

Édito

Ski de randonnée : objectif « zéro annulation de car »

Les années se suivent et ne se ressemblent pas : après deux Noël sans neige, celle-ci est tombée en abondance dès ce mois de novembre et il n'y aura pas lieu d'annuler nos cars de début de saison pour manque de neige! C'est d'ailleurs l'objectif de cette nouvelle saison, ne pas annuler, sauf en cas de risque nivologique élevé sur tous les massifs, sans possibilité de détournement. C'est que nos transporteurs font la grimace après une saison à 7 annulations sur 20 cars programmés, soit 35 %! Au point qu'ils ont durci leurs conditions d'annulation (frais de 50 % à moins d'une semaine), quand ils n'ont pas tout simplement refusé leurs services, nous préférant des clients plus sûrs, comme les comités d'entreprise, qui n'annulent jamais...

Une négociation serrée a été nécessaire pour obtenir un assouplissement de leur position, mais nous avons senti le vent du boulet, et nous n'avons plus guère le droit à l'erreur. C'est dire qu'en cas de météo peu favorable, il faudra tout mettre en œuvre pour changer de destination, et s'adapter sur place aux conditions, en révisant les objectifs à la baisse : il y va de la pérennité de notre activité.

À ces difficultés, s'ajoute la suppression de la plupart des trains de nuit : ne restent plus que le Paris-Briançon, le Paris-Toulouse et le Thello Paris-Venise, ce qui ne facilite pas l'organisation de sorties en train.

Tant bien que mal, les 70 encadrants et coencadrants de l'activité ski de randonnée nous offrent malgré tout un programme de près de 150 sorties, avec 23 cars-couchettes. Les nouveautés de la saison sont :

- un tarif réduit de 30 % pour les jeunes de moins de 26 ans, sur le transport en car-couchettes.
- un car de trois jours dédié à l'initiation (14-16 janvier), avec départ et retour devant le magasin la Haute Route, pour faciliter la location de matériel,
- un car dédié à la formation (21-22 janvier), avec le cycle d'initiation et les stages nivologie et orientation.

À côté de ces innovations, nous retrouverons comme chaque saison une très grande variété de courses de tous niveaux et de destinations, en majorité dans les Alpes françaises, mais aussi dans les Pyrénées, en Suisse, en Italie et jusqu'en Autriche. Excellente saison de ski à tous. A François

Andes de Patagonie 2015 Samedi 21 janvier 2017 à 14h45 Entrée libre ASIEM Grand amphithéâtre 6 rue Albert de Lapparent 75007 Paris Mitro Segur du Sevres Lecourbe Contact: 05 73 02 74 39 LA Lique Au profit de la Lique contre le cance Totalité de Jour pour un ajour le contre le cance Totalité de Jour pour un ajour le cance pour de mant contre le cance

Explorations dans l'oxygène rare

Films et récits par Henry Bizot

Andes boliviennes 2013

Faire-part

Geneviève Fontaine

Décédée à l'âge de 67 ans. Nous adressons à Bernard son époux et fidèle encadrant de randonnée pédestre nos bien sincères condoléances.

Nouveau Guide

Simon Ramello

Petit-fils de Madeleine et Alfred Wohlgroth, a obtenu le Diplôme d'État de Guide de Haute Montagne à l'École nationale de ski et d'alpinisme (Ensa) de Chamonix le 2 septembre 2016. Il fait partie de la Compagnie des Guides de Saint-Gervais (Haute-Savoie).

Naissance

César Rapin

Né le 10 juillet 2016 chez Mathieu Rapin et Bénédicte Mouren. ▲

Chers lecteurs et potentiels rédacteurs

Vous souhaitez publier une information, un texte ? N'hésitez pas à nous contacter. Rappel des dates limites d'envoi :

- 7 février pour le n°239 (avril-juin)
- 9 mai pour le n°240 (juillet-septembre)
- 11 juillet pour le n°241 (octobre-décembre)

Contact: mylene@clubalpin-idf.com

Pour tout renseignement concernant Paris Chamonix: 06.86.75.50.94.

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 exceptionnelles : du vendredi 23 décembre au lundi 2 janvier inclus.

Le Club alpin français d'Ile-de-France (Caf IdF) est affilié à la Fédération française des Clubs alpins et de montagne (FFCAM). Garantie financière : fonds mutuel de solidarité de l'Unat. Assurance responsabilité civile souscrite auprès de la compagnie Commercial Union Assurances.

Retrouvez le site du Caf Ile-de-France depuis votre mobile en flashant ce code.



Sommaire du numéro 238

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 rédactionmaquettiste: Hervé Brezot. Comité de rédaction : 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 4 numéros (1 an) Membres du Caf IdF: 16 euros

Non membres: 19 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 : janvier 2017 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



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

Piémont italien (photo: François Renard).

Val Varaita, montée vers le Passo Salsa,

// L'écho de Bleau oh! oh! page 6

// Randonnée pédestre : ROBE DE BURE ET COTTE DE MAILLES page 9

page 10 // Raquette: EN YOURTE SUR LE PLATEAU DE BEILLE

page 12 // Ski de randonnée : PIÉMONT ITALIEN, DE CUNEO À SAINT-VÉRAN

page 16 // Chronique des livres et du multimédia

page 17 // Activités des Clubs alpins d'Ile-de-France

En une : Montée vers la Piastra, Piémont italien

(photo: François Renard).

Attention ! Renouvellement de votre adhésion!

Vous devez avoir renouvelé votre adhésion avant le 31 octobre.

L'adhésion va du 1er octobre au 30 septembre de l'année suivante. Aucune inscription à une sortie ne pourra être prise en considération avant ce renouvellement.

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 :

Mutuaide assistance (n° de contrat : 3462) :

• en France: 01.55.98.57.98 / • à l'étranger: 33.1.55.98.57.98

Bulletin d'abonnement

Paris-Chamonix

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

Abonnez vos amis!

4 numéros par an = 16 euros/an (adhérents) ou 19 euros/an (non-adhérents)

Prénom souscrit un abonnement d'un an à Paris-Chamonix

par chèque ci-joint au profit de :

Prénom Adresse

CP Ville À retourner à : Club Alpin Français - IdF

12 rue Boissonade 75014 Paris

L'Écho des sentiers et de l'environnement

par Annick Mouraret

« Nous puisons dans un stock fini et nous effacons progressivement le disque dur de la nature. » Nicolas Hulot (Marianne n°604-11/2008)

Tour de l'Ile-de-France – GR 1

La première édition régionale lle-de-France datait de 2006 ; la voici revisitée, en couleurs cette fois, avec cartes IGN 1/25 000 et quelques photos. C'est le GR des franciliens, le Tour de l'Ile-de-France sur plus de 600 km, le plus souvent en forêt. Il est adapté pour randonner à la journée, ou la demi-journée et de gare à gare, étant bien desservi en transports en commun.



On trouve d'abord en début du guide, en tableaux, les informations pratiques avec les kilomètres et les ressources pour le GR1 puis 1A, 1B, 1C, 1D qui permettent les liaisons avec le GR 11, et le 1E en liaison avec Fontainebleau. Ils sont très utiles pour élaborer

les itinéraires. Ensuite les descriptifs se déroulent dans chacun des sept départements franciliens. A Voir p. 5.

La Grande Traversée du Mercantour - GTM

Le département des Alpes Maritimes réalise des guides « Randoxygène » pour faire vivre ses chemins. Le dernier est paru en juin 2016 avec l'inauguration de la GTM, Grande Traversée du Mercantour. Ce n'est pas un itinéraire nouveau, la trame étant les GR 5, 52, 52A, mais il devrait devenir aussi mythique que le Tour du Mont Blanc,



le GR 10 dans les Pyrénées ou le GR 20 en Corse. Les randonneurs connaissent l'envergure des sentiers du Mercantour ; au départ d'Estenc, la GTM relie la haute-montagne à la mer depuis le Haut-Var par les vallées de la Tinée, la Vésubie, la Roya et la Bevera. C'est

accidenté avec plus de 10 000 m de dénivelé positif et 13 000 m en descente. On côtoie les sommets de l'Argentera-Mercantour, France-Italie, dans un espace naturel préservé et deux Parcs.

La GTM est décrite en 16 étapes sur 212 km, avec photos, cartes, schémas des dénivelés, informations pratiques : offices du tourisme, hébergements, transports... bus de jonctions. ▲ On peut consulter le guide pratique : voir p. 5.

Fontainebleau

FRÉQUENTATION

Voici quelques résultats de l'Observatoire lancé en avril 2014 par l'ONF:

Combien?

11 à 12 millions visites (78 % en voiture, 14 % en autocar). On disait 17 millions en 1996, selon enquête téléphonique.

D'où viennent-ils?

- 86 % des visiteurs sont français (dont 65 % de locaux) ;
- 14 % des visiteurs sont étrangers : 23 % Pays-Bas, 21 % Royaume Uni, 20 % Belgique, 17 % Allemagne, 19 % autres.

Que font-ils?

- 38 % se baladent,
- 34 % randonnent,
- 28 % grimpent,
- 19 % se reposent et jouent,
- 4 % font du vélo,
- 3 % promènent leur chien.

Qu'est-ce qui les dérange?

Les déchets 14 %,



la prostitution 11 % (les visites nocturnes sont estimées à 240 000), le bruit 11 %, les sports motorisés 8 %, les cyclistes 7 %, les chasseurs 6 %.

LES STRATÉGIES

Il est nécessaire de sensibiliser le public aux risques en forêt : en dehors du téléphone, des chaussures et de l'eau, les visiteurs ne prévoient rien.

Revoir les informations dans la forêt, en anglais notamment, repenser le dimensionnement des parkings, créer une offre VTT en dehors des sentiers de randonnée pédestre. Les déchets : voir ci-après.

LES DÉCHETS EN FORÊT

Les dépenses ont encore augmenté en 2015, atteignant 200 000 euros dont 50 000 pour le seul traitement.

357 tonnes de déchets collectés en 2015 (200 t. en 2014), soit :

- 30 % de déchets diffus au bord des routes et aires d'accueil,
- 70 % de dépôts sauvages : encombrants, déchets verts, gravats... 6 t. de pneus, 1,5 t. de déchets amiantés...

L'ONE se mobilise pour sanctionner



les pollueurs et n'est plus en mesure de ramasser les déchets :

- installation d'un dispositif de contrôle photographique à certains endroits et sanctions financières ;
- limitation systématique des poubelles ;
- fermeture nocturne des sites les plus sales, notamment les parkings de Franchard et de l'Épine nord ;
- recherche de partenariats pour la gestion des déchets ;
- opérations « Forêt propre » en juin.

ONF, les actualités de la forêt sur le site : www.onf.fr/enforet/fontainebleau

CARNET NOIR AFF

L'ONF a cessé de collecter les déchets en juin 2016, sans réac-

Decharge sauvage à Fontainebleau (photo : ONF)

l'écho des sentiers et de l'environnement

tions communales. Les AFF ont réalisé en octobre un cahier noir pour faire prendre conscience du problème et trouver une solution efficace et réaliste. Le massif s'étend sur plusieurs communes, dont Fontainebleau ; paradoxalement elles ne se sentent pas responsables de la propreté de la forêt, à quelques exceptions près, pour ses lisières ou les bas-côtés des routes. Paradoxalement aussi, l'ONF est facturé par les déchetteries pour le dépôt des ordures collectées (sauf pour « Forêt propre »), comme s'il en était responsable et reçoit une contribution financière en baisse régulière du département de la Seine-et-Marne. Cette situation est inacceptable dans une Forêt de protection au label Forêt d'exception. C'est incompatible aussi avec le souhait des collectivités locales de postuler à l'inscription sur la liste du Patrimoine mondial établie par l'Unesco.

