

# PARIS CHAMONIX

alpinisme **La Verte**



randonnée pédestre  
**Idées randos pour l'été**

alpinisme  
**Des 4000 alpins**

## Actualité

### Création du Groupe-Club 4000 Caf Ile-de-France

Le Comité directeur du Caf Ile-de-France a validé la création en son sein d'un Groupe 4000 lors de la réunion du 28 janvier 2019.

Ce groupe a pour objectif de :

**1• Rassembler les alpinistes membres du Caf Ile-de-France qui ont réalisé au moins 30 des 82 sommets européens d'au moins 4000 mètres** (lire p.18). Les sommets alpins concernés sont ceux de la liste officielle de ces monts arrêtés par l'UIAA (Union internationale des associations d'alpinisme). Le parcours des sommets accessoires ne sera pas pris en compte, mais peut être indiqué par tout candidat à ce club.

**2• Promouvoir au sein des adhérents du Caf Ile-de-France l'ascension de ces sommets** dont le parcours a marqué l'histoire de l'alpinisme et de ses progrès constants. Le but est d'inviter les plus jeunes à accéder au terrain d'aventures de la haute montagne.

**3• Organiser des séances d'information sur l'ascension de ces 4000** basées sur l'expérience des membres de ce Groupe-Club 4000.

**4• Établir un lien avec les Groupes-Club 4000 européens existants** afin d'échanger les expériences et innovations, tout particulièrement avec le Gruppo Club 4000 du CAI de Turin.

#### Modalités d'adhésion :

Les postulants à ce Groupe-Club devront adresser à Jean-François Mougenot, secrétaire du « Groupe Club 4000 Caf IdF » ([groupe4000@clubalpin-idf.com](mailto:groupe4000@clubalpin-idf.com)), un document Excel contenant la liste détaillée de leurs ascensions en précisant la date, la voie d'ascension, l'horaire si possible, les participants des courses alléguées. Ils pourront être questionnés afin de s'assurer de l'au-

thenticité des parcours rapportés. Les quatre premières années un parrainage par un membre du Groupe-Club ne sera pas exigé. Passé ce délai, un parrainage par un membre du « Groupe-Club 4000 Caf IdF » sera requis. Les membres du Groupe 4000 du Caf Ile-de-France seront de droit membres du Gruppo Club 4000 du CAI de Turin et vice versa, les modalités d'adhésion à ces deux clubs étant identiques.

#### Organisation du Groupe-Club 4000 Ile-de-France :

##### 1• Bureau

Un bureau est constitué pour une période d'au plus quatre ans. Il comprendra un président, un vice-président et un secrétaire. Ce bureau aura pour objectif de finaliser les statuts de ce groupe au sein du Caf Ile-de-France ainsi que son règlement intérieur.

##### 2• Les membres fondateurs

Claude Boitard, Jean-Michel Gosselin, et Jean-François Mougenot, membres fondateurs de ce groupe, constituent le bureau initial du Groupe 4000 pour une période de 4 ans.

*Président :* Claude Boitard,

*Vice-président :* Jean-Michel Gosselin,

*Secrétaire :* Jean-François Mougenot.

*Le bureau s'est adjoint les personnalités suivantes :*

Patrick Gabarrou, en tant que parrain ; Pierre Gourdin, guide de haute montagne, formateur à l'Ensa en tant que conseiller technique.

##### 3• Cotisations

Lorsque l'adhésion du postulant est acceptée par le bureau et les conseillers techniques,



Éperon de la Brenva, Kuffner au Maudit, Aiguilles du Diable  
(photo : Jean-François Mougenot)

une unique cotisation est requise, d'un montant de 10 euros, via un compte du Caf IdF dédié au Groupe 4000.

**4• Une carte de membre** sera adressée par courrier postal aux adhérents. ▲ **Adresse de contact :** [groupe4000@clubalpin-idf.com](mailto:groupe4000@clubalpin-idf.com)

## Rendez-vous

### Soirée Accueil

**La soirée d'accueil et d'informations aura lieu mercredi 11 septembre à 19h15, à l'Association de quartier de Notre-Dame des Champs, 92 bis Bd du Montparnasse, Paris 14<sup>e</sup>. Métro Vavin.**

Nouvel adhérent ou pas encore adhérent... venez découvrir les nombreuses activités que propose le Caf IdF, à Paris, en montagne ou ailleurs, en présence des responsables de toutes les activités : alpinisme, escalade en milieu naturel et sur SAE, randonnée pédestre, marche nordique, trail, ski de montagne, ski de fond, raquettes à neige, spéléologie, etc. ▲

## 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](http://www.clubalpin-idf.com) // Courriel : [accueil@clubalpin-idf.com](mailto: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 12 au 26 août.**

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.



