

PARIS CHAMONIX

randonnée pédestre
Idées randos pour l'été

alpinisme
La Noire de Peuterey

alpinisme
**Début de saison
dans le vallon de la Selle**



Un nouveau logo, une nouvelle identité visuelle pour notre fédération

Pourquoi changer de logo et d'identité visuelle ? La question s'est posée plusieurs fois ces dernières années. Plusieurs tentatives ont même été entreprises sans que celles-ci aient pu déboucher, sans doute du fait d'une maturation insuffisante des projets.

Pour quelles raisons ? Parce que changer de logo c'est une question difficile ; parce que le besoin doit être ressenti dans toutes ses dimensions pour bien faire comprendre qu'il ne s'agit pas d'une lubie de communicant ; parce que pour certains l'attachement aux repères et symboles du passé tend à prendre le pas et que toute innovation dans ce domaine soulève craintes et réticences. Il est vrai que c'est un sujet sensible. Cela touche aux symboles, au pouvoir des formes, des mots et des visuels. Changer de logo c'est nécessairement prendre le risque de ne pas faire immédiatement l'unanimité, c'est braver toutes les formes de résistance au changement.

Assumer pleinement notre statut de « Fédération française des Clubs alpins et de montagne », montrer son dynamisme actuel

Pour notre fédération, les motivations visant à faire évoluer l'identité visuelle sont d'abord stratégiques. Outre le grand nombre de lettres et de mots qu'il contenait (11 mots, 62 lettres sans compter les espaces entre les mots), la difficulté à prononcer chacun d'eux dans le bon ordre... le plus gênant dans cet ancien logo, c'est qu'il ne nous permettait pas d'assumer pleinement notre statut de « Fédération française des Clubs alpins et

de montagne », ce libellé étant renvoyé en *base line* à un niveau de taille de police qui le rendait illisible. C'était encore le logo du « Club alpin français » alors que nous sommes la « Fédération française des Clubs alpins et de montagne » depuis 2005. Notre fédération a considérablement évolué ces dernières années, il nous paraissait incontournable d'assumer pleinement notre identité pour en montrer les nouveaux contours.

Assumer pleinement cette identité doit pouvoir se faire tout en préservant notre attachement à l'héritage du passé, celui de notre histoire et de nos valeurs. Nous sommes fiers de pouvoir montrer le dynamisme actuel de notre organisation et de voir que la vie associative qui se développe dans nos clubs et comités territoriaux est plus que jamais actuelle. Pour porter haut les évolutions en cours, pour être en phase avec nos ambitions, il convient de véhiculer l'image d'une fédération qui bouge, qui souhaite exercer une influence réelle et offrir à tous les pratiquants potentiels une capacité d'accueil, grâce à nos clubs, ouverte et moderne.

De l'insigne au logo – Construction de la nouvelle identité

À l'occasion des 140 ans, nous nous sommes intéressés à l'évolution des identifiants visuels de notre organisation. Une histoire en soi passionnante quand on sait que les premiers dirigeants étaient très sensibles à ces repères... Du premier insigne dessiné par Viollet-le-Duc (architecte, membre de la direction centrale du Caf) en 1894, au médaillon insigne (avec la Meije) dessiné par Brunarius en 1898 suite aux travaux d'une commission où siégeait également F. Schrader tous deux peintres émérites.

Pour notre nouveau logo, voici les 4 pistes de travail retenues dans le cahier des charges :
1. Valorisation de l'identité de la FFCAM en assumant son libellé « fédération française ».

2. Évolution du logo : pour un rapport texte-visuel plus harmonieux avec un impact renforcé.
3. Mise en place d'une marque de territoire « l'esprit club alpin » en adossement au nouveau logo.

4. Déclinaison de l'identité visuelle au sein d'une charte globale pour renforcer l'homogénéité.

Finalement après de nombreux essais et tests tant en interne qu'en externe nous nous sommes orientés vers un logo arborant un visuel plus compact avec trois montagnes stylisées aux formes plus douces, dont les nuances de couleurs illustrent les différents domaines de pratique de ses activités (des plus hautes aux plus modestes)... et la volonté affichée d'attirer tous les profils de pratiquants. La verticalité reste de règle mais le socle incurvé lui donne plus d'ancrage dans les réalités de notre environnement tout en apportant à l'ensemble le dynamisme nécessaire.

« L'esprit club alpin » comme marque de territoire

Le logo représente la marque institutionnelle de notre fédération. Le libellé reste ce qu'il est, toujours un peu long, difficile à prononcer et à mémoriser. C'est plus facile de dire « Caf » que « FFCAM » même avec de l'entraînement ! C'est pourquoi au caractère un peu austère du libellé de notre fédération nous avons souhaité conservé le lien avec ce qui nous rassemble et qui constitue notre ancrage pour beaucoup d'entre nous : le « club alpin ». Et pour signifier le concept, lui donner une acceptabilité plus large et ouverte, nous avons retenu l'expression « l'esprit club alpin. Nous voulons offrir à tous les pratiquants des sports de montagne, en particulier les jeunes, la possibilité de rejoindre nos structures en partageant nos valeurs.

« L'esprit club alpin » doit catalyser tout ce qui nous rassemble et donne du sens à notre engagement pour ceux qui s'impliquent bénévolement dans nos différentes structures. Il apporte une dimension humaine, humaniste à la manière dont nous abordons les activités, dont nous nous comportons en montagne et dans nos refuges.

Dans le nouveau clip vidéo (réalisé par Nicolas Hairon) présentant notre fédération, nous nous sommes d'ailleurs appuyés sur quelques mots clés illustrant ces valeurs : découverte et performance, autonomie et responsabilité, transmission et sécurité, convivialité et partage, protection et respect. Le clip est consultable sur Vimeo et Facebook, où plus de 10000 internautes l'ont déjà visionné : <https://vimeo.com/118692497>

www.facebook.com/club.alpin.francais.ffcam

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, jeudi et vendredi de 16h à 19h ; fermeture le lundi, le mercredi et le samedi. Fermetures estivales : du 17 au 31 août. Réouverture le mardi 4 septembre.

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 231

Paris Chamonix

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

Directeur de la publication :

François Henrion.

Responsable de la
rédaction :

Monique Rebiffé.

Secrétaire de rédaction-
maquettiste :

Hervé Brezot.

Comité de rédaction :

Gilles Caldor, Martine

Cante, Hélène Denis,

Claude Lasne, Annick

et Serge Mouraret,

Bernadette Parmain,

François Renard, Oleg

Sokolsky.

Administration :

Club alpin français

d'Ile-de-France

12 rue Boissonade

75014 Paris

Abonnement

pour 5 numéros (1 an)

Membres du Caf IdF :

17 euros

Non membres : 24 euros

Réalisation : Mama Kette

(mamakette@free.fr)

Impression : Imprimerie

du Bocage, 443 rue G.

Clémenceau - 85170

Les-Lucs-sur-Boulogne.

Tél. 02.51.46.59.10.

Dépôt légal : juin 2015

CPPAP n° 0119 G 84108

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



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

Coucher de soleil au refuge
de la Selle (photo : François Renard)

page 6 // Randonnée pédestre : IDÉES RANDOS POUR L'ÉTÉ

page 11 // Alpinisme : DÉBUT DE SAISON DANS LE VALLON DE LA SELLE

page 14 // Alpinisme : LA NOIRE DE PEUTEREY

page 17 // Chronique des livres et du multimédia

En une : Sentier de Fremamorte
face à la Cima Nasta (Argentera)
(photo : Laura Martinelli)

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

La charte graphique : des règles
et repères utiles à tous pour s'appropriier
la nouvelle identité

À ce stade il convient maintenant de fournir aux clubs et comités territoriaux les clés de cette nouvelle identité pour que celle-ci puisse se déployer à tous les niveaux de la fédération, sur l'ensemble des supports utilisés et être relayée par tous les médias utilisés. La diffusion récente d'une charte graphique reprenant l'ensemble des ressources utilisées (graphiques, typographiques, visuelles, palettes et codes couleurs, grilles de disposition, iconographie...) doit contribuer à rendre son usage plus familier. Les clubs et comités ont désormais tous les outils pour se l'approprier. La nouvelle identité de notre fédération ne se limite pas au logo, elle doit être le point de départ d'un nouveau cycle pour une redynamisation de l'esprit club alpin et de notre stratégie de communication. Dès cet été nous mettrons ainsi en ligne le nouveau site de la Fédération avec l'introduction de nouvelles fonctionnalités, certaines résolument collaboratives notamment pour le partage des photos. Bon déploiement à tous sachant que c'est ensemble qu'il nous appartient maintenant de réussir cette nouvelle aventure ! ▲ **Philippe Latapie, secrétaire général, Fédération française des Clubs alpins et de montagne**

Chers lecteurs et potentiels rédacteurs

Vous souhaitez publier une information, un texte ?
N'hésitez pas à nous contacter.

Rappel des dates limites d'envoi :

- 17 juillet pour le n°232 (octobre-novembre),
- 1^{er} octobre pour le n°233 (décembre-janvier),

Contact : mylene@clubalpin-idf.com

Pour tout renseignement concernant Paris Chamonix : 06.86.75.50.94.

Attention ! Renouvellement de votre adhésion !

Il va falloir renouveler votre adhésion
entre le 2 septembre et le 31 octobre,
pas plus tard ! L'adhésion va du 1^{er} octobre au
30 septembre de l'année suivante.

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 Échirrolles cedex

Pour un rapatriement, contacter :

Mutuaide assistance (n° de contrat : 3462) :

- en France : 01.55.98.57.98
- à l'étranger : 33.1.55.98.57.98

par Annick Mouraret

« On dit qu'un sac lourd est un sac bourré d'angoisses. » Alexis Loireau

Bleau'news

CENTRE D'ÉCOTOURISME DE FRANCHARD

Situé près des gorges de Franchard, le Centre d'Écotourisme

est ouvert jusqu'au 11 novembre, les vendredis et week-ends (fermeture 27/7 au 28/8). Des activités sont proposées : balades à thème, journées survie, mycologie, brame du cerf, arbres, plantes... et des expositions.

Tél. 01.60.71.11.08. Courriel : franchard@tourisme77.fr

PASSERELLE ENTRE SAINT-MAMMÈS ET VENEUX

Entre Seine et Loing, une passerelle pour piétons s'installe de Saint-Mammès (à l'angle du quai de Seine et du quai du Loing) à Veneux. L'ouverture est prévue en Juin 2015 et permettra de faire une boucle par Moret et Veneux. En outre depuis Thomery, on ne passera plus par Moret pour rejoindre Montereau.

Christiane Mayenobe

PLANTES INVASIVES

Les chantiers d'arrachages de plantes invasives (phytolaques, etc...) se poursuivent : pour connaître les calendriers, contacter : phyto@netcourrier.com ▲

L'été en Ile-de-France

Voici des loisirs franciliens au fil de l'été, dans des espaces naturels pas toujours connus.

LPO SORTIES NATURE

La ligue pour la Protection des Oiseaux (LPO) réalise un calendrier-programme semestriel de sorties, plutôt le matin, sur 27 sites franciliens. La LPO Ile-de-France agit pour la protection des oiseaux et de leurs habitats, elle sensibilise les gestionnaires d'espaces verts à la préservation de la faune et de la flore sauvages. LPO 62, rue Bague 75015 Paris. Tél. : 01.53.58.58.38. Site : Ile-de-France.lpo.fr

NATUR'BOX 2015

Cette brochure éditée par l'Agence des Espaces Verts d'Ile-de-France (AEV) est un calendrier de 150 animations gratuites pour toute la famille, de jour ou de nuit, souvent encadrées par des professionnels qui font découvrir des espaces naturels parfois méconnus et sensibilisent à la protection de l'environnement. Présentation par département ou thématique, sur 35 sites : demandez le programme ! AEV, 90-92 av. du Général Leclerc, 93500 Pantin. Tél. : 01.83.65.38.00. Site : www.aev-iledefrance.fr

LES ILES DE LOISIRS FRANCILIENNES

Ne les appelez plus Bases de loisirs, mais Îles de loisirs : elles sont 12 sur 3000 ha autour de Paris et proposent une trentaine d'activités : Bois-le-Roi, Jablines-Annet, Boucles de la Seine, Val de Seine, Le Port aux cerises, Cergy-Pontoise, Buthiers, Vaires-Torcy,

Saint-Quentin-en-Yvelines, Etampes, Créteil, La Corniche des Forts. Site : www.ilesdeloisirs.iledefrance.fr ▲

Changement d'adresse pour Natureparif : désormais, on trouve l'Agence régionale pour la nature et la biodiversité en Île de France au 90-92, avenue du Général Leclerc, 93500 Pantin (et non plus à Paris, 84 rue de Grenelle, comme indiqué dans le précédent Paris-Chamonix). Tél. 01.83.65.40.10. Site : www.natureparif.fr

Corbières et Minervois

Ce sont, dans l'Aude, des collines et vallons, des gorges calcaires, des plaines, des vignes, des châteaux, des vestiges de pastoralisme et le canal du Midi, avec le soleil. Le nouveau topo PR « *Le pays Corbières Minervois... à pied* » contient 30 PR qui sont l'occasion de voir des sites moins connus, avec les crus Fitou, les cépages de Mourvèdre, Syrah, Grenache et Carignan qui accompagnent les produits locaux. Le topo comporte aussi deux tours de Pays : **La ronde au cœur des Corbières** : 110 km décrits en boucle de 6 étapes, balisage jaune et vert autour de 14 communes qui peuvent servir de points de départ. À signaler par ailleurs que 9 PR se greffent sur le tour.

Le tour de la montagne du Tauch : 59 km balisés blanc-rouge (GR 36, 36A, 367/sentier Cathare). Il est décrit en 4 étapes, celles-ci sont plus détaillées dans le topo-guide « Traversée de l'Aude, Pays Cathare » (réf. 360, 1^{ère} éd. 12/2013).

