de route, un circuit de 1,6 km passe à proximité de la curieuse Turret Arch et fait le tour de l'immense paroi percée de North et South Windows. De retour à la route, en face, en quelques hectomètres on rejoint la Parade des éléphants et la spectaculaire Double Arch. Avant de retrouver la route principale, il y a le Garden of Eden, magnifique champ de tours vrillées et penchées.

Broken Arch

Circuit de 3,2 km au départ du camping.

Fiery Furnace (la fournaise ardente)

La randonnée dans ce véritable labyrinthe de grès très colorés aux couloirs étroits se fait avec une autorisation ou mieux avec un guide (auprès du Visitor Center).

Page de gauche :
Delicate Arch
Ci-dessus :
Fenêtres nord et sud.



Lames de pierre (fins).

Tower Arch

À l'écart, dans l'ouest du parc, cette zone n'est accessible que par la piste de la Salt Valley (passages de rivière impraticables après de fortes pluies). Circuit de 5,6 km. ▲

Pratique

Situé dans l'Utah, Arches NP est à 380 km au sud-est de Salt Lake City. Liaisons aériennes directes depuis Paris. Droit d'entrée 10 \$ (valable 7 jours, véhicule et passagers). À recommander, le Pass National, valable un an dans tous les Parcs nationaux (80 \$).

Période

Le parc est accessible toute l'année et le Visitor Center est ouvert tous les jours sauf le 25 décembre. D'une altitude entre 1200 et 1700 m, le parc est en zone désertique avec une amplitude des températures très grande d'une saison à l'autre et même dans la journée (30°C). L'hiver, elle descend souvent en dessous de 0° et de juin à septembre elle frôle facilement les 40°C. En été surtout, possibilité d'orages dont il faut se méfier.

Réglementation

Ne pas s'écarter des sentiers balisés et entretenus, ne rien cueillir, ne rien détruire, ne rien bouger. Pas de camping, ni de feux en dehors des sites prévus. Ne pas nourrir les animaux. Emporter toujours suffisamment d'eau : elle est rare, l'ombre aussi et le soleil intense.

Faune

La faune est celle du désert. Peu de mammifères, surtout des rongeurs et des reptiles, néanmoins, le rat kangaroo et le mule deer (cerf aux grandes oreilles) sont communs. Avec un peu de chance on peut apercevoir le bighorn (mouflon canadien), l'emblème du parc (très bel exemplaire en bronze au Visitor Center).

Hébergement

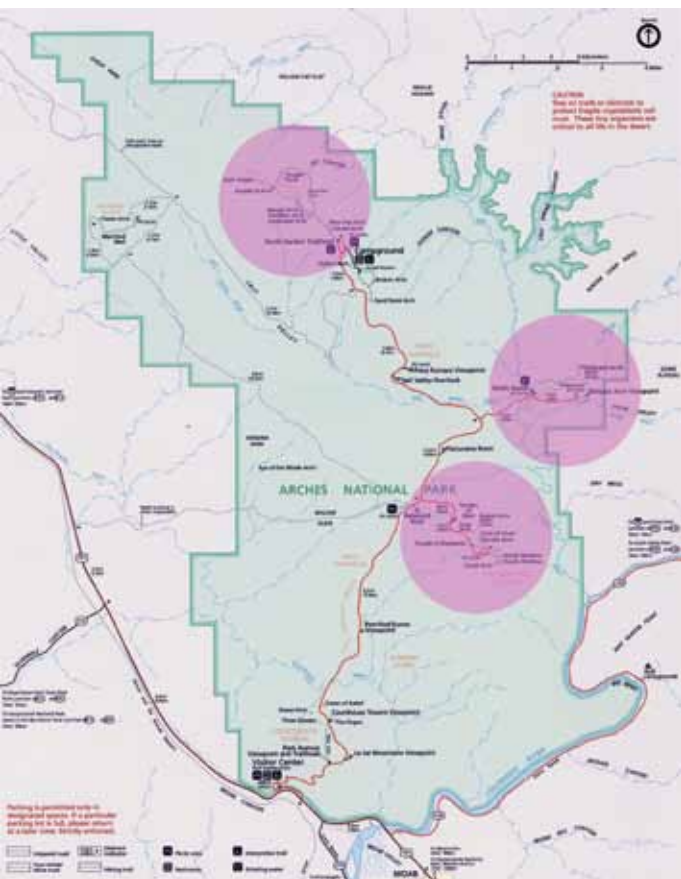
Au bord du Colorado, à 8 km de l'entrée du Parc, la petite ville de Moab (alt. : 1200 m) offre tous les services, commerces et motels. Le camping de Devils Garden (50 emplacements), admirablement situé en bout de route au milieu des rochers est le seul hébergement à l'intérieur du parc (table, grill, bloc sanitaire, eau potable, pas de douche). Réservation possible (et très recommandée) de mars à octobre, 6 mois à l'avance par le site www.recreation.gov.

Information

- Le site web (excellent) pour tous les parcs nationaux : www.nps.gov/index.htm donne toutes les informations utiles pour les visites et les randonnées.
- Pour la documentation, livres et cartes : la librairie du Visitor Center est toujours très bien fournie.
- Pour s'informer sur Moab : site www.discovermoab.com

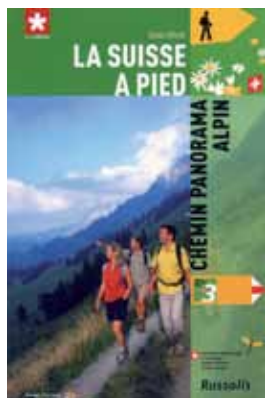
Sécurité

Aux USA, le numéro d'urgence est le 911 mais la couverture GSM n'est pas très bonne dans les parcs.



La Suisse à pied

par Annick Mouraret



En Suisse le réseau des sentiers s'étend sur plus de 60 000 kilomètres, sous l'égide de Suisse Rando depuis 1934. Six grands itinéraires nationaux se distinguent désormais pour sillonner le pays en tous sens, avec ou sans l'aide de Swisstrails qui prévoit tout, en hôtel de luxe, refuges et même sur la paille.

Il existe de nombreux topos régionaux pour évoluer à saute-vallées en Helvétie, avec des sommets au passage. Il est désormais possible de parcourir l'ensemble de la Suisse à pied, grâce à six itinéraires nationaux de sentiers de Grande Randonnée, présentés dans 6 guides édités par Rossolis en format poche 12 x 19. Chacun est illustré de photos, cartes, graphiques de dénivelées, textes, décomptes horaires et informations pratiques. Sur le terrain, les balisages sont uniformes, les sentiers sont numérotés à un chiffre pour les nationaux et à deux chiffres pour les régionaux.

Informations

- Ed. Rossolis, rue Montolieu 5 – CH 1030 Bussigny.
Tél. 0041(0)21.701.42.35.
Site : www.rossolis.ch
(tous les topos ne sont pas encore vendus en France).
- SwissTrails GmbH, Chlupfstrasse 8 – CH 8165 Oberweningen.
Tél. 0041(0)44/450.24.34.
Site : www.swisstrails.ch.
La brochure « Swisstrails rend la Suisse mobile » regroupe toutes les activités de plein air.

Les itinéraires

- 1. Via Alpina**, Guido Gisler
19 étapes dans les Alpes, de Buchs à Montreux, 370 km, 24 400 m de dénivelée. 80 pages.
- 2. Trans Swiss Trail**, Luc Hagmann
30 étapes de Porrentruy à Lugano, 460 km, 16 500 m de dénivelée. 96 pages.
- 3. Chemin panorama alpin**, Philippe Bachmann
30 étapes, de Rorschach (lac de Constance) à Genève dans les paysages de Préalpes, 510 km, 18 500 m de dénivelée. 104 pages.

- 4. Viajacobini**, Sabine Bolliger
35 étapes, de Constance à Genève, c'est la via Stora, le sentier de pèlerinage vers Saint-Jacques de Compostelle, 725 km, 19 800 m de dénivelée. 120 pages.