Les communes doivent s'engager... les retombées économiques apportées par les visiteurs sont évaluées à 11 millions d'euros. La forêt ne pourra retrouver une situation de propreté satisfaisante qu'avec une prise en charge des coûts justement répartie. Une convention pourrait lier, dans le cadre de Fontainebleau-Forêt d'exception, tous les acteurs : conseil départemental, communes, Smitom, ONF, associations. À suivre...

Périodes de chasse

Chaque année on recense environ 150 accidents de chasse. Plus de 600 associations ont lancé en vain un appel pour un dimanche sans chasse. Elle est ouverte en lle-de-France du 18/9/2016 au 28/2/2017. Pour randonner, il est prudent de s'informer sur les zones de battue.

Notre planète vit à crédit

L'heure du bilan a sonné le 8 août : depuis, notre planète vit à crédit (*). En 2000 nous avions consommé les ressources de la planète le 1er novembre, en 2005 c'était le 20 octobre, en 2011 le 25 septembre, en 2012 le 22 août. Le 8 août est le 221e jour de l'année : les 40 % restants sont empruntés à nos enfants. L'empreinte écologique est l'indicateur pour évaluer l'impact d'individus sur l'environnement. Pour vivre nous consommons des ressources (eau, air, énergie, aliments, matières premières, espace..). Tant que nous ne prélevons pas davantage que ce que le globe peut donner, le système peut durer, mais ce n'est plus le cas. De plus, actuellement, la somme des empreintes écologiques de 7 milliards 300 millions d'humains pose un problème : la répartition des surfaces entre les individus est scandaleusement inégalitaire: l'Américain atteint 20 ha, l'Européen 10 ha, l'Africain 0,2 ! Chacun ne devrait pas occuper plus de 1,8 ha. Si tous consommaient comme les Européens, il faudrait 3 planètes pour satisfaire nos besoins et 6 en vivant comme les Américains, selon l'ONG Global Footprint Network.

Vers la 6° extinction : avec une écologie qui s'effondre, notre population passera de 9 à 10 milliards en 2050. Nous nous préparons une terre invivable et sommes bien partis pour la 6° extinction au cours de laquelle nous jouerons le double rôle de l'assassin et de la victime.

(*) Ceci est le résumé d'un éditorial d'Yves Paccalet publié le 9/8/2016 sur le site Le + de l'Obs.

Guides et Topos

Nouveautés



GTM : La Grande Traversée du Mercantour

Guide Randoxygène, Alpes Maritimes, 1^{ère} éd. 6/2016

212 km en 16 étapes, avec des balises GR et des panneaux directionnels numérotés. Voir p. 4. Rappelons les guides Randoxygène: Guide pratique, Rando Pédestre Haut-Pays, Moyen Pays, Pays Côtier, VTT, Clues et canyons, Via Ferrata, Raquette à neige, Équitation, Trail Vésubie-Valdeblore, consultables sur: randoxygene.departement06.fr Gratuits auprès des mairies, OT, du Parc du Mercantour et du Département des Alpes Maritimes, BP n° 3007, 06201 Nice Cedex. Tél: 04 97 18 60 00.



A RAQUETTES

Le Vercors à raquettes François Ribard, Éd. Glénat, 11/2015

Les plus belles balades et randonnées : 34 itinéraires de 1h30 à 6h réparties dans le massif. 96 p. ▲



Savoie, raquettes

Ludmilla Ridoin, Jean-Marc Lamory, Éd. Glénat, 11/2015

Les plus belles balades et randonnées, tome1 : 82 itinéraires en Val d'Arly, Beaufortain, Tarentaise, Vanoise, Trois Vallées. 144 p.



Agenda

• 17/01. Journée nationale de la raquette à neige.

02/02. Journée mondiale des zones humides.

Activités durant tout le mois de février.

Activités durant tout le mois de février. www.zones-humides.eaufrance.fr

01-27/02. Mille et une orchidées d'Asie, exposition dans la grande serre tropicale du Jardin des plantes. 10-17h, sauf le mardi.
 16-19/03. Salon Destinations nature. Parc des expositions,

Porte de Versailles. www.randonnee-nature.com

• 16-19/03. Écotrail de Paris, 10 éd. : 80, 50, 30, 30 et 18 km. www.traildeparis.com

 21/03. Journée internationale des forêts. Activités : www.journee-internationale-des-forets.fr

Tour de l'Ile-de-France, GR 1

FFRandonnée Ile-de-France, 2e éd. 8/2016

Le guide incontournable, été-hiver, pour randonner à proximité et sans voiture. 102 p. Voir p. 4. En vente auprès de idf.ffrandonnée.fr Tél. 01 48 01 81 51 ou à la librairie Eyrolles 55 bd St-Germain (5°).

Tours et traversées du Vercors,

du Diois et des Baronnies

FFR, réf. 904, 6° éd. 8/2016

GR 9, 91, 93, 95, 429 et 6 GRP : le Tour des Baronnies n'est plus décrit mais apparaît un Tour du Vercors Drôme, en 8 centré sur La Chapelle-en-Vercors. ▲

par Oleg Sokolsky

Antiques échos

Échos... oui, mais bien lointains et de peu de volume sonore, car il se passe un bon moment entre la rédaction (ponte difficile) de mon papier et la parution de notre *Paris-Cham* favori (deux mois). Donc je ne peux rivaliser avec la vitesse des transmissions Internet des sites de grimpe très réactifs, c'est le moins que l'on puisse dire, certains donnant une réponse avant même l'affichage de l'information sur un autre. Que reste-t-il comme hameçon au pauvre échotier de bout de ligne ? Pas grand-chose! Les seules nouvelles de circuits que je puisse vous transmettre étant du réchauffé pour vous qui suivez attentivement le site du Cosiroc et celui de la *Tribune Libre de Fontainebleau* (y'en a d'autres, mais ceux là je les consulte... parfois, mais pas par foi!).

Juste un petit quarantième anniversaire qui n'a pas été relevé sur le net : celui de la réunion d'information organisée par le Cosiroc en avril 1976 (soyons antiques !) avec les circuits bleausards comme sujet. En feuilletant la plaquette qui regroupe les différents exposés, on trouve :

- Le nombre de circuits, dont la rapidité de la croissance (10 par an) inquiétait beaucoup. Total : 170 dont 130 pour la zone contrô-lée par l'ONF Fontainebleau. Actuellement, 170 circuits (environ, suivant l'heure de la marée) dans le périmètre domanial. Une progression de 40 unités en 40 ans ; 1 par an, supportable non ? Surtout que beaucoup d'existants ont bien gagné en qualité lors de leurs réfections successives.
- Un beau début de phrase « la plupart des massifs d'escalade sont aujourd'hui suffisamment équipés ». Certains le pensaient vraiment. Mais d'autres regardaient déjà des chaos bien vides (de flèches) comme les Rochers de la Reine ou de Corne-Biche. Une relecture intéressante dont je vous reparlerai.

D'entretien et de sécateurs

Dans notre réunion d'information Cosiroc d'avril 1976 (lire ci-dessus), la notion d'entretien est présente mais, sauf quelques remarques peu accentuées sur l'érosion due au grimpeur, seulement au sujet de la peinture et du fléchage des circuits (le mode de pratique plébiscité à cette époque). Nous n'imaginions pas vraiment les problèmes dus à la poussée de la végétation sur et autour des blocs de coins fréquentés.

Pour prendre un exemple constaté ce mois d'août à la Troche : la croissance des ronces y interdisait la sortie d'une dizaine de voies « du fond ». Quelques coups de sécateurs et c'était arrangé. Vous me répondrez « faut avoir un sécateur » ! Mais pourquoi pas ? Et pourquoi pas aussi une brosse nylon pour les lichens et

la sardine de tente pour dégager le fond des prises ou des fissures. Ce sont des compléments utiles à votre crash-pad, au même titre que l'accessoire obligatoire, le tapis (et le pof si affinité).

Toujours au sujet des circuits et de

leur entretien, si vous avez des velléités pour entretenir un circuit, n'hésitez pas à le signaler dans le chapitre « entretien 2016/2017 » du site cosiroc.fr. ; l'info peut être utile pour d'autres candidats. Ce chapitre pourra aussi vous permettre de découvrir ce qui a été entretenu cette année (et vous permettra de suivre les aventures exaltantes de la Feuillardière).



Un peu de Darvault

(les blocs, mais le village mérite aussi une longue exploration de son site sur le net)

Nouveau massif, qui date du stampien (25 Ma; respectable!) découvert, et surtout dégagé, brossé et « circuité » par Stéphane Hamon qui y a finalisé 3 parcours sur la trentaine de blocs du « Coteau du Réservoir », juste au dessus du village. Le site est très agréable par beau temps sec mais sûrement beaucoup moins, du point de vue du grimpeur, par météo humide et/ou condensante. Bien entendu, le caillou étant « tout neuf » des précautions s'imposent, certaines prises pouvant être fragiles, toutes les zones d'adhérence n'ayant pas été traitées au durcisseur et l'escalade étant parfois un peu expo.

Stéphane y a tracé trois circuits : un jaune, un orange et un bleu, dont les départs sont concentrés sur deux blocs très proches l'un de l'autre. Comme il s'agit d'un premier jus, sympa et intéressant, si les passages ne vont pas changer physiquement, leur enchaînement est susceptible d'évoluer mais pas dans un futur proche, la zone ayant été validée par la mairie (bravo Stéphane!) et les plans des circuits devant être affichés dans leur état actuel. Je précise à cette occasion que, ni *Paris-Cham* ni moi, ne sommes responsables des noms de voies donnés dans les fiches-circuit. À titre personnel (Oleg), je pense que, sauf usage traditionnel

bien établi (50 d'âge minimum), ou kolossale finesse à essayer de comprendre, il vaut mieux pas de nom du tout que n'importe quoi (le n° suffit très largement et l'article qui précède le patronyme est généralement en trop). Exemple : le n°11 (cf. photo cicontre). Très belle escalade, mais pas tout à fait « voie des dalles »

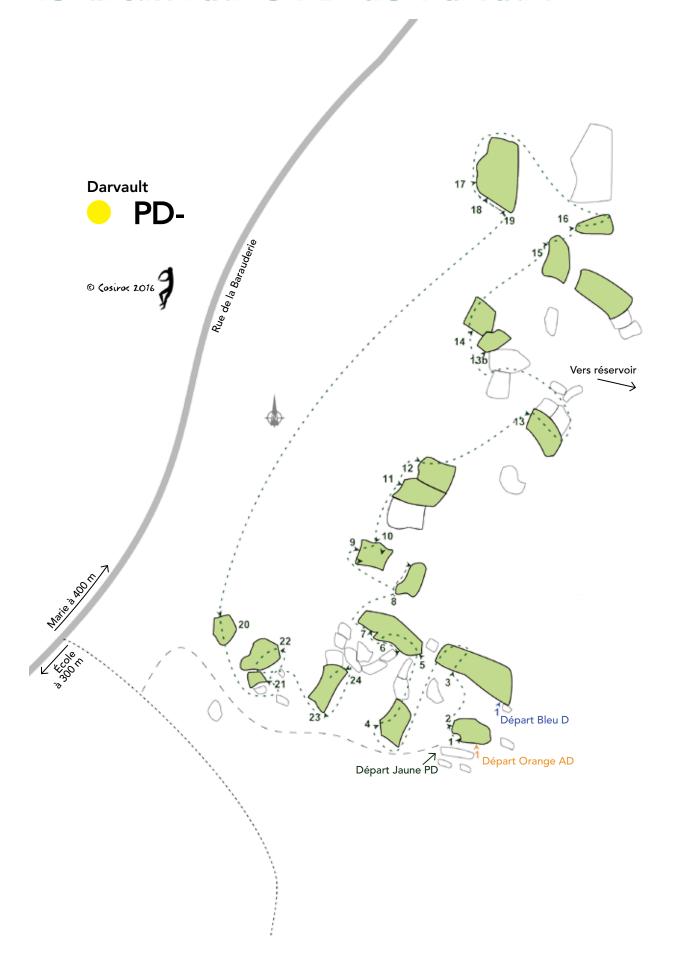


(rebaptisée Hoy's dream par OS, les Écossais comprendront) De même, d'ailleurs, pour l'affinage « pinailleur » des cotations. Entre 2 et 3 placer un 2b et un 3a, c'est parfaitement envisageable mais que devient alors le passage à la césure médiane entre 2 et 3 ? 2b/3a ? Est-ce 2b++ ou 3a-- ?