Le point faible est l'hébergement : pour y pallier en partie voir www.tourisme-corbieres-minervois.com et www.gites-refuges.com. ▲ Voir p. 5.

Le Tarn

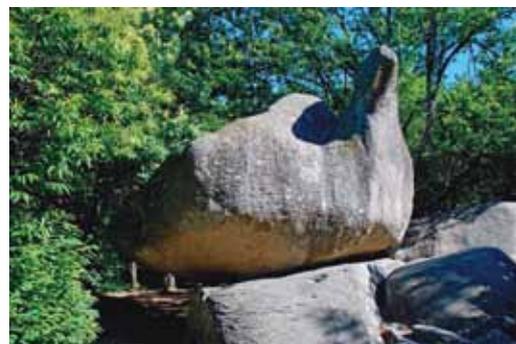
Après l'Hérault et le Jura, la collection *Sentiers des patrimoines de la FFR*, s'enrichit d'un 3^e topo consacré au Tarn : 25 balades culturelles qui sont des itinéraires pédestres le plus souvent à la demi-journée, axés sur l'histoire, le patrimoine naturel ou bâti, le terroir et la gastronomie, les fêtes et traditions, l'artisanat et l'industrie. La présentation est différente des topos PR mais les parcours sont intégralement décrits, enrichis de textes circonstanciés et de photos (160 p.). Une autre façon de marcher sur des itinéraires différents du topo PR (réf. D081), dans une mosaïque de paysages, parfois en moyenne montagne, parfois en plaine, en passant par Albi, Cordes-sur-ciel, Labastide-Rouairoux, des cités Cathares... ça sent l'ail, le cuir, les eaux vives... ▲ Voir p. 5.

Changer d'approche

Partir en montagne sans voiture, c'est la démarche « changer d'approche » finalisée par Mountain Wilderness et CamptoCamp qui ont créé la plus grande base européenne de données en faveur



Mare aux pigeons (photo : photo paysage)



Sédobre, le roc de l'oie (photo : Mouraret)

l'écho des sentiers et de l'environnement

Agenda

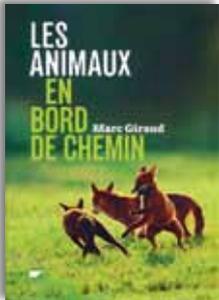
Trolle d'Europe (photo : Mouraret)



de la mobilité douce et de l'écotourisme. Y figurent près de 20 000 itinéraires en montagne accessibles en transports en commun : randos à pieds, en raquettes, à skis, voies d'escalade, alpinisme, parapente et cascades de glace. En outre, Mountain Wilderness propose une collection de brochures « 10 idées de sorties sans voiture » consacrées à des territoires spécifiques. ▲ Site : www.mountainwilderness.fr et www.camptocamp.org

Les animaux en bord de chemin

C'est un guide pétillant de vie pour marcher intelligent, décoder les attitudes des animaux, oiseaux, insectes, à travers 700 photos de scènes quotidiennes, légendées : toilette, bagarres, parades, chants, langage gestuel des chats, vaches..., messages colorés des insectes, ceux qui ont les yeux de côté, les amphibiens qui les ferment pour déglutir, les 14 000 dents de l'escargot petit-gris (plus de 200 rangées)... Qui l'eut cru ? L'auteur, naturaliste de terrain spécialisé en zoologie, nous fait mieux comprendre les animaux : c'est simple, vivant et passionnant. ▲ *Les animaux en bord de chemin*, Marc Giraud, Delachaux et Niestlé, 2/2015.



Cartes et Topos

Nouveautés

Autour du Mont-Thabor

Carte 1/50 000, éditions Didier-Richard

Faute de topo-guide pour les randonnées sur les Cerces et le Mont-Thabor, voici une carte qui pallie la lacune et complète parfaitement l'IGN 3535.OT pour la préparation et la réalisation des randonnées sur ce massif (Paris-Chamonix n°198). ▲

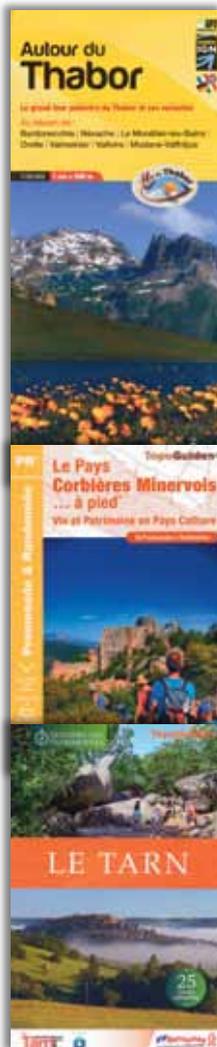
Le Pays Corbières Minervois... à pied

FFR, réf. P116, 1^{ère} éd. 12/2014

Vin et Patrimoine en Pays Cathare.

30 PR et 2 tours de Pays : La ronde au cœur des Corbières et le Tour de la Montagne du Tauch. ▲ Voir p. 4.

- 6-7/6. **18^e marché des herboristes**, Milly-la-Forêt, grande place.
- 6-7/6. **Rendez-vous aux jardins**.
- 6-7/6. **Action forêt propre**, Fontainebleau, tél. ONF : 01.60.74.77.75.
- 27-28/6. **3^e Fête de la Montagne** : sport, nature, patrimoine, terroir... Site : www.fetedelamontagne.org
- 27-28/6. **Que la montagne est belle !** Sur le thème du pastoralisme. www.clubalpin.com
- **Été 2015. 150^e anniversaire de l'Age d'Or** : plusieurs expositions à Chamonix (dont « Les trésors des collections de l'Alpine Club de Londres ») et à Zermatt. OT Chamonix-Mont-Blanc tél. 04.50.53.00.24. Sites : 1865.chamonix.fr et www.zermatt.ch/fr/150
- **Juillet/août. Les jeudis des refuges de l'Oisans** (JRO) : chaque jeudi un refuge accueille autour d'une animation. Site : www.montagne-oisans.com
- **Jusqu'au 21/7. Les montagnes de France**, sur les grilles du Jardin du Luxembourg, exposition de 80 photos.
- 7-9/8. **25^e salon international du livre de montagne**, à Passy (74) au Parvis des Fiz. Thème « L'eau des montagnes ». Site : www.passy-mont-blanc.com
- 21-22-23/8. **Rando Romane en Dauphiné d'Auvergne** : Vodable-Le Breuil sur Couze-Issoire. Association « Cultures et Communication ». Tél. 04.73.98.27.77. Courriel : randoromane63@laposte.net
- 19-20/9. **Journées européennes du patrimoine**.
- 19/9. **8^e Bossapass**, challenge sportif en forêts de Meudon, Clamart, Ville-d'Avray : 33 km/1100 m dénivelé et 25 km/800 m dénivelé. (700 participants en 2014). Inscription : www.rando92.fr ou courriel bossapass92@gmail.com. Tél. 01.41.08.05.21.
- **Jusqu'au 27/9. Trésors du littoral** : exposition photos du Conservatoire du Littoral, sur les grilles de l'école de botanique au Jardin des Plantes.



Le Tarn

FFR, réf. SP02, 1^{ère} éd. 3/2015

25 balades culturelles, collection Sentiers des patri-moines. ▲ Voir p. 4.

Rééditions

La Haute-Savoie... à pied

FFR, réf. D074, 2^e éd. 3/2015

49 PR : la 1^{ère} éd. de 2007 comportait 25 itinéraires ; 49 dont 10 dépassant 4h de marche, sont maintenant répartis dans les différents massifs : Chablais, Salève, Bornes, Aravis, Giffre... ▲

Le Calvados... à pied

FFR, réf. D014, 3^e éd. 2/2015

La 2^e éd. (2002) comportait 54 PR, avec des circuits VTT ; la 3^e contient 40 PR (sans VTT), mais il existe depuis 2009 un autre topo *Villes et villages de charme du Calvados... à pied* (réf. P145) contenant 28 PR différents davantage axés sur le patrimoine et l'histoire. ▲

Le Mercantour

FFR, réf. 507, 16^e éd. 3/2015

Vallée des Merveilles, GR5, 52, 52A. La Grande Traversée des Alpes. ▲

Saint-Jacques-de-Compostelle

FFR, réf. 6542, 4^e éd. 3/2015

Via Vézelay : Vézelay - Périgueux, GR 654. ▲

Idées randos

pour l'été



Chaque année nous suggérons quelques randonnées originales, des créations, des « classiques » oubliées ou méconnues. Celles de moyenne montagne sont à recommander aussi pour le printemps et l'automne. Ces propositions s'ajoutent à celles parues dans *Paris-Chamonix* n° 174, n°180, n° 198, n° 204, n° 210, n° 216, n° 221 et n° 226, toujours valables. Pour 2015, deux grandes randonnées à nos frontières, dans les Pyrénées et les Alpes, une autre « plus exotique » sur une presqu'île irlandaise.

Par Serge Mouraret

La Haute Route des Rois Tour du Parco delle Alpi Marittime (Italie)

Face au Parc national du Mercantour, versant italien, le Parco Naturale delle Alpi Marittime englobe trois grands massifs des Alpes finissantes : Le mont Matto (3097 m), la Cima du Gelas (3143 m) et la Cima de l'Argentera (3297 m). Il est réputé pour sa flore et sa faune. Les Rois de Savoie fréquentèrent la vallée Gesso pendant près d'un siècle. Il en reste des pavillons de chasse et un dense réseau de pistes mulésières, de routes militaires (les casemates ruinées ne manquent pas) et de sentiers, jalonnés de nombreux refuges. Ceci en fait un paradis pour les randonneurs. Dans une version plus montagne que la GTA ou la Via Alpina, la Haute Route des Rois frôle et contourne ces sommets dans une magnifique randonnée alpine de 7 jours. Elle emprunte de bons sentiers ou chemins, seuls deux cols sont un peu escarpés et demandent de l'attention (col de Brocan en J4 et passage du Ghiacciai en J6).

Pour ce circuit, départ et arrivée se font à Sant'Anna di Valdieri. Une navette recueille à la demande les randonneurs à San Giacomo en fin de parcours.

Une solution de facilité pour ceux qui veulent se libérer de l'organisation est de profiter des randonnées guidées programmées : réservation des nuitées, demi-pension et pique-nique, accompagnateur, navette. Voir dates et contact dans « Pratique ».

Ci-dessus : Haute route, Col de Fenestrelle, au fond le Gelas (photo : Nanni Villani).

Ci-contre : Haute route, sentier de Valmiana (photo : Giorgio Bernardi).

Le circuit :

- J1 : Sant'Anna di Valdieri – refuge Bianco, 3 h, M = 950 m Sant'Anna (980 m) – Val delle Meris – Gias del Prato – refuge Bianco (1910 m).
- J2 : refuge Bianco – refuge Valasco, 6 h 30, M = 1050 m, D = 1150 m
Refuge Bianco – rive nord lac inférieur – rive est lac supérieur – col de Valmiana – vallon de Valasco – refuge Valasco (1764 m).





Haute route, refuge Remondino
(photo : Wordpress).

- **J3 : refuge Valasco – refuge Remondino**, 7 h, M = 1400 m, D = 700 m
Refuge Valasco – val Morta – col de Valasco (2429 m) – au lac médian de Fremamorte sentier à gauche (bivouac Guiglia à 120 m au sud) – descente sur refuge Regina Elena – refuge Remondino (2430 m).
- **J4 : refuge Remondino – refuge Genova**, 3 h 30, M = 450 m, D = 800 m
Refuge Remondino – col de Brocan (2886 m) – refuge Genova (2015 m).
- **J5 : refuge Genova – refuge Ellena Soria**, 4 h, M = 450 m, D = 700 m
Genova – col de Fenestrelle (2462 m) – refuge Ellena Soria (1840 m).
- **J6 : refuge Ellena Soria – refuge Marchesini**, 6 h, M = 1200 m, D = 400 m
Refuge Ellena Soria – franchissement Cresta dei Ghiacciai (névés tardifs possibles, passages escarpés, câble) - bivouac Moncalieri (2710 m) – lacs Agnel - refuge Marchesini (2627 m).
- **J7 : refuge Marchesini – San Giacomo di Entracque**, 4 h, D = 1400 m
Refuge Marchesini – vallon de Muraion – vallon di Monte Collomb – San Giacomo. Retour à Sant'Anna di Valdieri

Variante : elle permet d'éviter le col de Brocan, plus accidenté (étape J4).

- **J3 : refuge Valasco – refuge Morelli-Buzzi**, 4 h, M = 1000 m, D = 400 m
Refuge Valasco – Terme di Valdieri – vallone di Lourousa – refuge Morelli (2351 m)
- **J4 : refuge Morelli – refuge Genova**, 2 h 30, M = 200 m, D = 550 m.
Refuge Morelli – col de Chia-pous (2533 m) – rive est du lac del Chiotas – refuge Genova.

Pratique :

- **Accès au circuit :** Paris – Turin – Cuneo par train.
La société Nueva Benese assure la liaison Cuneo – Valdieri – Entracque et dessert

Sant' Anna di Valdieri en juillet et août, sauf dimanche (www.benese.it).

Réservation navette : Tél. 00 39 0171 978.370 ou 00 39 335 6531024. Email : audi86@virgilio.it

• **Informations :** tél. 00 39 0171 97397.

Site : www.parcoalpimarittime.it

Pour les randonnées accompagnées (19-25 juillet et 6-12 septembre 2015) : info@segnavia.piemonte.it ou 00 39 0175 689 629.

• **Cartographie :** Alpes sans frontières 1/25 000 n° 4 et n° 5, IGC 1/25 000 n° 113 ou 1/50 000 n° 8, Parco Naturale delle Alpi Marittime 1/25 000 (BLU Edizioni).

• **Documentation :** à demander au parc ou à télécharger (voir site ci-dessus).