- 5. Chemin des Crêtes du Jura**, Dominik Wunderlin
15 étapes, toute la chaîne du Jura de Diesdorf à Nyon, 310 km, 13 800 m de dénivelée. 80 pages.



- 6. Chemin des cols alpins**, David Coulin
34 étapes, de Chur à Montreux, une série incroyable de cols des Alpes suisses, 600 km, 39 600 m de dénivelée. 104 pages.

Les hébergements

Les cabanes suisses (refuges) sont bien connues mais pas toujours suffisantes. Swisstrails propose des hébergements de plusieurs catégories, de l'hôtel 3 étoiles jusqu'à « l'aventure sur la paille ». C'est une offre de 200 granges avec un lit de paille (et quelque confort annexe) : c'est la plus grande chaîne hôtelière (!) de suisse qui peut héberger 4000 personnes par nuit selon un catalogue (www.aventure-sur-la-paille.ch) et qui permet aussi de prévoir des parcours « tours de paille » (www.swisstrails.ch).

Par ailleurs, rappelons qu'il y a 57 auberges de Jeunesse en Suisse.

Alors, une petite envie d'Helvétie ? Les six itinéraires garantissent plusieurs étés de randonnées car à pied, elle est vaste dans ses 41 284 km² ! ▲



Rando solo trop tôt sur le Chemin de Stevenson

par Claude Lasne

Petite escapade, en solo, sur le Chemin de Stevenson, balisé GR70, entre Auvergne et Languedoc-Roussillon, reliant le sud du Massif Central aux Cévennes profondes.

Ci-contre : Le Pont de Montvert (photo Academic)

C'est la faute de mon désir périodique de solitude itinérante. Dans quelque temps, vacances scolaires et mois de mai vont propulser sur les chemins des hordes de randonneurs. De fait, la sympathique employée gérant le gîte d'étape communal du Pont-de-Montvert a déjà enregistré 420 réservations pour le seul mois de mai. Et Florac se révélera encore vide de touristes lors de mon passage. Pour des raisons honteusement financières, j'ai décidé de suivre le chemin de Stevenson à partir de La Bastide Puylaurent, la disponibilité dans ma cartothèque des feuilles couvrant la partie sud, acquises à l'occasion d'incursions antérieures en Lozère, Causses ou Cévennes me dispensant de nouveaux achats.

En ce début d'avril, ce n'est qu'au terme de deux étapes seulement que je devrai partager l'hébergement avec un couple pyrénéen qui, lassé d'un trop long hiver lui interdisant encore l'accès à son terrain d'évolution habituel, est venu à la recherche d'un itinéraire plus propice à la marche. Ailleurs, je serai le seul occupant des hébergements retenus.

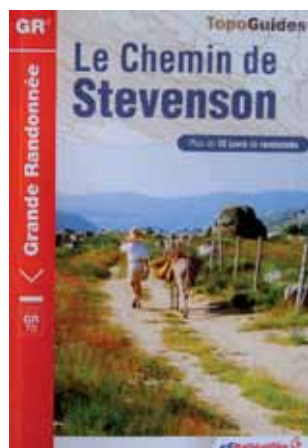
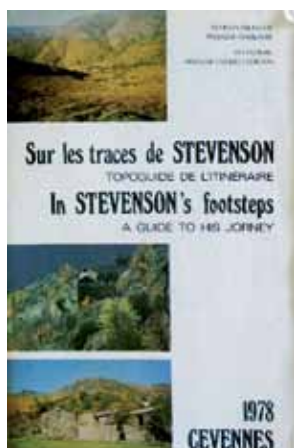
Dans la montagne du Goulet apparaissent les premiers névés auxquels fait suite un tapis neigeux continu à la consistance traîtresse qui ralentit l'allure. Le mauvais temps persistant et l'altitude s'élevant, la marche finit par s'effectuer sur la neige et sous la neige, au désespoir des habitants des hameaux traversés, pour lesquels le printemps n'est encore que sur le calendrier.



Les croupes dénudées du Mont Lozère

Et pour l'heure, les croupes dénudées du Mont Lozère seraient plus judicieusement parcourues avec des raquettes ou des skis de randonnée nordique. La neige y a fait place au brouillard qui semble régler son épaisseur pour que, parvenu à une montjoie, on puisse deviner la suivante, permettant une progression certes lente mais sûre.

Sur la montagne du Bougès, dernier obstacle en conditions post-hivernales, des traces de quad, engins que ma culture cafiste me conduit habituellement à maudire, sont presque les bienvenues pour assurer les pas sur une neige où le risque, aléatoire, mais trop fréquent, de disparaître jusqu'à mi-mollet est enfin écarté. La récompense sera la vue panoramique du sommet, car le voilà enfin revenu, le beau temps, qui ne me quittera plus pour les jours qui me restent à poursuivre.



Près de trente ans séparent les deux topos. Le premier, « Sur les traces de Stevenson », descriptif bilingue franco-anglais paru en 1978 à l'occasion du centenaire du voyage de Robert Louis Stevenson. Le second, topo guide édité par la FFR « Le Chemin de Stevenson - Parc national des Cévennes », 3^e édition, 2007.

Le Voyageur, éventuellement accompagné de sa Modestine

De ses anciennes fonctions, la gare de Cassagnas n'a gardé que la citerne surélevée destinée à l'alimentation des locomotives et le misérable bâtiment à l'enseigne de « CAFE-HOTEL de la GARE », aux volets définitivement clos et dont l'édicule sanitaire est encore visible dans le jardin. Le bâtiment ferroviaire a fait place à un moderne établissement chaleureux aux randonneurs et aux pêcheurs... venus y avaler un pastis entre deux parcours à la truite dans la Mimente qui cascadelles à quelques pas. J'y suis accueilli par Angeline, 5 ans et demi, qui précocement formée par ses parents, son chiot Filou de 3 mois dans les bras, me conduit à mon couchage et me décrit en

balisage. Vigilant certes, mais bien peu curieux car se privant stupidement de la possibilité et du plaisir de se situer et d'identifier le paysage.

Les propriétaires du gîte du Pont de Burgen, qui n'habitent pas sur place, l'ouvriront à mon usage exclusif et me feront visiter les parties non encore réhabilitées de cette séculaire construction cévenole qu'ils ont sauvée de la ruine. J'y découvrirai l'ancêtre du chauffe-plat électrique ou du four à micro-ondes : des « potagers », porte-braies en fonte ajourée encastrés dans une table en pierres plates sur lesquels on maintenait la soupe au chaud.

C'est avec regret que je quitterai matinalement ces pierres d'outre-temps pour attraper à Saint-Jean-du-Gard le car qui doit me replonger dans l'agitation urbaine en gare de Nîmes. ▲

Photos ci-dessous (Mouraret) :

À gauche, crêtes cévenoles... « Je découvrais maintenant un ciel vapoureux et un enchevêtrement de collines bleues s'étalait devant moi. » R.L. Stevenson
À droite, le Finiels et les Montjoies sous la neige.
En bas, Croix de Malte gravée en haut d'une borne, sur le Mont Lozère.



détail les commodités de l'endroit. C'est samedi, jour sans école. La survenue des parents interrompt mon babillage enfantin.

Le patron me propose de participer à la fête avec dîner champêtre qui a lieu dans la salle communale voisine, mais je décline l'invitation, préférant mon dîner solitaire, très couleur locale, servi par Angeline. Car le temps n'est plus où l'arrivée de l'Étranger au village était prétexte à réunion publique spontanée, chacun voulant s'entretenir avec le Voyageur, éventuellement accompagné de sa Modestine.

