

PARIS CHAMONIX

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

février mars 2012 // numéro 214 // 5 euros

ski de fond

Les hautes vallées du Queyras

randonnée pédestre

Dans le Far West américain : Bryce Canyon National Park

ski de montagne

raquette à Autrans

Traversée à ski des Alpes Bergamasques

www.clubalpin-idf.com

Vie du club

Samedi 3 décembre 2011 le Caf IdF a tenu son assemblée générale ordinaire annuelle

Une quarantaine de personnes se sont retrouvées pour faire le point de la situation de notre club à la fin de l'exercice 2011 et réfléchir aux axes de développement souhaitables.

L'assemblée a d'abord rendu hommage à nos deux camarades Christian Rignac et Pierre Moncorgé disparus au cours de sorties organisées par le club au cours de l'hiver.

Dans son rapport moral, le président a fait le point des opérations engagées dans les 4 domaines d'action définis pour 2011 :

- 1 • Défendre notre terrain de jeu,
- 2 • Redonner le goût de la fréquentation de la montagne,
- 3 • Dynamiser nos activités,
- 4 • Porter une attention particulière aux jeunes

Son rapport a été approuvé par l'unanimité des présents.

Le secrétaire général a remercié tous les bénévoles qui œuvrent à l'animation du club que ce soit en organisant bénévolement des sorties, en accueillant les adhérents rue Boissonade ou au téléphone, en développant et en exploitant un site web performant unanimement apprécié.

S'agissant de l'animation de l'accueil assuré actuellement par mesdames Jeannine Illien, Danielle Marchand, Nicole Turbé, Christiane Mayenobe et Claude Dubois, il a réitéré son appel à de nouveaux bénévoles pour les

épauler et à terme les remplacer. Il a aussi remercié François Garrouste qui soutient le trésorier en effectuant un travail important en matière de statistiques.

Concernant le site web du club, il a noté le sans faute réalisé par les webmasters pour l'implémentation d'un système de règlement en ligne par carte bancaire des frais d'inscription aux sorties. Il a salué particulièrement l'implication d'Emmanuel Klein qui a assuré les développements techniques.

Le système de paiement en ligne largement plébiscité par les adhérents, permet aussi de soulager les tâches de secrétariat qui peut ainsi s'impliquer dans d'autres actions. Le trésorier a présenté les comptes de l'association pour l'année 2011 qui ressortent en léger excédent. Ce bon résultat est consécutif à la très bonne tenue des inscriptions aux activités et aux efforts fait par l'ensemble de celles-ci pour gérer rigoureusement leurs dépenses et anticiper précisément les aléas d'organisation. Le trésorier a noté particulièrement les résultats des activités raquette à neige, ski hors piste, ski de randonnée et voyages lointains.

Ces bons résultats ont permis au club de rembourser 10 000 euros d'avances consenties au club par l'association MD. À la suite de ce remboursement, la dette du club a pu être ramenée à 29500 euros.

Le trésorier a présenté un budget 2012 en léger déficit.

À l'issue de cette présentation, les présents ont adopté le bilan financier 2011 et le budget 2012 à la quasi unanimité.

L'assemblée a mandaté à la quasi unanimité le

Comité directeur pour fixer le moment venu, le montant de la part club de la cotisation 2013 dans une fourchette d'augmentation de 0 à 3 % par rapport aux tarifs 2012.

Le secrétaire général a ensuite fait le point de la pratique des activités au cours de l'année écoulée et des perspectives pour 2012 :

D'une manière générale la plupart des activités ont enregistré une bonne fréquentation au cours de 2011. Celle-ci aurait pu être meilleure encore mais le manque d'encadrants notamment en alpinisme et en raquettes nous a empêché de satisfaire toutes les attentes.

Cette difficulté générale à mobiliser suffisamment d'encadrants bénévoles nous conduira peut-être à recourir à l'avenir à de l'encadrement professionnel rémunéré. Le président a ensuite invité l'assemblée à réfléchir aux activités à promouvoir pour élargir le champs de nos pratiques en vue d'attirer de nouveaux adhérents. Xavier Langlois, encadrant de marche nordique a fait part à l'assemblée de son expérience de lancement de cette activité au sein du club et le président a fait part du lancement d'une activité « trail » à l'initiative de Véronique Malbos adhérente du club.

Un buffet a clôturé les travaux de l'assemblée dans une ambiance conviviale. ▲ **Le Secrétaire général, Jean-François Deshayes**

Hommage

Maurice Rustant nous a quittés le 27 novembre, dans sa 99^e année.

J'ai connu Maurice en 1981, lors de ma première randonnée avec le Caf : c'était le Tour de l'Oisans. Par la suite, pendant plusieurs années, je l'ai suivi à travers nos différents massifs. Il était toujours très gentil, d'humeur égale et attentif aux autres.

Quand, pour des raisons de santé, il a dû arrêter d'organiser des randonnées, nous sommes restés amis.

Ces dernières années, très diminué physiquement mais pas intellectuellement, il a continué de participer activement à une association d'économistes qu'il avait créée des années auparavant.

Malgré ses nombreux problèmes de santé, je ne l'ai jamais entendu se plaindre et, quoique très affaibli, il a su rester autonome jusqu'à son hospitalisation fin juillet.

Cher Maurice, tu resteras toujours vivant dans ma mémoire. ▲ EH

Club Alpin Français Ile-de-France

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

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



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

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

Sommaire du numéro 214

Paris Chamonix

Bulletin
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 Couyssi,
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 5 numéros (1 an)
Membres du Caf IDF :
15 euros
Non membres : 24 euros

Réalisation : Mama Kette
(mamakette@free.fr)
Impression : Imprimerie
Causses & Cévenne
12100 St-Georges-de-
Luzençon.
Tél. 05.65.58.41.41

Dépôt légal : février 2012
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



Toute l'équipe du Caf Ile-de-France
vous présente ses meilleurs vœux
pour l'année **2012**

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

page 6 // Ski de fond : LES HAUTES VALLÉES DU QUEYRAS

page 9 // Raquette : RAQUETTES À AUTRANS

page 11 // Randonnée pédestre : BRYCE CANYON NATIONAL PARK (FAR WEST AMÉRICAIN)

page 14 // Ski de montagne : TRAVERSÉE À SKI DES ALPES BERGAMASQUES

page 18 // Chronique des livres et du multimédia

page 19 // Activités des Clubs alpins d'Ile-de-France

Crête de la Seyte, Briançonnais
(photo : François Renard)

photo de une :
montée à la Chapelle de Clausis,
à ski de fond, dans le Queyras
(Bernadette Parmain).

En cas d'accident

Une déclaration est à faire par écrit dans les cinq jours à :
Gras Savoye Montagne
Parc Sud Galaxie
3B, rue de L'Octant BP 279
38433 Échirolles cedex
Pour un rapatriement, contacter :
Intermutuelle Assistance
En France, au 0.800.75.75.75
• À l'étranger, au 33.5.49.75.75.75
• N° de contrat : 2.857.150.R

Important

La garantie d'assurance liée à votre adhésion
2011 expirait le 31 octobre. Pensez à renouveler vo-
tre adhésion afin de profiter de tous les avantages liés
à votre appartenance au Caf Ile-de-France. La garan-
tie est acquise dès réception de votre règlement à
notre siège parisien. Aucune inscription à une sortie se
déroulant en 2012 ne peut être prise en considération
avant le règlement de la cotisation.

Le programme des activités hivernales
et printanières 2011- 2012
est présenté dans la brochure
Neiges 2012 disponible au Club.



par Annick Mouraret

« Eau, tu répands en nous un bonheur infiniment simple. » A. de Saint-Exupéry

Dans la nature sans voiture

ARRÊTS À BOIS-LE-ROI

Bonne nouvelle pour les amis de la forêt de Fontainebleau : désormais, depuis le 11 décembre 2011, tous les trains s'arrêtent en gare de Bois-le-Roi. Attention cependant : il faut, semble-t-il, ajouter un petit quart d'heure aux horaires précédents. ▲

CHANGERDAPPROCHE.ORG

C'est le site internet de la montagne sans voiture ; plus de 7000 itinéraires en montagne, avec topos, accessibles en transports en commun : randos, voies d'escalade, courses d'alpinisme ou sorties à ski. C'est la plus grande base de données européenne pour la mobilité douce et l'écotourisme en montagne que l'on doit à l'association de deux concepts : Camptocamp, espace d'échange multilingue dédié aux pratiques sportives de montagne (www.camptocamp.org) et Mountain Wilderness bien connue pour ses démarches de protection et d'évolution des mœurs en montagne (www.mountainwilderness.fr). Agir pour protéger la montagne nécessite quelque argent, les aides de l'État se raréfient : cotisations et dons sont toujours les bienvenus. Réduire les transports en voiture, c'est possible grâce à changerdapproche.org. ▲

RANDONNÉES EN FRANCHE-COMTÉ DE GARE EN GARE

Après la Seine-et-Marne (voir *Paris Chamonix* n° 204 - juin-juillet 2010), voici la démarche de la Franche-Comté qui profite depuis décembre 2011 du TGV Rhin-Rhône pour proposer 28 PR dont 21 au-delà de 4 h, de gare en gare. Il est prévu quelques autocars (le TGV n'a pas que des côtés positifs, notamment en Haute-Saône). La Franche-Comté est variée, accidentée parfois : vignoble d'Arbois, Beaume-les-Dames, vallées de l'Ognon, de l'Ain, cascades, viaducs... du fromage, des horloges, des fermes à grandes cheminées, des vaches blanches et rousses. La ligne des horlogers relie Besançon à Morteau via le Locle et la Chaux-de-Fond (sur Suisse dit-on là-bas). La ligne des Hirondelles, de Dole à Saint-Claude, est une prouesse technique : pour 123 km, on compte six tunnels et 18 viaducs, entre dénivelés et virages dont il reste en mémoire surtout le tronçon Morbier-Morez (en photo sur le topo p.5). ▲



Trails et trek

« L'EXPLOSION DU TRAIL »

C'est un article très intéressant paru dans la revue *La Montagne et l'Alpinisme* (n°3-2011), avec une analyse des pratiquants et de cet engouement pour les courses dans la nature, des définitions et photos. 2000 trails furent organisés en 2011. ▲

LE GRAND TREK DE L'HIMALAYA

Le Grand Trek de l'Himalaya a été inauguré officiellement en septembre 2011 : niveau difficile et itinéraire de 1700 km au départ de Taplejung (au pied du Kangchenjunga, 3^e plus haut sommet au monde), arrivée à la frontière tibétaine, à Humla. Il est réservé aux plus sportifs, étant l'un des plus longs itinéraires d'altitude et devrait renforcer la réputation du Népal auprès des amateurs d'aventure. Il est vrai qu'actuellement des tours classiques (Annapurna par ex.) sont dévalorisés par la création de pistes et routes. Environ 5 mois sont requis



Sur les chemins du Ganesh Himal
(photo : Nicole Roulet)

pour les trekkers les plus experts, les autres peuvent diviser le parcours en plusieurs parties pour apprécier des paysages, des cultures et religions diverses. ▲

Île de la Réunion

À l'automne (le nôtre), d'importants incendies certainement d'origine criminelle, ont dévasté la précieuse forêt réunionnaise. Les quelque 3000 hectares de la zone sinistrée se situent dans les pentes du versant ouest de l'île, au-dessus de Saint-Leu et ce sont surtout les bois de tamarins qui ont souffert. Si nous sommes tous tristes devant un tel événement, il est important de souligner que les grands itinéraires de randonnée (GR R1, GR R2 et GR R3) sont bien à l'écart de cette région et n'ont pas été affectés. Marcheurs, partez rassurés sur l'île à grand spectacle ! ▲

Sauvages de ma rue

L'observatoire Sauvages de ma rue est le dernier né du programme Vigie-nature, entièrement consacré à l'observation des plantes urbaines sauvages, en commençant par celles de la région Paris/Ile-de-France. À terme, l'opération s'étendra aux grandes villes. Elles sont indispensables à la vie des citoyens : elles tempèrent les îlots de chaleur, aident à la dépollution de l'air et de l'eau, à la détoxification des sols et constituent le milieu de vie de nombreux animaux (oiseaux, papillons, abeilles...). De la qualité de la flore des villes dépend la qualité de vie des citadins, leur bien-être et leur santé. Pourtant les plantes sauvages restent méconnues. Un guide vient à notre secours : *Sauvages de ma rue, guide des plantes sauvages des villes de la région parisienne*. Voir rubrique livres, p.18. ▲ Site : www.sauvagesdemarue.fr



Au fil des araignées

Faut-il avoir peur des araignées ? Pour moi, ça va mieux depuis que j'ai vu l'exposition *Au fil des araignées au Museum d'Histoire Naturelle*, dans la Grande Galerie : qui eut cru qu'il fallait toute cette place pour celles qui figurent parmi les animaux les plus incompris ? 8 pattes, 0 à 8 yeux, toutes ne font pas de toile dans une grande famille dont on découvre une variété infinie d'espèces qui muent pour grandir : 1600 en France et 40 000 dans le monde. L'exposition brise les idées reçues : techniques de chasse et processus de reproduc-



l'écho des sentiers et de l'environnement

tion, des animateurs répondent aux interrogations, des caches ludiques attendent les enfants. Le livre « *Au fil des araignées* » leur résume tout cela (Éditions du Museum/Seuil Jeunesse).