La Senda de Camille Le sentier de Camille (France-Espagne)

Quand le Béarn et l'Aragon se rencontrent, avec d'un côté la vallée d'Aspe et de l'autre celle de Hecho, nous voilà dans le Parc national des Pyrénées côté France et dans le parc naturel des Vallées occidentales, côté Espagne. C'est aussi le domaine naturel de l'ours brun des Pyrénées. Pour suivre les pas de Camille, l'un des derniers ours autochtones, mort en 2010, le mieux est de réaliser cette belle randonnée de 104 km en 6 ou 7 étapes. Empruntant des sentiers de montagne faciles à suivre grâce à la carte spécifique et des marques, elle traverse des massifs spectaculaires, les Aiguilles d'Ansabère, la Peñaforca et le Bisaurin.

Chacun peut organiser sa randonnée, choisir le sens et le point de départ, ou se dispenser de l'organisation en profitant des parcours guidés programmés (voir dates dans « Pratique ») ou à la demande (5 personnes min.). Dans tous les cas, la réservation des nuitées et des repas via le site Web est recommandée (voir Pratique).

Pour toutes les randonnées réservées, en liberté ou guidées, les nuitées en demi-pension sont assurées, chacun bénéficie d'une carte 1/25 000 et d'un topo-guide, d'un drap-housse, d'un porte-carte et... d'un cadeau en fin de circuit. Le « kit » est donné au refuge





de départ. Un accompagnateur est présent dans les parcours guidés.

Les plus pressés peuvent adopter la version trail de la Senda, proposée en 24 h, sans arrêt, au départ du Somport, ou en 48 h avec une étape au choix (voir sur le site).

Le circuit :

- J1 : refuge Gabardito – refuge de Lizara, 3/4 h, 6 h avec l'ascension du Bisaurin, 9,6 km, M = 693 m, D = 536 m, 700 m de plus avec le Bisaurin.

Refuge Gabardito - Salto la Vieja – Plan d'Aniz - Col de

Foratón (ascension facultative du Bisaurin 2670 m) – refuge de Lizara.

- J2 : refuge de Lizara – Le Somport, 6/7 h, 17,5 km, M = 1070 m, D = 980 m

Refuge de Lizara – Port de Bernera - Vallée de los Sarrios - Ibón de Estanés - Bosque de las Hayas – Le Somport.

- J3 : Le Somport – refuge d'Arlet, 6/7 h, 19 km, M = 1150 m, D = 780 m

Le Somport - Bois de Sansanet - Bois de Espelunguère - Col de Lapachouaou (1891 m) - Lac d'Arlet.

- J4 : refuge d'Arlet – Lescun, 7/7 h 30, 19,5 km, M = 520, D = 1640 m

Refuge d'Arlet - Col de Saoubathou (1949 m) – Col de Pau (1942 m) – vallée du Labrenère - Lescun.

- J5 : Lescun – refuge de Linza, 7 h, 16,6 km, M = 1290 m, D = 790 m

Lescun – pont de Masousa – vallon d'Ansabère - Col de Petrachema (2082 m) - Foyas del Ingeniero – refuge de Linza.

- J6 : refuge de Linza – refuge Gabardito, 10 h, 23 km, M = 1640 m, D = 1600 m

Linza – Zuriza – Taxera – Paso de Chandalan (Sierra d'Alano) - Collado Bajo de Lenito – Puente de Santana - Gabardito.

À l'évidence, cette dernière étape est très longue. Aussi est-il conseillé de démarrer et de terminer le circuit au lieu-dit Selva de Oza (parking) à 12 km au nord de Hecho (hôtels, office de la Senda de Camille).

Variante par Selva de Oza

- J1 : Selva de Oza – refuge Gabardito, 7 h 30, 15,3 km, M = 800 m, D = 1050

Selva de Oza - refugio de Acher - Achar de Secús - Cuello – Puerto de Taxeras - Gabardito.

- J1 : Selva de Oza – refuge Gabardito, version courte, 4 h 30, 10 km, M = 400 m, D = 350 m

Oza - Camino Viejo - Lo Jardín - Lo Sacadero - Vía Romana

- J7 : refuge de Linza – Selva de Oza, 6 h, 15,3 km, M = 800 m, D = 1050 m

Senda de Camille, refuge d'Arlet (photo : Jenorme).





Senda de Camille, en route vers Gabardito
(photo : Jabi Altzorriz).

Linza - Paso del Caballo - Plana de Diego - Foyas de Gamueta - Paso de Anzotiello (2000 m) – Guarriza-Oza.

Pratique :

• **Accès au circuit :** Paris – Pau – Oloron par train. Oloron - Le Somport par autocar (www.citrampyrenees.fr). En France, départ de Lescun ou Le Somport. En Espagne, Selva de Oza ou Gabardito, accès routier par la vallée d'Aspe, le Somport, Jaca et la vallée de Hecho. C'est l'occasion de visiter le remarquable musée diocésain de Jaca (art roman) et l'église de Siresa.

• **Informations et réservations :** Office de la Senda de Camille, route de Oza, 22720 Hecho (Huesca). Tél./Fax. : 00 34 974 375 421 ou Tél. mobile 00 34 606 368 481. Site : www.lasendadecamille.com. Email : info@lasendadecamille.com

• **Parcours guidés en 2015 :** 21 au 27 juin, 12 au 18 juillet, 25 au 31 juillet, 2 au 8 août, 9 au 15 août, 31 août au 5 septembre, 13 au 19 septembre.

• **Cartographie :** carte 1/25 000 La Senda de Camille, Editorial Alpina (www.editorialalpina.com)

• **Hébergements :** www.gites-refuges.com

aussi de vieilles routes en terre battue, qu'utilisait le bétail, ou des routes dites des cercueils (les cimetières étaient éloignés des villages). Les sentiers et les pistes sont le plus souvent en hauteur, offrant toujours des vues dégagées. Malgré l'aspect sauvage du paysage, les hébergements, souvent isolés, sont assez nombreux sur le parcours et toujours confortables : B&B, guest houses, petits hôtels.

Le circuit :

• **J1 : Killarney – Black Valley (22 km)**

Au sud de Killarney contourner par l'est le lac Leane, Muckross House (porte du Killarney National Park), cascade de Torc, vieille route de Kenmare, franchissement de la N71, rive sud de l'Upper lake, Lord Brandon cottage, pont sur la Gearhaneen River, Black Valley.

• **J2 : Black Valley – Glencar (20 km)**

Remonter la Black Valley, contourner par le sud le massif

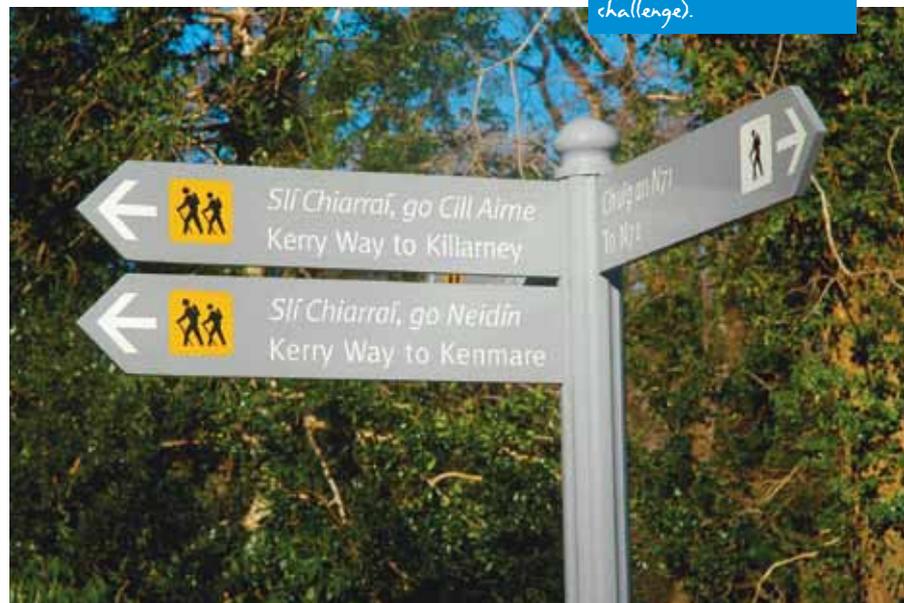
Ring of Kerry, balisage
(photo : Kerry Ultra challenge).

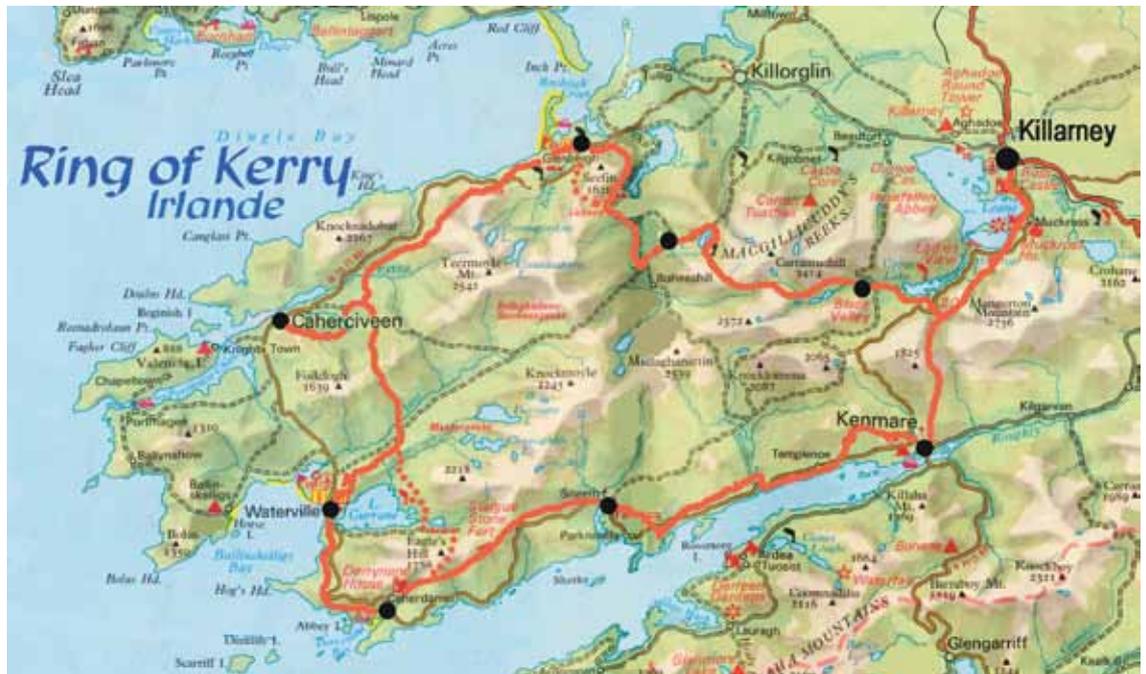
L'anneau du Kerry The Ring of Kerry (Irlande)

Dans le sud-ouest de l'Irlande, les presqu'îles de Dingle et d'Iveragh sont parmi les plus pittoresques régions de l'île et de plus parfaitement propices à la randonnée. Sur Iveragh, l'anneau de Kerry est le plus long itinéraire balisé du pays (210 km).

Traversant des paysages très variés, forestiers, champêtres, le parcours va de collines en collines, de la montagne à la mer, passant sous le Carrauntoohil, point culminant de l'Irlande (1039 m).

Le circuit se réalise habituellement en 9 étapes, quelques-unes sont assez longues, mais avec le profil assez doux (4000 m de dénivellée sur la totalité, point haut 385 m), ce n'est pas un gros handicap. Le balisage est discret, mais présent : panneaux, pictogrammes ou flèches jaunes. Cette randonnée facile emprunte principalement des sentiers mais





des Macgilllicuddy Reeks (passage favorable pour les cervidés et les chèvres sauvages), Cummeneaduff Glen, Bridia Valley, un col au nord, Derrynafeana Glen, contour du lac Acoose, route au sud-ouest jusqu'à Glencar.

• **J3 : Glencar – Glenbeigh** (18 km)

Caragh River Valley, Seefin mountains à contourner par l'ouest via Windy Gap (385 m) ou par l'est (un peu plus long), au-dessus du lac Caragh (belles vues sur Dingle Bay), Glenbeigh.

• **J4 : Glenbeigh – Caherciveen** (28 km)

Parcours côtier sur une crête face à Dingle Bay, après Drunghill entrée dans les terres, rivière Ferta, à Gortmore bifurcation vers Caherciveen (5 km).

• **J5 : Caherciveen – Waterville** (30 km)

Retour à Gortmore, versant est du Knockavohaun, Inny Valley, Mastergeehy, Waterville.

• **J6 : Waterville – Caherdaniel** (28 km)

Version courte (13 km) par sentier côtier autour de Faraniargh Mountain (très belles vues) ou version longue (28 km) par sentier dans les terres, franchissement de la Capall River, col sur Eagle Mountain (Windy Gap), Waterville.

• **J7 : Caherdaniel – Sneem** (19 km)

Bien en retrait de la mer, une ancienne route de char mène facilement à Sneem.

• **J8 : Sneem – Kenmare** (28,5 km)

Le sentier reste en retrait au-dessus de la mer et très souvent de la route, à mi-parcours franchissement de la Blackwater River.

• **J9 : Kenmare – Killarney** (25 km)

Franchissement vers le nord de Penkeen Mountain par un nouveau Windy Gap (brèche ventée !), jonction avec l'itinéraire aller à Galway's Bridge.

Pratique :

• **Accès au circuit :** l'accès à Killarney se fait par Cork (54 km). Liaison autocars : Société Kennedy coaches : horaires sur www.kennedycoaches.com

• **Informations et documentation :**

www.theringofkerry.com et www.kerryway.com

Ces sites donnent toutes les informations sur les hébergements, les transports, les curiosités.