Sans l'aide d'aucune carte ni même du topo

Et puisque nous évoquons Stevenson, aucun des responsables de gîte auxquels je l'ai présenté ne connaissait le descriptif bilingue français anglais paru en 1978 à l'occasion du centenaire de son voyage, acquis il y a 30 ans dans un Office de tourisme local et décrivant succinctement l'itinéraire encore non balisé. Les sévères critiques adressées à l'encontre de la première édition de la FFRP en page 56 du numéro 2/1999 de *La Montagne et Alpinisme* apparaissent désormais bien injustifiées. Aujourd'hui, un randonneur vigilant peut entreprendre ce parcours sans l'aide d'aucune carte ni même du topo, tant est irréprochable la qualité du



Paroles

montagnardes

recueillies par Anne Briand

Le mont Ventoux

« Le Ventoux, on l'appelle aussi le géant de Provence, massif sauvage qui domine les Alpilles. Vu de loin, il fait penser à un gros bonnet de laine blanche : son sommet rocailleux et dénudé ne possède aucune végétation, balayé qu'il est jour et nuit par un vent violent venant du Nord. Sa base très large est, par contre, couverte d'une épaisse forêt aux diverses essences. A droite et à gauche de cette forêt, l'homme s'est implanté. Au bord de champs fertiles, quelques maisons se sont soudées en petits villages, le plus souvent bâtis près d'une source, car ce plateau d'Albion, très calcaire, est une véritable passoire où s'engouffrent rapidement les eaux de pluie qui donneront bien plus bas, dans les riches plaines de la cité des papes, de puissantes sources, presque des rivières, telle la fontaine de Vaucluse. » Marcel Scipion (Le Clos du Roi).

« Le Mont Ventoux, un petit Kilimandjaro de poche avec son sommet de caillasses crayeuses que l'on pourrait prendre pour une neige éternelle jaunie par l'urine des dieux. » J. Lanzmann.

« N'est pas fou qui monte au Ventoux, mais fou qui y retourne. »
Vieux dicton provençal.

Les gorges du Verdon

« Quel grimpeur n'a pas décidé de gravir une paroi, simplement parce qu'elle était belle ? » Simone Badier (La Dame de Pic).

« Rien n'est plus romantique que le mélange de ces rochers, de ces abîmes, de ces eaux vertes et de ces ombres pourpres, de ce ciel semblable à la mer homérique et de ce vent qui parle avec la voix des dieux morts. » Jean Giono

« On a la tête perdue au milieu de tout ce qui épuise l'attention. C'est vingt fois qu'il faudrait parcourir ce Canyon pour oser dire qu'on l'a vu (...) Une véritable merveille unique en Europe, vraiment le plus américain de tous les canyons du vieux monde, et je n'ai pas changé d'avis après avoir vu le Grand Canyon du Colorado. » E-A Martel.

« Torrent taraudant la roche rugueuse. L'eau et la pierre s'affrontent avec force et fracas. Cette lutte tumultueuse résonne dans les baumes. C'est dans le lit du Verdon que l'on connaît les impressions les plus fortes. La nuit dans la prison d'eau qui mugit, spectacle effarant, inimaginable. » E-A. Martel.

La montagne de Lure

« Quand on regarde sur la carte routière le pays que ceinture la Durance, on voit vers le haut de l'image, une grande place morte. Une résille d'artères et de veines charrie le sang dans la partie basse ; la terre verte s'abreuve au torrent ; de grosses villes s'arrondissent, les voies sont larges, la poussière du blé roule comme une nuée ; mais, d'un coup, tout s'anémie et s'amenuise, la route qu'on suivait du doigt se perd, le sentier même s'efface, une darter livide s'élargit qui va de Sisteron à Sault : tout et mort, tout est blanc de la pâleur des terres inconnues ! C'est Lure. » Jean Giono (Colline).

« Les hommes, au fond, ça n'a pas été fait pour s'engraisser à l'auge, mais ça a été fait pour maigrir dans les chemins, traverser des arbres et des arbres, sans jamais revoir les mêmes arbres ; s'en aller dans sa curiosité, connaître. »

Jean Giono (Que ma joie demeure). ▲

Montagne de Lure (photo : Xavier Langlois)



Ventoux (photo : Anne Briand)



Gorges du Verdon (photo : Anne Briand)



Chronique des Livres et du multimédia

par Serge Mouraret

Versants intimes

Fabrice Lardreau, Arcadia Éditions, Club Alpin Français



Ils sont écrivain, cinéaste, acteur, navigateur, scientifique, homme politique ou musicien ; une passion les rassemble : la montagne. Cet espace où l'on se sent relié au monde les a accompagnés dans leur vie ou leur création. Fabrice Lardreau, romancier et collaborateur de *La Montagne* et *Alpinisme*, le magazine de la FFCAM, a dressé 19 portraits et parcours très variés. De Claude Lanzmann à Martin Hirsch, en passant par David Le Breton et Jean-Louis Étienne, en dix-neuf entretiens, il explore autant de jardins secrets qui s'ouvrent un jour inévitablement et pour des raisons très diverses sur la montagne. Le mieux est d'évoquer Bernard Giraudeau, récemment disparu. La pièce de théâtre K2, histoire de deux alpinistes coincés à 8000 m, fut l'élément déclencheur, sportif et humain. Il noua des relations avec de grands alpinistes, pratiqua la montagne qui lui inspira un téléfilm, il s'y ressourça avec toujours la même démarche : aller vers l'autre, franchir les limites. Format 14 x 22 cm, 176 p. ▲

Au bord du monde

Une vagabonde dans le Grand Nord sibérien

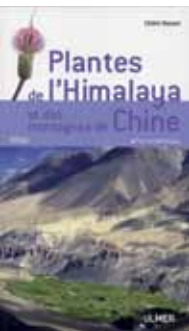
Astrid Wendlandt, Robert Laffont



En fait, ce récit se passe chez les Nenets, en Russie où cette journaliste franco-canadienne revient plusieurs étés. Les Nenets vivent sur le plus grand gisement de gaz du monde, dans une région hostile, menacée par la fonte du permafrost, l'impossibilité par endroit de passer avec un véhicule. L'été, c'est tous les trois jours qu'ils transportent leurs campements pour faire pâturer leurs rennes, leur seule richesse. Les enfants sont parfois enlevés par hélicoptère pour aller à l'école dans des villes peuplées de Russes dont ils doivent apprendre la langue, des Russes tournés vers le gaz après avoir travaillé dans des mines maintenant abandonnées et d'anciens goulags. La vodka est partout et les dilemmes sont nombreux : ce peuple au bord du monde va-t-il continuer à nomadiser ? Gagner les villes corrompues en abandonnant ses croyances, ses coutumes et ses espaces infinis ? Format 13 x 21,5 cm. ▲ Par AM

Plantes de l'Himalaya et des montagnes de Chine

Cédric Basset, Éditions Ulmer



De prime abord, herboriser dans l'Himalaya et surtout dans les montagnes de Chine (Sichuan, Yunnan, Gansu, etc) n'est pas un caprice facile à satisfaire. Avec cet atlas de Cédric Basset, spécialiste de la flore d'Asie, voici une vraie motivation. Jusque-là, « *Flowers of the Himalaya* » (Oxford University Press) était la seule référence ; ce nouveau livre révèle en français l'exceptionnelle diversité sur les espaces immenses de la Chine et de la plus haute chaîne montagneuse de la planète. En Chine, on compte 40 000 espèces dont 10 000 endémiques ; pour le seul Dolpo au Népal, on a répertorié plus de 400 plantes médicinales. Plus raisonnablement, l'atlas s'en tient à 830 plantes parmi les plus caractéristiques et les plus spectaculaires avec descriptions complètes. Les 800 photos rendent très agréable son utilisation. Si vous allez en Chine ou plus facilement au Népal ou au Sikkim, ce livre doit absolument alourdir votre sac ! Format 14,5 x 25 cm, 256 p. ▲