Bonnes découvertes darvaultiennes.

(suite p.8)

Le Circuit Jaune PD de Darvault



l'écho de Bleau oh ! oh !

Le Jaune PD et l'Orange AD de Darvault

Ce sont des ensembles assez courts qui offrent des passages variés parfois un peu exposés, souvent sur des trous plus ou moins visibles.

L'enchaînement des passages numérotés évoluera sûrement un peu dans les prochaines années, les propositions de peaufinage de l'itinéraire ne manquant pas.

Par exemple, pour le jaune, sur les blocs des n°13bis et 14 un enchaînement de voies permettrait une longue escalade ou (proposition Oleg) pour ceux qui hésiteraient à la sortie du n°22 : commencer juste à gauche du 22 bis, descendre en diagonale, couper le n°22 et, tout en restant sur le rocher, traverser en coupant à ras du sol les n°9 bleu et 11 orange pour remonter au sommet du bloc juste à droite de ce dernier.

Le circuit Orange AD se déroulant quasi intégralement sur les mêmes blocs que le jaune, nous vous laissons découvrir l'emplacement des passages numérotés.

NB: Tapis plus que conseillé.

Accès routier

Depuis Nemours, suivre la direction de Montereau (D403). Après être entré dans Darvault, aux premiers feux, tourner à droite dans la rue du Petit Châtelet (quelques rares places de parking possibles dans cette rue) et poursuivre jusqu'à son extrémité dans la rue de la Barauderie. La suivre alors, soit vers la droite jusqu'au parking devant l'école (150 m nombreuses places), soit à gauche jusqu'au très vaste parking de la mairie (600 m).

Section pédestre

De l'école revenir au carrefour et continuer à suivre la rue de la Barauderie sur 150 m environ. Prendre alors sur 50 m vers le sud le chemin qui débute juste en face du n°34 de la rue précitée. Tourner à gauche à l'angle de la clôture et suivre une petite sente qui amène très rapidement au(x) départ(s).

NB: Ne surtout pas stationner des deux côtés de la rue à proximité du n°34.

Cotations circuit Jaune

 $[n^{\circ} > cote > nom]$

1 2 3 4 5 6 7 8 8b 9 10 11 12	2a 2a 2c 2b 1c 2a 2a 2a 2a 2a 2c 2a 2c 2a 2c 2a 2b 2c 2a	La Frison-Roche Cracoukass Catyoucha-man Cocher-cochon Pour 75 cent de plus Éperon de droite Arête SSE Arsène Luchini Voie-perrou Mani-puliti Pouce-café La voie des dalles Asia	13 13b 14 15 16 17 18 19 20 21 22 22b 23	2b 1c 2a 2a 1c 2a 2c 2b 1c 2c 2c 2c 2c	Manathan-kaboul Neiges du Kilimandjaro La lampe d'Aladin Robin-wood Bertin Lady-in-black Gaspard 1er Face-SE Les Crochues La de-Galbert Les violons des tziganes L'EMHM Les Parisiens
12 12b	2a 2c	Asia Passe temps vendredi	23 24	2c 2c	Les Parisiens Parat-Seigneur

Toute ressemblance avec les noms de voies des Aiguilles Rouges de Chamonix est sûrement parfaitement volontaire.

Cotations circuit Orange

 $[n^{\circ} > cote > nom]$

1	2b	La que dalle	15	3b	La Subtilité
2	2c	Les Drus	16	2c	La dulférienne
3	2c	La directe A	17	3b	La Tour Verte
4	3b	La Charlet / Straton	18	3a	Le Piège
5	2c	La Bonatti	19	2c	Le Moine
6	3b	Les Français	20	3b	La None
7	3с	Le Minaret	21	2c	Le Cardinal
8	4a	La Rébuffat	22	3с	La Wymper
9	3b	L'Amazonia	23	3b	Les Droites
10	3b	La Bienvenue GV	24	3b	Les Courtes
11	2b	La Guy / Anne	25	3с	Les Suisses
12	3с	Le Marchand de S	26	3b	Le Tournier
13	2c	L'aiguille de Roc	27	3с	Le Pré-de-bar
14	5b	La Patrick Cordier	28	3b	Le Dolent

Quelques nouvelles ONF

(suite, cf. Paris Chamonix précédent)

Un itinéraire VTT est en cours de réflexion/création juste au nord de la ville de Fontainebleau. Quelques points de passages restent à préciser pour supprimer les risques de collision vététistes /piétons et les interactions VTT/végétation remarquable. Bien entendu, d'autres itinéraires sont envisagés pour plus tard.

Quelques aires de stationnement (Carrefour de l'Épine nord et sud, Rocher Canon, Cabaret Masson, Apremont Néfliers, Franchard Ermitage et Grands Feuillards), très connues et fréquentées, sont interdites au stationnement et à la fréquentation nocturne (en gros entre 20h et 6h, c'est selon la période, consultez les panneaux). Ceci pour plusieurs raisons : diminuer la dépose de gravats (voir p.4 et l'article de la *Tribune libre de Fontainebleau* à ce sujet), peut-être éliminer les camping-cars utilisant de nuit un terrain non destiné à cet usage (l'horreur!... pour certains!) et aussi parce que « la liberté des uns s'arrête où commencent les ébats des autres » (je ne précise pas plus!). On verra d'ici quelque temps vers où se déplaceront les nuisances. Par contre, attention à récupérer suffisamment tôt votre véhicule sinon l'éventuelle contredanse peut être assez salée (nuisance de classe 5 : 135 euros).

Robe de bure Texte et photos : Martine Cante et cotte de mailles

Dans ce « midi de l'Auvergne » qu'est la Haute-Loire, il est un chemin peu connu intitulé « Robe de bure et cotte de mailles » qui relie les gorges de l'Allier au plateau du Livradois. En neuf jours de marche, à raison de 15 à 22 km par jour et 400 m en moyenne de montée quotidienne, il dessine une large boucle entre Langeac au sud et La Chaise-Dieu au nord.





e Saint-Ilpize à Saint-Arcons d'Allier, le chemin traverse de larges espaces sauvages où l'Allier a creusé des gorges aux versants abrupts. Et puis on monte vers le plateau de La Chaise-Dieu, aux forêts profondes et mystérieuses, qui culmine à 1100 m d'altitude. En chemin, la douceur des bassins cultivés témoigne de la fertilité des sols.

Tout au long de ce parcours, des villages

fortifiés, des abbayes médiévales, des châteaux forts plus ou moins ruinés apportent leurs vieilles pierres chargées d'histoire pour enchanter l'imagination du randonneur.

C'est le volcanisme qui, il y a deux millions d'années, a tout d'abord composé ces paysages. À Chanteuges et à Chilhac, des orgues basaltiques se sont formées parce qu'une coulée de lave s'est brusquement refroidie en rejoignant le lit de l'Allier.

Le rôle des moines défricheurs de l'An Mil, grands fondateurs d'abbayes, n'est plus à raconter. Ces pionniers, en drainant les marécages, en détournant les rivières, en faisant reculer la lisière des forêts, en choisissant soigneusement le lieu de leur implantation, ont façonné une bonne partie des paysages que nous voyons aujourd'hui.

Parmi les Plus Beaux Villages de France

Lavaudieu par exemple, classé parmi les Plus Beaux Villages de France, s'est construit au XI^e siècle autour d'un prieuré de femmes. C'est à Robert de Turlande, fondateur de l'abbaye de La Chaise-Dieu, que les moniales durent la création de ce prieuré conventuel bien situé dans une boucle de la Sénouire, orienté au sud, autrefois entouré de vignes et de cultures.



L'élégant cloître roman à deux étages de galeries a été conservé intact et le réfectoire abrite une fresque d'inspiration byzantine.

Sur la terrasse du café La Fontaine, notre dîner fut égayé par le passage d'un troupeau de moutons rentrant au bercail. Puis la soirée s'acheva par une balade dans les ruelles pavées de galets, jusqu'à la rivière d'où la vue embrassait tout l'étagement des maisons aux pierres dorées.

Pour illustrer un autre aspect de cette région, Saint-Ilpize est le type même du village réfugié sur une colline rocheuse escarpée dominant l'Allier. Les ruines d'un château du XII^e siècle ayant appartenu aux Dauphins d'Auvergne sont juchées au sommet d'un piton basaltique. Nous y avons contemplé le coucher du soleil avant de passer le pont pour aller dormir à Villeneuve d'Allier.

À vous maintenant de découvrir ce coin du Massif-Central où se marient agréablement les influences auvergnate et méditerranéenne!

Les commerces ne sont pas nombreux dans la région. Parfois, dans ces villages désertés, une seule boutique tient lieu de café, restaurant, épicerie, dépôt de pain, auberge et même poste! Mais des hébergements existent à intervalle régulier, dont les adresses sont proposées dans le topo-guide de la FFR du même nom que cet article.



de Saint-Ilpize (à ganche) et Lavoûte-Chilhac. Ci-dessus : le village de Blassac et ses peintures

raquette 🏂

En yourte sur le plateau de Beille

Texte et photos : Martine Cante, Maxime Fulchiron et Martine Fettu aintenant que le décor est planté, voici l'histoire : par un frais matin de janvier, huit personnages, tout ensommeillés d'avoir passé la nuit dans le train-couchettes, débarquent sur le plateau, transportés par un minibus depuis la vallée de l'Ariège.

Il faut toujours se faire une idée générale du lieu où l'on arrive. Alors, tous chaussent leurs raquettes et partent en exploration alentour. Le plateau est bosselé, couvert d'une bonne couche de neige tombée une semaine auparavant, même s'il fait plutôt doux cette année-là. Leur accompagnateur Thierry explique ce que sont les pins à crochets et montre les traces de la martre sur la neige. Des raquettes mal ajustées en profitent pour quitter subrepticement les pieds de leur propriétaire. Mais la solidarité aidant, tout rentre dans l'ordre. Pas question de se laisser faire par une vulgaire plaque de plastique colorée! À midi, retour au village. Assis devant la grande table de bois,

En Ariège, entre Tarascon et Ax-les-Thermes, sur le tracé du GR 10, il est un haut plateau bordé de vallées abruptes qui s'appelle le plateau de Beille. Là, à 1800 m d'altitude, dans une forêt de pins à crochets, se niche un adorable village miniature formé d'habitations inspirées des pays nordiques : deux yourtes mongoles, un tipi indien, une maison finlandaise, une cabane de trappeur canadien... Et, au milieu de tout ça, un espace pour faire le feu et une salle à manger-cuisine en rondins de bois.

chacun étale son pique-nique et reprend des forces. Les discussions tournent autour du programme de l'après-midi : construire un igloo!

Construire le palais de **Blanche-Neige**

Après le repas, Thierry distribue scies et pelles et expose patiemment la technique. La première étape est d'ouvrir une carrière pour extraire des blocs de neige. Le groupe devient la joyeuse équipe des nains travaillant à la mine pour construire le palais de Blanche-Neige!