• **Cartographie :** Cartes 1/50 000 n° 78, 83 et 84 de l'OS

• **Topo-guide :** guide « the Kerry Way » de Sandra Bardwell (Rucksack readers). Disponible sur les deux sites Web ▲

Ring of Kerry, Seefin
(photo : ICHC).





Début de saison dans le vallon de la Selle

À l'écart des secteurs les plus renommés du massif des Ecrins, le vallon de la Selle recèle bien des trésors pour le grimpeur, surtout en début de saison, lorsque la neige recouvre les vastes étendues de pierres et d'éboulis découvertes par le recul glaciaire.

Le vallon de la Selle s'étire sur plus de 10 km du hameau de Saint-Christophe-en-Oisans, à 1400 m d'altitude, jusqu'au glacier de la Selle, au pied du Râteau, qui culmine à 3809 m. Parcouru par le Torrent du Diable, il porte aussi le nom plus inquiétant de vallon du Diable. C'est un long vallon encaissé au milieu de parois abruptes qui descendent au nord du dôme glaciaire de la Girose, et au sud de l'Aiguille du Plat de la Selle et du massif du Soreiller. Vers 2200 m, le vallon entre dans le Parc des Ecrins et plus haut, à 2673 m, le refuge de la Selle, propriété de la Société des Touristes du Dauphiné, est un point d'appui apprécié par les alpinistes débutants, qui gagneront le sommet est du Râteau par la Brèche du Râteau et l'arête sud, course de neige facile, esthétique et aérienne.

Mais le refuge de la Selle est aussi le point de départ de nombreuses escalades intéressantes en excellent rocher, un magnifique granit orangé plutôt inhabituel dans le massif des Ecrins.

Pointe Marie Louise et Pointe Thorant

Sur le versant sud, le premier sommet digne d'intérêt pour le grimpeur est la Pointe Marie-Louise, où une superbe voie de plus de 300 mètres a été ouverte tout récemment dans la face sud, à deux heures d'approche du refuge par le glacier supérieur de la Selle : « Y'a du monde au balcon », 10 août 2013, TD, 6a+ max, 5+ obligé, 1 spit aux relais, très peu de points dans les longueurs, beaucoup de protections sur friends à placer. La descente s'effectue sur le glacier de la Girose en versant nord.

S'élève ensuite, à une heure du refuge, la tour rocheuse de la Pointe Thorant, à 3583 m, qui offre au grimpeur plusieurs escalades ensoleillées de 250 à 350 mètres et de difficulté modérée : la voie des lézards (D+, 5b max), qui suit l'arête sud, équipée sur goujons et pitons, la voie des plaques rouges,

Texte et photos :
François Renard

*Photo : Au dessus du col
de la Girose, dans
la montée au Râteau W.*

en face est, d'approche plus longue (deux heures) et de même difficulté mais beaucoup moins équipée, une voie « terrain d'aventure » nécessitant la pose de protections (friends), et la voie du pilier rouge (ou pilier ENE), un peu moins difficile (D, 5b max mais moins soutenu) et dans le même style peu équipé. D'autres voies et variantes moins classiques parcourent cette vaste face éclairée par le soleil matinal. La descente s'effectue le plus souvent par l'arête sud et le bas de la face est, mais on peut également traverser jusqu'à la Pointe Madeleine et rejoindre ainsi le glacier de la Girose.

Pointe Dosia et Râteau

Juste à l'est de la Pointe Thorant, se dresse sur 340 mètres la face sud de la Pointe Dosia, où se déroule la voie des dents rouges, le long du pilier central, magnifique escalade aérienne en bon rocher, encore de difficulté D+. Une descente facile amène par l'arête est au col de la Girose, d'où l'on peut rejoindre le téléphérique de la Grave à la gare des Ruillans, ou revenir sur le refuge par le couloir sud, facile en début de saison lorsqu'il est bien garni de neige, mais plus délicat lorsque la glace apparaît au cours de l'été (3 rappels équipés si besoin).

Vient ensuite la vaste face sud du Râteau, avec notamment le pilier Candau, la grande classique

de ce versant, 400 mètres d'escalade en très bon rocher, quelques pitons aux passages les plus difficiles, protections mobiles ailleurs (D+, 5c max). Le pilier mène au sommet ouest du Râteau (3769 m), d'où l'on descend facilement au col de la Girose.

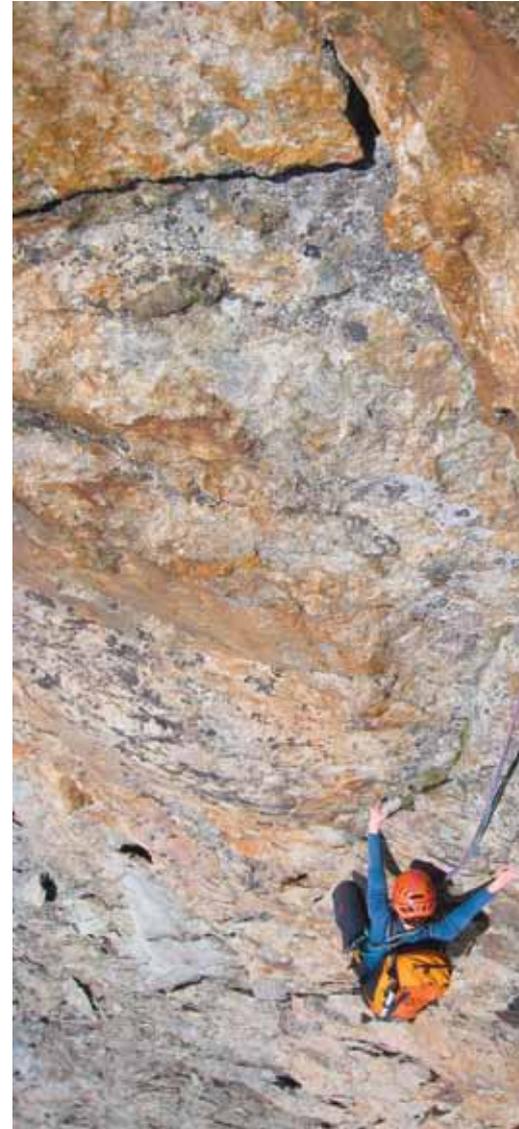
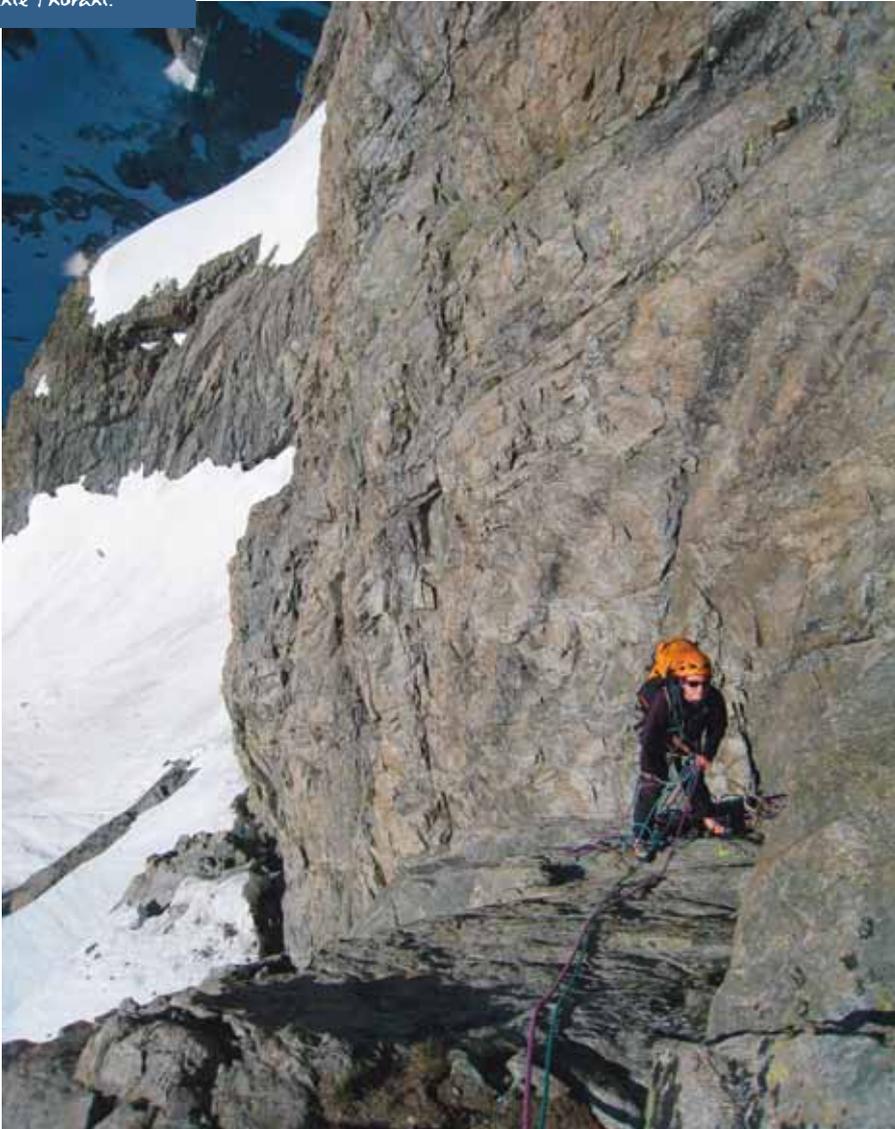
Le pilier Pâquet s'élève juste à droite du pilier Candau, et offre une belle escalade de niveau moindre (AD), les difficultés rocheuses étant concentrées dans une tour raide sur le fil du pilier, qui peut se contourner facilement par la droite. C'est une jolie course pour alpiniste débutant, qui permet de mettre en œuvre les techniques de progression en terrain montagne, dans un cadre magnifique et avec un beau sommet comme objectif.

Notre progression vers l'est nous amène au sommet E du Râteau, avec sa voie normale de l'arête sud par la brèche du Râteau, mais aussi un accès plus direct par les pentes de neige de la face sud-ouest, une très belle variante de la voie normale, qui permet de cramponner dans des pentes à 45°, sans autre difficulté.

Des Têtes du Replat à la Pointe d'Amont

Au sud du vallon de la Selle, donc avec des faces exposées nord, s'alignent les Têtes du Replat, les Pointes de la Selle, la Tête et le Dôme de la Gan-

Premier relais dans la voie des Plagues Rouges à la Pointe Thorant.



dolière, le Plaret et le massif du Soreiller, avec les Aiguilles du Soreiller, la Pointe d'Amont et les Pointes de Burlan. Parmi toutes ces faces, seule la Pointe d'Amont a trouvé grâce aux yeux des grimpeurs, avec son arête nord, longue et belle escalade de 500 mètres en bon rocher, à une heure d'approche du refuge de la Selle, de difficulté modérée : D, deux passages de 5b bien équipés, sinon beaucoup de 3b. La descente s'effectue sur le versant sud, par lequel on atteint en deux heures le refuge du Soreiller.

Il est ainsi possible de réaliser une bien belle boucle au départ de la Bérarde, en gravissant le premier jour une voie en face sud de la Tête S du Replat (le pilier Chèze notamment), pour rejoindre le refuge de la Selle par le col du Replat. Le deuxième jour sera l'occasion de grimper à la Pointe Thorant, puis l'on traversera sur le refuge du Soreiller par l'arête N de la Pointe d'Amont. On aura alors l'embaras du choix pour grimper sur le magnifique granit de l'Aiguille Dibona, des Aiguilles du Soreiller ou de la Tête du Rouget, avant de descendre sur la Bérarde. C'est une tout autre boucle que nous avons réalisée un week-end prolongé de début juillet, au départ de la Grave, en utilisant le téléphérique pour profiter au maximum de trois belles journées en montagne. Montés par les premières bennes, nous avons gravi le premier jour le sommet W du Râteau, par le col de la Girose et la voie normale de l'arête W, puis

avons rejoint le refuge de la Selle par le couloir sud du col de la Girose, en très bonnes conditions à cette période de l'année.

Le lendemain, nous avons gravi la voie des plaques rouges à la Pointe Thorant, et le dernier jour nous avons gravi le pilier Candau au Râteau W, et sommes redescendus sur la Grave par le téléphérique. Une belle façon de découvrir ce vallon moins réputé que d'autres dans le massif des Écrins, et avec l'excellente surprise d'y trouver un superbe granit orangé dans des voies de difficulté modérée, idéales pour se mettre en forme et s'acclimater en début de saison. ▲

Informations pratiques

Bibliographie

- Carte TOP25 3436ET (Meije-Pelvoux)
- Oisans nouveau, Oisans sauvage, livre Ouest, Jean-Michel Cambon.
- Guide du Haut Dauphiné, tome 1, GHM, François Labande
- Écrins, ascensions choisies, F. Chevaillot & J.R. Minelli, Glénat, 2001

Tous les topos sont sur www.camptocamp.org

Nombreuses photos sur <http://renardf.piwigo.com>

À gauche : Dans la voie des Plaques Rouges à la Pointe Thorant.
Ci-contre : Au sommet du Pilier Candau.



Dès que l'on sort du Tunnel du Mont Blanc côté Italien, elle capte le regard. Cette fière aiguille, premier contrefort de la difficile arête de Peuterey qui mène au Mont Blanc, surgit comme une canine entre les glaciers de Frêne et de la Brenva. Ses 3772 m et sa silhouette « pointue » se remarquent particulièrement lorsque l'on monte la pointe Helbronner ; là on admet que du statut de contrefort, la Noire passe à celui de sommet à part entière...

La Noire de Peuterey

Ci-contre : Dans la face sud le deuxième jour, et entre 2 chutes de pierres... casque obligatoire!
Ci-dessous : Le sympathique petit refuge Borelli Pivano (2316m) en partie troglodyte et gardé très occasionnellement.