On a trouvé des araignées dans de l'ambre datant de 100 millions d'années ; elles sont des indicateurs écologiques, mangent les larves dans les cultures et sans elles il y aurait plein de mouches ! Alors laissons-les vivre. ▲

Causses et Cévennes à l'Unesco

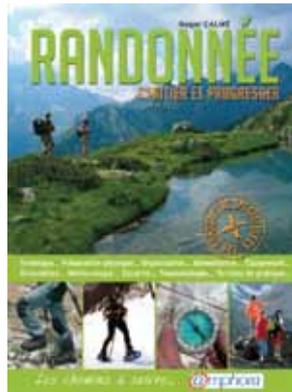
En juin 2011, les Causses et les Cévennes ont été inscrits au Patrimoine Mondial de l'Humanité par l'Unesco. 312 425 hectares voués à l'agropastoralisme qui a laissé ses empreintes dans les paysages sur les départements de la Lozère, du Gard, de l'Hérault et de l'Aveyron. L'anomalie d'avoir restreint le PNR des Grands Causses au seul département de l'Aveyron est en quelque sorte réparée. ▲

Écroulements rocheux en haute montagne

Ce sont des effets méconnus du réchauffement climatique ; Ludovic Ravanel, géomorphologue et guide de Chamonix, en apporte les preuves dans sa récente thèse. Lors d'une conférence Caf/Société de Géographie, il a présenté les évolutions depuis 1850 (fin du petit âge glaciaire) à l'aide de nombreuses photos et graphiques des glaciers, moraines et parois. Il est question de permafrost bien sûr, d'une surveillance très affinée des températures des sols et des roches. Les écroulements rocheux interviennent surtout entre 3100 et 3600 m, souvent même assez tard en saison et la dégradation du permafrost en est le facteur majeur. Le réchauffement climatique, plus accentué en montagne, aura des conséquences sur les pratiques de l'alpinisme et de la randonnée, posant aussi des problèmes à des infrastructures (refuges, téléphériques déstabilisés), avec des effets en cascade jusque dans les vallées : eau, boues, barrages. ▲ **En complément, on peut lire « La montagne face aux changements climatiques », un dossier de 8 pages dans la revue Mountain Wilderness n° 89 hiver 2011/2012.**

Agenda

- **Jusqu'à juin 2012. Au fil des araignées**, exposition, Grande Galerie du Museum.
- **02/02. Journée mondiale des zones humides**, manifestations diverses organisées aussi par les Parcs et Associations au cours du mois.
- **24-25/03. L'écotrail de Paris**, 5^e édition. Au choix : 80, 50, 30, 18 km, randonnées à travers Paris). Site : www.traildeparis.com.
- **30-31/3 et 1/4. 28^e Salon des randonnées**, des sports et des voyages nature, sur le thème de l'eau. Porte de Versailles. Site : www.randonnee-nature.com.



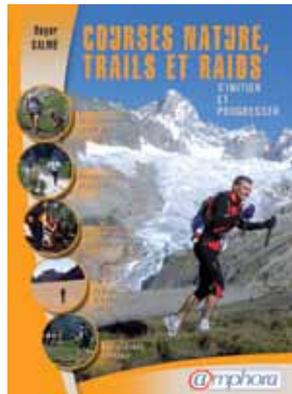
Guides

Amphora, qui publie des ouvrages sur le sport et la forme, propose deux titres de la série « s'initier et progresser », avec textes, schémas et photos de terrain.

Randonnée

Roger Calmé, 1^{ère} éd. 2/2011

Technique, préparation physique, organisation, alimentation, équipement, orientation, météorologie, sécurité, traumatologie, terrains de pratique. 192 p. ▲



Coursures nature, trails et raids

Roger Calmé, 1^{ère} éd. 2/2009.

Entraînement technique et physique, gestion de la compétition, hydratation, alimentation, santé, les grandes courses. 192 p. ▲

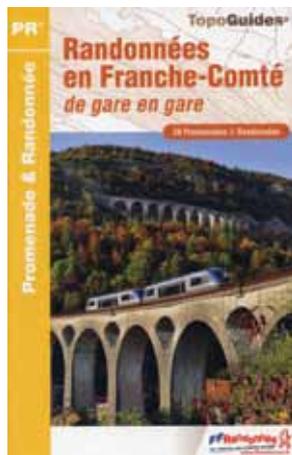
Topos

Nouveautés

Randonnées en Franche-Comté, de gare en gare

FFR, réf.RE18, 1^{ère} éd. 10/2011

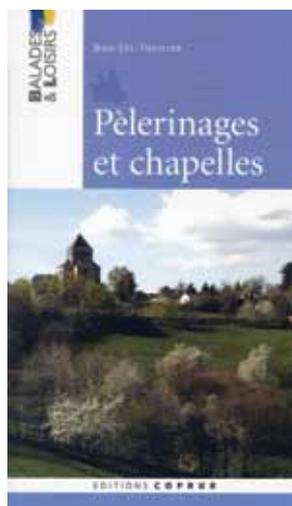
28 PR d'une gare à l'autre, un topo intéressant pour sillonner la région, sans voiture, avec des informations sur les lieux parcourus. Pas d'importantes dénivelées, même dans les randonnées longues. Le TGV Rhin-Rhône a fait créer deux gares : Méroux (Belfort/Montbéliard) et Auxon-Dessus (entre Besançon et Vesoul) ; cela complète les lignes régionales et le dispositif TGV existant qui dessert Besançon, Belfort, Dole, Pontarlier (voir page 4). ▲



Pèlerinages et chapelles

Jean-Luc Theiller, Éd. Coprur, 11/2011

Ce guide « balades et loisirs » propose de découvrir une centaine de pèlerinages dans toute l'Alsace, avec des indications pratiques : itinéraire, durée, balisage, cartographie, longueur des parcours (des P.R. de 1 à 5h30), références culturelles avec de nombreuses photos. Le pèlerinage était une prière physique, mais le marcheur peut prier ou se promener vers un site de spiritualité. 128 p. ▲



Rééditions

Dans la collection « à pied » : Les Hautes-Alpes, La Lozère, Le Jura, l'Isère, Les Pyrénées-Orientales, Midi-Pyrénées.

La FFR n'édite plus de catalogue, consulter : www.ffrandonnee.fr

Les hautes vallées du Queyras

Texte et photos : Bernadette Parmain

Il est une région réputée pour son ensoleillement et depuis quelques années pour son enneigement. Grâce aux « retours d'est », comme disent nos météorologues, la neige vient souvent d'Italie, et par flux de nord-ouest, il finit souvent par arriver sur la région et à chaque fois, une bonne couche de neige se dépose dans le Queyras !



Ci-dessus, de gauche
à droite : à Arvieux /
montée au col d'Izoard.

C'est ainsi que, pour le Nouvel an 2009, entraînés par Christophe dit « TofTof », nous sommes allés skier sur nos fines spatules dans les vallées du Queyras qui possède 240 km de pistes de ski de fond, 3^e domaine de France, et quelques itinéraires hors pistes très recommandables. C'est en tout cas une belle destination pour le ski de fond, à condition d'avoir un véhicule ou bien, comme nous, de changer 3 ou 4 fois d'hébergement dans la semaine. De plus, des systèmes de navettes (gratuites avec la carte d'hôte) sont mis en place en période de vacances scolaires qui permettent, de toute façon, de varier les plaisirs. Le découpage proposé ici peut se faire en 7 jours complets. Ce circuit pourrait aussi se faire en raquettes à neige en adaptant les itinéraires, mais attention sur les parties descendantes, le temps de parcours serait à prendre en considération car, évidemment, les raquetteurs sont beaucoup plus lents que des skieurs.

1^{er} site : Arvieux-La Chalp

Installés chez un spécialiste du ski de fond, dans un chaleureux chalet pour 2 nuits nous allons tout d'abord explorer les pistes de ce secteur.

Premier jour : Les pistes en aller-retour vers Souliers, le lac de Souliers ou les pistes d'Arvieux et Brunissard peuvent vous accueillir (mais attention au soleil, sur Brunissard : il faut alors viser le milieu de journée pour les avoir ensoleillées).

Deuxième jour : Si le temps le permet (et aussi la nivologie), il faut absolument aller au col d'Izoard, certes cela prend un certain temps, mais si la piste est tracée vous en reviendrez ébloui par les paysages. Les plus costauds et résistants monteront toute la piste en pas de patineur, mais la plupart se contenteront d'une montée tranquille (700 m de dénivelé). Il peut arriver que la montée au Col d'Izoard soit « fermée » juste avant la Casse Déserte, n'oubliez pas cette interdiction, la zone peut être très avalancheuse !



*Ci-dessus, à gauche,
de haut en bas :
entre Aiguilles et Molines ;
en haut à droite :
à la Casse Déserte.*

2^e site : la vallée du **Guil**

Prenez la navette gratuite et, hop, changez de vallée : nous voici à Aiguilles et remontons la vallée jusqu'à Abries et Ristolas. La piste passe en forêt et quand nous y sommes passés des quantités impressionnantes de neige couvrent le décor. On ne peut guère aller plus loin que Ristolas car de grosses avalanches ont coupé la piste (et aussi la route !). Nous apprendrons plus tard que, de l'autre côté de la frontière, en Italie, à Chianale, les avalanches ont bloqué le village qui s'est retrouvé coupé de tout et sans électricité pendant un mois !

3^e site : la vallée de l'**Aigue Blanche**

Premier jour : Depuis Aiguilles (descente à ski depuis Abries ou navette pour gagner du temps), on peut rejoindre une route forestière (parfois damée mais plutôt rarement) qui vous amènera, à flanc de montagne sur le village de La Rua, près de Molines. Vous passerez à côté des ruines de Prats Bas qui font rêver notre accompagnateur qui travaille dans le bâtiment... De là, on rejoint les pistes de fond de cette vallée qui, via La Chalp, remontent sur Saint-Véran.

Deuxième jour : Depuis notre gîte (situé à La Chalp), nous remontons la vallée jusqu'à la chapelle de Clausis. Le vent et l'enneigement ne permettent guère d'aller plus loin, mais il serait facile de poursuivre jusqu'au refuge de la Blanche et de boucler l'itinéraire par un retour différent jusqu'à la piste sous la Chapelle.

Nota bene : le gîte les Gabelous était fermé et nous avons dû dormir à la Chalp, mais je pense qu'il est préférable de réserver à Saint-Véran même, ce qui est tout à fait compatible avec les étapes décrites.

4^e site : la vallée de l'**Aigue Agnelle**

Premier jour : Départ skis aux pieds du gîte à La Chalp et en traversant les pistes de ski alpin de Molines nous rejoignons la piste en rive gauche de l'Aigue Agnelle, nous passons donc en face Pierre Grosse, Fontgillarde, et, au pont de Lariane, nous prenons la route (damée mais sans traces) pour remonter jusqu'au refuge Agnel où nous fêterons joyeusement le passage à la nouvelle année.