Les nains déblayent la poudreuse recouvrant les couches de neige dure. En une bruyante euphorie, ils taillent des blocs, les portent, les empilent, comblent les espaces vides. La méthode du décalage progressif





des rangs vers l'intérieur permet d'arriver à la voûte sommitale et finalement le dernier bloc est posé en haut de l'édifice. Thierry, qui s'est laissé enfermer dedans, découpe la porte de sortie. Il ne reste plus qu'à encadrer l'entrée par des pieds-droits surmontés d'un linteau et Blanche-Neige pourra enfin intégrer son palais. Deux heures de travail dans les rires et la bonne humeur! Les nains sont ravis.

À la fin de cette première journée, la brume épaisse se dissipe pour laisser place à un ciel étoilé permettant une randonnée nocturne guidée par l'étoile polaire. Dans la yourte ronde, les huit matelas sont disposés autour du poêle à bois qui rougeoit. Mais personne n'est prêt à se lever la nuit pour recharger le poêle. Alors les nains s'enfoncent dans leurs duvets et se recouvrent de couvertures en rêvant à... Blanche-Neige.

Panorama à 360° sur les Pyrénées

Samedi, temps magnifique. Prof - Maxime a concocté un grand circuit en autonomie tout autour du plateau : visite aux chiens de traîneaux cantonnés dans le vallon des Gourgues, traversée du ruisseau de Llégumes et remontée dans la forêt. Le passage d'une barre rocheuse pas évidente permet l'accès à la Jasse de Courtal Gélat qui recevra à la belle saison les troupeaux pour l'estive. Et nos huit nains de pique-niquer en plein soleil sur le seuil de la cabane du berger. Le plateau de Beille est en fait constitué d'une succession de replats qu'il faut explorer un à un. Ainsi, après cette halte, ils partent à la recherche de la Jasse de Dédor qui ne se laisse pas atteindre si facilement. Il leur faut traverser ce qu'on appelle ici des bartas (mot occitan désignant un enchevêtrement de branches et

d'épineux). Mais leur ténacité est récompensée. Au bout du chemin se trouve la cabane de Dédor d'où la vue plonge dans les combes forestières déneigées qui s'enchaînent jusqu'à la vallée de l'Ariège. Sur le versant opposé et à la même altitude, une large traînée blanche entaille la montagne : ce sont les carrières de talc de Luzenac.

Et puis, toujours les uns derrière les autres, sans jamais dévier du chemin le plus droit, ils montent sur la bosse de Paravent (1900 m) pour admirer le panorama à 360° sur les Pyrénées. Le pic Carlit et les Peric attirent leur regard comme un aimant et déjà se construisent dans leur imagination de futures randonnées. Pour achever la boucle, il leur suffit de rentrer dans le périmètre de la station et de suivre les pistes raquettes jusqu'au campement.

Au son de l'accordéon

Le soir, sous les étoiles, la bonne odeur du vin chaud à la cannelle préparé par Franck l'apiculteur se répand dans le village et les verres passent de main en main. Puis, au son de l'accordéon, du tambourin et de la guitare, tous les habitants et invités se lancent

dans un « cercle circassien » pour lequel le maître à danser n'est autre que l'hôtesse du lieu, la charmante Isabelle (ne serait-elle pas la sœur de Blanche-Neige? Mais chut...!). Si par hasard vous passez par le plateau de Beille, demandez le Père Noël, dites-lui que vous venez de notre part, il se fera un plaisir de vous conduire au village nordique!

Renseignements pratiques

Carte IGN 2148 ET

Hébergement: Angaka village nordique, plateau de Beille, 09310 Les Cabannes.
Tél.: 05 61 01 75 60. contact@angaka.com
Taxi depuis la gare des Cabannes:
Ensalès à Saint-Paul-de-Jarrat.
Tél.: 05 61 64 17 47





Texte et photos : François Renard accès au Piémont italien le plus pratique depuis Paris emprunte le traincouchettes Thello jusqu'à Milan, où une première correspondance mène à Turin, et une seconde mène enfin à Cuneo vers

10h, ce qui permet de réaliser une petite course dès

le premier jour. En principe! Car, si la locomotive a le mauvais goût de ne pas démarrer en Gare de Lyon, le changement peut durer plusieurs heures et l'arrivée peut être décalée en conséquence... C'est ainsi que nous arrivons finalement à 16h à Cuneo, après avoir quitté la Gare de Lyon vers minuit au lieu de 19h!

gîtes tout confort.

Nous renonçons bien évidemment à notre première étape, qui devait nous mener à Chiappi (Castelmagno) en suivant les crêtes au dessus du Val Grana par la Punta dell'Omo, et nous faisons déposer par le taxi directement à Chiappi, où nous nous logeons dans une magnifique demeure du $17^{\rm e}$ siècle, restaurée avec goût, le B&B la Font. Nous profitons des derniers rayons de soleil pour visiter le sanctuaire de San Magno, qui se dresse au dessus du village, avant de déguster un excellent repas au restaurant du B&B.

J1 : De Castelmagno à Chialvetta, +1700 m, 7h30

le versant italien. Parmi les nombreuses possibilités, voici

en quatre jours une traversée qui permet de relier Cuneo

à Saint-Véran, et peut servir de base à une traversée plus

longue entièrement italienne, tout en découvrant des vallées méconnues des skieurs français : Valle Grana, Valle Maira,

Valle Varaita, avec un accueil toujours excellent dans des

L'étape du lendemain consiste à rejoindre le village de Chialvetta, dans le Val Maira, par une longue traversée en altitude, agrémentée ou non de sommets plus ou moins faciles d'accès. Elle peut être coupée





en deux en descendant au village de Marmora, où deux logis offrent gîte et couvert : la Locanda Lou Pitavin et la Pension La Marmu.

Nous démarrons vers 8h, dépassons le sanctuaire San Magno, puis remontons longuement le Val Grana. Le refuge Trofarello, fermé en période hivernale, ne peut malheureusement pas servir de point d'appui pour une traversée. Nous atteignons enfin le Colle dei Morti, orné d'une statue de Marco Pantani, célèbre cycliste italien, convaincu de dopage et décédé en 2004 d'une surdose de cocaïne.

Nous n'avons pas besoin d'être dopés pour poursuivre notre périple, et choisissons de rester sur la crête pour gagner le sommet de la Cima di Test, à 2621 m, moyennant un court passage à pied au départ de l'arête est.

Nous continuons plein ouest, descendons sous le Colle del Mulo, le Monte Bandito, et remontons au Colle d'Ancoccia, d'où l'on peut voir toute la suite de l'itinéraire, jusqu'au Passo della Gardetta, 7 km plus loin, et que nous atteignons après une belle descente sous la Rocca la Meja, suivie d'une longue montée passant par le refuge della Gardetta, lui aussi complètement fermé.

Nous gravissons le sommet au dessus du col (La Piastra, 2637 m), puis descendons dans le Val Unerzio, où nous nous hébergeons dans une confortable auberge à Chialvetta, après une longue étape de près de 22 km.

À noter qu'il est possible de s'héberger plus en amont, au magnifique Rifugio Viviere, à 1700 m, qui relève davantage de l'hôtel que du refuge, avec chambres luxueuses, sauna et jacuzzi...

J2: Auto Vallonasso, Col d'Enchiausa, Campo Base, +2000 m, 7h30

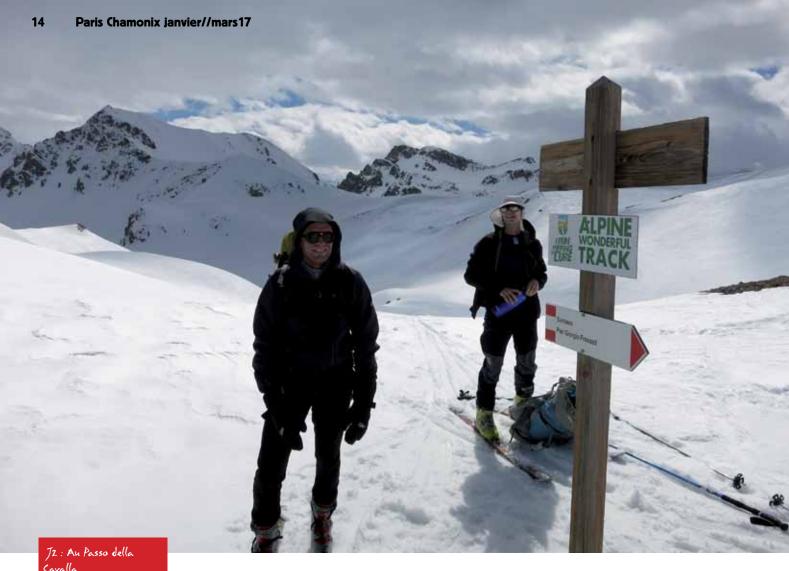
Nous remontons le lendemain le Val Unerzio, et bifurquons peu après Viviere dans le Val Enchiausa (bifurcation peu visible dans un bois). À 2335 m, un tout nouveau bivouac en bois a été érigé en 2013, offrant 12 places confortables, au pied de la Tête de

]1 : Rifugio della Gardetta et Rocca la Meja

Ci-contre :

J1 : Arrivée à Chialvetta





Moïse (Monte Oronaye) et de l'Auto Vallonasso. Nous laissons quelques affaires à proximité, pour gravir ce dernier en aller-retour, avant de franchir le Col d'Enchiausa. Dommage, car il est possible de descendre directement depuis le sommet par un couloir en face sud-ouest, ce que la carte ne fait que suggérer, mais le couloir est large et bien skiable, comme nous avons pu le constater en descendant du Col d'Enchiausa.

Nous descendons ensuite jusqu'au lac d'Apsoi, près duquel est construit le bivouac Bonelli, un autre confortable refuge privé de 12 places, en principe fermé à clé, mais semble-t-il ouvert en période hivernale (?). Une nouvelle montée permet de franchir le

Passo della Cavalla, vers 2530 m, puis une longue descente, malheureusement désagréable, car en neige excessivement ramollie, nous mène à Chiappera, où il faut mettre les peaux une dernière fois, pour atteindre le refuge Campo Base, au terminus hivernal du Val Maira, et au pied du Monte Castello, qui offre au grimpeur de nombreuses voies d'envergure sur un rocher fabuleux...

J3: Passo Bellino, Rif. Meleze, +1200 m, 6h

Cette troisième étape est courte et sans difficulté. Il s'agit simplement de remonter le fond du Val Maira jusqu'au Col de Bellino, duquel on peut gravir au passage le Monte Bellino, à 2937 m. À la différence du Val Unerzio et des environs de Chialvetta, le secteur est très sauvage et nous ne rencontrons personne, mais il est vrai que nous sommes un lundi. À l'approche des crêtes, le vent se fait très violent, et l'accès au Monte Bellino nécessite une grande motivation... Dans ces conditions, nous ne tardons pas à descendre au nord dans le Val Varaita di Bellino, longue descente agréable où il faut seulement veiller à ne pas s'engager trop tôt dans la gorge, mais bien rester assez haut en rive droite vers 2300 m.

Arrivés au fond du vallon, nous passons sous la Rocca Senghi, gigantesque bloc rocheux qui semble en équilibre au dessus de nos têtes, et rejoignons le refuge Meleze, sympathique construction issue d'une ancienne caserne militaire, entièrement reconstruite en pierre et en bois, bien confortable et où nous avons le plaisir d'être seuls.