Texte et photos :
Gilles Caldor

Le versant italien du Mont Blanc m'a toujours fasciné : beaucoup plus sauvage que le versant chamoniard, moins mécanisé, moins touristique, plus abrupte donc moins accessible et moins fréquenté. Ici pas de possibilité de faire de la rando tranquille sur des « balcons », on est tout de suite dans le vif du sujet : de l'escalade, des crevasses, bref de la verticalité ou rien !

La particularité de ce versant est que l'on est à la fois près de la civilisation avec ce tunnel juste en dessous qui régurgite de la montagne des centaines de poids lourds par jour, et loin aussi, de par l'isolement provoqué par les difficultés et la lenteur de progression sur ses voies d'alpinisme. Les refuges sont à l'image du décor : pas de refuges/hôtels à fort passage comme les Cosmiques, Albert 1^{er} ou les Conscrits, mais des petits refuges non gardés ou des cabanes/bivouac de 4 à 9 places, certains dans des endroits bien difficilement accessibles et qui peuvent constituer à eux seuls le but d'une course. D'ailleurs le refuge Borelli Pivano blotti à 2316 m au pied de la Noire de

Peuterey en est un bon exemple. Ce petit bâtiment en bois d'une vingtaine de places qui s'atteint après 2 heures de progression sur une belle Via Ferrata, est une originalité : il est en partie troglodyte. La gardienne occasionnellement présente, y dispose d'une minuscule cuisine.

De raides pentes d'herbe entrecoupées de **barres rocheuses**

En ce premier vendredi de septembre 2014, nous y arrivons à 19h sous une pluie battante. D'ailleurs ce fût l'un des derniers jours de pluie de ce très beau mois de septembre, qui trancha avec cet été météorologiquement si capricieux.

Départ à 4h le lendemain matin, pour l'arête Est cotée PD et considérée comme la voie de descente de l'arête Sud cotée TD. Nous arrivons rapidement dans la verticalité, en approchant du Névé du Comballet. De raides pentes d'herbe particulièrement exposées entrecoupées de barres rocheuses, imposent de sortir le piolet... Si, si ! Contrairement à une progression rocheuse ou glaciaire, l'assurage n'est pas possible et la panne du piolet dans cette terre mouillée mais compacte, est une bonne alternative. La nuit n'arrange pas l'orientation qui demeurera un problème durant toute l'ascension.





Vue d'un planeur : de droite à gauche : Aiguille Noire de Peuterey, Brèche des Dames Anglaises, Les Dames Anglaises, Pointe Gugliermana, Aiguilles Blanches de Peuterey, Col de Peuterey, Grand Pilier d'Angle (et le Mont Blanc est juste au dessus !).

Peu à peu, ces pentes d'herbe se transforment en rocher qui, il faut bien le dire, est de qualité exécutable. Il faut tester systématiquement toutes les prises avant d'y prendre appui, car une sur deux ne tient pas. En atteignant l'éperon de l'arête Est, le soleil émerge pour éclairer le très esthétique Mont Rouge de Peuterey situé en face de nous. Il fait un temps superbe et chaud malgré l'altitude et l'heure matinale ; en ce début septembre, l'été est enfin arrivé ! À partir de ce moment là, la course va singulièrement se compliquer. En effet, le topo pris sur un célèbre site Internet s'avère inexploitable. Cela est dû au fait que la course, peu pratiquée à la montée, ne bénéficie que de peu de retours des grimpeurs qui acceptent de mettre leurs informations en ligne.

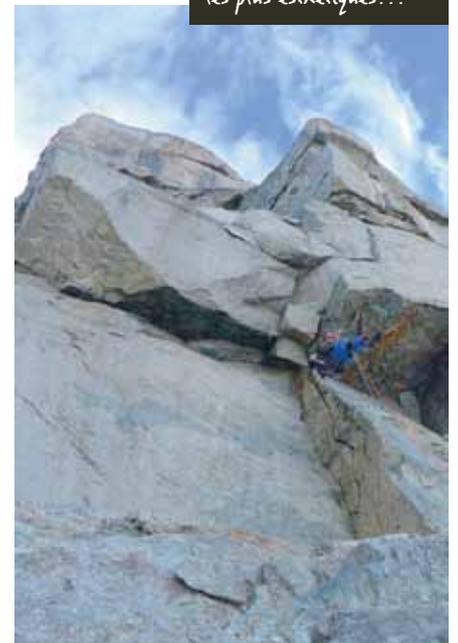
Le décor est somptueux, pleine vue les sommets stars du Mont Blanc

En attendant, nous perdrons beaucoup de temps en orientation, à louvoyer entre le fil de l'arête et le versant sud. La cotation semble sévère, car certains passages (mais nous n'avons peut-être pas emprunté les bons...) flirtent allègrement avec le IV, à quoi il faut ajouter la qualité déplorable du rocher. Ici, les cailloux volent constamment et le casque n'est vraiment pas un luxe... Les passages les plus aisément praticables sont les fissures, qui permettent au moins de glisser quelques coinçeurs. Malheureusement, celles-ci sont plutôt rares, et il faut souvent se contenter de prises mal orientées et instables. Même les becquets pour s'assurer méritent toute l'attention, car nombre d'entre

eux sont constitués de blocs branlants ; pas rassurant tout ça ! Mais le décor, quant à lui, est somptueux : juste en dessous de nous sur le fil de l'arête, il y a un impressionnant gendarme, sur notre gauche pleine vue sur le Grand Paradis, sur la droite les sommets stars du Mont Blanc : Tour Ronde, Dent du Géant, Grandes Jorasses, etc. Et en contrebas le majestueux glacier de la Brenva. À mi chemin du sommet alors que la verticalité diminue temporairement, nous découvrons de nombreux emplacements de bivouacs, nous allons comprendre par la suite pourquoi...

La journée s'avance, mais notre cordée pas beaucoup ! Comme souvent en montagne, le sommet se fait désirer... Les nuages arrivent et nous cachent la suite ; nous pensons arriver sur la pointe terminale et, au détour d'un gendarme, nous découvrons la suite : une arête sans fin... Alors que nous sommes à peut être 200 m sous le sommet et que la neige est désormais présente au sol, il faut se rendre à l'évidence : un bivouac va s'imposer. En effet, cela fait 17 heures que nous progressons et la nuit arrive. Comme maintenant il n'y a plus d'emplacements « officiels », il faut se contenter de l'abri d'un gros bloc qui nous protégera des éventuelles chutes de pierres. L'exiguïté de la plate-forme imposera toutefois que l'on reste « vaché » à un becquet durant la nuit. Pas de

Les premiers rappels du sommet, les plus esthétiques...



Une belle Madone en tôle nous attend sur l'étroit replat du sommet récompense de nos efforts...



duvet, simplement les couvertures de survie, mais heureusement la nuit sera particulièrement clémente, avec une température pas froide, pas de précipitations, pas de vent, et en prime la lune pour nous éclairer !

Nous sommes aux premières loges, c'est impressionnant

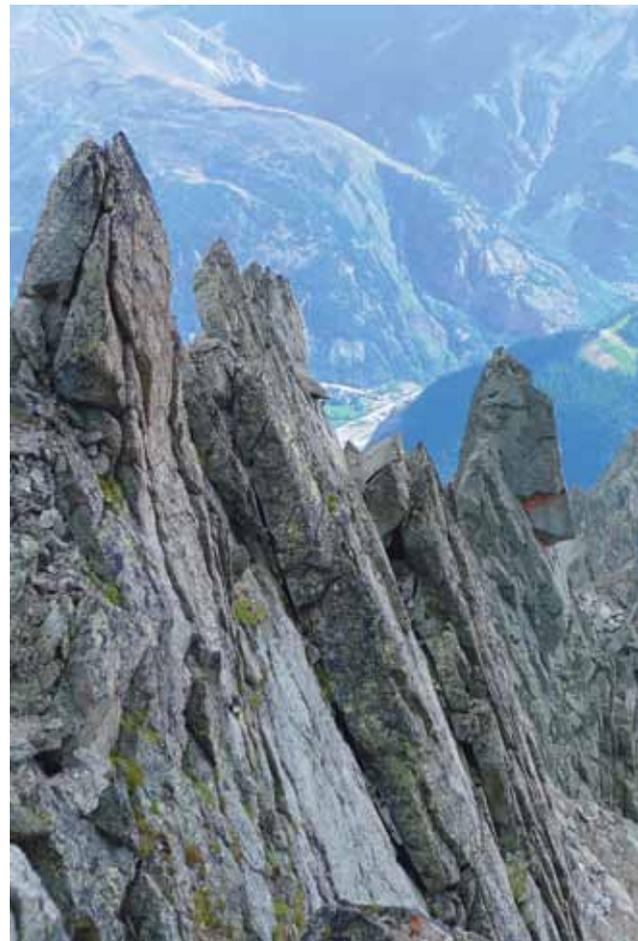
La nuit se passe plutôt dans de bonnes conditions, mais c'est sans nous attarder que nous redécollons le lendemain à 5 h, pour venir enfin à bout de cette Noire ! Heureusement que l'eau et la nourriture ont été au départ surévaluées, car les repas de cette journée supplémentaire n'étaient pas prévus. Malgré la présence de la neige, la fin de la progression vers le sommet s'avère plus aisée, que ce soit en technicité comme en orientation.

Soudain la vierge sommitale apparaît, n'oublions pas que nous sommes en Italie ! Les derniers mètres de rocher nous permettent d'accéder à une selle neigeuse très étroite qui chapeaute le sommet. Le Mont Blanc de Courmayeur et la spectaculaire Aiguille Blanche de Peuterey (4107 m) qui nous ont été occultés les 2 jours précédents, apparaissent dans toute leur splendeur ; nous sommes véritablement aux premières loges, c'est impressionnant... La Madone métallique a été foudroyée de nombreuses fois, car son crâne est percé de part en part. Comme elle est massive et bien amarrée au sol, nous l'utilisons pour fixer la main courante menant au premier rappel ! La descente, d'ailleurs, sera une longue suite de rappels de 50 mètres, qui nous accapareront encore de nombreuses heures.

Pour conclure, je dirais que l'ascension de la Noire de Peuterey même par l'arête Est, moins prestigieuse que l'athlétique arête Sud, est de toute beauté. Quoique n'étant situé qu'à quelques encablures de la civilisation, la faible fréquentation de ce sommet (durant ce premier beau week-end de septembre, nous n'avons rencontré personne), nous donne étrangement l'im-

pression d'être vraiment coupé du monde. Toutefois, je n'en conseillerai pas l'ascension par cet itinéraire : les chutes de pierres incessantes entraînées par le passage des rares grimpeurs, ajoutées aux difficultés d'orientation qui peuvent faire doubler, voire tripler l'horaire de course, rendent celle-ci tout de même assez risquée. Mais, c'est l'éternel dilemme en montagne : à quel moment faut-il savoir renoncer et faire demi-tour, ou poursuivre pour descendre ensuite par une voie plus facile ? ▲

Ci-contre : Les impressionnants « gendarmes » de l'arête Sud-Est de la Noire de Peuterey.



Chronique des Livres et du multimédia

par Serge Mouraret

Jacques Balmat Héros du mont Blanc

Jean-Pierre Spilmont, Éditions Glénat (09/2014)

Cristallier et guide dans la vallée de Chamonix, Jacques Balmat est devenu célèbre avec la première ascension du mont Blanc. Il s'est lancé dès juillet 1786 dans la compétition. Le 8 août, avec Michel Paccard, la troisième tentative fut la bonne. Ce succès lui vaut la sympathie et l'admiration de célébrités. C'est lui qui accompagne en août 1787 H-B. de Saussure, un scientifique épris de montagne, qui en effectue la première mesure d'altitude et en juillet 1808 Marie Paradis, la première femme au sommet. C'est en chercheur d'or qu'il disparaît dans une crevasse en 1834 à 72 ans. De sa vie riche en aventures c'est bien sa passion pour la montagne qu'il faut retenir et qui est ici racontée. Une riche illustration recrée parfaitement l'ambiance de l'époque. Format 23,5 x 23,5 cm, 304 p. ▲



Walter Bonatti Mon frère de cœur

Reinhold Messner et Sandro Filippini, Éditions Guérin (10/2014)

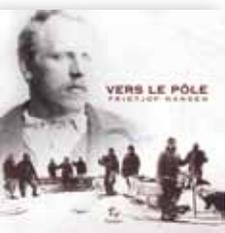
Walter Bonatti et Reinhold Messner, les deux grands alpinistes, ne se rencontrent qu'en 2004. Sans se connaître, leurs vies ont suivi des chemins étrangement semblables. Dans la réalisation des plus grandes ascensions, ils choisissent une approche traditionnelle de l'escalade, recherchant la solitude. Tous deux victimes d'infâmes accusations, pour Bonatti « l'affaire du K2 », pour Messner la mort de son frère au Nanga Parbat, ils ont connu une réhabilitation tardive. Ce livre dédié à Bonatti, disparu en 2011, met en parallèle les vies de ces deux grands de la montagne. L'auteur dévoile le caractère pur, entier et passionné de Walter Bonatti dans un récit vivant et dialogué. Grâce à sa connaissance intime de l'alpinisme, il valorise avec sincérité l'exceptionnel dans la vie de Bonatti. Format 17 x 24 cm, 288 p. ▲



Vers le Pôle

Fridtjof Nansen, Éditions Paulsen

L'expédition finement élaborée se déroule de 1893 à 1896 ; Nansen voulait utiliser le courant polaire pour s'approcher du Pôle et son bateau, le Fram, fut prévu pour l'inévitable capture par les glaces. C'est à ce moment qu'il laisse bateau et équipage pour tenter d'atteindre le Pôle avec son compagnon Johansen : échec à 86° 13' nord, un point jamais atteint alors. Ils reviendront avec leurs chiens puis leurs skis-kayak-traîneaux, totalisant 2 hivernages. Sur l'archipel François-Joseph, ils rencontrent l'expédition anglaise de Jackson et rentrent juste avant le Fram en Norvège. Le récit édité dès 1897 fut publié en français, version abrégée, par Charles Rabot. Voici le texte intégral de Nansen, avec 250 photos et ses dessins, de cette aventure légendaire. Format 23,5 x 23,5 cm, 384 p. ▲