Tibet, Tibétains

Claude B. Levenson, Glénat, coll. Un peuple, un regard



Orientaliste de formation, Claude B. Levenson s'est spécialisée dans le Tibet dès 1984, elle a choisi l'arme de la parole et de l'écrit pour soutenir la lutte politique non violente du peuple tibétain et la défense de sa culture. Même si tout a été dit ou presque sur le Tibet, voici un nouveau regard sur le pays d'abord, ce « toit du monde » qui façonne ceux qui l'habitent et le parcourent. Ensuite, le voyage nous fait saisir la fidélité aux traditions et à son chef spirituel dans un pays de plus en plus lourdement occupé. Dans un beau jeu de miroirs ou de mémoires par-delà l'Himalaya le dernier mot revient toujours à la lumière. Format 14 x 20 cm, 208 p. ▲

Éloge de la marche

David Le Breton, Éditions Métailié



La marche est une dérobade, un pied de nez à la modernité. Elle est un chemin de traverse dans le rythme effréné de nos vies, une manière de prendre de la distance et d'affûter les sens. Ce livre, paru en 2000, reprend ou fait surgir des aspects de la marche que l'on ressent parfois, sans les expliciter. Viennent au secours de David Le Breton, qui n'en est pas à son premier livre de réflexion, des auteurs proches de l'aventure et de la nature à travers le monde. Cela donne envie de lacer à nouveau ses souliers. Format 12,5 x 19 cm, 182 p. ▲ Par AM

Arudy, escalades dans les Pyrénées Atlantiques

Collectif, Rando Éditions



On a grimpé à Arudy dès les années 60 et le dernier descriptif remonte à 1986. Depuis, de nouvelles voies et de nouveaux équipements en ont renforcé l'intérêt. Ce topo bien actualisé le remettra certainement à l'honneur. À 25 km au sud de Pau et près du village d'Arudy, les quelque 220 voies ouvertes dans des falaises calcaires (du marbre s'il vous plaît !) sont réparties sur 3 secteurs, le cirque d'Anglas, la Malarode et la Fonderie. Entre 15 et 60 m pour la longueur, elles offrent toutes les difficultés du 3b au 8a+ avec beaucoup de voies d'initiation. Le topo est très synthétique pour les descriptions (des détails et des longueurs de voies seraient à rajouter) et les schémas sont clairs. Format 15,5 x 21 cm, 128 p. ▲

Sur les traces des animaux

Julie Delfour, Rando Éditions



Dans la nature, souvent les animaux sont discrets, très mobiles, d'autres sont nocturnes ou encore très rares. Pour le promeneur, même très observateur, il ne reste que leurs traces, empreintes ou déjections pour les identifier. Il est palpitant de déceler le pas de l'ours, du lynx (le rêve), plus facilement les sabots du chevreuil. Il y a aussi d'autres empreintes, l'arbre griffé, la terre retournée. S'en tenant aux mammifères, l'auteur, ethno-zoologue, apporte plus de 60 réponses avec autant de dessins d'empreintes. Après chaque fiche d'identité, le cadre, le mode de vie et les habitudes parfument la connaissance. Format 12 x 19 cm, 128 p. ▲

Activités

randonnée

Responsable de l'activité : Gérard Corthier,
tél. 01.30.55.14.02

3 octobre Rendez-vous d'automne 2010

Le 3 octobre aura lieu le rendez-vous d'automne.

C'est le point de rencontre traditionnel de notre activité. Nous prenons notre repas tous ensemble et sans doute, comme chaque année, les tonneaux de vin seront là pour vous accueillir. C'est aussi l'occasion de changer de groupe entre la randonnée du matin et de l'après-midi. Laissez vous tenter par une **SO** ou une **SP** ou encore venez vous reposer avec une **F**.

Tous les groupes se retrouveront à la pause de midi en forêt de Bois d'Arcy. Que la présence proche de la prison ne vous effraye pas, les évasions sont rares. Le vin et la convivialité seront au rendez-vous comme toujours. Ce sera l'occasion de retrouver vos organisateurs préférés et de découvrir les autres. La randonnée-camping RC02 de Pascal Baud se joindra à ce rassemblement.



• **EN VOISIN** // Gilles Montigny // Gare Montparnasse Banlieue, 9h28 pour St-Cyr (RdV à l'arrivée). Bois Robert, bois Cassé, forêt de Bois d'Arcy. Retour de Fontenay-le-Fleury : 17h27. 8km le matin + 8km l'après-midi. **F**. Carte 2214ET.

• **B DERNIER TRAIN POUR LE RENDEZ-VOUS** // Jean-Maurice Artas // Gare Montparnasse Banlieue, 9h58 pour Fontenay le Fleury (A-R). Parcours facile le long du GR 11 en forêt domaniale de Bois d'Arcy. Retour : 16h27. 5km+5km. **F**. Carte 2214ET.

• **N DES OISEAUX ET DES CHAMPS** // Gérard Corthier // Gare Montparnasse Banlieue, 8h28 (à vérifier) pour Trappes (RdV à l'arrivée). Matin 10km par l'étang de St-Quentin (jumelles suggérées). AM 13km par la plaine. Retour de St-Nom-la-Bretèche à St-Lazare : 18h env. 23km. **M**.

• **RENDEZ-VOUS D'AUTOMNE** // Alfred Wohlroth // Gare St-Lazare banlieue 9h09 dir. Versailles RD, chgt. à La Défense 9h20/29 pour St-Cyr-l'École 9h53. AW. montera à La Défense. On attendra à St-Cyr le train de Montparnasse 9h28 St-Cyr 9h59, 9h09 pour St-Cyr-l'École (A-R). St-Cyr, GR 11, table d'orientation du Bois Gazé, carrefour des Plantations. Retour par le même itinéraire. Retour à La Défense 17h18, St-Lazare. 17h30, Montparnasse 17h27, Austerlitz RER C 17h27, au choix : 17h30. Matin 8km, après-midi 8km. **M**. Carte 2214ET.

• **À VERSAILLES AVEC SA MAJESTÉ** // Pierre Marc Genty // Gare Montparnasse Banlieue, 8h58 pour Villepreux-les-Clayes. Environ 10km le matin et 12km le soir, terrain vallonné. Retour de Versailles Chantiers vers 18h30. 22km. **M**. Carte 2214ET.

• **L'APRÈS-MIDI SOUS LES ARBRES** // Michel Delapierre // Gare Montparnasse Banlieue, 11h13 pour Fontenay le Fleury (A-R) (RdV à l'arrivée). Parcours en forêt de Bois d'Arcy. RdV à midi au lieu de rassemblement des groupes (carrefour des plantations sur le GR11) pour la rando de l'après-midi seulement. Retour : 18h30. 10km. **M**.

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 musciale

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.

Dimanche 3 octobre

• **L'ÂGE NE COMPTE PAS, À MOINS D'ÊTRE UN FROMAGE** // Jean Dunaux // Gare de Lyon, 9h05 (à vérifier) pour Fontainebleau (A-R). Retour : 18h43. 28km env. **SO**. Carte 2417OT.

Lundi 4 octobre

• **CE SERA LA 700^E** // Maurice Picollet // Gare de Lyon, 8h35 (à vérifier) pour Moret Veneux-les-Sablons (A-R). Parcours au feeling comme d'habitude. Retour : 18h43. 25km. **M**. Carte 2417OT.

Mercredi 6 octobre

• **BEAUTÉ DE L'AUTOMNE** // Pierre Marc Genty // Gare de Lyon, 8h35 pour Bois-le-Roi (A-R). Retour : 18h11. 18km. **F**. Carte 2417OT.

Samedi 9 octobre

• **C'EST L'AUTOMNE** // Annie Chevalier // Gare d'Austerlitz Grandes Lignes, 8h25 (à vérifier) pour Dourdan (A-R) (RdV à l'arrivée). Retour : 18h. 24km env. **M**. Carte 2216ET.

Dimanche 10 octobre

• **À QUE COUCOU !** // Maurice Picollet // Gare de Lyon, 9h05 (à vérifier) pour Fontainebleau Forêt. Retour de Fontainebleau Avon : 18h43. 18km. **F**. Carte 2417OT.