Deuxième jour : En aller-retour, nous irons au col Agnel, admirer l'Italie, puis par une longue descente nous rejoindrons Molines-en-Queyras, puis, par le même chemin que l'autre jour (qui cette fois-ci sera damé !), nous rejoindrons Aiguilles pour la navette de retour vers la gare de Mondauphin-Guillestre, où nous ramassera le train de nuit.

Autres sites de ski de fond non explorés dans le Queyras : Ceillac, un peu excentré des autres vallées visitées, mais qui possède un bon site de fond. ▲

En pratique

Accès : Par le train de nuit Paris-Briançon, arrêt à la gare de Montdauphin-Guillestre. Navette régulière pour monter aux stations citées. Renseignement et transport à la demande : www.05voyageurs.com (réservation 48 h à l'avance obligatoire).

Hébergements possibles pour suivre cet itinéraire :

- Arvieux : Gîte d'étape : Chalet Viso à La Chalp d'Arvieux (04.92.46.85.77), sinon à Brunissard, les Bons Enfants (04.92.46.73.85), ou encore La Teppio (04.92.46.73.90).
- Abries : Gîte d'étape Le Villard (04.92.46.71.14) ou l'Ancolie Bleue (04.92.20.54.42).
- Saint-Véran : gîte d'étape La Baïta du Loup à la Chalp (04.92.54.00.12) ou Les Gabelous à Saint-Véran (04.92.45.81.39) ou le Chant de l'Alpe (04.92.45.86.59).
- Refuge Agnel (CAF) (04.92.46.81.81 - refuge, réservation : 04.92.24.48.57 ou 06.63.78.51.09).
- Voir d'autres hébergements sur : www.gites-refuges.com.

Matériel de ski de fond : Certains avaient des skis à écailles et d'autres des skis de « skating » mais avec des petites peaux de phoque pour les montées longues (comme le col de l'Izoard) ou hors piste (le Col Agnel) ou la traversée Aiguilles-La Rua. Il faut de toute façon un bon système anti-recul car les pentes sont parfois sérieuses. Le fartage n'est pas nécessairement la meilleure solution sur les neiges du sud, l'écart de température entre le matin et l'après-midi y est très grand et le passage de zones damées à des zones non damées en poudreuse peut poser de sérieux souci de « bottes » sous les skis... même pour les écailles, parfois !

Redevance pistes : La plus grande partie de l'itinéraire se déroulant sur pistes damées, il est nécessaire de prendre une redevance de ski de fond pour la semaine. Celle-ci est valable sur tous les sites parcourus.

Autre possibilité : Cet itinéraire est adaptable en terme de découpage à un circuit en raquettes à neige, mais les raquetteurs empruntent d'autres pistes que celles du ski de fond et nous leur demandons, en particulier, de respecter les pistes de ski de fond damées en ne les défonçant pas à coup de raquettes !

Renseignements : sur le site www.queyras.com

Article connexe et complémentaire : La Haute Trace des Escartons, *Paris-Chamonix* n°170, octobre-novembre 2004 par Serge Mouraret.



Ci-dessus, en haut,
à gauche : montée
au Col Agnel ; à droite :
l'Italie (du col Agnel) ;
ci-dessus, en haut
et ci-contre : au Col Agnel.



Raquettes à Autrans

Il y a trente ans, la raquette était un sport ignoré, qui n'intéressait guère que quelques originaux. Le sport « noble », c'était le ski. Mais, aujourd'hui, c'est autre chose. La marche en raquettes est la pratique la plus ancestrale de la montagne enneigée... et elle est en train de devenir aussi la plus populaire : aux raquetteurs, les sous-bois inexplorés, les traces du lièvre ou du renard sur la neige fraîche, les vastes espaces vierges. Car en raquettes, il n'y a (presque) aucune technique à apprendre et on passe (presque) partout. La preuve par Autrans.

Texte et photos :
Martine Cante

Ci-dessus :
dans la neige fraîche
au dessus d'Autrans.

Autrans est un charmant petit bourg dans le nord du Vercors, à 1040 m d'altitude, qui a connu son heure de gloire aux Jeux olympiques de 1968. D'ailleurs, le tremplin de saut à skis de l'épreuve de combiné nordique en témoigne. Dans l'architecture typique de la région, le mur pignon, dont les redents sont couverts de dalles en lauzes, est un peu plus haut que le toit de façon à protéger celui-ci (autrefois en chaume) du vent et des intempéries. La pierre sommitale s'appelle la « Couve » et était un symbole de fertilité. L'église, perchée sur une petite butte, possède un clocher-porche roman qui lui donne un aspect assez imposant. Voici une belle randonnée de la journée accessible à toute personne ayant un minimum d'expérience de la marche en montagne : On débute de bon matin (9h en hiver), après le camping du Joyeux Réveil, par un chemin à travers

champs. C'est d'ailleurs là, en général, que l'on chausse les raquettes, juste derrière le gros tas de neige laissé par le chasse-neige qui a dégagé la route.

Une **vue magnifique**
sur toutes les grandes Alpes

Après environ 1 km, on arrive au hameau du Bouchet. Il se trouve là un appareil ancien qui s'appelle un « travail » et qui servait autrefois à ferrer les vaches pour qu'elles puissent travailler dans les champs sans abîmer leurs sabots. Puis on continue sur une petite route vers le sud, on passe à côté d'une cascade et, après deux bonnes heures de montée en zigzag dans la forêt, on arrive enfin sur les crêtes.

Là, s'il fait beau, vous aurez la récompense de vos efforts : une vue magnifique sur toutes les grandes Alpes, du Mont Blanc à la Barre des Écrins. Ce sera sans doute l'endroit de votre pause de midi, assis sur votre sac au soleil. Puis, suivez les crêtes vers le sud jusqu'au Pas de Bellecombe et, de là, descendez vers le refuge de La Molière. Pendant le trajet, ne manquez pas le Mont Blanc au loin qui pointe son nez derrière Chamechaude !

Un petit café au refuge, s'il n'y a pas trop de monde, permet de repartir d'un bon pied. Continuez ensuite tout droit en suivant la trace jusqu'à la table d'orientation.



Ci-dessus, de gauche à droite : pause de midi au soleil / le Mont Blanc pointe son nez derrière Chamechaude.

Quand le soleil donne, il peut faire chaud, même sur la neige, alors on enlève une couche avant de remonter sur les crêtes. La ville de Grenoble s'étend en contre-bas, souvent cachée sous une mer de nuages. Repérez bien les « Trois Pucelles », ce sommet rocheux à trois pointes (quatre disent certains) bien connu des Grenoblois.

Au Pas de l'Ours, dans l'échancrure entre deux rochers, admirez encore une dernière fois, par delà le plateau de La Molière qui descend en pente douce, la frise neigeuse des sommets de Belledonne.

Blanc **au miel**, ou rouge aux épices

Mais le soir tombe vite, en hiver, et il est temps déjà de redescendre. Vers l'ouest, en tournant le dos au Pas de l'Ours, vous verrez une large trace dans les bois

qui mène à une petite route aménagée en piste de fond. Traversez la route et piquez droit dans la pente vers la Combe Payraud. Si la neige est ancienne et stable, ou s'il y a peu de neige, cette combe sauvage vous offrira un joli passage en balcon pour rejoindre les hameaux du Truc et du Bouchet. Mais en cas d'abondance de neige fraîche, il sera sans doute plus sûr de redescendre par le sentier des Combettes qui est large et bien tracé. À partir du Bouchet, le clocher d'Autrans vous guidera vers le village.

Le trajet du retour, c'est bien agréable, on savoure sa victoire, on a déjà en tête les prochaines ballades que l'on va tenter, on refait le monde... Mais le vrai bon moment de la randonnée, c'est toujours après la randonnée, quand on se retrouve tous autour d'un verre de vin chaud : blanc au miel, ou rouge aux épices, quel délice ! ▲

Informations techniques

Carte : IGN 3235 OT.

Dénivelé en montée : 700 m.

Distance aller-retour : 17 km.

Hébergement :

- Centre d'accueil de groupes Afrat : afrat@afrat.com
- Hôtel Au Feu de Bois : contact@hotelfeudebois.com.

Location de raquettes : La Grange aux skis à Aubrans.

Ci-contre : la frise neigeuse des sommets de Belledonne.



Dans le Far West américain

Bryce Canyon 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 et Arches, la série américaine continue avec Bryce Canyon National Park.



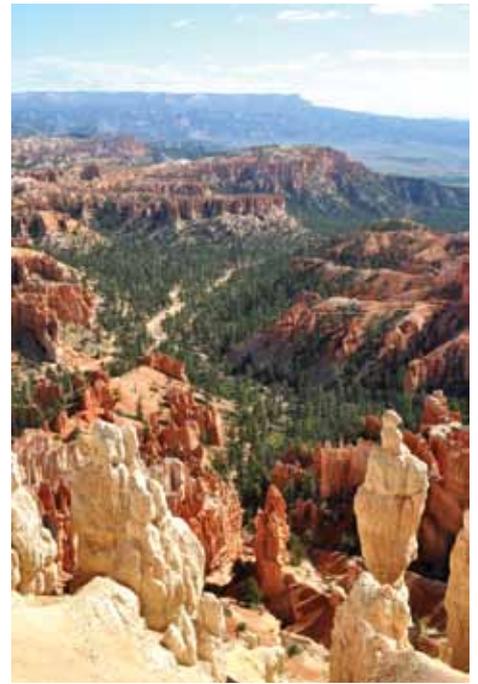
Après l'incontournable soulèvement du plateau du Colorado, de nombreuses inondations laissent d'énormes dépôts de nouveaux sédiments voici 40 à 60 millions d'années. Un dernier mouvement tectonique, il y a 10 à 20 millions d'années, entraîne sur la frange occidentale un morcellement en sous-plateaux. Les fractures vont partout faciliter l'érosion et plus encore sur les bords de celui de Paunsaugunt. Les roches calcaires et les boues argileuses très colorées par les oxydes, fragilisées et friables, sont soumises aux effets intenses de l'eau et du gel. Dans la région, Cedar Breaks, Kodachrome Basin et Red Canyon,

rivalisent par leurs formations rocheuses pleines de fantaisie, mais c'est Bryce Canyon qui mérite tous les superlatifs et qui est devenu Parc National. C'est un parc de taille modeste orienté nord-sud de 30 km de long et à peine 2 à 10 de large. La configuration est simple : à partir de la East Fork Sevier River (2100 m), un versant ouest boisé se relève doucement pour s'arrêter brutalement sur des à-pics colorés côté est, les Pink cliffs : du blanc au pourpre, du blanc à l'ocre, à chaque heure sa couleur pour le plus grand plaisir des yeux. Sur 250 m parfois, les grandes parois naturelles se creusent d'immenses amphithéâtres dont les gradins

Photo de gauche : amphithéâtre de Bryce Canyon ; photo de droite : sur Navajo Trail.



Photo de gauche : des lames de pierres ; photo de droite : Hoodoos et Campbell Creek.



sont hérissés de murailles, lesquelles se percent d'arches et se découpent pour devenir une forêt de pinacles, de demoiselles, coiffées ou non, ici appelées « hoodoos ». Depuis l'entrée du parc une route de 35 km longe le bord du plateau et se termine au Yovimpa Point, point culminant à 2778 m. Elle est à parcourir absolument, plutôt en voiture, pour toutes les belles vues « aériennes ». Tout au long, de nombreux belvédères procurent des visions extraordinaires sur tous les amphithéâtres. Cet émerveillement facile explique pourquoi Bryce Canyon figure dans tous les programmes touristiques. 1,5 à 2 jours peuvent suffire pour visiter et randonner mais ne pas négliger les arrêts pour la photo et la contemplation.