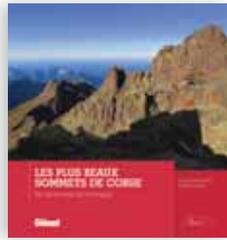


Les plus beaux sommets de Corse 50 randonnées en montagne

Fernando Ferreira et Martial Lacroix, Éditions Glénat (09/2014)

Au-delà du GR 20 et des parcours transversaux, il ne faut pas oublier que la Corse est une montagne sur la mer et que du cap Corse à Bonifacio, les massifs se succèdent. Beaucoup de sommets relèvent de la randonnée en montagne, du moins par leur voie normale. La cinquantaine retenue dans ce nouveau guide ne

pourra qu'enchanter le randonneur. Des faciles ascensions de l'Incudine ou de l'Uomo di Cagna aux prestigieuses et plus sérieuses cimes comme le Monte d'Oro ou le Monte Cinto, que de séjours sportifs et variés à prévoir ! Quelquefois, le randonneur devra sagement s'arrêter sous le sommet, ainsi au Capu Tafunatu, mais la satisfaction sera intacte. Format 19,5 x 20 cm, 168 p. ▲

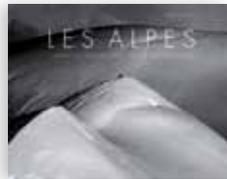


Les Alpes

L'image qu'on s'en fait, l'image qu'on en fait

Jiri Benovsky, Éditions Slatkine

Les Alpes françaises et suisses saisies à l'aurore ou au crépuscule, en toutes saisons, pentes neigeuses, parois rocheuses, nuages vaporeux, c'est un monde extraordinaire de lumières, d'ombres, de couleurs... que nous offre l'auteur, photographe et alpiniste. Dans ce monde minéral et féérique, l'homme est souvent présent, à skis ou sur une corde. Toutes ces silhouettes qui se profilent rappellent que cet univers fantastique est à la portée du montagnard. Tout au long de l'ouvrage les conseils du photographe abondent pour pérenniser ces expériences esthétiques fortes. Format 24,5 x 30,5 cm, 128 p. ▲



Marco Polo L'incroyable voyage

Louis-Marie et Elise Blanchard, Éditions Paulsen

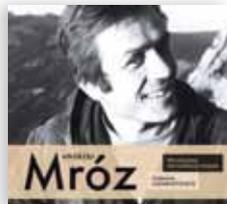
Marco Polo commerça entre Venise et Pékin de 1271 à 1295, c'est l'objet du livre « Le devisement du monde », qui inspira d'autres grands voyageurs... « L'incroyable voyage » n'est pas une nouvelle version de cet itinéraire : il le suit dans les conditions de l'époque, avec des éclairages d'autres voyageurs. L'intérêt est dans les ambiances décrites et les superbes illustrations montrant Gengis Khan, Kubilai qui « employa » Marco, leurs modes de vie, mais aussi les passages à gués des caravanes, leurs attaques, les catapultes mongoles, les caravansérails et les bazars sur la route de la soie, les ponts de bateaux sur le fleuve Jaune... L'anniversaire du Khan est une fête des plus importantes, les représentants des dieux vénérés dans l'Empire y sont invités : chrétien, musulman, juif ou bouddhiste... Bon voyage ! Format 23 x 23 cm, 400 p. ▲



Andrzej Mróz Merveilleuse histoire

Christophe Mróz et Ludwika Wlodek, autoédition

Un livre atypique : la quête d'un fils à la découverte de son père Andrzej, brillant alpiniste polonais disparu à 30 ans en juillet 1972, à la descente de l'aiguille noire de Peuterey, voie Ratti. Son fils Christophe avait un an ; il bâtit ici le récit d'une vie avec les yeux de parents, d'amis, d'un amoureux, d'un Polonais exilé parfois révolté, d'un passionné à l'appétit insatiable pour les nouvelles montagnes. Des témoignages et lettres surgissent les richesses intellectuelles de A. Mróz, ses excès, ses ascensions et premières sur lesquelles il était modeste. Ressort aussi l'ambiance polonaise des années 60-70 : la société soviétisée et la soif des sommets à travers la planète. Textes français/polonais, avec photos sépia bien en harmonie. Un livre que d'autres orphelins d'alpinistes aimeraient réaliser. Format 22 x 20,5 cm, 146 p. En vente à la Librairie des Alpes. ▲



randonnée

Responsable de l'activité : Alain Bourgeois,
Joignable par le KiFaiKoi (www.clubalpin-idf.com)

Nous ne donnons ici que quelques exemples de nos sorties de randonnées. Pour connaître le programme complet, consultez le site www.clubalpin-idf.com (Espace Membre, rubrique «Programme des Activités»).

Le secrétariat du Club (01.42.18.20.00) peut vous envoyer la liste complète des sorties.

Tarif des billets de train en zone banlieue Idf

Si vous possédez un abonnement Navigo (quel que soit les zones) il vous est possible de voyager dans les 5 zones de la région Ile-de-France sans nouveau billet le samedi et le dimanche. Sinon, renseignez-vous, un billet Mobilis pour la journée est parfois plus intéressant qu'un billet aller-retour.

Samedi 20 juin Nuit des Jeunes randonneurs à Fontainebleau

Venez voir tomber la nuit la plus courte sur la forêt de Fontainebleau et la Seine !

À 19h, tous les groupes se retrouvent pour pique-niquer après une marche plus ou moins longue. Vous pouvez ensuite poursuivre la soirée avec un autre organisateur ou avec le même, et regagner Paris par un des derniers trains. Lampe frontale recommandée !



• **APRÈS-MIDI ET SOIRÉE À FONTAINEBLEAU** // Alain Zürcher // Gare de Lyon 14h49 pour Moret - Veneux-les-Sablons 15h33. 1^{ère} partie sur sentiers bleus et forêt au sud de Fontainebleau, que nous traversons par le parc du château. 2^e partie où nous verrons tomber la nuit sur la Seine. Retour de Bois-le-Roi à Gare de Lyon 00h11. 16,8 + 15,7km. **SO.**

Jeudi 4 juin

• **LA ROTONDE DE CHARTRES** // Marylise Blanchet // Début M° Brochant, sortie rue Brochant côté pair 18h30. Enceintes de Paris, suite : le mur des Fermiers Généraux et les fortifications de Thiers. Balade d'environ 2h30. Pique-nique pour ceux qui le souhaitent au parc Monceau. Fin M° Monceau 21h. 6km env. **M.**

Samedi 6 juin

• **RANDO COSTO : ET HOP, UNE TRAVERSÉE NORD-SUD DE PARIS CE SOIR ?** // Céline Falissard // Début Paris, à la sortie de la station M° Porte de La Villette 16h. Sandwich au fond du sac, frontale dans la poche, hop on file droit, tout droit même pour une grande traversée nord sud de Paris. Top départ Parc de La Villette 16h... Après tout, 20 bornes ça s'avale en moins de 5h ! Défi timing : arriver au bout avant 21h !? Fin Paris, RER Cité Universitaire 21h. 20km. **SO.** Carte de Paris.

Dimanche 7 juin

• **NEANDERTAL ? À PORTÉE DE NAVIGO !** // Alfred Wohlgroth // Gare de Lyon 11h19 pour Nemours St-Pierre 12h25. Découverte de Nemours. Visite guidée (4 euros/pers.) de l'exposition temporaire sur l'homme de Neandertal au Musée de la Préhistoire. Retour à Gare de Lyon 19h41. 9km env. **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.

Gares de rendez-vous

L'heure indiquée dans le descriptif des sorties est celle du départ du train et non celle du RdV, fixé 30 minutes avant. La vérification de l'heure de départ doit s'effectuer auprès de la SNCF, seule en possession des horaires - éventuellement modifiés.

LYON. Devant la voie A, dans le hall 1.

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. Derrière le kiosque Accueil au niveau de la voie 15.

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

SAINT-LAZARE. Devant les quais, face aux voies 15 - 16.

TOUS LES RER. Sur le quai de départ en sous-sol.

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 13 euros pour les deux premiers jours + 2 euros par jour supplémentaire, jusqu'à un maximum de 35 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.

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). Pour une journée intitulée « accueil », l'adhésion temporaire n'est pas demandée.

• **GARE AUX LOUPS** // Joël Lelièvre // Gare Montparnasse Transilien 9h06 à vérifier pour Rambouillet 9h41. Le Trou au Loup, la Fosse aux Loups, la Butte aux Loups. Retour de Dourdan à Gare de Lyon RER D 18h41. 24km env. **M.** Cartes 25 2215OT, 2216ET.

Jeudi 11 juin

• **LA ROTONDE DE LA VILLETTE** // Marylise Blanchet // Début M° République, devant le n°2 rue Léon Jouhaux 18h30. Balade parisienne d'environ 2h30. Pique-nique pour ceux qui le souhaitent à la rotonde de la Villette. Fin M° Porte de La Villette 21h. 6km env. **M.**

Samedi 13 juin

• **TROIS DÉPARTEMENTS NORD !** // Mustapha Bendib // Gare du Nord Grandes Lignes 7h05 pour Crépy-en-Valois 7h42. Vaumoise + Coyolles + Mareuil-sur-Ourcq. Retour de Crouy-sur-Ourcq (changement à Trilport) à Gare de l'Est Transilien 19h09. 43 à 46km. **SP.**

Dimanche 14 juin



• **AD RANDO-DESSIN 57 DE PONTOISE À AUVERS** // Maxime Fulchiron // Gare du Nord Transilien 8h41 pour Pontoise 9h21 (RdV à l'arrivée). Sur les pas des impres-

activités des Clubs alpins d'Ile-de-France

Randonnées de week-end et plusieurs jours

Dates	Organisateurs	Niveaux	Code (*)	Destinations	Déb. valid.
6-7 juin	René Boulanger	M+ ▲▲	15-RC13	Carrières de Nemours	5 mai
6 au 8 juin	Alain Bourgeois, Marie Hélène Carré	M	15-RW65	Le Causse Corrèzien	24 fév.
13 au 15 juin	J-Charles Ricaud, J-Marc Lacroix, Michel Lohier, Martine Duquesne	M+ ▲▲	15-RW53	Cycle d'Initiation à l'Orientation, 3 ^e sortie (Ubaye)	29 janv.
13 au 21 juin	Isabelle Terrail	M+	15-RW61	Les gorges du Rhin : la vallée du Haut-Rhin moyen, patrimoine classé	5 mars
20-21 juin	René Boulanger	SP ▲▲	15-RW49	Tour de la vallée de la Thur (> 100 km non-stop)	24 fév.
20-21 juin	Bernadette Parmain	SO ▲▲	15-RW81	Les Balcons du Paradis	23 avr.
20 au 22 juin	Eliane Benaise	M	15-RW71	Marseille, ses calanques et ses îles	17 mars
27-28 juin	Jean-Philippe Desponges, Hélène Battut	M	15-RWA1	Randonnée Pédestre Aquatique (longe côte) et Stand Up Paddle à Saint-Malo	3 mars
27-28 juin	Martine Duquesne	SO ▲▲	15-RW79	Mont-Blanc et Lacs noirs	5 mai
29 juin au 4 juillet	Alfred Wohlgroth, Marylise Blanchet	M ▲	15-RW41	Sur les sites de la bataille de Metzeral (Hautes-Vosges, 1915)	25 mars
4-5 juillet	Alain Zürcher, Xavier Langlois	SO ▲▲	15-RW77	Belledonne, ses lacs, ses fleurs...	31 mars
10 au 18 juillet	Martine Cante, Maxime Fulchiron	M+ ▲▲	15-RW68	Le chemin des châteaux-forts rhénans (Allemagne)	27 mars
11 au 14 juillet	Luc Bonnard	M+ ▲	15-RW60	Grande traversée du Jura (Partie IV: les Crêtes)	7 avr.
11 au 14 juillet	Joël Lelièvre, Monique Noget	M+	15-RW86	Nord Cotentin - Cap de la Hague, Val de Saire	10 avr.
11 au 14 juillet	Pascal Baud	SO ▲▲	15-RC12	Lacs d'altitude en Andorre (randonnée-camping)	13 mars
11 au 14 juillet	Martine Duquesne	SO ▲▲	15-RW82	À travers les Bauges	7 avr.
11 au 14 juillet	René Boulanger	SP ▲▲▲▲	15-RC09	Dévoluy Express	20 janv.
11 au 16 juillet	Patrick Koon, Xavier Langlois	SO ▲▲	15-RW76	Tour du Mont Thabor	7 avr.
11 au 18 juillet	Jean Dunaux	SO ▲▲	15-RW57	Une boucle en Vanoise	3 mars
16 au 24 juillet	Gilles Montigny	M ▲	15-RW63	Les Vosges centrales	24 avr.
18 au 25 juillet	Marylise Blanchet	M ▲▲	15-RW58	Le massif des Écrins	15 avr.
19 juillet au 1 ^{er} août	Bernadette Parmain	SO ▲▲	15-RW54	Kaiserschmarren Blues : Massif des Hohe Tauern (Autriche)	17 mars
20 au 24 juillet	Alain Bourgeois	M	15-RW73	Voile et randonnée	27 mars
25 juillet au 1 ^{er} août	Jean-Marc Lacroix	SO ▲▲	15-RW62	Tour de la Grande Casse et plus	10 mars
1 ^{er} au 9 août	Jean-André Cotin	SO ▲▲▲	15-RW83	Du Chablais aux Aravis	23 avr.
2 au 8 août	Michel Lohier	M ▲▲	15-RW78	Détours dans le Mercantour	7 avr.
3 au 8 août	Alain Bourgeois	M ▲	15-RW74	En Ubaye	8 avr.
9 au 15 août	Martine Duquesne	M+ ▲▲	15-RW84	Entre Haute-Engadine et Alpes bergamasques, la Bernina	14 avr.
9 au 19 août	Jean-André Cotin	SO ▲▲	15-RW85	Traversée des Bauges	23 avr.
14 au 21 août	Maxime Fulchiron	M ▲	15-RW75	Sur les pas de Stevenson	24 mars
29 août au 5 sept.	Marie Hélène Carré	SO ▲▲	15-RW87	Un Tour en Haute Maurienne	14 avr.
12-13 septembre	Jean-Philippe Desponges, Hélène Battut	M	15-RW70	Au cœur de la Côte d'Opale épisode II	8 avr.
19-20 septembre	Bernadette Parmain	SO ▲▲	15-RW66	Ubaye	19 juin
19-20 septembre	Martine Duquesne	SO ▲▲	15-RW67	Ubaye aux 9 couleurs	30 juin