J4: Passo Salsa, Col de la Noire, St-Véran, +1700 m, 7h

Le lendemain, nous remontons brièvement le Val Varaita, repassons sous la menaçante Rocca Senghi, et





reprenons notre route vers le nord en nous engageant dans le Val Varaita di Rui. Le temps est toujours au grand beau, mais les crêtes fumantes annoncent un vent soutenu en altitude. Vers 2550 m, nous bifurquons en direction du Passo Salsa et franchissons un premier ressaut raide, puis des pentes raides mènent au col, tandis que de puissantes rafales de vent manquent de nous renverser.

Inutile dans ces conditions de poursuivre jusqu'au Monte Salsa à proximité, d'ailleurs complètement dégarni par le vent, nous basculons au plus vite en versant nord pour rejoindre l'extrémité de la vallée de l'Ubaye, en contrebas du Col Longet. Nous pourrions à cet endroit rester sur le versant italien et rejoindre

Chianale, dans le Haut Val Varaita, et poursuivre vers le nord versant italien, mais notre séjour prend fin et nous revenons versant français en rejoignant le Col de la Noire, qui domine le lac et le refuge de la Blanche.

Il ne nous reste plus qu'à nous laisser longuement glisser jusqu'à Saint-Véran, pour récupérer une navette jusqu'à Montdauphin, et un train de nuit jusqu'à Paris.

Ci-contre : T4 : Village de Santa

Informations pratiques

Hébergement:

• B&B La Font, Chiappi (1730 m), Castelmagno (CN), ouvert aux vacances de Noël, en février-mars, et de juin à septembre. Tél. +39 0171.98 63 70,

Port. +39 333-2552679, Mail info@castelmagno.is.it

• Locanda Lou Pitavin, Borgata Finello (1280 m), Marmora (CN), Tél. +39 0171 99 81 88,

Mail info@loupitavin.it

- Locanda La Marmu, Borgata Vernetti (1225 m), Marmora (CN), Tél. +39 0171 99 83 07, Mail lamarmu@tiscali.it
- Locanda di Chialvetta, Borgata Chialvetta 18, 12021 Acceglio (CN), Tel/Fax +39 0171 99 51 20, Port. +39 3451678156, Mail locandadichialvetta@gmail.com
- Rifugio Viviere, Acceglio, Borgata Viviere, Acceglio (CN), Tél. +39 0171.193 60 74, Port. +39 347.7451289, Mail info@rifugiodiviviere.com
- Bivacco Angelo Valmaggia (2335 m), 12 places, toujours ouvert.
- Refuge Campo Base (1650 m), Chiappera (CN), Tél. +39 334 8416041,
 Mail info@campobaseacceglio.it
- Refuge Meleze Rifugio Meleze (1812 m), 12020 Bellino (CN),
 Tél. +39 0175 95 64 10, +39 329 6111543, Mail meleze@meleze.it

Cartes: ASF n°6, 7 et 8

Photos sur http://renardf.piwigo.com



Chronique des LIVIES et du multimédia

par Serge Mouraret

Chantal Mauduit, elle grimpait sur les nuages

Alexandre Duyck, Éditions Paulsen/Guérin

À dix ans, Chantal Mauduit écrivait « J'aimerais faire de l'alpinisme, malgré les dangers qui nous épient, malgré les séracs, les corniches, les avalanches ». Vingt-quatre ans plus tard, en mai 1998, elle disparaît avec Ang Tsering, son ami sherpa, ensevelie par une avalanche sur les pentes du Dhaulagiri. C'était le septième 8000 qu'elle rêvait d'atteindre. Des Alpes à l'Himalaya, elle a mené



une vie intense, hypnotique comme l'air des hautes altitudes. Elle lisait Rimbaud et parlait le népalais, riait toujours d'être là où ses pas de nomade joyeusement perchée la menaient. Passionnée de mots, elle aimait taguer des poèmes sur sa tente et les soufflait dans l'espace depuis ses sommets. L'auteur a pu explorer les carnets intimes de cette alpiniste singulière pour restituer la vie d'une aventurière de l'altitude qui vécut d'air rare et de poésie. Format 15 x 21 cm, 224 p.

Les refuges du Mont-Blanc

Dominique Potard, Éditions Paulsen/Guérin

Encore un livre sur les refuges ? Bien plus que cela, celui-ci présente la belle et longue histoire des refuges de ce massif mythique qui commence vraiment avec les Grands Mulets en 1853. En fait, dès 1787, avec la réussite au Mont-Blanc, les Alpes deviennent vite une destination prisée et l'idée de cabanes en montagne est lancée pour en faciliter l'accès. C'est ainsi que sur le massif, elles « fleurissent » un peu partout aux endroits stratégiques. Remaniés au fil des décennies, les abris de bois des débuts sont souvent devenus de confortables haltes aux allures parfois futuristes (Goûter). La quarantaine de refuges et bivouacs actuelle, c'est autant de belles histoires de chantiers, de gardiens et gardiennes, d'alpinistes de



passage, célèbres et moins célèbres : le Roi Albert 1er qui préside au don d'un refuge au Club alpin français, Ulysse Borgeat, un enfant du pays qui a transporté 60 tonnes de matériaux vers divers refuges, celui de Leschaux construit grâce à un généreux donateur, etc. Photos et dessins illustrent deux siècles d'une grande aventure humaine. Format 23,5 x 23,5 cm, 384 p.

Défonce verticale, confessions d'une légende de l'escalade

Jim Bridwell, Éditions Nevicata

Dans les années 70, en Californie, l'escalade libre est en plein essor et s'imprègne des idéaux de la culture hippie, baignée de rock et de substances illicites. À la croisée de ces mondes, Jim Bridwell « débarque» au Yosemite et révolutionne l'escalade en grandes parois. Son ascension en un jour de l'immense face du Nose au

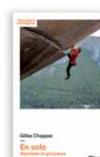


Capitan, en 1975, marque l'histoire de l'escalade libre. Ses exploits en Patagonie et en Alaska le font entrer dans la légende. La marque de Bridwell, c'est une quête d'aventure et un style audacieux qui lui ont permis de réussir là où d'autres avaient échoué. Ce récit intense est à l'image de l'homme passionné et attachant. Rheinold Messner dit de lui qu'il est bien plus qu'un grimpeur de l'extrême, « c'est un homme sauvage, qui nous raconte enfin sa vie de sauvage ». Format 14 x 20,5 cm, 208 p.

En solo, alpinistes et grimpeurs racontent Gilles Chappaz, Éditions Glénat

Pratique ultime de l'alpinisme ou de l'escalade, le solo peut fasciner, rebuter mais ne laisse pas indifférent. Aller « à la frontière infranchissable de son âme », « se retrouver seul avec soi-même », « vivre, vivre à en crever », pourquoi les solistes partent-ils seuls s'attaquer à un sommet ou une nouvelle voie ? Sont-ils des incons-

cients, des trompe-la-mort, des risque-tout ou tout le contraire? Pour mieux comprendre leurs motivations, Gilles Chappaz est parti à leur rencontre, au travers de textes ou d'interviews. Avec Paul Preuss, dès 1911, Emilio Comici, l'ange des Dolomites, Hermann Buhl au Nanga Parbat, Allison Hargraves sur l'Eiger et les grands sommets himalayens, avec beaucoup d'autres, il est question d'engagement total, de choix de vie, d'exaltation, de recherche spirituelle, de courage, de peur aussi et hélas de lignes de vie brisées en plein ciel. Format 14 x 22,5 cm, 330 p.



Les Via Ferrata des Dolomites, les plus beaux itinéraires

Pascal Sombardier, Éditions Glénat

Dans l'Italie du Nord, les Dolomites présentent un relief unique au monde, particulièrement propice au développement d'itinéraires équipés dans d'immenses parois calcaires et de toutes difficultés, ce sont les via ferrata, pour beaucoup nées de la première guerre mondiale. Dans les Dolomites Occidentales et Orientales,

pas moins de vingt massifs offrent une foison de via ferrata. L'abondance de refuges correspond bien à cette profusion d'itinéraires. La sélection opérée ici par un spécialiste réduit grandement l'embarras du choix. Elle tient à des critères esthétiques, sportifs ou historiques. Outre l'incontournable et mythique Via delle Bocchette dans la Brenta, la vingtaine de parcours choisis balaie un large éventail où l'on trouve la facile Via Passo Santner (Catinaccio), l'impressionnante Via Bolver Lugli, la difficile Via Tomaselli et la très sportive Via Gianni Costantini. Format 14 x 22,5 cm, 96 p. \blacktriangle



Le nouveau Géoportail est en ligne

Mis en œuvre par l'IGN, le site www.geoportail.gouv.fr a pour vocation de faciliter l'accès à l'information géographique de référence. C'est le meilleur allié pour préparer randonnées et courses en montagne : cartographie à toutes échelles, sentiers GR et GRP en surcharge, profil altimétrique, calcul des distances. Pour ses 10 ans, le site fait peau neuve :

- Les versions « simplifiée » et « avancée » deviennent un site unique qui conserve l'intégralité des fonctionnalités et la facilité d'utilisation de ces deux versions. La visualisation de fonds de cartes et de données, totalement revue, garantit une expérience de navigation optimale et un affichage parfait sur tous les supports.
- Les fonds de cartes les plus utiles ont été séparés des données géographiques, regroupées dans différentes thématiques, pour permettre un accès plus rapide aux informations recherchées. Les données anciennes (cartes de Cassini et de l'état-major, etc) sont transférées sur le nouveau service « Remonter le temps ».
- La création et le partage de vos cartes personnalisées est facilité, que ce soit par email, sur les réseaux sociaux ou en intégrant votre création sur votre propre site. 🛕

randonnée

Responsable de l'activité : Jean-Philippe Desponges, 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 lle-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 7 janvier

• ENTRE 2 FORÊTS TIRONS LES ROIS // Annie Chevalier // CHÂTELET-LES HALLES RER A 8h19 pour ST-GERMAIN-EN-LAYE 8h52 (RdV à l'arrivée). Retour de MARLY-LE-ROI à ST-LAZARE Transilien 17h33. 22 - 24km. M. Carte IGN 2214ET.

Dimanche 8 janvier

• LA MAISON «CARRÉ» DE L'HONORÉ FINLANDAIS // Marylise Blanchet // Avec inscription.

Dimanche 15 janvier

- SIRE... MARLY! // Gilles Montigny // ST-LAZARE Transilien 9h17 pour VAUCRESSON 9h39 (RdV à l'arrivée). Bois de la Celle, Parc de Marly, Forêt et Taillis de Marly. L'organisateur montera à l'aller et descendra au retour en gare de St-Cloud. Retour de MARLY-LE-ROI à ST-LAZARE Transilien 16h59. 15,5km. F. Carte IGN 2214.
- LA GIBELOTTE // Mustapha Bendib // GARE DE LYON 8h19 pour BOURRON-MARLOTTE-GREZ 9h18. Carrefour de L'Aigrette + Route des Barnolets + Carrefour du Bonheur. Retour de FONTAINEBLEAU-AVON à GARE DE LYON 17h11. 29 à 32km. SP.

Dimanche 22 janvier

• AB À VENISE, SIRE, MAIS VENISE DE LA BRIE! // Alfred Wohlgroth // GARE DE L'EST Transilien 9h31 (RdV à partir de 9h devant guichets Vente lle-de-France) pour CRECY-EN-BRIE-LA-CHAPELLE 10h22 (Changement à Esbly). Petite rando rive sèche du canal (?) et/ou visite Crécy-la-Chapelle selon météo. epas et tirage des Rois au restaurant, 25 euros à régler sur place, café en sus. Puis autre visite à Crécy. Téléphoner obligatoirement au 01 48 71 18 01 avant le 16 janvier (répondeur lent à se réveiller, ne pas raccrocher prématurément! Indiquer distinctement votre nom, le nombre de personnes que vous inscrivez, ainsi qu'un n° de téléphone. alfred.wohlgroth@orange. fr marche aussi.). Retour à GARE DE L'EST Transilien 15h28, 16h28 ou 17h28. 8km maxi. F. Carte IGN 2414ET.