La randonnée

De la même façon que la route sur la corniche, un sentier longe tous les amphithéâtres de Rainbow Point/Yovimpa Point à Bryce Point, mais par le pied, d'où son nom « Under the rim Trail ». Cette randonnée très sportive de 37 km est soumise à un permis (à demander au Visitor Center) car elle nécessite au moins une nuitée sur le parcours. Pour cela, il est jalonné par huit emplacements de camping agréables mais rudimentaires dont 6 avec eau (à purifier). De même, le Riggs Spring Loop, circuit sportif (forte dénivellée, 685 m) de 14,2 km à partir de Rainbow Point (2778 m) est réalisable en une journée. Quatre emplacements de campings sommaires avec un seul point d'eau à Riggs Spring (à purifier) permettent l'étape (alors, permis nécessaire). Il est utile de bien lire les recommandations du parc pour la pratique du « backcountry ». Plutôt que ces longs parcours « aventure » à faire en totale autonomie, il est préférable de se limiter aux randonnées à la journée dans le Grand amphithéâtre (voir carte p. 13). Le sentier qui suit le bord du plateau en passant par tous les belvédères et ceux qui dévalent pour se faufiler parmi

les sentinelles de pierre suffisent pour savourer toute la féerie de Bryce Canyon. Une navette circule en permanence sur la route du Grand amphithéâtre, permettant recueils et déposes aux amorces des sentiers.

Le Rim Trail, 8,4 km

De Bryce Point à Fairyland Point (navette à 2 km), il suit au plus près la corniche. Hormis le point de vue dominant sur tout le parcours, son intérêt est aussi de permettre la liaison entre les diverses boucles.

Navajo Trail et Queens Garden Trail, 4,6 km, dénivel. = 170 m, 1h30/2h

Au départ de Sunset point, le petit circuit de Navajo Trail (2,16 km, dénivel. = 167 m) est la quintessence de Bryce Canyon et peut suffire au visiteur pressé. Facile à repérer grâce au monolithe élané du Thor hammer, il est aussi le plus fantastique accès au Queens Garden Trail et au Peek-a-Boo-Loop. Dans le fond du vallon boisé, le Queen Gardens trail passe sous des rangées de hoodoos puis remonte parmi d'autres au Sunrise Point.

Navajo Trail et Peek-a-Boo Loop, 11,5 km, dénivel. = 380 m, 3h30

Le circuit du Peek-a-boo Trail (utilisable par les cavaliers) est aussi accessible par Bryce Point, mais il est plus intéressant de le rejoindre par une branche du Navajo Trail. Au retour, remontée sur le plateau par l'autre branche.

Fairyland Loop, 12,8 km, dénivel. = 700 m, 4/5h

Ce circuit peu fréquenté de la partie nord du parc emprunte une portion du Rim Trail, longe la Muraille de Chine, passe au Tower bridge et suit le Fairyland Canyon. Le tout se fait dans un joli dédale de hoodoos et de buttes bien colorées.



Photo de gauche : les Pink cliffs ; photo centrale : randonneurs sur Navajo Trail ; photo de droite : sur Fairyland Loop.

Navajo Trail + Queens Garden Trail + Fairyland Loop, 17 km, déniv. = 870 m, 5h 30/6h

Cet chaînemen sur une vraie journée de randonnée est la plus parfaite synthèse de Bryce Canyon. De Sunset Point (navette) à Sunrise Point d'abord, 500 m sur le Rim Trail pour la jonction avec Fairyland Loop et fin au General Store (navette). ▲

Pratique

Situé dans l'Utah, Bryce Canyon NP est par la route à 545 km au sud-est de Salt Lake City et à 425 km au nord-est de Las Vegas (liaisons aériennes directes depuis Paris). Pour situer le parc sur un périple routier, il est entre Zion NP (130 km) et Capitol Reef NP (200 km). Droit d'entrée 25 \$ (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. En altitude, entre 2100 et 2778 m, il est soumis à un climat à la fois continental et montagnard. Il reçoit des précipitations régulières mais peu importantes. L'hiver, les températures sont souvent négatives et la neige peut être là, ajoutant de jolis ourlets blancs à toutes les vires du relief. De juin à septembre, elles frôlent souvent les 30°C. Quelques risques d'orages.

Réglementation : ne pas s'écarter des sentiers balisés et entretenir, 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 très rare, il y a peu d'ombre dans les amphithéâtres et le soleil est intense.

Faune et flore :

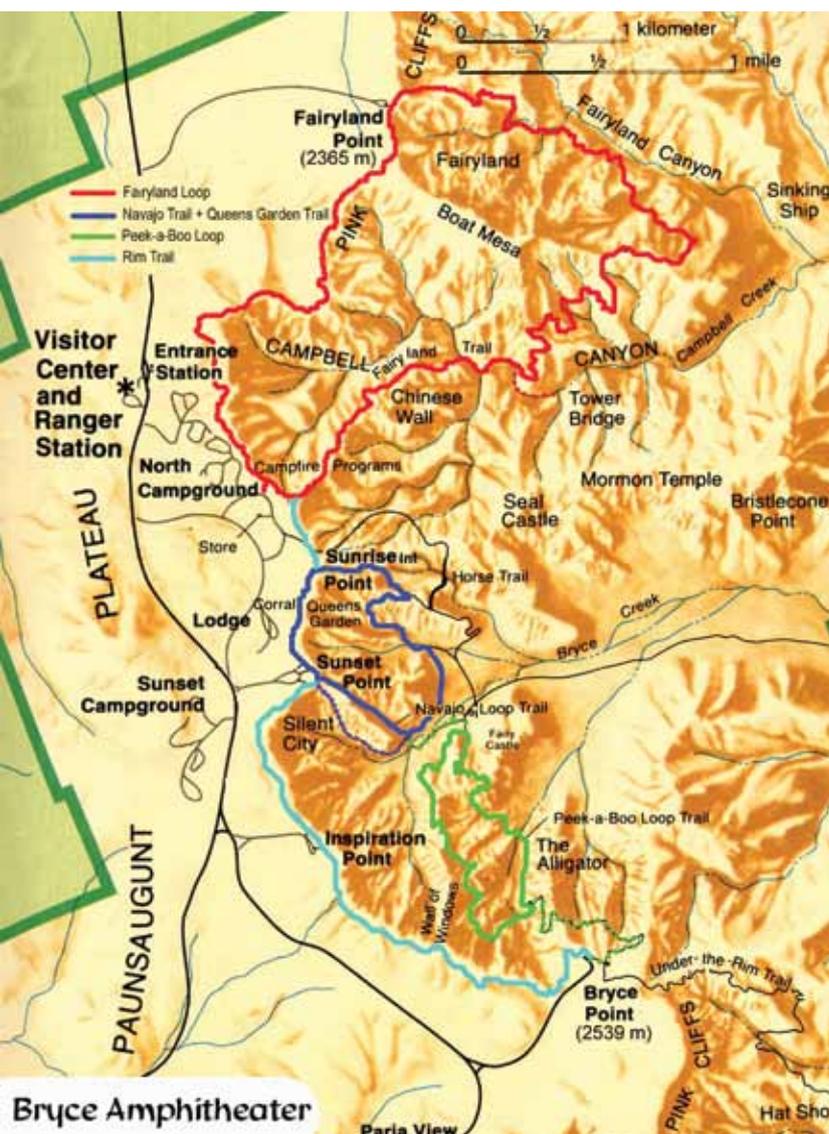
Grâce à une dénivellation de 700 m, flore et faune sont très variées. L'abondante couverture forestière, de conifères surtout (sapin du Colorado, épicéa bleu, pin de Bristlecone, pin jaune, genévrier) avec fleurs en sous-bois (pinneau indien de Bryce Canyon, ancolies, iris du Missouri, etc.) abrite une faune riche (59 espèces de mammifères, 175 d'oiseaux). Pour l'essentiel, on y trouve : cerf hémione (mule deer), antilope américaine (pronghorn), chien de prairie, écureuils, geai de Steller, cassenoix d'Amérique, colibris, crotale de l'Ouest. Le puma, l'ours noir et le condor de Californie sont rares mais présents

Hébergement : à l'intérieur du parc, le Bryce Canyon Lodge (voir sur le site du parc pour les offres) et plus économiques, deux campings bien situés en forêt, avec eau potable et toilettes, pas de douches. Le North Campground est près du Visitor Center (86 emplacements de tentes sans réservation, 50 avec réservation, 52 emplacements camping-car avec réservation) ; le Sunset Campground est 3 km plus au sud (20 emplacements de tentes avec réservation, 80 emplacements camping-car et tentes sans réservation). Réservations (6 mois avant) de mai à septembre auprès de www.recreation.gov. À 3 km de l'entrée du parc, deux structures d'accueil privées : Ruby's Campground (tipis et chalets, site : www.brycecanyoncampgrounds.com) et Ruby's Inn (site : www.rubysin.com). Motels à Tropic (15 km à l'est du parc).

Information : le site web (excellent) de tous les parcs nationaux : www.nps.gov, donne toutes les informations utiles pour les visites et les randonnées. À consulter absolument pour connaître l'actualité sur les parcs et les éventuelles restrictions d'accès (incendies, éboulements, etc).

Pour la documentation, livres et cartes, la librairie des Visitor Center est toujours très bien fournie.

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



Traversée à ski des Alpes Bergamasques

Sept ans. Il aura fallu attendre sept ans avant d'obtenir enfin les conditions nécessaires à la réalisation de cette traversée, peut-être inédite. Sept ans à essayer de construire la traversée idéale, à partir de descriptions sommaires et éparses. Sept ans à rassembler des informations disparates et parfois contradictoires sur les hébergements rencontrés, éléments clés de cette traversée.

**Texte et photos :
François Renard**

L'article de Jean-Paul Zuanon dans *La Montagne* n° 3/1976 a sans doute été à l'origine de ce projet. Il est vrai que les Alpes Bergamasques, « Alpi Orobie » en italien, n'ont pas une réputation qui dépasse le cercle restreint des skieurs-alpinistes locaux, et probablement bien rares sont les étrangers à s'y aventurer. Pourtant, cette longue chaîne montagneuse de 70 km de long au nord de Bergame, bien isolée au sud de la Valtelline, et bordée à l'ouest par le lac de Côme et à l'est par le massif de l'Adamello, semble se prêter naturellement à une traversée. Mais si une traversée estivale est facile à réaliser, avec de nombreux refuges gardés bien répartis sur tout le massif, il n'en va pas de même en hiver, les refuges n'étant généralement pas gardés et n'offrant qu'un abri hivernal sommaire, quand ils ne sont pas simplement fermés. Enfin, si l'altitude ne dépasse guère 3000 m, le relief est tout sauf débonnaire, et les passages techniques sont nombreux, exigeant d'excellentes conditions nivologiques pour réaliser une traversée en toute sécurité. On ne peut d'ailleurs qu'être stupéfait d'apprendre que la première traversée du massif, d'Ornica

Montée au refuge
Tagliaferri, Valle di Pila (J2)



à Aprica, a été réalisée en mai 1971, « *par mauvais temps et sérieux dangers d'avalanche* ».

En ce mois de mars 2011, les conditions s'annoncent au contraire très favorables, avec du beau temps stable et des conditions nivologiques sûres, le risque étant évalué à 2. Nous prenons notre train de nuit Paris-Brescia, puis embarquons, avec une heure de retard, dans un taxi qui nous mène en 2 heures dans le Val Paisco, à l'extrémité est du massif.

À la différence de nos prédécesseurs (Angelo Gherardi et Jean-Paul Zuanon, en 1974 !), nous avons choisi de traverser d'est en ouest, et surtout d'inclure dans la traversée la partie la plus orientale des Alpes Bergamasques, à l'est du Monte Gleno. Pour faire écho aux chiffres de Jean-Paul Zuanon, mentionnons ceux de cette traversée : 8 étapes (qui pourraient être réduites à sept), 14000 mètres de dénivellée positive, 67 heures de marche effective, et 23 cols ou sommets franchis.