• **L'AUTRE PAYS DE LA POMME** // Michel Lohier // Gare de l'Est Banlieue, 9h15 (à vérifier) pour Coulommiers (A-R). Boissy le Chatel, La Bretonnière. Retour : 18h41. 24 km. **M**.

• **DES CHATAIGNES ?** // Marie Noëlle Barreteau // Gare du Nord Banlieue, 8h43 (à vérifier) pour Taverny (A-R) (RdV à l'arrivée). La forêt de Montmorency et ses environs. Retour vers 18h. 24km. **M**.

• **SORTIE ACCUEIL** // Martine Cante // Gare du Nord Grandes Lignes, 8h04 pour Prény-sur-Oise (cht à Creil). Pensez à apporter votre carte du Caf pour les adhérents. Pour les autres, des adhésions temporaires seront délivrées sur place (5 euros). Retour de Chantilly : 18h17. 22km. **M**. Cartes 2312ET et 2412OT.

• **UNE RANDORIENTATION, C'EST VOUS QUI CONDUISEZ** // Françoise Piebac // **M**.

• **B ALAIS EN PREM'S** // René Boulanger // Gare de Lyon RER D, 8h41 (à vérifier) pour La Ferté-Alais. Pour ma Prem's, une balade en Gâtinais : rochers de grès, sentiers boisés et les étangs de l'Essonne. Retour de Ballancourt : 19h06. 25km. **M+**. Carte 2316ET.

• **POLISSONS !** // Claude Amagat // Gare d'Austerlitz Grandes Lignes, 8h24 pour Voves. La haie aux chats, Prestrière des moineaux. Retour de Chartres à Gare Montparnasse : 19h34. 31km. **M+**.



• **SENTIERS CHEVROTINS** // Hervé Baylot // Denfert-Rochereau RER B, 8h04 pour St-Rémy-lès-Chevreuse (A-R) (RdV à l'arrivée). Milon La Chapelle - Port Royal - Mesnil St-Denis - Chevreuse. Retour : 18h30. 30km. **SO**. Carte 2215OT.

• **AUXERRE - CHABLIS - TONNERRE 43 KM** // Jean Moutarde // **SO+**.

Mercredi 13 octobre

• **LES VIEUX CHEMINS DE DOURDAN** // Nicole Voisin // Gare d'Austerlitz Grandes Lignes, 8h25 pour Dourdan (A-R). Retour : 18h. 20km. **F**.

activités des Clubs alpins d'Ile-de-France

Samedi 16 octobre

• **BALADE À PANAME (25^e)** // Maurice Picollet // Métro ou RER A, 9h pour Nogent-sur-Marne (RER A) (RdV à l'arrivée). Jardin d'Agronomie Tropicale - Promenade Plantée. Retour de Bastille : 13h. 12km. **F**. Carte Bois de Vincennes - Paris.

Dimanche 17 octobre



• **COULEUR D'AUTOMNE** // Alain Bourgeois // Gare de Lyon, 8h35 pour Fontainebleau. Balade en forêt. Retour de Bois-le-Roi : 18h11. 22km. **M**.

• **À CHAQUE JOUR SUFFIT SA PEINE** // Jean Dunaux // Gare du Nord Grandes Lignes, 8h06 (à vérifier) pour Villers-Cotterêts. Retour de Crépy-en-Valois : 18h55. 33km env. **SO**. Carte 2512OT.

• **UN VENT FRAIS !** // Mustapha Bendib // Gare de Lyon RER D, 7h41 pour Boigneville. Le Pressoir + Boutigny. Retour de La Ferté-Alais : 19h37. 37km. **SO+**.

Niveaux de randonnées en Ile-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)

• **DESCENTE EN MARCHÉ !** // Mustapha Bendib // Gare de Lyon RER D, 7h41 pour Boigneville. Buno-Bonnevaux + Maisse. Retour de Boutigny : 15h38. 20km. **SO+**.

• **PRISE AU PASSAGE !** // Mustapha Bendib // Gare de Lyon RER D, 10h41 pour Maisse (RdV à l'arrivée). Bois de Misery + Cerny. Retour de La Ferté-Alais : 19h37. 27km. **SO+**.

Mercredi 20 octobre

• **VERSAILLES-PARC-VISITE DU PETIT TRIANON RESTAURÉ** // Robert Sandoz // Gare Montparnasse Grandes Lignes, 8h58 (à vérifier) pour Versailles Chantiers (A-R). Retour : 18h. 15km. **F**.

Samedi 23 octobre

• **RANDO-DESSIN 37** // Maxime Fulchiron // Gare de Lyon, 8h35 pour Thomery. Rosa Bonheur et le Chasselat. Visite de l'atelier et des murs à vignes. Retour de Fontainebleau : 19h11. 16km. **M**. Carte 2214ET.

Randonnées de week-end et plusieurs jours (*)

Dates	Organisateurs	Niveaux	Code (*)	Destinations	Ouv. insc.
30 sept. au 4 oct.	Marylise Blanchet	M+ ▲	10-RW99	L'automne en Rouergue L'abbatiale Sainte-Foy de Conques	4 mai
2-3 octobre	Pascal Baud	M	10-RC02	Le Rendez-vous d'automne en rando-camping	22 juin
2-3 octobre	Jean-Charles Ricaud	SO+ ▲▲▲▲	11-RW01	Pointe Percée	20 juil.
9-10 octobre	Claude Ramier	M+	11-RW02	Au sud du Morvan	9 juil.
9-10 octobre	Jean-Marc Thomas	M+ ▲▲	11-RW08	L'automne dans le Queyras	22 juin
9-10 octobre	Bernadette Parmain	SO ▲▲	11-RW09	Tour du Mont Inaccessible	15 juil.
15 au 17 octobre	Céline Falissard	SP ▲▲▲	11-RW19	Attention, v'là les Oufs ! (Queyras / Écrins)	20 juil.
16-17 octobre	Didier Roger	M	11-RC01	Bivouac panoramique à Compiègne	29 juin
16 au 19 octobre	Jean-Charles Ricaud	M+ ▲▲	11-RW12	Escapade sauvage en Donezan	9 juil.
23 oct. au 1 ^{er} nov.	Jean-Claude Duchemin	M+ ▲	11-RW03	Automne en Corse	1 ^{er} juil.
24 au 30 octobre	Bernadette Parmain	SO ▲▲	11-RW04	Hautes vallées piémontaises (Italie)	15 juil.
29 oct. au 1 ^{er} nov.	Joël Lelièvre, Monique Noget	M	11-RW13	Vignes et châteaux en Touraine	20 juil.
30 oct. au 1 ^{er} nov.	Alain Bourgeois	M	11-RW06	La Route du Rhum	8 juin
30 oct. au 1 ^{er} nov.	Michel Lohier	M ▲	11-RW05	Encore des pignes	30 juil.
30 oct. au 1 ^{er} nov.	Gérard Corthier	M ▲▲	11-RW14	Couleurs d'automne en Vercors	22 juil.
30 oct. au 2 nov.	Luc Bonnard	M+ ▲	11-RW07	Ardèche cévenole et Tanargue	22 juil.
30 oct. au 2 nov.	Marie Hélène Carré	SO ▲▲	11-RW10	De la montagne ariégeoise aux traces des Cathares	2 juil.
6-7 novembre	Michel Delapierre	M	11-RW20	Lac et forêt d'Orient	3 août
10 au 14 novembre	Adrien Autret, Dominique Renaut	M+ ▲	11-RW11	Chasse à l'Ours en Catharie	15 juil.
11 au 14 novembre	Pascal Baud	M+	11-RC03	Vallée de la Dordogne et Périgord Noir (rando-camping)	4 août
20-21 novembre	Alain Bourgeois	M ▲	11-RW17	Week-end showbizz	7 sept.
4-5 décembre	Alain Bourgeois	M ▲	11-RW18	Week-end en Alsace	7 sept.
18-19 décembre	Alain Bourgeois	M	11-RW21	Randonnée au goût sauvage	5 oct.
18-19 décembre	Marie Hélène Carré	M ▲	11-RW15	Les Monts d'Ambazac	14 sept.