### Chers lecteurs et potentiels rédacteurs

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

- 10 août pour le n°249 (octobre-décembre)
- 10 novembre pour le n°250 (janvier-mars)
- 10 février pour le n°251 (avril-mai)
- 10 avril pour le n°252 (juin-septembre)

**Contact :** [mylene@clubalpin-idf.com](mailto:mylene@clubalpin-idf.com)

**Pour tout renseignement concernant Paris Chamonix :** 06.86.75.50.94.

# Sommaire du numéro 248

## 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 :

Martine Cante, Hélène  
Denis, Claude Lasne,  
Bernard Marnette, Annick  
et Serge Mouraret,  
Bernadette Parmain,  
François Renard, Oleg  
Sokolsky.

Administration :

Club alpin français  
d'Ile-de-France

12 rue Boissonnade  
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 : juillet 2019  
CPPAP n° 0124 G 84108

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



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

page 6 // L'écho de Bleu oh ! oh !

page 8 // Randonnée pédestre : IDÉES RANDOS POUR L'ÉTÉ

page 12 // Alpinisme : LA VERTE

page 18 // Alpinisme : DES 4000 ALPINS

page 17 // Chronique des livres et du multimédia

page 20 // Les activités au Caf Ile-de-France

Anse de Pen Hat, presqu'île de Crozon,  
sentiers côtiers du Finistère  
(photo : Word Press)

En une : Calotte glaciaire de la Verte,  
Aiguille Sans Nom, faces nord et ouest  
des Drus avec l'empreinte du Pilier Bonatti  
à jamais disparu  
(photo : Jean-François Mougenot)

## 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



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

## 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)

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

par Annick Mouraret

*Les éléphants : « Tous ceux qui ont vu ces bêtes magnifiques en marche à travers les derniers grands espaces libres du monde savent qu'il y a là une dimension de vie à sauver. »*

*Romain Gary, Les racines du ciel, 1966*

## La haute traversée de Belledonne

Le topo du GR 738 (Savoie-Isère), issu du « sentier des bergers », était attendu et annoncé depuis sa création en 2017. C'est un itinéraire sportif, de refuge à refuge, qui peut concurrencer le GR 20 : 130 km pour 10 000 m de dénivelé ! La chaîne de Belledonne s'étend sur 80 km, sa ligne de crête oscille entre 2500 et 2977 m au Grand Pic, offrant un paysage montagnard contrasté : sommets dénudés, forêts, alpages, villages. L'enneigement important constitue de grandes réserves d'eau et 1500 hectares de zones humides. Les 11 étapes, du nord au sud, d'Aiguebelle à Chamrousse, ne sont pas toujours sans risques : de longues journées parfois, brouillard, neige, relief accidenté... S'y greffent 2 GRP : Tour du Pays d'Allevard et lac des 7 Laux. ▲ Site : [www.hautetraverseedebelledonne.com](http://www.hautetraverseedebelledonne.com). Voir p. 5.



## Monts d'Ardèche

C'est un guide du PNR des Monts d'Ardèche qui, par ces itinéraires, met en avant ses actions notamment dans le cadre du géopark mondial depuis 2014, d'un parcours artistique « partage des eaux », les castagnades... Cela montre la grande diversité des paysages entre volcans et vallées, les savoir-faire ruraux (terrasses, moulinages...), à découvrir en famille et entre amis. Pour les grandes randonnées, utiliser les topos GR et voir aussi p. 9 un grand tour en 11 étapes. ▲ Voir p. 5.

## Queyras et Guillestrois

Les deux pays sont complémentaires, reliés par de nombreux cols faisant passer d'un environnement de type steppique durancien à des paysages de douces prairies de montagne avec des bosquets de mélèzes. Un topo nouveau pour des itinéraires de découverte au sud des Hautes-Alpes, de Mont-Dauphin à la frontière italienne. Beaux paysages, beaux chalets typiques, des fleurs... ▲ Voir p. 5.

## Haut-Chablais

Un guide pour bien découvrir le Haut-Chablais, au nord de la Haute-Savoie, entre les rives sud du lac Léman et le massif du Mont-Blanc, dans les Préalpes calcaires. Il s'agit de la région de Morzine-Avoriaz, Les Gets, vallée d'Aulps, Tour des Dents Blanches... labellisée Géoparc mondial Unesco. 50 itinéraires décrits par un fin connaisseur, passant parfois en Suisse (Tours des Dents Blanches et Dents du Midi). On trouve des randonnées faciles en vallées, plus engagées, alpines et chaque fois sont précisés le niveau, la nature du terrain, la difficulté, le matériel à prévoir. ▲ Voir p. 5.