J1 : Grumello, bivouac Davide Salvadori, +1500 m, 5h30

Cette partie orientale du massif est en effet la zone certainement la plus sauvage, où nous ne rencontrons que très peu de traces. Le départ s'effectue à Grumello, petit village en balcon sud du Val Paisco, à 1300 m d'altitude. Après 200 mètres de portage, nous chaussons les skis et nous élevons dans le Val di Scala, en direction du refuge Torsoleto, fermé en période hivernale et n'offrant qu'un abri des plus sommaires. Nous préférons rejoindre plus haut sur l'arête le bivouac Davide Salvadori, à 2578 m, qui offre davantage de confort. Ce bivouac d'une dizaine de places est magnifiquement situé sur la crête principale du massif, entre la Valtelline au nord et le Val Paisco au sud. On peut y apprécier un superbe coucher de soleil sur le massif de la Bernina tout proche.

J2 : Monte Largone, Passo Sellerino, Passo Demignone, refuge Tagliaferri, +1700 m, 8h30

Nous descendons de notre perchoir au petit matin, pour entamer une longue traversée vers l'ouest, par le Monte Largone, le Passo Sellerino, les abords du Passo Venerocolo et le Passo Demignone. De ce dernier col, une descente plein nord en excellente neige poudreuse nous mène à l'alpage Demignone,

qui domine le lac de Belviso. Une longue traversée ascendante nous ramène ensuite vers le sud, et nous atteignons, par une dernière pente raide, le Passo di Venano, en contrebas duquel est situé le refuge Tagliaferri, lui aussi en position dominante au dessus du Val di Vo. Il est doté d'un local d'hiver avec sept couchettes, des couvertures, une table et des bancs.

J3 : **Passo Belviso**, Vilminore di Scalve, +1000 m, 9h30

Au réveil, nous sommes enveloppés dans un épais brouillard accompagné de quelques flocons, et nous devinons que l'étape risque d'être compromise. Nous descendons la raide pente gravie la veille, et traversons vers l'ouest pour rejoindre et suivre une trace récente menant au Passo Belviso, au pied du Monte Gleno, trace que le vent a effacée à l'approche du col. Malgré quelques très timides trouées de ciel bleu, la couverture nuageuse reste dense et il nous faut entamer la descente en versant nord dans le Val di Gleno, par une visibilité toujours réduite, rendant la progression lente et délicate, en raison d'un itinéraire complexe, s'insinuant entre deux barres rocheuses. Nous contournerons la première sans problème, mais nous sommes obligés de chausser les crampons pour franchir la seconde par un raide couloir de neige au milieu de ressauts verglacés.

Vers 1800 m, sous l'épaisse couche nuageuse, nous hésitons longuement à renoncer et rejoindre le village de Vilminore di Scalve en contrebas, mais décidons finalement de continuer à croire à l'embellie en gravissant dans un brouillard complet les raides pentes qui donnent accès au Val Bondione. Notre persévérance n'est malheureusement pas récompensée car, arrivés sur la crête, à un jet de pierre de la voie normale du Pizzo Tre Confini, que nous devons traverser pour rejoindre le refuge Curo, les nuages refusent obstinément de se désagréger. À contre-cœur, nous décidons alors de rebrousser chemin et rejoignons Vilminore di Scalve à 1000 m d'altitude, par une longue descente dans le Val di Gleno, puis un long sentier déneigé.

Nous trouvons à nous héberger à l'Albergo Brescia, qui voudra bien mettre à notre disposition un transport le lendemain jusqu'au village de Nona, ce qui nous permettra de retrouver la voie de montée au Pizzo Tre Confini.

Il s'en faut de peu que nous perdions à cette occasion notre unique participante, Anne-Françoise apprenant par téléphone que son appartement a été cambriolé. Mais après maints coups de fil, elle parvient cependant à gérer sa mésaventure à distance et poursuit la traversée.

J4 : **Monte Sasna**, Pizzo Tre Confini, refuge Curo, +1900 m, 7h20

Après notre nuit à l'hôtel, nous démarrons de Nona pour gravir le Monte Sasna, qui émerge au dessus d'une épaisse mer de nuages. Nous découvrons au

sommet toute la chaîne orientale des Alpes Bergamasques, Pizzo Gleno, Tre Confini, Coca, Redorta, del Diavolo, etc. Une courte descente nous fait basculer dans le versant Bondione, où nous récupérons la voie normale du Pizzo Tre Confini depuis Lizzola. Nous atteignons le sommet sous une chaleur accablante, en passant au pied de l'arête gravie la veille dans les nuages : par beau temps, la traversée aurait été réalisée sans difficulté !

Du sommet des Tre Confini, nous nous engageons en face ouest dans de magnifiques pentes vierges en bonne neige poudreuse, où nous pouvons godiller à loisir. Nous parvenons ainsi, par le Val Cerviera, au lac de barrage de Barbellino, puis au refuge Curo tout proche. Celui-ci dispose d'un refuge d'hiver bien exposé au soleil, et dominant le Valbondione. Il est équipé de tables et chaises, et de huit couchettes avec couvertures, en nombre un peu limité : ce sera la nuit la plus fraîche.

J5 : **Bocchetta del Camoscio**, Passo di Coca, Passo di Porola, refuge Mambretti, +2200 m, 11h

En raison du détour par Vilminore la veille, nous avons malheureusement perdu une journée, et nous devons repenser les étapes pour espérer réaliser la traversée complète. Nous décidons donc de traverser le lendemain jusqu'au refuge Mambretti, qui est cependant fermé, et dont la clé doit pouvoir être obtenue, selon nos informations, auprès des gardiens du barrage de Scais, cinq cents mètres en contrebas, mais nous n'avons là-dessus aucune certitude. L'étape est en outre la plus technique de toute la traversée...

Elle débute par une traversée exposée, en crampons, au dessus du barrage de Barbellino pour atteindre la digue et passer en rive droite. De là, nous suivons le sentier d'été en rive gauche du Valmorta, très exposé au dessus de barres rocheuses : il est sans doute préférable de passer par le fond du Valmorta, qui semble bien se remonter à ski lorsque l'enneigement

Arrivée au Passo di Cosa (J5).





Au sommet
du Corno Stella (J6).

est suffisant. Nous atteignons bientôt le splendide cirque de Valmorta, au pied du Pizzo del Diavolo et de la face est du Pizzo di Coca. De raides pentes nous mènent ensuite à la Bocchetta del Camoscio, qui s'atteint à pied sur les derniers mètres. Déséquilibré, Jean fait une mauvaise chute et se démet une épaule : après l'abandon de Bruno pour raisons de santé la veille du départ, la méforme de Jean-Marc mise sur le compte d'une primo-infection de tuberculose, et le cambriolage d'Anne-Françoise, il s'en faut de peu que nous ne soyons que deux à poursuivre la traversée ! Jean choisit tout de même de terminer l'étape, malgré la douleur à l'épaule.

De la Bocchetta del Camoscio, il faut traverser à flanc en face sud du Pizzo di Coca, franchir une petite brèche, puis descendre par des pentes raides dans le Val di Coca, pour ensuite gravir le Passo di Coca, par une montée raide sous une chaleur accablante. Du col, descendre un peu versant nord, puis gravir en crampons un couloir très raide menant au Passo di Porola, vague brèche donnant accès au Val di Porola par un dernier couloir raide. Une fois sur le glacier di Porola, une longue descente facile, d'abord en neige soufflée, puis en bonne poudreuse, nous dépose au refuge Mambretti, bien verrouillé. Deux d'entre nous se dévouent pour descendre jusqu'au barrage de Scais. La maison des gardiens semble inhabitée, mais quelqu'un vient finalement nous ouvrir et nous remettre la clé du refuge : ouf !

Plus que 500 mètres à remonter au pas de course pour retrouver nos amis frigorifiés, le soleil ayant disparu derrière les sommets. Mais nos efforts sont récompensés, car nous découvrons un refuge tout confort, bien équipé d'un poêle à bois pour se réchauffer et d'une cuisinière à gaz pour cuisiner. Tout le monde en profite pour reprendre des forces après une longue et superbe étape très technique.

J6 : Passo Forcellino, Passo Branda, Passo Scoltador, Corno Stella, Foppolo. +2500 m, 11h40

Au petit matin, les vellétés d'abandon sont oubliées, et chacun a retrouvé la motivation pour aborder l'une

des plus longues étapes de la traversée et rejoindre Foppolo, avec 2500 m de dénivelée positive, trois cols et un sommet à franchir, le tout en faisant la trace dans une neige profonde : c'est seulement ainsi qu'on pourra rattraper la journée perdue dans le brouillard à Vilminore.

Nous commençons par rejoindre le lac de Scais, où l'un de nous fait l'aller-retour à la digue pour restituer la clé et payer la nuitée, tandis que le reste du groupe contourne le lac par le sud pour s'engager dans le Val Vedello, où nous suivons d'abord les traces de ski menant au Pizzo Cavrin, en rive droite. Vers 1900 m, nous les quittons définitivement – nous ne retrouverons des traces qu'au Corno Stella – pour franchir un ressaut raide en rive gauche et gagner par de belles pentes suspendues le Passo Forcellino, premier col de la journée.

Nous descendons dans l'ombre du versant ouest, dans une neige poudreuse excellente, contournons un système de barres rocheuses, puis rejoignons le fond du Val Ambria par un parcours chaotique au milieu de blocs et ravines. Vient ensuite une longue montée ensoleillée jusqu'à une brèche au nord du Pizzo di Cigola, vers 2450 m, qui constitue le deuxième col de l'étape.

Nouvelle descente poudreuse dans le Val di Venina, en amont du lac homonyme. Une pause s'impose avant d'aborder la troisième montée, d'abord par un ressaut raide, puis des pentes plus débonnaires, jusqu'au Passo Scoltador, d'où nous apercevons encore bien loin le Corno Stella, point culminant de l'étape. Une courte descente nous amène à la digue du lac de Publino, recouverte d'une épaisseur de plusieurs mètres de neige, qui rend la traversée très impressionnante. Un long enchaînement de montées, descentes et traversées nous mène sur un vaste replat au pied du Corno Stella, dont nous gravissons les pentes nord-est, désormais à l'ombre. Un dernier obstacle est constitué par l'arête nord, raide et verglacée, que nous gravissons en crampons. Nous foulons finalement le sommet du Corno Stella (2621 m), au moment où le soleil embrase le ciel de ses derniers rayons.

Le parcours de l'arête ouest est tracé et n'oppose pas de difficultés. Nous pouvons bientôt chausser les skis pour rejoindre par une longue traversée et à la nuit tombante le haut des remontées mécaniques de Foppolo, au Montebello. Il ne reste plus qu'à nous laisser glisser jusqu'à Foppolo, en évitant les engins de damage qui débute leur ballet nocturne.

Sans chercher plus avant, nous demandons à nous héberger au premier hôtel rencontré, l'hôtel Cristallo, devant lequel nous déchaussons les skis.

J7 : Passo di Porcile, Cima di Lemma, Passo di Lemma, Passo di Pedena, Passo San Marco, Bocchetta Foppa, refuge Monte Avaro. +2300 m, 11h

L'étape suivante est encore longue, 2300 mètres de dénivelée positive, cinq cols, un sommet et beaucoup de distance, mais pas de difficulté technique.

D'abord une montée raide plein sud au Passo di Porcile, une courte descente versant nord, puis une montée raide, à pied, jusqu'à l'arête menant au Passo di Tartano et à la Cima di Lemma. Longue traversée descendante vers le Passo di Lemma, courte montée sous le Pizzo Rotondo, nouvelle traversée descendante et montée au col au nord du Monte Tartano. De là, traversée descendante dans des pentes raides en face nord du Pizzo del Vento, avant une longue montée dans des pentes est surchauffées pour atteindre le Passo di Pedena.

La descente du versant ouest est de toute beauté, en excellente neige poudreuse, d'autant que Pierre nous entraîne dans un itinéraire direct très osé, en rive gauche, au milieu de barres rocheuses. Mais, l'enneigement aidant, ça passe bien, à la surprise des nombreux chamois ayant investi ces zones peu fréquentées. La descente nous dépose sur la route enneigée montant d'Albaredo dans le Val Pedena, malheureusement parcourue par de nombreuses motoneiges, et qu'il faut suivre très longuement jusqu'au Passo San Marco. On peut sans doute écourter cette remontée en traversant au sud-ouest depuis le Passo di Pedena, sous le Pizzo Fioraro, pour franchir un col de son arête nord-est et descendre par des pentes raides directement sur les cabanes d'Orta, vers 1800 m.