Suite du programme « week-end et plusieurs jours » p.20

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

• **Une sortie vous tente ?** Demandez la **fiche technique** au secrétariat (01.42.18.20.00) ou téléchargez-la sur le site du Club.
Dès que vous l'aurez lue, si la sortie vous plaît, **n'attendez pas la date de début de validation des inscriptions**, envoyez ou déposez votre demande d'inscription, accompagnée du règlement (à l'ordre du Caf Ile-de-France), au Caf Ile-de-France, 5 rue Campagne Première, 75014 Paris.
Vous pouvez également faire votre demande et payer en ligne.
Attention, venir au Club même à 16h, le jour du début des validations vous expose à trouver parfois une sortie déjà complète.
Les demandes reçues avant la date de début de validation seront traitées ensemble à cette date de validation, et s'il y en a plus que de places dans

la sortie, les règles de priorité définies par le Club seront appliquées.
Dans tous les cas, le sort de votre demande vous sera communiqué :

- par courriel le soir même,
 - par voie postale si vous n'avez pas Internet, mais dans ce cas vous pouvez aussi, dès le lendemain, appeler le Secrétariat.
- N'achetez pas de titres de transport, surtout non-remboursables, sans connaître le sort de votre demande.
Les demandes reçues après la date de début de validation seront traitées au fil de l'eau.
- **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 sera aussi retenu.
 - **Les « niveaux »** sont explicités sur le site Internet www.clubalpin-idf.com

activités des Clubs alpins d'Ile-de-France

(suite) Randonnées de week-end et plusieurs jours (*)

Dates	Organisateurs	Niveaux	Code (*)	Destinations	Déb. valid.
3-4 octobre	Jean-Philippe Desponges, Hélène Battut	M ▲	16-RW02	Au cœur de la presqu'île de Saint-Mandrier	5 mai
3-4 octobre	Pascal Baud	M+	16-RC01	Le Rendez-vous d'Automne en randonnée-camping	26 juin
15 au 18 octobre	François Degoul	M ▲▲	16-RW01	Calanques de Cassis	17 fév.
18 au 24 octobre	Martine Duquesne	M+ ▲▲	16-RW05	Zermatt automnale	23 juin
7-8 novembre	Jean-Philippe Desponges, Hélène Battut	M	16-RW03	Sentier d'azur de la Riviera	7 juil.
5-6 décembre	Jean-Philippe Desponges, Hélène Battut	M+ ▲▲	16-RW04	Y aura-t-il des dauphins dans les Calanques ?	1 sept.

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

(suite de la p.18)

sionnistes Daubigny, Pissarro et Van-Gogh, des hauteurs de Pontoise au fil de l'eau jusqu'au village d'Auvers, découvrons leurs tableaux. Pour ceux qui le souhaitent, assistons de 16h30 à 17h30 au parcours spectacle «Voyage au Temps des impressionnistes», tarif normal 14,25 euros, de groupe 12,85 euros pour plus de 15 personnes. Retour de Auvers-sur-Oise à Gare du Nord Transilien 18h51. 16km. **M**. Carte 2313OT.

Jeudi 18 juin

• **▲ LES PAVILLONS DE LEDOUX** // Marylise Blanchet // Début M° Denfert-Rochereau, av. du Général Leclerc côté pair 18h30. Balade parisienne d'environ 2h30. Pique-nique pour ceux qui le souhaitent au jardin du Luxembourg. Retour de à M° Vavin ou RER Luxembourg 21h. 6km env. **M**.

Dimanche 21 juin

• **▲ AN BIENVENUE EN ÎLE-DE-FRANCE (3E ÉTAPE)** // Jean-Claude Sylvain // Gare St-Lazare Transilien 9h23 pour Poissy 9h41. Tour de l'Ile-de-France à la découverte de son patrimoine architectural, historique et naturel. Retour de St-Nom-La-Bretèche à Gare St-Lazare Transilien 17h29. 20km. **M**. Carte 2214ET.

Jeudi 25 juin

• **▲ LES COLONNES DU TRÔNE** // Marylise Blanchet // Début M° Nation, av. du Trône côté pair 18h30. Balade parisienne de 2h30 environ. Pique-nique pour ceux qui le souhaitent place de la Nation ou dans un square proche. Retour à M° Nation 21h. 6km env. **M**.

Dimanche 28 juin

• **LES HAUTEURS DE ROLLEBOISE** // Gilles Montigny // Gare St-Lazare Transilien 8h20 pour Rosny-sur-Seine via Mantes-la-Jolie 9h05. Les Buissons, Méricourt, Rolleboise. Retour à Gare St-Lazare Transilien 17h40. 16,5km. **F**. Carte 2113OT.

Dimanche 5 juillet

• **LA BIÈVRE** // François Xavie Mayade // Gare Montparnasse Transilien 8h20 pour St-Quentin-en-Yvelines 8h57 (RdV à l'arrivée). La Bièvre. Retour à Gare Montparnasse Transilien 12h56. 14km. **SO**.

• **ENTRE DEUX BRANCHES !** // Mustapha Bendib // Gare d'Austerlitz RER C 7h46 pour St-Chéron 8h41. St-Évroult + Butte St-Martin + Le Coudray + Saudreville. Retour de Étampes à Gare d'Austerlitz RER C 18h59. 34 à 37km. **SP**.

Dimanche 19 juillet

• **LES FILLES DU FEU ?** // Claude Amagat // Paris Nord banlieue 8h13 pour Dammartin. Bois de Nerval, Loisy, Sylvie. Retour de Chantilly à Paris-Nord 19h23. 32km. **M**. Cartes 2412OT et 2413OT.

Dimanche 26 juillet

• **UN AXE CONVEXE EN VEXIN** // Claude Amagat // Gare St-Lazare Transilien 7h57 pour Osny . Grouchy, Bois-le-Roi. Possibilité de retour à la gare de Nord depuis Pontoise. Retour de Auvers (correspondance à Pontoise) à Gare St-Lazare Transilien 18h25. 26km. **M**. Carte 2313OT.

Dimanche 9 août

• **LE PIN BIPÈDE** // Claude Amagat // Gare Montparnasse Transilien 8h58 pour Montfort-l'Amaury - Méré . Bornes armoriées, Gambaiseuil, les quatre piliers. Retour de Orgerus - Behoust à Gare Montparnasse Transilien 19h02. 25km. **M**. Cartes 2215OT et 2114 Est.

Dimanche 23 août

• **LA BAIGNOIRE ROSE (DE LIMA ?)** // Claude Amagat // Gare de l'Est Transilien 8h51 pour Nanteuil - Saâcy . Charly, Nogent-l'Artaud, Chézy. Possibilité de retour à Nogent. Retour de Château-Thierry à Gare de l'Est Transilien vers 19h. 27km. **M**. Cartes 2513 Est, 2613 Ouest, 2613 Est.

Dimanche 13 septembre

• **▲ LAC BLEU ET PARC DU CHÂTEAU DE FRANCONVILLE** // Alfred Wohlgroth // Gare du Nord Transilien 10h34 (à vérifier) pour Presles-Courcelles 11h12. Carrefour Neuf, Lac Bleu, St-Martin-du-Tertre, promenade-conférence dans le parc du château de Franconville. Retour de Belloy-St-Martin à Gare du Nord Transilien 17h54. 9 km + promenade parc château. **F**. Carte 2313OT.

• **UNE CLASSIQUE RENTRÉE** // Gilles Montigny // Gare du Nord Grandes Lignes 9h07 pour Orry-la-Ville 9h25. Fontaine d'Orry, Thiers-sur-Thève, Pontarmé, Mongrésin, étangs de Comelle. Retour à Gare du Nord Grandes Lignes 17h23. 18km. **F**. Carte 2412OT. ▲

marche nordique

Responsables de l'activité : Xavier Langlois, Michel Diamantis
Contact via le «KIFaiKoi» du site internet du Caf IdF.

Informations et programme via la page dédiée :
www.clubalpin-idf.com/marche-nordique ▲

escalade

Rando-escalade

Responsable de l'activité : Michel Clerget : 06.09.62.90.38

Le détail de nos sorties est accessible depuis www.clubalpin-idf.com.

activités des Clubs alpins d'Ile-de-France

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 24170T est en vente au Club au prix de 8,65 euros.

Week-end

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

Samedi 6/06 // FORÊT DE FONTAINEBLEAU // Sortie en autonomie

Dimanche 7/06 // DIPLODOCUS // Sortie en autonomie

Samedi 13/06 // FORÊT DE FONTAINEBLEAU // Sortie en autonomie

Dimanche 14/06 // ROCHE AUX SABOTS // Sortie en autonomie

Samedi 20/06 // FORÊT DE FONTAINEBLEAU // Sortie en autonomie

Dimanche 21/06 // 95.2 // Sortie en autonomie

Samedi 27/06 // FORÊT DE FONTAINEBLEAU // Sortie en autonomie

Dimanche 28/06 // RESTANT DU LONG ROCHER // Sortie en autonomie

Mercredi

Des séances sans encadrement, l'occasion de grimper au calme, mais pas seul, chacun à son niveau. RdV informels sur les sites suivants :

3/06 // J.A. MARTIN

10/06 // BOIS ROND

17/06 // ROCHER DU GÉNÉRAL

24/06 // MONT D'OLIVET

1/07 // MONT D'USSY

8/07 // BUTHIERS

15/07 // LA PADOLE

22/07 // APREMONT BIZONS

29/07 // 91.1

5/08 // ROCHE AUX DAMES

12/08 // SÉGOGNOLE

19/08 // ROCHER DE MILLY

26/08 // ROCHE AUX SABOTS

2/09 // FRANCHARD CUISINIÈRE

9/09 // ROCHER FIN

16/09 // CUVIER

23/09 // CUL DE CHIEN

30/09 // BEAUVAIS TÉLÉGRAPHE

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

Falaise

Responsable de l'activité : Anne-Claire Cunin, cf. clubalpin-idf.com > KiFaiKoi. ▲

formations

Samedi 6 juin

• UNITÉ DE FORMATION COMMUNE AUX ACTIVITÉS (UFCA) // Alain Changenet // Participation aux frais : 20 euros // 15-FOR10

Mardi 14 au vendredi 17 juillet

• STAGE INITIATEUR ALPINISME TERRAIN D'AVEVENTURE, UV1 & UV2 // Jean Potié, François Blanc // 15-FOR13

Dimanche 19 au samedi 25 juillet

• STAGE INITIATEUR ALPINISME TERRAIN MONTAGNE, UV1 & UV2 // Bruno Moreil, Georges Saliere // 15-FOR14 ▲

trail (plaisir)

Responsable de l'activité : Véronique Malbos, cf. clubalpin-idf.com > KiFaiKoi.

Dimanche 7 juin

• LE CIRCUIT DE LA SURE : PREMIÈRE ÉDITION (COURSE) // Véronique Malbos // 15-TRA32

Samedi 13 juin

• VMA6, POURQUOI NE PAS ESSAYER ? // Stéphane Théry // 15-TRA25

Dimanche 21 juin

CAP VERS LES VOSGES POUR LE TRAIL DE LA VALLÉE DES LACS // Véronique Malbos // 15-TRA07

Samedi 4 au lundi 6 juillet

Car pour la Vallée d'Aoste - Destination Val d'Aias

• ANTIPASTI, PRIMI, SECONDI À VOLONTÉ (COURSE LONGUE AVEC DÉNIVELÉ) // Véronique Malbos // 15-TRA30

Samedi 11 juillet

• CRO TRAIL NOUVELLE CRO-MAGNON 2015 - MERCANTOUR (COURSE) // Véronique Malbos // 15-TRA27

Jeudi 20 au dimanche 23 août

• LE GRAND RAID DES PYRÉNÉES (COURSE) // Cécile Zandvliet // 15-TRA18 ▲

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 6-dimanche 7 juin - Car pour la Haute Maurienne

• VERS L'AUTONOMIE EN ALPINISME : LA TRAVERSÉE DE LA DENT PARRACHÉE // Florian Simon, Arnaud Gauffier // PD. À déterminer par les participants. Voir fiche technique // 15-ALP32

• POINTE LABBY PAR LE PASSAGE DU ROSOIRE // Gérald Cherioux, Bruno Moreil // PD+. Refuge. Voir fiche technique // 15-ALP49

• SORTIE PERFECTIONNEMENT NEIGE MIXTE AD/D - LEVANNA // Yann Le Bars, Jean Potié // AD Refuge du Carro. Voir fiche technique // 15-ALP51

• AUTONOMES // Sans organisateur // Voir fiche technique // 15-AUT036

• CYCLE D'INITIATION À L'ALPINISME, SORTIE 2 // Patrick Preux, Thierry Varneau, Georges Saliere, Jean-Luc Marmion, Roberto Amadio, Philippe Moreau // Initiation. 12 places. Refuge // 15-CIALP02