(*) 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 Ile-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.

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

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

activités des Clubs alpins d'Ile-de-France

17 octobre Une journée pour le Dolpo



L'association ACTION DOLPO développe depuis 1993 des projets éducatifs et sanitaires au Dolpo, région reculée de l'Himalaya népalais. Les bénéfices de cette journée de solidarité sont entièrement consacrés et donnés à l'association. N'hésitez pas à participer nombreux et à y faire venir vos amis (ouvert aux non adhérents). Inscription obligatoire. Consultez la fiche technique pour tout savoir sur l'organisation de cette journée.

• VISITE DU VIEUX DOURDAN // Joël Lelièvre, Monique Noget // F. // 11-RP63

• OUILLE ! // Alfred Wohlgröth // M. // 11-RP12

• JOURNÉE DOLPO // Philippe Couanet // M+. // 11-RP64

• LA GAMBADE // Marylise Blanchet // SO. // 11-RP18

• JOURNÉE DOLPO TONIQUE // Bernadette Parmain // SO. // 11-RP65

• **N** LES ÉTANGS DE VILLE D'AVRAY ET DE MEUDON // Philippe Mosnier // Station de métro Pont-de-Sèvres (terminus de la ligne n° 9) 10h sur le quai. Forêts de Fausse-Repos, Chaville et Meudon. Retour de Meudon Val Fleury (RER C) à Gares parisiennes entre Bd Victor et Bibliothèque François Mitterrand : Entre 18h et 18h30. 21km. **M**.

Dimanche 24 octobre

• **SORTIE ACCUEIL** // Maurice Picollet, Michel Delapierre // Gare de Lyon, 9h05 (à vérifier) pour Fontainebleau Forêt. Les testeurs peuvent régler l'adhésion relative à cette journée auprès du secrétariat du Caf ou lors de la sortie auprès des organisateurs (5 euros). Retour de Bois-le-Roi : 19h11 (au plus tard). 20km. **F**. Carte 2417OT.

• **A** EN BRIE CHAMPENOISE // Alfred Wohlgröth // Gare de l'Est Banlieue, 8h45 pour Nangis (A-R). Nangis (visite) - GRP Thibaud de Champagne - Mare aux Trembles - Mare au Diable - Rampillon (église, visite facultative 1 euro) - Nangis. Retour : 19h11. 19km. **M**. Cartes 2516O et 2516E.

• **COULEURS D'AUTOMNE** // Claude Ramier // Gare de Lyon, 8h35 pour Fontainebleau (A-R) (RdV à l'arrivée). Mt Andart, rocher d'Avon, Mt Aigu. Retour : 18h11. 24km. **M**. Carte 2417OT.

• **VAUCOULEURS D'AUTOMNE** // Luc Bonnard // Gare St-Lazare Banlieue, 8h23 (à vérifier) pour Épône-Mézières. Guerville - Septeuil - Richebourg. Retour de Tacoignières-Richebourg à Montparnasse : 18h56. 30km. **M+**. Carte 2114E.

• **CIRCUIT DES 25 BOSSES** // Xavier Langlois // **SO**.

Mercredi 27 octobre

• **UNE BONNE RANDONNÉE !** // Pierre Marc Genty // Gare du Nord Grandes Lignes, 8h40 pour Orry-la-Ville - Coye. Retour de Chantilly vers 18h15. 18km. **F**. Carte 2412OT.

Samedi 30 octobre

• **SOYEZ LES BIENVENUS** // Maurice Picollet // Gare de Lyon, 8h35 (à vérifier) pour Bois-le-Roi. Retour de Fontainebleau Avon : 18h43. 25km. **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**. Galerie des fresques, devant le guichet n°52.

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 « Billets Ile-de-France ».

EST. Devant les guichets marqués « Vente Ile-de-France ».

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.

Dimanche 31 octobre

• **FIN DE MOIS** // Pierre Marc Genty // Gare St-Lazare Banlieue, 8h33 pour Bougival. Retour de St-Germain-en-Laye vers 18h30. 22/24km. **M**. Carte 2214ET.



• **N** LES MILLE MÈTRES DE MEUDON // François Degoul // Métro, 8h30 pour métro Pont de Sèvres, guichets. 25 bosses, mille mètres de montée. Retour de Viroflay RG ou RD à La Défense ou Montparnasse ou RER C vers 18h30. 28km. **M+**. Carte 2314OT.

• **LES BOBOSSES DE COMPIÈGNE...** // Didier Roger // Gare du Nord Grandes Lignes, 6h40 pour Le Meux-Lacroix - St-Ouen. Autour de 1000 m de montée, avec de nombreux tous terrains. Prévoir une lampe. Retour de Compiègne : 18h53. 45km env. **SP+**.

Lundi 1^{er} novembre

• **INITIATION À L'AMPELOGRAPHIE** // Maurice Picollet // Gare de Lyon, 8h05 (à vérifier) pour Montigny-sur-Loing. Retour de Moret - Vénéux-les-Sablons : 18h43. 25km. **M**. Carte 2417OT.

Mercredi 3 novembre

• **LES PLACES ÉTAIENT CHÈRES** // Pierre Marc Genty // Gare du Nord Banlieue, 8h49 pour Taverny (A-R). Retour vers 18h15. 18km. **F**. Carte 2313OT.

Samedi 6 novembre

• **VIRÉE À COQUIBUS** // Maurice Picollet // Porte d'Orléans, 8h précises. pour Coquibus (A-R). Covoiturage. Participation aux frais 7 euros (A-R). Participants avec ou sans véhicule, tél au 01.40.21.64.14 ou 06.72.49.10.22 pour organisation et précisions. Retour : 19h. 20km - Terrain accidenté - Hors pistes. **M**. Carte 2316ET ou 2417OT.

Dimanche 7 novembre

• **HOMMAGE À PASTEUR** // Maurice Picollet // Gare de Lyon, 9h05 (à vérifier) pour Fontainebleau. « Le vin est la plus saine et la plus hygiénique des boissons ». Retour de Bois-le-Roi : 18h43. 18km. **F**. Carte 2417OT.

• **D** RANDO DESSIN 38 : SUR LES TRACES DES IMPRESSIONNISTES // Maxime Fulchiron // Gare St-Lazare Banlieue, 8h33 (à vérifier) pour Marly-le-Roi (A-R). Retour : 18h30. 16km. **M**.



• **LE VEXIN EN COULEUR D'AUTOMNE** // Marie Noëlle Barreteau // Gare Saint Lazare Banlieue, 8h12 (à vérifier) pour Vaux-sur-Seine. Une traversée du Vexin du sud vers le nord. Retour de Chars vers 18h30. 27km. **M+**.

• **NE PRÊTE PAS L'OREILLE : ÇA REND SOURD** // Jean Dunaux // Gare de Lyon, 8h35 (à vérifier) pour Bois-le-Roi (A-R). Retour : 18h11. 28km env. **SO**. Carte 2417OT.

• **SOSTENUTO, MA NON TROPPO !** // Claude Amagat // Gare de Lyon, 7h35 pour Montereau. Champ Mouton, Le Plessis-aux-chats. Retour de Longueville à Gare de l'Est : 19h11. 35km. **SO**.

Mercredi 10 novembre

• **DU BLEU À FONTAINEBLEAU** // Nicole Voisin // Gare de Lyon, 8h20 (à vérifier) pour Fontainebleau (A-R). Retour : 18h. 20km. **F**.

activités des Clubs alpins d'Ile-de-France

Samedi 13 novembre



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

Dimanche 14 novembre

• **THIERS-SUR-THÈVE** // Alfred Wohlgroth // Gare du Nord Grandes Lignes, 9h07 pour Orry-la-Ville - Coye (A-R). Forêt de Chantilly, Thiers-sur-Thève (ruines château XIII^e classées MH), étang Chapron. Retour : 18h14 ou 18h38. 19km. **M.** Carte 2412OT.