Le Passo San Marco, pollué par les motoneiges et une ligne à haute tension, est certainement le secteur le moins plaisant de toute la traversée. Nous le quittons rapidement par une descente versant sud en neige complètement ramollie, jusqu'à l'alpage de Ponteranica, où nous chaussons les peaux une dernière fois pour remonter le long vallon à l'est du Monte Ponteranica. Les nuages s'épaississent au cours de la montée, mais nous avons encore suffisamment de visibilité pour trouver notre chemin dans un relief assez complexe. Nous franchissons un col en rive droite, la Bocchetta Foppa, puis traversons au dessus de barres rocheuses en direction du Monte Foppa,

que nous laissons à main gauche pour atteindre les Baite della Croce. Une courte dernière montée nous permet d'accéder aux pistes de ski du Monte Avaro et nous atteignons enfin le refuge Monte Avaro à la nuit tombante et dans les nuages.

J8 : **Passo Salmurano**, Gerola Alta. +600 m, 3h

Le refuge, où nous sommes quasiment seuls, s'avère être davantage un hôtel, et nous y savourons un excellent repas. Malheureusement, au réveil, le temps est complètement bouché, ce qui augure mal de la dernière étape, qui doit nous mener à Introbio, par le sommet du Pizzo Tre Signori. De fait, parvenus dans le brouillard au Passo Salmurano, nous décidons de renoncer à poursuivre, et nous laissons glisser sur les pistes de ski de la petite station de Pescogallo, pour rejoindre Gerola Alta, skis aux pieds, à 1000 mètres d'altitude. De là, un taxi nous conduit à Morbegno, où nous pouvons prendre un train en direction de Milan.

En raison du mauvais temps les troisième et huitième jours, nous avons perdu une journée et n'avons pu atteindre Introbio pour effectuer la traversée complète, mais l'essentiel a été réalisé par excellentes conditions, avec en particulier la découverte du secteur oriental, extrêmement sauvage, et la traversée très technique du secteur central, au pied du Pizzo Coca. Avec huit jours de beau temps, on peut même imaginer terminer sur les bords du lac de Lecco, en traversant le dernier jour la Grigna septentrionale, de Pasturo à Esino. Voilà un objectif bien attrayant pour motiver une nouvelle excursion dans ces Alpes Bergamasques méconnues. ▲

Informations pratiques

Cartes

Kompass 1/50 000 n° 94 (Edolo, Aprica), n° 104 (Foppolo, Valle Seriana) et n° 105 (Lecco, Valle Brembana).

Topos

- Neige sans trace dans les Alpes Bergamasques, Jean-Paul Zuanon, La Montagne et alpinisme n° 3/1976, pp.350-357.
- Guida scistica delle Orobie, Luigi-Beniamino Sugliani, Editions du CAI (1971).
- Scialpinismo nelle Orobie, 80 itinerari, Edizioni Bolis, Club Alpino Italiano, Sezione di Bergamo (1990).

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



Chronique des Livres et du multimédia

par Serge Mouraret

Gaston Rébuffat, la montagne pour amie

Yves Ballu, Éditions Hoëbeke



Gaston Rébuffat, mort en 1985, a occupé une place de premier plan dans l'histoire de l'alpinisme mondial. Le nombre et la qualité de ses ascensions y sont pour beaucoup, mais ce sont surtout son approche de la montagne et la façon de la partager qui l'ont fait apprécier. Par ses écrits, ses films et ses conférences, il reste la figure emblématique d'un alpinisme apaisé dont les valeurs sont d'abord celles de la montagne comprise, amie, apprivoisée. Avec son parler vrai qui évoquait à merveille le monde des hautes cimes, il fut le poète-pédagogue qui a inspiré de nombreuses vocations de guides et d'alpinistes ou plus simplement suscité l'admiration. De l'apprentissage dans les Calanques peu avant la guerre à l'exercice du métier de guide sans oublier l'expérience un peu amère de l'expédition à l'Annapurna en 1950, sa vie de montagnard exemplaire est fort opportunément rappelée avec cette biographie rééditée dans une version revue et augmentée. Format 15,4 x 24 cm, 264 p. ▲

Gîtes et refuges dans les Vosges

Jean-Luc Theiller, Éditions COPRUR



Après une lointaine première édition, Jean-Luc Theiller, grand connaisseur de sa région et encore plus de ses montagnes nous apporte des informations fraîches avec ce nouvel inventaire exhaustif des hébergements du massif vosgien et de la plaine d'Alsace. Abris, refuges et chalets privés, d'association ou de clubs, fermes-auberges et hôtels avec dortoirs, ce sont quelque 415 hébergements sur tout le massif, une forte densité tout à fait en accord avec celle des sentiers. Répartis dans une trentaine de secteurs agrémentés d'une fiche descriptive, ils sont repérés sur un schéma et le texte donne bien entendu pour chacun toutes les informations utiles et nécessaires. Pour l'utilisateur non-alsacien, un plan général situant secteurs et massifs, certes listés, aurait facilité la recherche dans ces Vosges au relief si compliqué. Format 12 x 21 cm, 128 p. ▲

Le ski de fond, skating et classique

Wilfrid Valette et Renaud Charignon, Éditions Glénat



Avant même de le feuilleter, un ouvrage sur le ski de fond est de toute façon un événement tant la littérature est pauvre ces dernières années pour cette discipline qui eut tant de succès dans les années 70. Ne négligeant aucunement le style classique, le ski nordique des origines praticable avec ou sans pistes préparées et un peu oublié, les auteurs traitent les deux techniques parfaitement en parallèle. Aussi bien à propos de l'initiation, du perfectionnement, du fartage et du matériel, force schémas et photos miniatures de skieurs en situation, tout est très bien expliqué, ce qu'il faut faire ou ne pas faire. La mise en pratique sera peut-être ardue mais le skieur saura comment corriger la faute ou le mauvais geste. Inséparables du ski nordique, la randonnée, le combiné, les courses de longue distance ont tout logiquement leur chapitre. Enfin, en conclusion, une liste des grands sites nordiques français aiguillera utilement tous les skieurs qui s'interrogent sur leur prochaine destination. Format 14 x 22,5 cm, 144 p. ▲

Deux jours en montagne en hiver

Heinz Staffelbach, Éditions Rossolis



Ceux qui proposent de découvrir la montagne hivernale sportivement s'adressent d'habitude plutôt aux skieurs. Cette fois, voici des suggestions de randonnées, à pied ou à raquettes. Il est vrai qu'en Suisse on pense aussi à ceux qui ne skient pas. L'auteur a rassemblé une belle sélection dans 30 régions des Alpes et du Jura suisses, sous la forme intéressante de sorties de deux jours, avec une nuitée dans des auberges ou des hôtels de montagne confortables et isolement total garanti. Du Chasseron dans le Jura au val Roseg dans les Grisons en passant par le Tatelishorn dans l'Oberland, le randonneur trouve chaque fois toutes les informations pratiques pour la préparation, la difficulté, les hébergements ainsi qu'une carte. Il s'agit d'un « beau Livre », alors la riche illustration risque d'embarrasser un peu le choix du randonneur, donc, il faudra revenir. Format 21,5 x 28,5 cm, 200 p. ▲

Montagne, 1895-1930

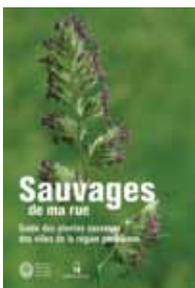
textes de Agnès Couzy, Éditions de Monza



Voici un siècle, avant que la photographie ne s'ouvre au grand public, la carte postale était bien la seule façon d'illustrer un voyage, pour soi-même, sa famille et ses amis lointains. Envoyer des cartes postales était une obligation sociale et feuilleter un album c'était refaire le voyage. Les Alpes où naissaient les sports de montagne d'été et d'hiver, le tourisme, le thermalisme, connurent un engouement extraordinaire et les sujets pour la carte postale étaient inépuisables. Ainsi, toutes les scènes insolites pour l'époque, les villégiatures, les promenades au bord des lacs de montagne, la traversée de la mer de glace, les trains à crémaillères, les alpinistes en chaussures à clous et les refuges, les processions d'excursionnistes en cravate et canotier, les femmes en robe longue au bord des gouffres, les traditions régionales, métiers ou costumes, furent « immortalisés » déchaînant un enthousiasme difficilement imaginable aujourd'hui. Avec 766 cartes en couleur des Alpes (France, Suisse, Italie, Autriche et Allemagne du Sud), quelques panoramiques, sélectionnées parmi une collection unique et inédite des années 1890-1930, un texte en quatre langues, ce volumineux ouvrage est un véritable roman du tourisme alpin. Format 20,5 x 20,5 cm, 528 p. ▲

Sauvages de ma rue, guide des plantes sauvages des villes de la région parisienne

collectif, Éditions LEPASSAGE et MNHN.



Nous savons identifier la flore de nos montagnes et sommes bien démunis face aux nombreuses fleurs jaunes, bleues, roses qui nous entourent. Ce guide vient en appui du programme *vigie-nature* « l'observatoire Sauvages de ma rue » afin de nous inviter à inventorier la flore sauvage de notre quartier (voir p. 4). Il regroupe 100 espèces les plus abondantes en milieu urbain, décrites de façon claire à l'usage du profane en botanique, avec photos. Les endroits préférentiels où trouver ces « mauvaises herbes » sont indiqués. Avec le classement par couleur, la recherche est rapide pour apprivoiser la nature en ville. Format 12 x 18 cm, 258 p. ▲

Activités des Clubs alpins d'Ile-de-France

randonnée

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

D'autres sorties ont pu être ajoutées et sont disponibles sur le site Internet : www.clubalpin-idf.com.

Information utile

Tarif des billets de train en zone banlieue IdF

La SNCF a réduit ses zones à 5 au lieu de 6 en Ile-de-France. Il est possible que la carte Mobilis 5 zones à 14 euros soit moins chère que le billet aller et retour depuis Paris.

ATTENTION, le 11 décembre changement d'horaires ; se renseigner auprès de la SNCF.

Mercredi 1^{er} février

• **DANAS LE FROID DE L'HIVER** // Pierre Marc Genty // Gare Montparnasse Banlieue, 8h25 (à vérifier) pour Le Perray-en-Yvelines (A-R). Retour vers 18h30. 18km. **F**. Carte 2215OT.

Dimanche 5 février

• **LE GATINAIS FRANÇAIS** // Claude Ramier // Gare de Lyon RER D, 8h41 pour Maisse (A-R) (RdV à l'arrivée). Bois de Malabris, Boutigny, Coignampuits. Retour : 18h41. 23km. **M**. Carte 2316et.

• **CLASS'HIC** // Luc Bonnard // Gare de Lyon, 8h19 pour Fontainebleau - Avon (RdV à l'arrivée). Forêt de Fontainebleau. Retour de Bois-le-Roi : 18h41. 28km. **M+**. Carte 2417OT.

• **QUAND LES POULES AURONT HOUDAN** // Claude Amagat // Gare St-Lazare Grandes Lignes, 8h20 pour Mantes-la-Jolie. Retour de Houdan à Gare Montparnasse : 19h. 35km. **SO**.

Mercredi 8 février

• **EN FORÊT** // Pierre Marc Genty // Gare Montparnasse Banlieue, 8h25 (à vérifier) pour Rambouillet (A-R). Retour vers 18h30. 18km. **F**. Carte 2215OT.

Samedi 11 février

• **DE LYVETTE À LA BIÈVRE** // Éliane Benaise // Chatelet RER B, 8h26 pour Gif-sur-Yvette. Les 2 vallées par Vauhallan et Igny. Retour de Bièvre à Montparnasse ou Austerlitz vers 17h30. 23km env. **M**. Carte 2315OT.

• **SENTIERS BLEUS, SUITE ET FIN !** // Mustapha Bendib // Gare de Lyon, 8h19 pour Bois-le-Roi. Table du grand maître et rocher de Samois. Retour de Fontainebleau : 18h13. 34 à 37km. **SO+**.