## Entre Sainte-Victoire et Sainte-Baume

SENTIER PROVENCE, MINES D'ÉNERGIES

C'est au nord d'Aubagne, un GRP qui remet en mémoire une région où le charbon fut extrait jusqu'en 2003 (à Gardanne). L'exploitation du lignite de Provence s'est faite dans plus de 50 puits creusés jusqu'à 1350 m de profondeur, après une rudimentaire extraction en surface depuis le XV<sup>e</sup> s.

Voici donc un nouveau GR de Pays en 3 pétales et 13 PR, ici un pays minier inconnu pour beaucoup, avec un topo qui dit tout sur un rude travail. Même si la Méditerranée est proche, le terrain n'est pas tout plat ! À visiter : le musée Pôle historique des mines de puits Hély d'Oisel. ▲ Voir p. 5.

## Haute-Savoie, sentiers du vertige

Il s'agit de randonnées hors des sentiers battus, par des sommets et traversées néanmoins familiers, en dessous de 3000 m, du lac Léman à Albertville, par le Chablais, les Aravis, la chaîne du Mont-Blanc. Elles sont destinées à des montagnards autonomes, aux pieds sûrs et habitués au vide. Ce ne sont pas des via ferrata, on ne trouve pas toujours les équipements destinés à assurer la sécurité, l'encordement est à privilégier. De beaux programmes revisités par Pierre Million qui avait réalisé un premier livre en 2001. Sont ajoutés les accès à des refuges devenus difficiles : Conscrits, le Couvercle, Leschaux, La Charpoua, l'Envers-des-Aiguilles, Plan-glacier... Ambiance montagne pour des projets estivaux. ▲ Voir p. 5.



## Idées rando pour l'été

Comme chaque été, des itinéraires sont décrits (voir p.8-12) : Corse/sentier de la transhumance, presqu'île de Crozon/Cornouaille et trois grands tours : montagne ardéchoise, montagne de Lure et Haute-Maurienne.

La destruction du refuge Ortu di u Piobbu (4/5/2019) sur le GR 20, rend l'étape difficile, bivouac seul. La bonne alternative : Calenzana-Bonifatu (4h45, gîte)-refuge Carozzu (7h15, jonction GR 20). ▲

## www.changerdapproche.org

Rappelons ce site pour trouver des itinéraires accessibles en transports en commun. Certaines régions ou parcs éditent des dépliants, tel récemment le PNR du Verdon : 10 idées de sorties en montagne sans voiture, un jour ou deux, à pied, parapente, vélo électrique, escalade, canoë... ▲

## Les animaux ont-ils peur des randonneurs ?

Sont-ils stressés par les bruits des enfants, le cliquetis des bâtons des marcheurs ? « Ce qui fait du bruit n'effraie pas les animaux, ce qui est silencieux leur fait peur. Les chasseurs et les prédateurs se déplacent en silence pour ne pas attirer l'attention. Ce qui fait du bruit ne chasse pas, est localisable. Les bruits d'un cueilleur de champignon, par contre, sont similaires à ceux d'un chasseur. Les VTT qui se fauillent entre les troncs provoquent de véritables paniques chez les animaux qui les voient au dernier moment et s'enfuient précipitamment. » ▲ La Vie dans la forêt, P. Wohlleben

## l'écho des sentiers et de l'environnement

### Des gros chiffres

**L'UTILISATION DES MATIÈRES PREMIÈRES**, sable, métaux, charbon en premier lieu, devrait doubler dans le monde d'ici à 2060. Accompagnant l'expansion de l'économie et l'élévation des niveaux de vie, elle pourrait atteindre 167 gigatonnes (90 actuellement), ce qui exercera sur l'environnement une pression deux fois plus forte qu'aujourd'hui, déjà pas soutenable. *Rapport de l'OCDE.*

**LE BOIS EN FORÊT** : 43 860 m<sup>3</sup> de bois ont été vendus en 2017, dont 76 % sur Fontainebleau, 14 % aux Trois Pignons et 10 % sur la Commanderie. 40 % sont destinés au bois d'œuvre (construction, ameublement, tonnellerie...), 14 % au bois d'industrie (panneaux



Coupe de bois en forêt de Meudon (photo : Mouraret)

de particules destinés aux entreprises de bâtiment), 33 % au bois de chauffage (bûches/90%, plaquettes/10 %), 13 % vente aux particuliers (bûches). *Source : ONF.*

**LA CHASSE EN FORÊT DE FONTAINEBLEAU** Pour 2017-2018 le bilan est : 251 grands cervidés, 172 chevreuils et 787 sangliers, ce qui est légèrement inférieur au plan de chasse prévu. Celui de 2018-2019 est de 306 grands cervidés et 217 chevreuils. *Source ONF.* ▲

### Tortues caouannes dans l'Hérault

Au matin du 7 octobre 2018 sur une plage de l'Hérault, des promeneurs ont eu la chance d'assister à la sortie de son nid d'un bébé caouanne (*Caretta caretta*, une espèce en déclin). Dans les jours suivants, près de 60 petites tortues ont pris le large, 5 autres plus faibles ont été prises en charge par le Centre de soins du Grau-du-Roy. Depuis 15 ans, seules deux pontes avaient été observées en Région Paca.