• **VALLÉES DE L'ESSONNE** // Claude Ramier // Gare de Lyon RER D, 8h41 pour La Ferté-Alais (A-R) (RdV à l'arrivée). Boissy-le-Cutté, Le-Gros-Buisson, Cerny. Retour : 18h36. 25km. **M.** Carte 2316ET.

• **PETITS ÉTANGS ET FORÊTS !** // Mustapha Bendib // Gare du Nord Grandes Lignes, 9h07 pour Orry-la-Ville. Étangs de Comelle + Forêt d'Ermenonville. Retour de Dammartin-en-Goële : 18h55. 36 à 38km. **SO+**.

Lundi 15 novembre

• **AN À MEUDON ET DANS SES BOIS** // François Degoul // Métro, 9h30 pour métro Pont-de-Sèvres (guichets) (RdV à l'arrivée). Retour de métro Pont-de-Sèvres vers 16h30. 18km. **M.** Carte 2314OT.

Mercredi 17 novembre

• **ON PASSE OU ON CASSE** // Pierre Marc Genty // Gare de Lyon RER A sous-sol, 8h40 pour Poissy. Retour de St-Germain-en-Laye vers 18h15. 18km. **F.** Carte 2214ET.

Samedi 20 novembre

• **GRAVURES AU MONT AIVEU** // Maurice Picollet // Gare de Lyon, 8h35 pour Moret Veneux-les-Sablons (A-R). Retour : 18h43. 25km. **M.** Carte 2417OT.

Dimanche 21 novembre

• **RANDONNÉE CRYPTÉE** // Michel Lohier // Gare de l'Est Banlieue, 8h50 pour La-Ferté-sous-Jouarre (A-R). Courcelles, Jouarre (visite des cryptes 4,50 euros), Retour : 18h08. 21km. **M.**

• **REGARDE OÙ TU MARCHES !** // Pierre Marc Genty // Gare Montparnasse Banlieue, 8h28 pour La Verrière. Retour de St-Rémy-lès-Chevreuse à Gare du Nord vers 18h30. 22/24km. **M.** Carte 2215OT.

• **LA POULE AU POT ET LOUIS** // Maurice Picollet // Gare de Lyon, 8h35 (à vérifier) pour Bois-le-Roi (A-R). Restaurant à Barbizon - Inscription obligatoire au 01.40.21.64.14 ou 06.72.49.10.22. Retour : 18h40. 20km au moins. **M.** Carte 2417OT.

• **LE LOING ET L'ORVANNE** // Marylise Blanchet // Gare de Lyon, 8h35 pour Moret Veneux-les-Sablons (A-R). Haut-Mont et prairie de Najou. Retour : 18h11. 28km env. **SO.** Carte 2517O.

• **CIRCUIT DES 25 BOSSSES** // Xavier Langlois // **SO.**

Mercredi 24 novembre

• **DE FONTAINEBLEAU À MORET (GRAVURES)** // Robert Sandoz // Gare de Lyon, 9h05 pour Fontainebleau. Retour de Moret - Veneux-les-Sablons vers 18h. 18km. **F.** Carte 2417OT.

Dimanche 28 novembre

• **RÉCHAUFFONS LE CASSOULET (25^e ÉDITION)** // Gilles Montigny, Jean-Maurice Artas, Pierre Marc Genty // **F.**

• **RIVE DROITE DE LA SEINE** // Maurice Picollet // Gare de Lyon, 8h35 (à vérifier) pour Bois-le-Roi. Si le temps le permet. Retour de Fontainebleau : 18h43. 25km. **M.** Carte 2417OT.

• **AVENT...SSSE** // Jean Dunaux // Gare Montparnasse Banlieue, 9h28 (à vérifier) pour Rambouillet. Retour de St-Rémy-lès-Chevreuse à Chatelet les Halles : 19h02. 33km env. **SO+**. Cartes 2215OT et 2315OT. ▲

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. AUSTERLITZ : devant les guichets du RER C. Cartes IGN utiles : massif de Fontainebleau, Top 25 2417OT ; massifs périphériques, Top 25 2316ET.

Dimanche 10 octobre

• **BEAUVAIS** // Michel Clerget // Gare de Lyon RER D, 8h41 pour Ballancourt (A-R). À Paris 18h38. Sortie en VTT. Contacter Michel Clerget au 06.09.62.90.38. Rando: **SO.**

Dimanche 24 octobre

• **DAMPIERRE** // Deke Dusinberre // Denfert-Rochereau RER B, 9h17. RER B, train PELE (Chatelet, 9h14) pour St-Remy-lès-Chevreuse (arrivée 10h01). Rando **M+**. Retour Paris vers 18h.

Samedi 30 - dimanche 31 octobre

• **HAUTEROCHE OU SAFFRES** // Pablo Blanco // Déplacement en covoiturage. Contacter Pablo au 06.77.06.42.69 (entre 19 et 21h).

Dimanche 21 novembre

• **ROCHER CANON** // Deke Dusinberre // Gare de Lyon, 9h05 pour l'arrêt en forêt. Retour 18h11. Rando **M.**

Samedi 27 novembre

• **VAL SAINT-MARTIN** // Pablo Blanco // Pablo Blanco. Déplacement en covoiturage. Contacter Pablo au 06.77.06.42.69 (entre 19 et 21h).

Fontainebleau

Responsable de l'activité :

Carlos Altieri, tél. 06.06.92.97.77, carl.altieri@free.fr

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.

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

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 ».

activités des Clubs alpins d'Ile-de-France

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 :

06/10 // ROCHER ST-GERMAIN

13/10 // ROCHER CANON

20/10 // SEGOGNOLE

27/10 // ROCHER DES POTÊTS

03/11 // 91.1

10/11 // 95.2

17/11 // BEAUVAIS TÉLÉGRAPHE

24/11 // CUL DE CHIEN

01/12 // DIPLODOCUS

08/12 // MONT AIGU

Pour plus de renseignements (fixer un RdV plus précis, partager un véhicule...), contacter Jean-Pierre Le Sert au 01.49.73.59.68 - jplesert@orange.fr ou Alain Le Meur au 01.64.58.94.41.

Samedi 2 octobre

• **JA MARTIN ?** // Organisateur non défini // Comme tous les samedis et dimanches, il y a une sortie. D'ici là vous pouvez vérifier sur le site Internet si la sortie est encadrée et où elle est prévue. S'il n'y a pas d'encadrement prévu et que vous êtes autonome, rendez-vous Porte d'Orléans et les personnes présentes définiront le site du jour.

Dimanche 3 octobre

• **GRANDE MONTAGNE** // Carlos Altieri // Circuit orange D- (n°1) : 70 numéros. Un peu athlétique pour débiter mais intéressant à travailler. Si débutants on peut bifurquer sur le Diplodocus

Samedi 9 octobre

Dimanche 10 octobre

• **JA MARTIN ?** // Organisateur non défini // Comme tous les samedis et dimanches, il y a une sortie. D'ici là vous pouvez vérifier sur le site Internet si la sortie est encadrée et où elle est prévue. S'il n'y a pas d'encadrement prévu et que vous êtes autonome, rendez-vous Porte d'Orléans et les personnes présentes définiront le site du jour.

Samedi 16 octobre

• **CUL DE CHIEN** // Jean Baptiste Floderer // Jaune PD (n°2) : 58 numéros, idéal pour les débutants, avec initiation au toit.

Dimanche 17 octobre

• **RESTANT DU LONG ROCHER** // Carlos Altieri // Circuit orange ou circuit bleu ciel, atelier monos et bidoigts. Très intéressant si le site est sec. Les circuits sont sous les pins.