Dimanche 12 février

• **LA CROIX DES FRICHES** // Gilles Montigny // Gare du Nord Banlieue, 8h56 pour Valmondois (9h47). Parmain, Les Bourbottes, Boulonville, Champagne-sur-Oise. Retour de L'Isle-Adam (17h22) : 18h17. 15,5km. **F**. Carte 2313OT.

• **CLASSIQUES LES DOUZE PIEDS, ET LES MILLE PATTES ?** // Chantal de Fouquet // Gare de Lyon, 10h19 pour Thomery (A-R) (RdV à l'arrivée). Forêt, sentiers bleus et rochers. Retour : suivant la météo. 26km env. **M+**. Carte Fontainebleau.

Mercredi 15 février

• **LES PIEDS AUX SECS** // Pierre Marc Genty // Gare de Lyon, 8h49 pour Moret-Veneux-les-Sablons (A-R). Retour vers 18h30. 18km. **F**. Carte 2417OT.

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

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

Codification des sorties à thèmes

A : architecture et histoire

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

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

D : dessin

M : ambiance musicale

N : nature (faune, flore, géologie)

P : poésie

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



Les sorties « Jeunes randonneurs »

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



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

Dimanche 19 février

• **EN FORÊT** // Pierre Marc Genty // Gare de Lyon, 8h49 (à vérifier) pour Moret-Veneux-les-Sablons (A-R). Retour vers 18h30. 23km. **M**. Carte 2417OT.

• **AU SUD DE LA BRIE** // Claude Ramier // Gare de Lyon, 8h19 pour Montereau (A-R) (RdV à l'arrivée). Marolles-sur-Seine, St-Germain-Laval. Retour : 18h41. 23km. **M**. Carte 2517OT.



• **APREMONT** // François Degoul // Gare de Lyon, 8h49 pour Bois-le-Roi. Retour de Fontainebleau-Avon vers 18h15. 26km. **M+**.

Mercredi 22 février

• **DU CLASSIQUE** // Pierre Marc Genty // Gare de Lyon, 8h35 pour Bois-le-Roi. Retour de Fontainebleau vers 18h30. 18km. **F**. Carte 2417OT.

Samedi 25 février

• **PROMENONS-NOUS EN FORÊT** // Annie Chevalier // Gare de Lyon, 8h19 (à vérifier) pour Fontainebleau. Retour de Bois-le-Roi : 17h41 ou 18h11. 22km. **M**. Carte 2417OT.

Dimanche 26 février

• **BORDS DE SEINE ET COTEAUX** // Alfred Wohlgroth // Gare St-Lazare Banlieue, 9h16 (à vérifier) pour Poissy (A-R). Villennes-sur-Seine (église), Orgeval (église). Retour : 18h07. 15km. **F**. Carte 2214ET.

• **LE PUTOIS ET SES AISSELLES** // Jean Dunaux // Gare Montparnasse Banlieue, 9h33 (à vérifier) pour Rambouillet. Retour de Coignières : 18h12. 25km env. **SO**. Carte 2215OT.

Dimanche 4 mars

• **RAVAGEURS ET CHANTERAINES** // Bernard Fontaine // Gare St-Lazare Banlieue, 9h36 pour Asnières (RdV à l'arrivée). Parc de l'Île Robinson, le Cimetière des chiens, le Parc des Sévines, le Parc des Chanteraines et le Parc de l'Île-St-Denis. Retour de Gennevilliers (RER C) à Porte de Clichy : 17h49. 20km. **F**. Carte 2314OT.

• **AU PIED DES PIGNONS** // Luc Bonnard // Gare de Lyon, 8h19 pour Bourron Marlotte - Grez. Recloses - Noisy. Retour de Boigneville : 19h41. 29km. **M+**. Cartes 2316ET, 2417OT.



• **AD RANDO DESSIN 45 PARIS RIVE GAUCHE** // Maxime Fulchiron // Départ : 9h Métro Champs-Élysées-Clémenceau (RdV à l'arrivée). Retour : Champs-Élysées-Clémenceau vers Bercy : 17h30. 16km. **M**.

Mercredi 7 mars

• **SACRÉ REMY** // Pierre Marc Genty // Gare du Nord Banlieue, 8h50 à vérifier pour St-Remy-lès-Chevreuse (A-R). Retour vers 18h30. 18km. **F**. Carte 2215OT.

Samedi 10 mars

• **LES QUINZE ARPENTS** // Éliane Benaise // Gare Montparnasse Banlieue, 9h13 (à vérifier) pour Plaisir-Grignon. Thiverval-Grignon, Crespières. Retour de Mareil-sur-Mauldre vers 17h. 20km environ. **M**. Carte 2214ET.

Dimanche 11 mars

• **BLEAU SUD OUEST** // Claude Ramier // Gare de Lyon, 8h19 pour Bourron-Marlotte (A-R) (RdV à l'arrivée). Villiers-Sous-Grez, Dame-Jouanne, Grez-Sur-Loing. Retour : 18h41. 23km. **M**. Carte 2417OT.

activités des Clubs alpins d'Ile-de-France

- **TOUR DE CHAMPS** // Claude Amagat // Gare Montparnasse Grandes Lignes, 8h40 pour Houdan. Retour de Maintenon : 19h34. 35km. **SO**.

Mercredi 14 mars

- **SILENCE ON MARCHÉ** // Pierre Marc Genty // Gare de Lyon RER D, 9h00 (à vérifier) pour Évry. Retour de Boussy-St-Antoine vers 18h30. 18km. **F**. Carte 2415OT.

Samedi 17 mars

- **ÉTANGS, HAMEAU, CHAPELLE !** // Mustapha Bendib // Gare Montparnasse Grandes Lignes, 8h09 pour Versailles-Chantiers. Étangs de la minière, Magny les hameaux et Milon-la-Chapelle. Retour de Coignières : 18h26. 33 à 36km. **SO+**.

Dimanche 18 mars

- **LES VERSANTS DE LA MAULDRE** // Gilles Montigny // Gare Montparnasse Banlieue, 8h50 pour Mareil-sur-Mauldre (A-R) (RdV à l'arrivée). Herbeville, Maule. Retour : 18h11. 17km. **F**. Cartes 2114E + 2214ET.

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

- **BALLADE** // Pierre Marc Genty // Gare Montparnasse Banlieue, 8h28 pour St-Cyr-l'École (A-R). Retour vers 18h30. 23km. **M**. Carte 2214ET.

Mercredi 21 mars

- **BALLADE** // Pierre Marc Genty // Gare de Lyon RER A sous sol, 8h32 pour Maison-Laffitte. Retour de Poissy vers 18h30. 18km. **F**. Carte 2214ET.

Samedi 24 mars

- **EN VALOIS** // Alfred Wohlgroth // Gare du Nord Grandes Lignes, 8h13 pour Crépy-en-Valois. Fresnois-la-Rivière (église), église romane de Morienvall. Retour de Morienvall à Compiègne en car de ligne. Retour de Compiègne : 15h23. 11km. **F**. Carte 2512OT.

Dimanche 25 mars

- **BOSSES À MEUDON** // François Degoul // Métro, 8h30 pour guichet des billets métro Pont de Sèvres (RdV à l'arrivée). Mille mètres de montées. Retour de Viroflay-rive-gauche ou rive-droite à Montparnasse ou Pont de l'Alma ou la Défense vers 18h30. 28km. **M+**. Carte 2314OT. ▲



Randonnées de week-end et plusieurs jours (*)

Dates	Organisateurs	Niveaux	Code (*)	Destinations	Ouv. insc.
18-19 février	Éliane Benaise	M	12-RW42	Reims, son champagne, sa montagne	13 déc.
17-18 mars	Alain Bourgeois	M	12-RW27	Randonnée Cancale Saint-Malo	2 déc.
17 au 23 mars	François Degoul	M ▲▲▲	12-RW28	Calanques et collines de Marseille	6 déc.
24-25 mars	François Degoul	F ▲	12-RW29	Sur les traces d'Hannibal	6 déc.
24-25 mars	Alain Bourgeois, Pascal Baud, René Boulanger	M	12-RC07	L'événement du printemps (randonnée-camping)	5 janv.
31 mars au 1 ^{er} avril	Luc Bonnard	M+	12-RW40	Collines et villes du Perche	31 janv.
7 au 9 avril	Claude Ramier	M	12-RW37	Vallée de la Dordogne	6 janv.
7 au 9 avril	Alain Bourgeois	M ▲	12-RW36	Les Gorges du Tarn	20 déc.
7 au 9 avril	Marie Hélène Carré, Michel Gollac	M+	12-RW33	Douceur et Terreur en Limousin	6 janv.
7 au 9 avril	Pascal Baud	M+ ▲	12-RC09	Châteaux-forts en Alsace (randonnée-camping)	3 janv.
7 au 9 avril	René Boulanger	M+ ▲▲▲	12-RC10	Le Batier en randonnée bivouac	20 déc.
7 au 9 avril	Jean Dunaux	SO	12-RW30	Le lapin de Pâques en terre périgourdine.	7 fév.
21 au 29 avril	Jean-Claude Duchemin	M	12-RW25	Groix, Belle-Ile, Houat et Hoedic	12 janv.
28 avril au 1 ^{er} mai	Claude Ramier	M	12-RW35	Tro-Breiz ça continue	19 janv.
28 avril au 1 ^{er} mai	François Degoul	M ▲▲	12-RW31	Balcons du Mont Blanc au printemps	10 janv.
17 au 20 mai	Claude Ramier	M ▲	12-RW38	Le Massif des Vosges	10 fév.
17 au 20 mai	Luc Bonnard	M+ ▲	12-RW41	Le Mont Lozère	14 fév.
17 au 20 mai	Jean Dunaux	SO ▲	12-RW32	Excursion en Haut-Languedoc	7 fév.
26 au 28 mai	Alfred Wohlgroth	F	12-RW34	En Touraine	22 fév.
26 mai au 2 juin	Marie Hélène Carré	SO ▲▲	12-RW39	En Chartreuse sud	21 fév.

(*) 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

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. Entre le point « Accueil Information » et la Voie A de la plateforme bleue.

AUSTERLITZ.

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

MONTARNASSE. 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.

Inscriptions aux sorties

Nos sorties sont réservées aux adhérents. Mais les seules cotisations ne permettent pas de couvrir totalement la gestion des activités.

À 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 caïstes 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

jour ou de plusieurs jours, sont parfois proposées.

Consultez régulièrement le programme des activités sur le site Internet (Espace Membre).

La carte de Bleau IGN Top 25 24170T

est en vente au Club au prix de 8,65 euros.

escalade

Rando-escalade

Responsable de l'activité : Michel Clerget : 06.09.62.90.38

Responsable des programmes :

Philippe Chevanne : 07.46.08.17.55

Nos sorties sont destinés à ceux qui aiment randonner avant ou après l'escalade, à pied ou en VTT. Tous les niveaux sont abordés et les débutants sont les bienvenus. N'oubliez pas de vous munir de votre carte du Caf. Nos gares de rendez-vous sont la gare de Lyon (face au guichet 48), la gare de Lyon souterraine (RER D) sur le quai de départ et la gare d'Austerlitz (RER C), devant les guichets. Nous organisons aussi des sorties falaises (déplacement en covoiturage). Le détail de nos sorties est accessible depuis le site internet du Caf IdF.

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.

Week-end

Le programme pour le mois en cours est désormais consultable par les adhérents uniquement sur le site web du Caf dans l'espace membre. Les sorties ont lieu tous les week-end de l'année et les jours fériés (dans la mesure de conditions météo favorables) et se déroulent toute la journée.

Certaines sorties sont encadrées par des bénévoles. Dans ce cas, le site ainsi que les niveaux des circuits parcourus sont précisés. Dans le cas contraire, il vous est possible de vous rendre sur le lieu de rendez-vous à Paris (précisé dans l'espace membre) afin de profiter de l'expérience des participants plus anciens. Le co-voiturage est privilégié (participation de 5 euro). Prévoir de prendre de l'eau, un casse-croûte ainsi que votre matériel (chausson, chiffon et paillason).