Samedi 11 février

• N LES FRIMAS DE L'HIVER À FONTAINEBLEAU // Annie Chevalier // GARE DE LYON 8h19 (à vérifier) pour BOIS-LE-ROI 8h52. Retour de FONTAINEBLEAU-AVON à GARE DE LYON 17h41. 22 à 24km. M. Carte IGN 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.



Rendez-vous dans les gares parisiennes

Devant le quai de départ du train, 15 minutes avant ou dès l'affichage du train, sauf :

- quand l'organisateur a précisé un autre point de rendezvous ou un rendez-vous à l'arrivée ;
- en gare RER, souterraine ou non terminus : sur le quai en tête de train ou dans la voiture de tête.

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 membres des autres Caf ont la possibilité de devenir double affiliés moyennant une cotisation de 25 euros qui leur donnera les mêmes conditions d'inscription. Les membres du Caf-CIHM peuvent participer à deux sorties en dernière priorité sans double affiliation.

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.

Dimanche 12 février

• LE CASSEPOT, BIEN SÛR // Alfred Wohlgroth // GARE DE LYON 11h19 (à vérifier) RdV à partir de 10h50 Hall 1 devant voie L pour FONTAINEBLEAU-FORÊT 11h56. De l'arrêt Fontainebleau-Forêt (billet Fontainebleau-Avon), balade tradi au Rocher Cassepot, retour par Fontainebleau-Avon. Retour de FONTAINEBLEAU-AVON à GARE DE LYON 17h11 ou 17h41. 9km. F. Carte IGN 2417OT.

Dimanche 5 mars

- TARD LEVÉES, LES ÉVÉES! // Alfred Wohlgroth // GARE DE LYON 11h19 (à vérifier) RdV à partir de 10h50 Hall 1 devant voie L pour BOIS-LE-ROI 11h51. Rocher Canon, mare aux Évées, bords de Seine. Retour à GARE DE LYON 17h41 ou 18h13. 10,5km. F. Carte IGN 2417OT.
- LA HAUTE VALLÉE DE L'YVETTE // Gilles Montigny // MONTPARNASSE Transilien 9h20 pour COIGNIERES 10h12 (RdV à l'arrivée). Maincourt-sur-Yvette, Le Mousseau, Bois de l'Étrille, Les Layes. L'organisateur montera à l'aller et descendra au retour en gare de Versailles-Chantiers. Retour de LES-ESSARTS-LE-ROI à MONTPARNASSE Transilien 17h56. 15,5km. F. Carte IGN 2215OT.

Mercredi 15 mars

• UNE FACILE POUR UN DOUBLE ANNIVERSAIRE // Claude Lasne // GARE D'AUSTERLITZ Grandes Lignes 8h10 pour DOURDAN 8h45. Chateauvers, St- Cyr-sous-Dourdan, Les Sueurs, Le Marais, Ardenelle. Retour de ST-CHERON à GARE D'AUSTERLITZ RER C 17h44. 18km. F. Carte 2216 ET.

Samedi 18 mars

• N TRAVERSÉE DE L'HUREPOIX // Annie Chevalier // GARE D'AUSTERLITZ RER C 8h32 (à vérifier) pour ÉTAMPES 9h28. Retour de BREUILLET-VILLAGE à GARE D'AUSTERLITZ RER C 17h44. 22 à 24km. M. Carte IGN 2216ET.

Dimanche 26 mars Rendez-vous de Printemps à Marly

Rendez-vous dédié aux 90 printemps d'Alfred Wohlgroth.
À 12h30, tous les groupes se retrouvent pour pique-niquer dans le parc de Marly autour de la statue de Daphné par Coustou. Boissons et gâteaux à partager sont les bienvenus ! Nous repartirons vers 14h.

• AB À MARLY, SIRE, À MARLY! // Alfred Wohlgroth // ST-LAZARE Transilien 10h47 (RdV à partir de 10h20 devant voie 15) pour LOUVE-CIENNES 11h17. Montée par le quartier des Coteaux jusqu'à la forêt de Louveciennes, puis GRP Ceinture Verte jusqu'au lieu du RdV (prudence lors de la traversée de la N 186 au carrefour de la Grille Royale).

L'après-midi, promenade dans le parc, à la riche statuaire, en évoquant le château de Louis XIV et les pavillons des invités, six de chaque côté de l'axe central, aujourd'hui disparus. Retour à la gare de Marly-le-Roi par quelques rues pittoresques de Marly. Retour de MARLY-LE-ROI à ST-LAZARE Transilien 16h59 ou 17h29. 6 km + promenade parc. F. Carte IGN 2214ET.

• A SORTIE ACCUEIL // Martine Cante // ST-LAZARE Transilien 8h35 pour SEVRES-VILLE-D'AVRAY 9h01. Randonnée d'essai gratuite accessible aux non-adhérents. Une randonnée dans les forêts de Fausses Reposes et de Marly, avec visite du parc de Marly. Ceci est une RANDONNEE D'ESSAI conçue pour accueillir les non-adhérents et répondre à toutes leurs questions. Elle est gratuite et sans inscription préalable.

Nous rencontrerons d'autres randonneurs à la pause de midi et il vous sera possible de changer de groupe l'après-midi.

N'oubliez ni votre eau (1 L minimum), ni votre pique-nique et portez des chaussures de marche.

RdV dans la Gare St-Lazare, devant le quai de départ du train de 8h35 pour Sèvres-Ville-d'Avray. Retour de St-Nom-la-Bretèche à Paris St-Lazare, arrivée à Paris avant 18h. Chacun s'occupe de ses billets. Retour de ST-NOM-LA-BRETÈCHE-FORÊT-DE-MARLY à ST-LAZARE Transilien 17h59. 13km le matin et 7 km l'après-midi. M.

- B DES ÉTOILES POUR UN ROI // Joël Lelièvre // ST-LAZARE Transilien 8h47 (à vérifier) pour ST-NOM-LA-BRETÈCHE-FORÊT-DE-MARLY 9h27. Étoile du Loup, de Montaigu, des Chasseurs, du Beau Vallon, parc de Marly. Retour de VAUCRESSON à ST-LAZARE Transilien 17:29. 12+8km. M. Carte 2214 ET.
- NOUS AVONS RENDEZ-VOUS AVEC ALFRED // Claude Lasne // MONTPARNASSE Transilien 8h50 pour FONTENAY-LE-FLEURY 9h25. Le matin par la campagne et la forêt de Marly nous rejoindrons le lieu du rendez-vous (13km). Après le bonjour convivial à l'ami Alfred l'après-midi se déroulera dans le Bois de Louveciennes et la forêt de Fausses Reposes, et «reposés» ou fatigués le train de 16h35 à Montreuil (sinon 15, 30, 45... minutes plus tard) nous déposera à Paris St-Lazare (11km). Retour de MONTREUIL à ST-LAZARE Transilien 17h11. 24 km. M. Carte 2214 ET.
- CEINTURE VERTE // Alain Zürcher // ST-LAZARE Transilien 8h47 (à vérifier) pour ST-NOM-LA-BRETÈCHE-FORÊT-DE-MARLY 9h27. À travers la forêt de Marly-le-Roi le matin (13,5 km). Pavillon Du Barry, Machine de Marly, forêt de la Malmaison, parc de St-Cloud l'aprèsmidi (15,5km). Retour de SEVRES-VILLE-D'AVRAY à LA DÉFENSE ou ST-LAZARE vers 18h15. 29km (13,5+15,5). SO.
- B ALFRED RENCONTRERA-T-IL DAPHNÉ À MARLY? // Marylise Blanchet // ST-LAZARE Transilien 8h17 pour SAINT-NOM-LA-BRETÈCHE-FORÊT-DE-MARLY 8h57. Forêt de Marly, forêt de Louveciennes et leurs curiosités. Retour de MAREIL-MARLY à ST-LAZARE Transilien 17h29. 30km env. SO. Carte 2214OT.

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

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

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.

Fontainebleau

Responsable de l'activité : Michel Clerget : 06.09.62.90.38

Nos sorties sont exclusivement réservées aux membres du Caf, majeurs et en possession de leur carte d'adhérent. Les rendezvous 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 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.

Mercredi

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

4/01 // ROCHER FIN

11/01 // BOIS ROND

18/01 // 91.1

25/01 // CANCHE AUX MERCIERS

01/02 // JA MARTIN

08/02 // APREMONT (BLEU OUTREMER)

15/02 // 95.2

22/02 // BEAUVAIS (ROUTE DE CHEVANNE)

01/03 // VALLÉE DE LA MÉE - POTALA

08/03 // BOIS ROND

15/03 // CUL DE CHIEN

22/03 // ROCHER SAINT-GERMAIN

29/03 // ROCHER DES POTETS

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.

Randonnées de week-end et plusieurs jours

Dates	Organisateurs	Niveaux	Code (*)	Destinations	Déb. valid.
30 déc. au 2 janvier	Marie Hélène Carré, Michel Gollac	М	17-RW16	Arômes, terroirs et réveillon : en Beaujolais	1 sept.
30 déc. au 2 janvier	Hélène Battut	M+ △	17-RW18	Réveillon tonique à Belle-Île-en-Mer	20 sept.
7-8 janvier	Thierry Maroger	M+	17-RC07	1 ^{ère} RC de l'année	12 oct.
6 au 18 mars	Isabelle Terrail	M+	17-RW30	Allons visiter le sud de l'Europe !	8 nov.
1 ^{er} -2 avril	Laurent Métivier, Agnès Métivier	M+ △	17-RW28	Ouest extrême	15 déc.
1 ^{er} au 6 avril	Martine Cante, Hélène Battut	МД	17-RW22	Les Cinque Terre	14 oct.
8-9 avril	Jean-Philippe Desponges	мД	17-RW33	Sentiers d'Azur de la Riviera	20 déc.
9 au 15 avril	Jean-Claude Duchemin	М	17-RW31	Bretagne toujours	22 déc.
29 avril au 1er mai	Jean-Philippe Desponges	M+ △	17-RW10	Au cœur du Mont Pilat	22 déc.
29 avril au 1er mai	Laurent Métivier, Agnès Métivier	M+ △	17-RW27	Traversée des monts du Forez	15 déc.
12 au 25 mai	Isabelle Terrail	M+ △△	17-RW32	Le Lake District	15 nov.
24 au 28 mai	Jean-Philippe Desponges	M+	17-RW17	Au cœur de la Côte d'Emeraude	2 fév.
2 au 5 juin	Jean-Philippe Desponges	М	17-RW09	Preparatevi a visitare Torino	20 janv.

- (*) 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

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

trail (plaisir)

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

Samedi 7-dimanche 8 janvier

• CROISSE BAULET EXPRESS - EN ÉTOILE AUTOUR DE CORDON // Véronique Malbos // Début de validation des inscriptions : 25/10 // 17-TRA17

Dimanche 5 mars

• TRAILS DE VULCAIN (AU DÉPART DE VOLVIC, PARC DES VOLCANS D'AUVERGNE) // Jérémie Gignoux // Début de validation des inscriptions : 27/09 // 17-TRA19

Samedi 6 au lundi 8 mai

• SKYRACE DES MATHEYSINS (PROXIMITÉ LA MURE) // Véronique Malbos //Début de validation des inscriptions : 09/02 // 17-TRA18

raquettes

Responsables: Martine Cante

Programmes (tarifs, conditions d'hébergement, transport, niveaux) détaillés au Club et sur le site www.clubalpin-idf.com Inscriptions obligatoires au Club.