Samedi 23 octobre

Dimanche 24 octobre

Samedi 30 octobre

Dimanche 31 octobre

• **JA MARTIN ?** // Organisateur non défini // Comme tous les samedis et dimanches, il y a une sortie. D'ici là vous pouvez vérifier sur le site Internet si la sortie est encadrée et où elle est prévue. S'il n'y a pas d'encadrement prévu et que vous êtes autonome, rendez-vous Porte d'Orléans et les personnes présentes définiront le site du jour.

Samedi 6 novembre

• **91.1** // Jean Baptiste Floderer // L'un des plus beaux sites de la forêt. J'encadrerai sur le orange AD (n°4), accessible aux débutants.

Dimanche 7 novembre

Samedi 13 novembre

• **JA MARTIN ?** // Organisateur non défini // Comme tous les samedis et dimanches, il y a une sortie. D'ici là vous pouvez vérifier sur le site Internet si la sortie est encadrée et où elle est prévue. S'il n'y a pas d'encadrement prévu et que vous

êtes autonome, rendez-vous Porte d'Orléans et les personnes présentes définiront le site du jour.

Dimanche 14 novembre

• **JA MARTIN** // Carlos Altieri // Jaune PD- (n°1) : 54 numéros + 5 variantes, orange AD+ (n°2) : 86 numéros, orange AD+ (n°3) : 64 numéros + 14 variantes, bleu ciel D (n°5) : 50 numéros + 9 variantes. Pour les amateurs et les chevronnés de quoi satisfaire toutes les faims de grimpe. J'encadre les débutants sur le jaune.

Samedi 20 novembre

Dimanche 21 novembre

Samedi 27 novembre

• **JA MARTIN ?** // Organisateur non défini // Comme tous les samedis et dimanches, il y a une sortie. D'ici là vous pouvez vérifier sur le site Internet si la sortie est encadrée et où elle est prévue. S'il n'y a pas d'encadrement prévu et que vous êtes autonome, rendez-vous Porte d'Orléans et les personnes présentes définiront le site du jour.

Dimanche 28 novembre

• **ROCHER DE LA CATHÉDRALE** // Carlos Altieri // Orange AD+ (n°1) : 55 numéros + 20 variantes. Commencer au n°2. Un peu dans la bruyère.

Escalade Seniors

Responsable de l'activité : Alfred Lanot

Tél. 06.33.32.10.16

Prochaines sorties

Renseignements auprès d'Alfred Lanot.

Falaise

Responsable de l'activité :

Touwfik Tabti, tél. 06.23.90.51.93

touwfik.tabti@faurecia.com

2-3 Octobre // **HAUTEROCHÉ** // Anne-Marie Corvée

9-10 Octobre // **SAFFRES** // Touwfik Tabti

Connectez-vous sur www.clubalpin-idf.com pour obtenir les mises-à-jour de ce programmes.

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

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 2 - dimanche 3 octobre

LES ARAVIS

• **GRAMUSSET (ROCHER MODERNE)** // Nicolas Chamoux, Touwfik Tabti // V. 4 places. Refuge. 130 euros // 11-ALP01

• **VOIES DE ROCHER COL DE LA COLOMBIÈRE + JALLOU-VRE** // Frédéric Beyaert, Rémi Mongabure // D. 4 places. Gîte. 130 euros // 11-ALP02

• **ARÊTE DE LA POINTE PERCÉE ET VOIE DU TROU** // Bruno Moreil, Patrick Preux // AD à D-. 4 places. Refuge. 130 euros // 11-ALP03

• **GRANDES VOIES DE ROCHER AUTOUR DE GRAMUSSET** // Jean potié, Mathieu Rapin // D à TD. 4 places. Refuge. 130 euros // 11-ALP04 ▲

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'Ile-de-France peuvent participer à nos sorties aux mêmes conditions.

Pour les membres des autres Caf, voir les conditions spécifiques au secrétariat.

De nouvelles sorties, d'une

journee ou de plusieurs jours, sont parfois proposées. Consultez régulièrement le programme des activités sur le site Internet (Espace Membre).

activités des Clubs alpins d'Ile-de-France

raquettes à neige

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 2011 et sur le site Internet www.clubalpin-idf.com

Jeudi 30 décembre au dimanche 2 janvier

• **RÉVEILLON-RAQUETTES À NÉVACHE** // Martine Cante // Hébergement : refuge de Buffère. Transport : libre. Niveau physique : **M**. Niveau technique : **△△**. Terrain : alpin. Type : en étoile. Participation aux frais : 300 euros. Nb places : 9. Date d'ouverture : 23/09/2010 // 11-RQ01

Samedi 12 au mercredi 16 février

• **CINQ JOURS EN VERCORS** // Martine Cante // Hébergement : gîte. Transport : libre. Niveau physique : **M**. Niveau technique : **△△**. Terrain : nordique. Type : En étoile. Participation aux frais : voir fiche technique. Nb places : 15. Date d'ouverture : 05/11/2010 // 11-RQ02

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 Neiges 2011. ▲

spéléologie

Spéléo-Club de Paris (SCP)

Groupe spéléologique du Caf d'Ile-de-France

Site Internet : <http://speleoclubdeparis.com>

Président : Eynard de Crécy

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

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, speiaion@free.fr ▲

Bulletin d'abonnement

Paris-Chamonix

Bulletin des Clubs alpins français d'Ile-de-France

Abonnez vos amis !

6 numéros par an

15 euros/an (adhérents) ou 24 euros/an (non-adhérents)

Nom _____ Prénom _____

souscrit un abonnement d'un an à **Paris-Chamonix** par chèque ci-joint au profit de :

Nom _____ Prénom _____

Adresse _____

CP _____ Ville _____

À retourner à : Club Alpin Français - IdF

12 rue Boissonade 75014 Paris

destinations lointaines

Samedi 2 au mardi 26 octobre

GRANDE TRAVERSÉE DU DOLPO // Gilles Caldor // Hébergement : hôtels et sous tentes. Engagement physique : modéré à soutenu. Participation aux frais : 1950 euros (comprenant la taxe spéciale Dolpo) mais sans le vol international. Nb places : 10 // 11-NEP01

Mercredi 27 octobre au mardi 23 novembre

BELVÈDÈRE DU KANGCHENJUNGA À 6020 M // Gilles Caldor // Hébergement : hôtels et camping. Engagement physique : bonne condition physique en raison de la longueur du trek et de l'altitude. Participation aux frais : 2160 euros sans le vol international. Nb places : 9 // 11-NEP02

Mardi 21 décembre au jeudi 6 janvier

LES TEPUYS DU VÉNÉZUELA - RORAIMA ET SALTO ANGEL // Gilles Caldor // Hébergement : hôtels et sous tentes. Engagement physique : facile. Participation aux frais : 2090 euros - vol Paris - Caracas - Paris inclus. Nb places : 9 // 11-VEN01

Mercredi 2 au mardi 22 février

EQUATEUR- COTOPAXI (5897 M) ET CHIMBORAZO (6310 M) // Gilles Caldor // Hébergement : hôtels et sous tentes. Engagement physique : soutenu à très soutenu. Participation aux frais : 1440 euros sans le vol international. Nb places : 9 // 11-EQ01 ▲

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 et réunions : Le bulletin-programme trimestriel d'activités est disponible sur notre site Internet ou sur simple demande. Les activités locales sont 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 20h à 20h30, à la Maison des associations de Fontainebleau (salle Madagascar au 2^e étage). Des réunions sont également organisées certains mercredis de 20h30 à 22h.

• Escalade : Sur blocs, tous les samedis et dimanches ; certaines séances sont ouvertes aux mineurs de 14 ans ou plus, sous conditions (accord de l'encadrant). // En falaise, quelques journées, week-ends et séjours par trimestre.

• Randonnée pédestre : tous les dimanches en principe et quelques samedis.

• 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 // Dominique Colson : tél. 01.64.09.33.71.

pub vieux campeur