Des circuits sont accessibles aux débutants et certains encadrants possèdent un crash-pad pour plus de sécurité. La convivialité est le maître mot. Mais la performance est aussi de la partie.

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 :

01/02 // BOIS ROND

08/02 // 91.1

15/02 // ISATIS

22/02 // CUL DE CHIEN

29/02 // MONT AIGU

07/03 // ROCHER FIN

14/03 // ROCHER DE MILLY

21/03 // ROCHER DES POTETS +95.2

28/03 // ROCHER CANON

04/04 // BEAUVAIS (ROUTE DE CHEVANNES)

11/04 // APREMONT BISONS

18/04 // MONT D'OLIVET (NEMOURS)

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.

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, touwfik.tabti@faurecia.com

Des sorties sont prévues chaque week-end de début avril à fin octobre en Bourgogne, Normandie et dans la vallée de la Seine. Durant les week-ends prolongés, les congés scolaires et pendant les mois de juillet et août, des séjours dans les falaises du « sud » et en grandes voies seront organisés. Connectez-vous le site du Club pour les mises à jour des sorties. Nous assurerons une permanence les jeudis à 19h au Club.

Exemples de falaises : autour de Buis-les-Baronnies, autour de Die, Seyne, les Dentelles, les Alpilles, Omblèze, Orpierre. Exemples de sites de Grandes Voies : Saint Julien à Buis, Presles, les Aravis, Ailefroide, les Cerces, les Calanques. ▲

raquettes

Randonnées à raquettes

Dates	Organisateurs	Niveaux	Terrain	Code	Destinations	Ouv. insc.
4-5 février	Gilles Deloustal	F△	Alpin	12-RQ09	Initiation raquette en Belledonne	15 sept.
4-5 février	Céline Falissard, Martine Cante, Michel Gollac	M△△	-	12-RQ16	Week-end dans les Pyrénées orientales	10 nov.
11 au 22 février	Xavier Langlois	SO△△	-	12-RQ17	Le Vercors sur un plateau	15 nov.
17 au 23 mars	Gilles Deloustal	F△	-	12-RQ12	Découverte de la Chartreuse	15 sept.
18 au 23 mars	Alain Changenet	F△	-	12-RQ18	Un Tour en Chartreuse	29 nov.
28 mars au 1 ^{er} avril	Céline Falissard, J-Charles Ricaud	SO△△△△	-	12-RQ13	Au sommet du Mont Perdu (Haut Aragon)	6 déc.
7 au 9 avril	Jean-Charles Ricaud	M△△△	Alpin	12-RQ02	Randonnée fruitée (massif de Gébroulaz)	6 déc.

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 2012* et sur le site Internet www.clubalpin-idf.com

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.

Samedi 4 au lundi 6 février

• **CASCADE DE GLACE À ST CHRISTOPHE EN OISANS** // Frédéric Beyaert, Jérôme Blavignac, Jean-Luc Marmion, Michel Tendil // 3 à 5 glace. 8 places. Gîte // 12-ALP16

• **CASCADES À MOLINES EN CHAMPSAUR** // Ghislaine Cathenod, Mathieu Rapin, Nicolas Chamoux, Patrick Preux // 3 à 5 glace. 8 places. Gîte // 12-ALP17

Vendredi 10 au dimanche 12 février

• **CASCADE DE GLACE EN VALAIS** // Bruno Moreil, Rémi Mongabure // 3 à 5 glace. 4 places. Gîte // 12-ALP18

Samedi 11 au lundi 13 février

• **CASCADE DE GLACE EN BRIANÇONNAIS** // Ghislaine Cathenod, Mathieu Rapin // 3 à 5 glace. 4 places. Gîte // 12-ALP19

Vendredi 17 au dimanche 19 février

• **CASCADE DE GLACE EN MAURIENNE** // Ghislaine Cathenod, Jérôme Blavignac, Mathieu Rapin, Patrick Preux // 3 à 5 glace. 8 places. Gîte // 12-ALP20

Samedi 18-dimanche 19 février

• **COULOIRS DE NEIGE DANS LES VOSGES** // Arnaud Gauffier, Jean-Luc Marmion, Nicolas Chamoux, Thierry Losser // neige AD à D. 8 places. Gîte // 12-ALP21 ▲

ski nordique

Responsable : Dominique Rousseau
sk.rousseau@wanadoo.fr

11-12 février

AUTRANS - Car couchettes - Prix à définir

- **SKI LOISIR CLASSIQUE** // Olivier Renault // 12-F13
- **SKI SPORT** // Autonomes avec coordinateur // 12-F14
- **PERFECTIONNEMENT CLASSIQUE** // Emmanuel Klein // 12-F15
- **INITIATION PATINAGE** // Félix Chambert // 12-F16
- **DÉCOUVERTE TOUTES TECHNIQUES** // Béatrice Coutant // 12-F17

11-12 février

• **TRAVERSÉE DE LA FORÊT NOIRE (ALLEMAGNE)** // Emmanuel Klein // Ski loisir. Prix à définir. Voiture // 12-F18

18 au 25 février

• **UNE SEMAINE POUR PROGRESSER (CHAPELLE-DES-BOIS)** // Bernadette Parmain, Dominique Rousseau // Progression patinage et classique. Prix à définir. Transport libre // 12-F19

10-11 mars

VAL D'AOSTE - Car couchettes - Prix à définir

- **SKI LOISIR CLASSIQUE** // Olivier Renault // 12-F20
- **SKI PATINAGE (VAL D'AOSTE)** // Emmanuel Klein // Ski loisir // 12-F21 ▲

ski hors piste

Responsable : Emmanuel Gutman
Contact par le « kifaikei », www.clubalpin-idf.com

• Vendredi 10 au dimanche 12 février

BONNEVAL-SUR-ARC // Emmanuel Gutman // Hors piste passion. Participation aux frais : 330 euros. Nb places : 7 // 12-FP02

• Vendredi 9 au dimanche 11 mars

LA GRAVE // Emmanuel Gutman // Hors piste passion. Participation aux frais : 290 euros. Nb places : 7 // 12-FP03

• Vendredi 23 au dimanche 25 mars

CHAMONIX // Emmanuel Gutman // Hors piste passion. Participation aux frais : 180 euros. Nb places : 7 // 12-FP04 ▲

ski de montagne

Responsable : Jean-François Deshayes
Tél. 06.70.75.12.61

De début décembre à mi-juin, plus d'une centaine de sorties vous sont proposées dans tous les massifs, pour tous niveaux. Programme détaillé dans la brochure *Neiges 2012*.

Inscriptions : 6 semaines avant pour les sorties en car, 2 mois avant pour les sorties en train ou en voiture, mais toujours après avoir pris connaissance de la fiche technique.

4-6/02 • **CAR POUR LE QUEYRAS (3J, RTT)** // 150 euros.

11-12/02 • **CAR POUR LES ALPES VAUDOISES** // 130 euros.

activités des Clubs alpins d'Ile-de-France

- 3-4/03 • CAR POUR LE VAL FORMAZZA // 140 euros.
 10-11/03 • CAR POUR NÉVACHE // 135 euros.
 24-26/03 • CAR POUR L'UBAYE (3J, RTT) // 150 euros.
 31/03-01/04 • CAR POUR PRALOGNAN // 135 euros.
 7-9/04 • CAR POUR GLARUS ET LINTHAL (3J, PÂQUES)
 // 145 euros.
 14-15/04 • CAR POUR AROLLA // 135 euros.
 28/04-01/05 • CAR POUR L'OISANS NORD (4J)
 // 165 euros.
 5-8/05 • CAR POUR LA HAUTE-MAURIENNE (4J)
 // 165 euros.
 12-13/05 • CAR POUR LA HAUTE-TARENTEISE // 150 euros.
 17-20/05 • CAR POUR L'OBERLAND SUD (4J) // 165 euros.
 26-28/05 • CAR POUR ZERMATT & SAAS FEE (3J)
 // 150 euros.

Et un cycle complet pour découvrir et vous initier à la pratique du ski de montagne réparti sur 3 week-ends. ▲

Jeunes

Responsable : François Henrion
 Rép./fax 01.48.65.84.43 ou 04.92.45.82.95
 frhenrion@wanadoo.fr

L'offre du Caf pour les 10-18 ans pour les vacances est présentée dans la brochure Neiges 2012. ▲

destinations lointaines

Mercredi 1^{er} au samedi 25 août

INDE DU NORD - LA GRANDE TRAVERSÉE DU ZANSKAR // Thomain Michel // Hébergement : Tentes et hôtels à Delhi et à Leh. Engagement physique : marcheurs entraînés, passages à plus de 4000 m - 2 cols à plus de 5000 m. Participation aux frais : à l'étude. Nb places : 10 // 12-IND02 ▲

Autres associations Caf en IdF

● Val-de-Marne

2, rue Tirard 94000 Créteil

- 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** : Par téléphone : Alain au 06.73.48.49.94 ou Patrice au 06.71.20.58.93 // Par courriel : clubalpin94@free.fr // Site : www.clubalpin94.org

● Pays de Fontainebleau

Maison des Associations, 6 rue du Mont Ussy, 77300 Fontainebleau
 Site : <http://caf77.free.fr>, vous pouvez joindre le club sur caf77@free.fr ou son président sur christian.chapirot@free.fr

Les activités locales, les réunions de proximité sont conçues avant tout pour les Seine-et-Marnais avec des rendez vous sur place en escalade et randonnée tous les dimanches après midi, qui sont ouverts à tous les membres des différents Caf, voyez notre site. Nous organisons aussi des sorties de montagne, parfois en cars couchettes. Nous pouvons proposer des places dans nos sorties plus lointaines (nous contacter à l'avance).



Gîtes d'étape et refuges

4000 hébergements pour vos randonnées et vos escapades en montagne.

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

Vie du club

Journée du Livre

1995... 2011. Le 19 novembre dernier, le Caf Ile-de-France a renoué avec la Journée du Livre, orientée sur la montagne et toutes les activités de nature, hivernité. Cette manifestation organisée dans nos locaux



photo : Mouraret

et annoncée dans nos médias, a connu un bon succès pour une reprise. Les connaisseurs sont venus dès la première heure et ont fait de belles découvertes dans le vaste éventail d'ouvrages anciens ou actuels, du topo-guide au beau livre en passant par toute la littérature de montagne. Il est vrai que les quelque 700 pièces proposées ne pouvaient qu'allécher. Nous remercions tous ceux qui sont venus regarnir leur bibliothèque ou qui ont participé par la mise en vente de leurs ouvrages. Une mention spéciale va aux adhérents et aux donateurs qui ont gracieusement enrichi les étals au profit du Caf. Ils ont fait des heureux avec la série des « 100 plus belles... » presque complète, des guides Vallot, pour ne citer que quelques trésors. Rendez-vous en novembre prochain, pourquoi pas ? ▲ Serge Mouraret

Foire aux matériels de montagne

Samedi 26 novembre dernier, le club organisait la 20^e journée annuelle de vente de vêtements, chaussures, skis... sauf les EPI (équipement de protection individuelle) pour des raisons de sécurité.

Que de changement depuis la première brocante ! nous n'étions pas encore rodés et acceptions les vieux vêtements et matériels dont les vendeurs n'avaient plus l'usage et dont ils voulaient se débarrasser ! Les années suivantes les receveurs d'objets étaient stricts et refusaient tout ce qui était à ranger au magasin des souvenirs.

Très rapidement nous proposons des affaires de plus en plus correctes et même haut de gamme. Notre grande appréhension est toujours les chaussures qui se négocient très peu (rando ou ski).

Depuis quelques années, suivant la dépose des vendeurs, les journées sont « à thème » skis (toutes disciplines), chaussures d'escalade ; cette année ce fut les piolets, les grands sacs à dos (60 l et +) et, enfin, peu de chaussures. À l'année prochaine, mêmes date et lieu. Comment s'en souvenir ? Dernier samedi de novembre, la veille de la rando-cassoulet et rendez-vous rue Boissonnade.

▲ Christiane Mayenobe