Samedi 13-dimanche 14 juin - Car pour Chamonix

• ÉPERON MIGOT // Mathieu Rapin, Bertrand Bachellerie // IV AD+. 2 places. Refuge // 15-ALP36

• PROGRESSION VERS L'AUTONOMIE EN NEIGE (PD) // François Blanc, Gérald Cherioux // Autonome en manœuvres d'alpinisme niveau AD. Refuge. Voir fiche technique // 15-ALP41

activités des Clubs alpins d'Ile-de-France

Samedi 13-dimanche 14 juin - Car pour Chamonix (suite)

- **ARÊTES DE ROCHEFORT EN A/R** // Georges Saliere, Renaud Lambert // AD. Refuge. Voir fiche technique // 15-ALP42
- **AIGUILLE D'ARGENTIÈRE: ARÊTE DE FLÈCHE ROUSSE** // Yoann Georges, Licia Havard // AD, III, 5a. Refuge d'Argentière. Voir fiche technique // 15-ALP59
- **AUTONOMES** // Sans organisateur // 5 places. Voir fiche technique // 15-AUT06

Samedi 13 au samedi 20 juin

- **ANETO-POSETS** // Laurent Métivier // F/PD courses principalement neigeuses. Gîtes/refuges. 350 euros // 15-ALP33

Mercredi 17 au dimanche 21 juin

- **STAGE « VERS L'AUTONOMIE EN ALPINISME »** // Mathieu Rapin, Nicolas Lochu // PD à AD. 4 places. Refuge. 530 euros // 15-ALP64

Samedi 20-dimanche 21 juin - Car pour le Grand Paradis

- **TRAVERSÉE PETIT PARADIS - GRAND PARADIS** // Mathieu Rapin // III AD+. Refuge // 15-ALP37
- **PETITE FACE NORD DU GRAND PARADIS** // Georges Saliere // AD. refuge. Voir fiche technique // 15-ALP50
- **AUTONOMES** // Sans organisateur // Voir fiche technique // 15-AUT07
- **CYCLE D'INITIATION À L'ALPINISME, SORTIE 3** // Arnaud Gauffier, Jean-François Deshayes, Aleksandra Pawlowska, Roberto Amadio, Xavier Goguelat-Harasse, Jean-Luc Jamaux // Initiation. Refuge. Voir fiche technique // 15-CIALP03

Samedi 27-dimanche 28 juin - Car pour Chamonix

- **AIGUILLE D'ARGENTIÈRE** // Bruno Moreil, Xavier Goguelat-Harasse // PD-PD+. Refuge. Voir fiche technique // 15-ALP34
- **AIGUILLE DE TRÉ LA TÊTE** // Bertrand Bachellerie, Jean Potié // AD mixte. Refuge. À définir // 15-ALP43
- **ARÊTES DE ROCHEFORT** // Yann Le Bars, Alan Gueguen // AD. Refuge Torino. Voir fiche technique // 15-ALP52
- **ARÊTE FORBES, CHARDONNET** // Arnaud Gauffier, Renaud Lambert // AD. Refuge Albert 1^{er}. Voir fiche technique // 15-ALP58
- **POINTE ISABELLE - PERFECTIONNEMENT NEIGE/MIXTE** // Licia Havard, Philippe Moreau // PD+. Refuge du Couvercle. Voir fiche technique // 15-ALP60

Samedi 4 au lundi 6 juillet

Car pour la Vallée d'Aoste - Destination Val d'Aias

- **POLLUX : TRAVERSÉE ARÊTE SW - ARÊTE SE** // Mathieu Rapin, Aleksandra Pawlowska // II PD+. Refuge. À définir // 15-ALP38
- **BREITHORN : TRAVERSÉE EST-OUEST** // Yoann Georges, Philippe Moreau // AD+, III, 4b. Bivouac Rossi et Volante. Voir fiche technique // 15-ALP61
- **SORTIE PROGRESSION NEIGE ET MIXTE - CASTOR ET POLLUX (VOIE NORMALE)** // Georges Saliere, Bertrand Bachellerie // PD/PD+. Refuge. Voir fiche technique // 15-ALP62
- **AUTONOMES** // Sans organisateur // 7 places. Voir fiche technique // 15-AUT09

Samedi 4 au dimanche 12 juillet

- **AUTOUR DU GROSSGLOCKNER - AUTRICHE** // Jean-François Deshayes, Bruno Moreil // F à AD. Auberges et refuges gardés. Voir fiche technique // 15-ALP63

Samedi 11 au mardi 14 juillet

- **LA DENT DU GÉANT** // Florian Simon, Renaud Lambert // AD/D. Refuge. Voir fiche technique // 15-ALP35

Samedi 15 au mercredi 19 août

- **LES BALCONS DE LA MER DE GLACE** // Jean-François Deshayes // Alpinisme Facile et randonnée alpine difficile. Refuges gardés. Voir fiche technique // 15-ALP53

Samedi 5-dimanche 6 septembre - Car pour Chamonix

- **DALLES ET FISSURES À L'ENVERS DES AIGUILLES** // Mathieu Rapin, Licia Havard // TD 6a. Refuge. À définir // 15-ALP39
- **ROCHER AUX AIGUILLES ROUGES** // Bertrand Bachellerie, Renaud Lambert // D/TD. Refuge. À définir // 15-ALP44
- **AUTONOMIE EN ALPINISME : VOIES AU PEIGNE** // Patrick Preux, Thierry Varneau // AD/D. Refuge du plan. Voir fiche technique // 15-ALP45
- **ROCHER DANS LES AIGUILLES ROUGES** // Rémi Mongabure // D. Camping. Voir fiche technique // 15-ALP46
- **PYRAMIDE DU TACUL : ARÊTE EST** // Georges Saliere, Jean-Luc Marmion // D refuge. Voir fiche technique // 15-ALP54
- **AUTONOMES** // Sans organisateur // Voir fiche technique // 15-AUT10

Samedi 19-dimanche 20 septembre - Car pour l'Ubaye

- **ESCALADE À L'AIGUILLE PIERRE ANDRÉ** // Yann Le Bars, Mathieu Rapin // TD, 6a. 4 places. Bivouac. À définir // 15-ALP47
- **GRANDE VOIE DANS LES CONTREFORTS DE PEOUVOU** // Georges Saliere, Renaud Lambert // D. Refuge. Voir fiche technique // 15-ALP55
- **AUTONOMES** // Sans organisateur // 5 places. Voir fiche technique // 15-AUT011

Samedi 3-dimanche 4 octobre - Car pour le Caroux

- **VERS L'AUTONOMIE EN ALPINISME : ARÊTE DES CHARBONNIERS ET (BEAUCOUP) PLUS SI AFFINITÉS !** // Florian Simon, Rémi Mongabure // AD. À définir par les participants. Voir fiche technique // 16-ALP01
- **TÊTE DE BRAQUE ET MINARET AU CAROUX** // Patrick Preux, Thierry Varneau // AD/D. Gîte. Voir fiche technique // 16-ALP03
- **TERRAIN D'AVENTURE AU SOLEIL** // Licia Havard, Mathieu Rapin // TD non équipé. Gîte. Voir fiche technique // 16-ALP05
- **TOURS CARRÉES ET PAROI D'ARLES** // Yoann Georges, Yann Le Bars // 6b max. à définir. Voir fiche technique // 16-ALP06
- **ROCHER EN CAROUX - GORGES D'HERIC** // Bertrand Bachellerie // D/D+. Gîte. À définir // 16-ALP07
- **AUTONOMES** // Sans organisateur // 5 places. Voir fiche technique // 16-AUT01

Samedi 17-dimanche 18 octobre - Car pour la Ste-Victoire

- **VERS L'AUTONOMIE EN ALPINISME : EN AVANT, MOUSSAILLONS !** // Florian Simon, Rémi Mongabure // AD. À définir. Voir fiche technique // 16-ALP02
- **GRAND PARCOURS** // Thierry Varneau, Patrick Preux // D. Gîte de Puylobier. Voir fiche technique // 16-ALP04
- **ROCHER TD À LA SAINTE VICTOIRE - FALAISE DE L'ERMITAGE** // Bertrand Bachellerie, Licia Havard // TD. Gîte. À définir // 16-ALP08
- **VOIES MIXTE ARTIF/LIBRE AU MOUNT VENTÛRI** // Yoann Georges, Renaud Lambert // 6b max. À définir. Voir fiche technique // 16-ALP09
- **AUTONOMES** // Sans organisateur // Voir fiche technique // 16-AUT02 ▲

jeunes

Responsable : François Henrion

Rép./fax 01.48.65.84.43 ou 04.92.45.82.95 / frhenrion@wanadoo.fr

Des séjours sont organisés. Pour tous renseignements, vous pouvez contacter le secrétariat du club ou envoyer un mail à François Henrion. ▲

spéléologie

Spéléo-Club de Paris (SCP)

Groupe spéléologique du Caf d'Ile-de-France

Président : Daniel Teyssier, spelaion@free.fr, tél. : 06.74.45.08.11

Programme publié mensuellement dans la feuille de liaison, La Lettre du Spéléo-Club de Paris, et repris sur le site : <http://speleoclubdeparis.fr> ▲

Publication

Écosystèmes montagnards

Le comité français de l'UICN (Union internationale pour la conservation de la nature) vient de publier en version papier la brochure relative aux « *écosystèmes montagnards (vol 2.4 du panorama des services écologiques fournis par les milieux naturels en France)* ». Elle est disponible au siège du comité et est aussi téléchargeable sur : uicn.fr/IMG/pdf/Panorama-ecosystemes_montagnards-m5.pdf

Cette approche récente développée en France depuis 2005, part de la constatation que la nature rend des services que l'homme utilise directement ou indirectement pour assurer son bien-être. Ces services sont classifiés en 4 catégories : « *services de support* » (fonctions de base rendues par les écosystèmes : cycles naturels, photosynthèse, cycle de l'eau, etc.), « *services de régulation* » (régulation du climat, de la qualité de l'air et de l'eau), « *d'approvisionnement* » (eau douce, air, nourriture, ressources génétiques) et « *services culturels et récréatifs* ». La dégradation des écosystèmes du fait des actions humaines compromet la fourniture de ces services et provoque une perte de bien-être à prendre en compte, on peut ainsi évaluer l'avantage que nous tirerions à restaurer ou ne pas dégrader ces écosystèmes.

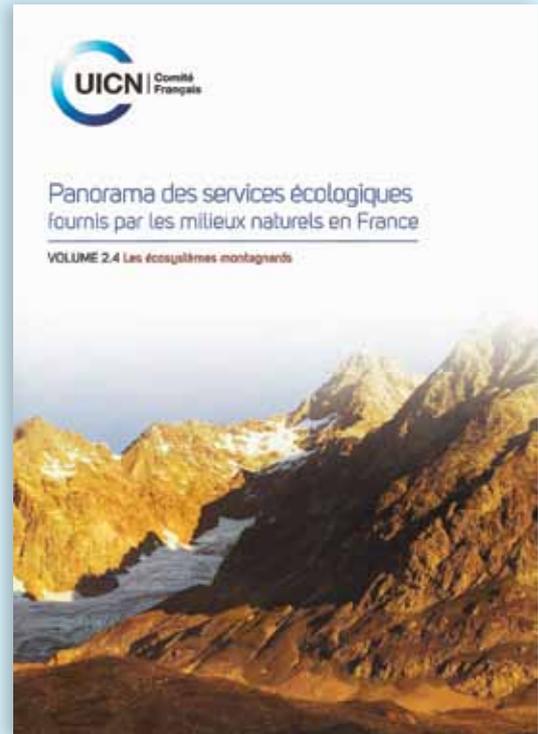
La prise en compte des services rendus par la nature permet de mieux évaluer l'impact des dysfonctionnements ou de la disparition des écosystèmes, notamment l'aggravation des phénomènes naturels qui peuvent être très coûteux, voire mortels. Pour résoudre ces problèmes, des « solutions par la nature » peuvent avantageusement remplacer des aménagements lourds souvent beaucoup plus coûteux pour remédier aux conséquences de catastrophes naturelles (par exemple restaurer des zones humides est une mesure efficace souvent moins coûteuse que de gros travaux de digues en béton contre les inondations).

Ces services sont détaillés dans la brochure : le cycle de l'eau prend en montagne une très grande importance du fait de l'abondance de l'eau présente sous toutes ses formes (glaces, torrents, eau souterraines). L'offre d'habitats pour la faune et la flore y permet une très forte biodiversité mais le milieu montagnard est particulièrement vulné-

rable du fait des activités humaines et les dérèglements climatiques y ont un impact plus élevé qu'aux altitudes plus faibles (notamment le réchauffement y est double). Le bois et les produits non ligneux (agriculture, élevage) représentent des sources importantes d'approvisionnement et les ressources génétiques et pharmaceutiques y sont fondamentales. Les écosystèmes montagnards participent à la régulation de l'érosion et à celle des eaux de ruissellement, à la régulation du climat, de la qualité de l'air et de l'eau. La montagne fournit aussi un cadre apprécié pour les loisirs et le tourisme, des conflits pouvant apparaître entre les différents usages de la montagne à des fins de loisir car le recours accru à certains services peut en dégrader d'autres. Le milieu montagnard rend aussi des services culturels, éducatifs et scientifiques, esthétiques et spirituels qu'il est important de préserver pour « conserver pour les générations futures des sites capables de cristalliser les rêves et les émerveillements des hommes », le paysage en est un élément important.

Cette meilleure connaissance et compréhension de ce que nous apportent les écosystèmes de montagne nous permet de mieux défendre la nécessité de les protéger en apportant des arguments scientifiques liés à la fonction de ces écosystèmes et à la perte de bien-être individuel et collectif que causerait leur dégradation.

▲ **Hélène Denis**



Bulletin d'abonnement

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

Abonnez vos amis !

5 numéros par an = 17 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 Boissonnade 75014 Paris

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 06.73.48.49.94 ou Patrice 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 bsech@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).