Vendredi 20 au dimanche 22 janvier

• RAQUETTES EN VERCORS // Martine Cante, Thierry Maroger // M 🛆. Gîte.155 euros hors transport. Inscriptions : 07/10 // 17-RQ01

Samedi 28-dimanche 29 janvier

• FONDUE SUR LES CRÊTES DU MONT D'OR // Jean-Philippe Desponges, Cédric Bigueur // M △. Refuge. 60 euros hors transport. Inscriptions : 07/10 // 17-RQ03

Vendredi 3 au dimanche 5 février

• MONT TENDRE (1 679 M), POINT CULMINANT DU JURA SUISSE // Frédéric Hernandez // M \triangle . Cabanes. 135 euros hors transport. Inscriptions: 08/11 // 17-RQ08

Vendredi 10 au dimanche 13 février

• QUATRE JOURS DE RAQUETTES MULTI-NIVEAUX // Martine Cante, Thierry Maroger, Jean-Charles Ricaud, Maxime Fulchiron // Gîte d'étape. 180 euros hors transport. Inscriptions : 04/10 // 17-RQ02

Jeudi 16 au samedi 19 février

• UNE TRAVERSÉE DES HAUTS PLATEAUX DU VERCORS EN AUTO-NOMIE // Frédéric Hernandez // SO △△ // Bivouac hivernal en tente. 80 euros hors transport. Inscriptions : 15/11 // 17-RQ09

Vendredi 25 au dimanche 27 février

• CACABEURRE (VANOISE) // Jean-Charles Ricaud // M 🛆 Refuge. 140 euros hors transport. Inscriptions : 20/10 // 17-RQ04

Jeudi 9 au dimanche 12 mars

• PÉTOUMIER (ALPES MARITIMES) // Jean-Charles Ricaud // SP \(\lambda \) Gîte d'étape, cabane non gardée. 150 euros hors transport. Inscriptions : 25/10 // 17-RQ06

Samedi 11-dimanche 12 mars

• PYRÉNÉES ORIENTALES // Martine Cante // M 🛆. Refuge. Participation aux frais : voir fiche technique. Inscriptions : 02/12 // 17-RQ10

Lundi 13 au samedi 18 mars

• ENTRE CERVIÈRES ET IZOARD // Alain Bourgeois // M 🛆 Auberge. 337 euros hors transport. Inscriptions : 09/12/2016 // 17-RQ07

Lundi 27 mars au dimanche 2 avril

• DE L'UBAYE AUX SOURCES DE L'UBAYETTE // Jean-Charles Ricaud // **50** \lands\l

ski nordique

Responsable de l'activité : Bernadette Parmain et Dominique Rousseau, cf. clubalpin-idf.com > KiFaiKoi.

Samedi 14-dimanche 15 janvier

Car couchettes pour L'Auberson - Les Fourgs (Jura Suisse) - 205 euros

- DÉCOUVERTE // Bruno Alix // Niveau : Découverte. Nb places : 5 // 17-F07
- SKATING DÉBUTANT // Isabelle Réal // Nb places : 7 // 17-F08
- CLASSIQUE NIVEAU 1 // Olivier Renault // Nb places: 7 // 17-F09
- SKATING NIVEAU 1 // Didier Batardy // Nb places : 7 // 17-F10
- CLASSIQUE NIVEAU 2 // Emmanuel Klein // Nb places : 7 // 17-F11
- SKATING NIVEAU 2 // Annelise Massiera // Nb places : 7 // 17-F12
- SKI DE RANDONNÉE NORDIQUE // Michel Diamantis // Niveau : Initiation. Nb places : 6 // 17-F13
- SKI LIBRE // Autonomes avec coordinateur // 17-F14

Samedi 21 au vendredi 27 janvier

• À LA DÉCOUVERTE DES PAYSAGES DU JURA AU DÉPART DES ROUSSES // Michel Diamantis // Transport : Libre. Niveau : Ski loisir. Participation aux frais : 144 euros hors transport. Nb places : 7 // 17-F30

Samedi 28-dimanche 29 janvier

Car couchettes pour Lamoura (Jura) - 180 euros

- DÉCOUVERTE // Didier Batardy // Niveau : Découverte. Nb places : 5 // 17-F15
- SKATING DÉBUTANT // Anna Redzic // Nb places : 7 // 17-F16
- CLASSIQUE NIVEAU 1 // Bruno Alix // Nb places : 7 // 17-F17
- SKATING NIVEAU 1 // Dominique Rousseau // Nb places : 7 // 17-F18
- SKI DE RANDONNÉE NORDIQUE // Michel Diamantis // Nb places : 6 // 17-F19
- SKI LIBRE // Autonomes avec coordinateur // 17-F20

Dimanche 12 au dimanche 19 février

• UNE SEMAINE POUR PROGRESSER (CHAPELLE-DES-BOIS) // Bernadette Parmain, Anna Redzic, Isabelle Réal, Olivier Renault, Dany Pinard // Transport: Libre. Niveau: Niveau 1 minimum skating ou classique. Participation aux frais: 435 euros hors transport. Nb places: 11 // 17-F21

Samedi 25-dimanche 26 février

• AUX CONFINS DU JURA SUISSE // Bruno Alix, Bernadette Parmain // Transport : Car couchettes. Niveau : Ski loisir.Participation aux frais : Voir fiche technique. Nb places : 10 // 17-F28

Samedi 4-dimanche 5 mars

Car pour les Saisies (Savoie) - 210 euros

- CLASSIQUE NIVEAU 1 // Bruno Alix // Nb places : 7 // 17-F22
- SKATING NIVEAU 1 // Didier Batardy // Nb places : 7 // 17-F23
- CLASSIQUE NIVEAU 2 // Anna Redzic // Nb places : 5 // 17-F24
- SKATING NIVEAU 2 // Isabelle Réal // Nb places : 5 // 17-F25
- INITIATION TÉLÉMARK // Dany Pinard // Nb places : 4 // 17-F26
 SKI LIBRE // Autonomes avec coordinateur // 17-F27

Samedi 11-dimanche 12 mars

• SKI À NÉVACHE // Emmanuel Klein // Transport : Libre (train de nuit préconisé). Niveau : Ski libre. Participation aux frais : 74 euros. Nb places : 7 // 17-F29

ieunes

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, contactez le secrétariat du club ou envoyer un mail à François Henrion.

formations

Samedi 21-dimanche 22 janvier

- STAGE NIVOLOGIE NIVEAU 2 // Christophe De Failly, Raffin Maël // Participation aux frais : Voir fiche technique. Nb places : 10 // 17-FOR09
- CARTO-ORIENTATION NIVEAU 2 // François Perret, Jean-François Deshayes // Participation aux frais : Voir fiche technique. Nb places : 7 // 17-FOR11

Samedi 4-dimanche 5 mars

• UF 1 CARTO-ORIENTATION // Martine Cante, Michel Delapierre, Michel Diamantis, Maxime Fulchiron, Michel Lohier // Participation aux frais: 60 euros hors transport. Nb places: 26 // 17-FOR08

Samedi 11-dimanche 12 mars

• CARTO-ORIENTATION NIVEAU 2 // Véronique Malbos // Participation aux frais : Voir fiche technique/ Nb places : 7 // 17-FOR03

Samedi 18 mars

• ATELIER SÉCURITÉ SUR GLACIER (EN PLEIN AIR AU VIADUC DES FAUVETTES) // Ludovic Boyer // Participation aux frais : Voir fiche technique. Nb places : 11 // 17-FOR06

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: 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).



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

ski de randonnée

Responsable: François Renard, cf. clubalpin-idf.com > KiFaiKoi

- La difficulté globale de la sortie, qui s'exprime sous forme d'une lettre : F, facile, PD, peu difficile, AD, assez difficile, D, difficile. Ce système de cotation synthétise à la fois le type de terrain rencontré, son degré d'inclinaison, la difficulté technique à la descente, et le degré de risque en cas de chute.
- Le type de progression dans la conduite de la course s'exprime en nombre de skieurs (₺, ₺₺ ou ₺₺₺) et correspond à un degré croissant d'autonomie du participant.
- Le détail de ces échelles de cotation est consultable sur la page « ski de montagne » du site internet du club.

Réf.	Encadrement	Course	Niv. et type	Déniv.
6-9 jaı	nvier			
S016	Macocco Christian, Herbin Erick	Gruyère : les millets - Vanil Blanc - Dent de lys	AD / 🏂 🏂	1300
S017	Renard François, Labatte Jean Marc	Début de saison en Tessin ou ailleurs	AD / 🏂	1500
7-8 jaı	nvier // CAR POUR VALLOIRE (MAURIENNI	E) // 124 euros		
S018	Breton Sylvaine, Breil Jérôme	Pointe des Ratissières, Col des Aiguilles d'Arves ou Aiguille de l'Épaisseur	PD+ / <u>危危危</u>	1200
S019	De Failly Christophe, Lagache Marie-Caroline	Pointe des Ratissières, Col de Petit Jean	PD / 🏂 🏂	1200
S020	Charles Jérôme, Delabelle Thierry	Col Emy, Crête de Chaudanne	PD / 🏂 🏂	1100
S021	Lévi Guy, Arque Christophe	Gros Grenier, Pointe des Ratissières	PD+ / 🏂	1200
S022	De Crevoisier Claire, Labrosse Pascal	Roche Jaille, Pointe de la Masse	PD / <u>\$</u>	1450
14-16	janvier			
S023	Renard Valérie, Liaud Sébastien	Courses dans le Beaufortain	PD+ / <u>\$ \$ \$</u>	1700
14-15	janvier // CAR POUR LE DÉVOLUY // 124 e	euros		
S024	Clerc Françoise, Nollet Hugues	Crète de l'Étoile et Pied Gros de St-Étienne	PD / <u>\$</u>	1100
S025	Archimbaud Yves, Michel Benoît	Tête de Lapras, Tête de l'Aupet	AD / 🏂	1500
S026	Boch Anne-Laure, Arque Christophe	Traversée Col de Festre, La Jarjatte	PD / <u>\$</u>	1200
S027	Lecinq Benoît, Lagache Marie-Caroline	Tête de Lapras, Tête d'Oriol	PD / <u>\$</u>	1200
S028	Allart Isabelle, Serres Alain	Vallon Charnier, Combe de la Cluse ou Vallon des Narrites	PD+ / <u>\$</u>	1300
14-16	janvier // CAR INITIATION POUR LE BEAU	FORTAIN // 290 euros tout compris		
S029	Brisson Thierry, Prévéral David	Initiation ski de randonnée #1	Initiation	-
S030	Charnay Victorien, Leroy Jacques	Initiation ski de randonnée #2	Initiation	-
S031	Egermann Philippe, Jamaux Jean-Luc	Initiation ski de randonnée #3	Initiation	-
S032	Constantin Christophe, Torti Benoît	Initiation ski de randonnée #4	Initiation	-
20-23	janvier			
S033	Renard François, Declercq Bruno	Traversée piémontaise	AD / <u>& &</u>	1600
21-23	janvier	·		
S034	Charles Jérôme	Premières traces 1	Initiation	-
21 -22	janvier // CAR FORMATION POUR LE BEA	UFORTAIN // 124 euros		
CISR1	Brisson Thierry, Leroy Jacques, Cunin Anne-Claire	T. Control of the Con	Initiation	-
FOR09	De Failly Christophe, Raffin Maël	Stage nivologie niveau 2	-	-
FOR11	Perret François, Deshayes Jean-François	Carto-orientation niveau II	-	-
21-22	janvier // CAR POUR LE QUEYRAS // 134 e	euros		
S035	Gambotto Jean-Pierre, Carré Bruno	Pic de Maloqueste et Praroussin	PD / <u>\$ \$</u>	1200
S036	Varneau Thierry, Domene Melania	Courses au départ de Brunissard	PD / <u>*</u>	1100
S037	Grentzinger Rémi, Amadio Roberto	Pic du Gazon, Col des Ayes, Col du Lauzon	AD / 🏂 🏂	1400
S038	Arque Christophe, Boch Anne-Laure	Pic Charbonnel et Mait D'Amount	PD+ / <u>*</u>	1200
S039	Le Bars Yann, Montel Olivia	Courses au départ du Roux d'Abriès	PD+ / <u>**</u>	1400
27-30	janvier			
S040	De Crevoisier Claire, Peretti Jean-François	4 jours dans le Val troncea	PD / 🏂	1200

Réf.	Encadrement	Course	Niv. et type	Déniv.		
28-29	janvier					
S041	Lévi Guy, Liaud Sébastien	Cime du Sambuis, Selle du Puy Gris	AD / 🏂 🏂	1600		
28-30	janvier // CAR POUR LE NÉOUVIELLE (PYR	ÉNÉES) // 144 euros				
S042	Chaudot Emmanuel, Jantet François	Ascension du Néouvielle et traversée	PD+ / 🏂	1300		
S043	Boyer Ludovic, Riboud Nicolas	Pic de Néouvielle et satellites	AD / 🏂	1300		
S044	Labatte Jean Marc, Malbos Véronique	Pic Long, Pic de Neouvielle	AD / LLL	1500		
S045	Allart Isabelle, Cayrel Christine	Hourquette de Municot, Pic ou Turon du Néouvielle	PD+ / <u>*</u>	1300		
S046	Roux Jérôme, Gignoux Jérémie	Traversée en Néouvielle	PD / <u>\$</u>	1300		
3-5 fév	· /rier					
S047	Charles Jérôme, Lagache Marie-Caroline	Premières traces 2	PD / 🏂	1100		
4-12 fe						
S048	Brisson Thierry	En étoile dans le Val Maira	PD / 危危	1300		
5-11 fe	,		1.2,11	1333		
S049	Boulay Pierre-Yves, Arque Christophe	Le Val Germanasca	PD+ / 🏂	1200		
			FD+ / E-E	1200		
	février // CAR POUR LE PIÉMONT (ITALIE)			1.500		
S052	Lecinq Benoît, Michel Benoît	Cima Dorlier, Punta Clapiera	PD+ / <u>\$ \$ \$</u>	1500		
S053	Gambotto Jean-Pierre, Macocco Christian	Albergian et Punta Moncrons	PD+ / ½	1500		
S054	Boch Anne-Laure, Lévi Guy	Roc Boucher, Cima Dorlier	PD+ / <u>*</u>	1500		
S055	Allart Isabelle, Mommeja Patrick	Traversée Dormillouse, Pic de Terre Noire	PD / 🏂	1300		
S056	Roux Jérôme, Torti Benoît	Crête de Dormillouse, Pic de Terre Noire	PD+ / <u>\$</u>	1300		
	février			_		
S057	Renard François, Declercq Bruno	Traversée des Dolomites	AD / LLL	2000		
19-26	février			,		
S058	Deshayes Jean-François, Métivier Laurent	En étoile dans les Naviser Alpen (Tirol Autriche)	PD / 🏂 🏂	1200		
25-27	février					
S059	Macocco Christian, Herbin Erick	Val de Rhêmes : Pointe de la Galise, Grand Vaudala	PD+ / <u>\$</u>	1100		
25-26	février // CAR POUR LE CHABLAIS // 124 e	euros				
S061	Le Bars Yann, Constantin Christophe	Mont de Grange	AD / 🏂 🏂	1400		
S062	Varneau Thierry, Domene Melania	Cornettes de bises	PD+ / 🏂	1200		
S063	Chaudot Emmanuel, Delabelle Thierry	Chablis en abondance - Le Gramont	PD+ / <u>\$</u>	1500		
S064	Malbos Véronique, Gignoux Jérémie	Attention, traileurs en panne de rubalise	PD+ / 🏂 🏂	1500		
S065	Boyer Ludovic, Riboud Nicolas	Cornettes de Bise	PD+ / <u>*</u>	1000		
3-7 ma	ars					
S066	Renard Valérie, De Crevoisier Claire	Traversée de l'Alpe Dèvero	AD / 🏂 🏂	1700		
4-5 ma	ars					
S060	Arque Christophe	Premiers sommets	F / 🏂	1200		
S067	Charles Jérôme	Geffriand et Gratte	PD / <u>*</u>	1100		
	ars // CAR POUR LE CHAMPSAUR // 144 e		1.2			
CISR2	Brisson Thierry, Breil Jérôme, Fontaine Romain	CISR #2	Initiation	-		
S068	Varneau Thierry, Mongabure Rémi	Courses en étoile depuis Prapic	PD / 🏂	1200		
S069	Domine Nicolas, Jantet François	4000-1 : 4000 m de dénivelé en 3 jours	PD / <u>*</u>	1350		
S070	Archimbaud Yves, Labrosse Pascal	Vieux Chaillol - Pointe des Moutieres	AD / AD	1600		
	l .	Now Ordinor Torrito des Moduleres	AD I BE	1000		
9-14 mars						
S071	Macocco Christian, Herbin Erick	Silvretta	PD+ / <u>\$</u>	1400		

Diff	Ted	C	NP .	D
Réf.	Encadrement	Course	Niv. et type	Déniv.
10-16	1			
S072	Chaudot Emmanuel, Raffin Maël	Vignemale tour par Bachimania espana	AD / 🏂 🏂	1500
11-12	mars // CAR POUR ANDERMATT (SUISSE)	// 124 euros		
CASR2	De Failly Christophe, Brisson Thierry	CASR II	PD+ / <u>\$</u>	1200
S073	Breton Sylvaine, Torti Benoît	Entre Tälligrat, Leckihorn et Pizzo Lucendro	PD+ / <u>***********************************</u>	1300
S074	Sinquin Laurent, Lamouche Christine	Pizzo Centrale, Piz Alv et Piz Ravetsch	PD+ / <u>***********************************</u>	1500
S075	Clerc Françoise, Mongabure Rémi	Rotondo et Lucendro	PD+ / <u>\$</u>	1200
S076	Domene Melania, Prévéral David	Pazolastock, Piz Borel	PD+ / <u>\$</u>	1400
12-18	mars			
S077	Renard François, Declercq Bruno	Traversée des Dolomites	D / <u>& & &</u>	2000
S078	Deshayes Jean-François, Métivier Laurent	Séjour dans les Dolomiti di Braies (SüdTirol - Italie)	PD / <u>\$</u>	1200
18-20	mars			
S079	De Crevoisier Claire, Liaud Sébastien	Haute maurienne, autour de la Femma (à préciser)	PD+ / <u>*</u>	1700
18-19	mars // CAR POUR LA BELLEDONNE // 12	4 euros		
S080	Arque Christophe, Boch Anne-Laure	Tour du Puy Gris et col des Balmettes	PD+ / <u>\$</u>	1600
S081	Jamaux Jean-Luc, Lagache Marie-Caroline	Pointe de l'Aup du Pont, Cime du Sambuis	AD / 🏂	1600
S082	Grentzinger Rémi, Amadio Roberto	Col de Comberousse, Pic sud du Merlet	AD / 🏂 🏂	1500
S083	Allart Isabelle, Varneau Thierry	Cime du Sambuis, Grand Morétan ou Pic du Gleyzin	PD+ / <u>\$</u>	1600
S084	Breton Sylvaine, Gignoux Jérémie	Découverte « étoilée » entre col des Fontaines et crête Brabant/Tepey	AD / 🏂 🏂	1500
19-26	mars			
S085	Deshayes J-François, Gambotto Jean-Pierre	Séjour dans le Val Maira (Piemont - Italie)	PD / <u>\$</u>	1200
23-26	mars		<u> </u>	
S086	Charles Jérôme, Breton Sylvaine	Au départ de Fouillouse et de Maljasset en Ubaye	PD+ / <u>\$ \$ \$</u>	1400
24-27	mars			
S087	Renard Valérie, Cordier Pascal	Grandes courses en Ubaye	PD+ / <u>热热</u> 危	1800
25-28				
S001	Le Bars Yann, Allier Rémy	Mercantour	AD+ / <u>**</u>	1400
			ADI / EEE	1400
	mars // CAR POUR DISENTIS (SUISSE) // 1		DD: / // //	4200
S088	Roux Jérôme, Fontaine Romain	Traversée en Disentis	PD+ / <u>*</u>	1300
S089	Boyer Ludovic, Riboud Nicolas	Piz Medel, Piz Critallina	AD / 25	1300
S090	Lévi Guy, Arque Christophe	Piz Muraun, Piz Cazirauns, Garvera	PD+ / <u>*</u>	1700
S091	Labatte Jean Marc, Malbos Véronique	Piz Medel, Piz Terri	AD / <u>\$\$</u>	1500
S092	Mongabure Rémi, Labrosse Pascal	Piz Uffiern et Tgietschen	PD+ / <u>\$</u>	1200
	ril // CAR POUR ST-GERVAIS // 124 euros			
S093	Lecinq Benoît, Boch Anne-Laure	Col de la Croix du Bonhomme, Mont tondu	AD / 🏂 🏂	1300
		·		
S094	Mongabure Rémi, Breil Jérôme	Le Buet	PD / <u>\$</u>	1400
		·		
5095 1-2 av	Mongabure Rémi, Breil Jérôme	Le Buet	PD / <u>\$</u>	1400
5095 1-2 av	Mongabure Rémi, Breil Jérôme Chaudot Emmanuel, Carré Bruno	Le Buet Dômes des Miages CISR #3 Glacier d'Argentière	PD / <u>\$</u>	1400
S095 1-2 av CISR3	Mongabure Rémi, Breil Jérôme Chaudot Emmanuel, Carré Bruno ril // CAR POUR CHAMONIX // 124 euros Brisson Thierry, Charnay Victorien,	Le Buet Dômes des Miages	PD / <u>*</u> *	1400
S095 1-2 av CISR3 S096	Mongabure Rémi, Breil Jérôme Chaudot Emmanuel, Carré Bruno ril // CAR POUR CHAMONIX // 124 euros Brisson Thierry, Charnay Victorien, Constantin Christophe	Le Buet Dômes des Miages CISR #3 Glacier d'Argentière	PD / 🏂 🛣 AD / 🏂 🛣 Initiation	1400 1500
S095 1-2 av CISR3 S096 S097	Mongabure Rémi, Breil Jérôme Chaudot Emmanuel, Carré Bruno ril // CAR POUR CHAMONIX // 124 euros Brisson Thierry, Charnay Victorien, Constantin Christophe Clerc Françoise, Jamaux Jean-Luc	Le Buet Dômes des Miages CISR #3 Glacier d'Argentière Col du Passon et les 3 Cols	PD / \$\frac{1}{2} \text{D} \te	1400 1500 - 1000
S095	Mongabure Rémi, Breil Jérôme Chaudot Emmanuel, Carré Bruno ril // CAR POUR CHAMONIX // 124 euros Brisson Thierry, Charnay Victorien, Constantin Christophe Clerc Françoise, Jamaux Jean-Luc Domine Nicolas, Jantet François Cayrel Christine, Perret François	Le Buet Dômes des Miages CISR #3 Glacier d'Argentière Col du Passon et les 3 Cols 4000-2 : Progressions sur glacier à + de 3000 m d'alt	PD / \$\frac{1}{2} \text{D} \text{AD / \$\frac{1}{2} \text{D}	1400 1500 - 1000 1300