*Les tortues caouannes atteignent l'âge adulte à 17 ans et ne pondent que tous les 2 à 3 ans, 4 à 6 fois et 120 œufs environ par nid. Un jeune/1000 parvient à l'âge adulte.* ▲

### Agenda



- **04/07-29/08. Les jeudis des refuges de l'Oisans.** Les gardiens font découvrir leur univers : forfait menu local et soirée nature. Les jeudis des refuges de l'Oisans - 38520 Le Bourg-d'Oisans. Tél. 04 76 80 50 01. [Infos@berarde.com](mailto:Infos@berarde.com)
- **Juillet-août. Tournée musicale des refuges** : dans le Mercantour (15-31/07), Ile de la Réunion (août). De drôles d'alpinistes aux étranges sacs à dos, russes, brésiliens... à suivre pour le concert du soir... <http://tourneesdesrefuges.fr>
- **09-11/08. 29<sup>e</sup> Salon international du livre de montagne de Passy.** Parvis des Fiz. Thème : les alpages « Al'pages ». Site : [salondulivremontagnepassy.jimdo.com](http://salondulivremontagnepassy.jimdo.com)
- **21/09. La bossapass**, 25 ou 35 km, 800 ou 1200 m dénivelé. + un circuit marche nordique. Départ de la gare de Chaville R. D. [www.rando92.fr](http://www.rando92.fr)
- **21-22/09. Journées européennes du patrimoine.** Thème 2019 : arts et divertissement. [www.journeespatrimoine.com](http://www.journeespatrimoine.com)

## Topos

### Nouveautés

#### La Haute traversée de Belledonne

FFR, réf. 738, 1<sup>ère</sup> éd. 3/2019

GR 738, 127 km,  
GRP Tour du Pays d'Allevard, 78 km,  
GRP Tour du lac des Sept-Laux, 39 km.

▲ Voir p. 4.

#### Haute-Savoie, sentiers du Vertige

Pierre Million, Glénat, 4/2019

Randonnées hors des sentiers battus : 40 itinéraires avec schémas, infos pratiques, descriptions et photos souvent spectaculaires. ▲ Voir p. 4.

#### Haut-Chablais

François Passaquin, 1<sup>ère</sup> éd. Glénat, 4/2019

Les plus belles randonnées, 50 itinéraires avec dénivelation, dont 2 Tours de 3 à 5 jours. ▲ Voir p. 4.

#### Monts d'Ardèche

Glénat, 1<sup>ère</sup> éd. 10/2018

Les plus beaux sites et itinéraires : 50 balades et randonnées à pied dans le PNR.

▲ Voir p. 4.

#### Le Queyras et le Guillestrois... à pied

FFR, réf. P.056, 1<sup>ère</sup> éd. 3/2019

41 PR, dont 18 font plus de 4 h. ▲ Voir p. 4.

#### Entre Sainte-Victoire et Sainte-Baume

FFR, réf. 1300, 1<sup>ère</sup> éd. 3/2019

Sentier Provence, Mines d'énergies.

GRP : pétale sud 65 km, pétale nord 42 km, pétale nord-est 44 km, cumulables, et 13 PR

(de 1 à 4h)

contigus.

▲ Voir p. 4.

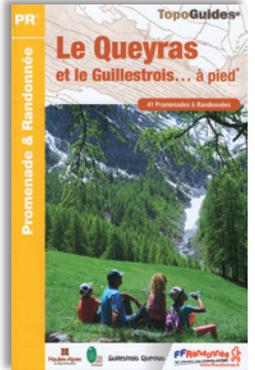
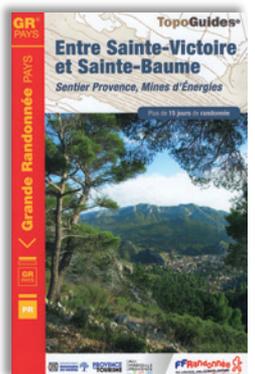
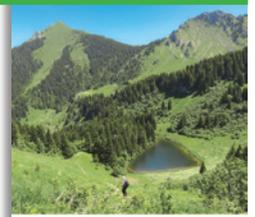
### Rééditions

#### Nantes Métropole... à pied

FFR, réf. P 441, 2<sup>e</sup> éd. 2/2019

28 circuits PR : la nouveauté, 15 sont adaptés à la marche nordique.

GRP du Pays nantais : 161 km, proposé en 8 étapes. La région abrite 33 zones naturelles d'intérêt écologique, faunistique et floristique. ▲



par Oleg Sokolsky

## Pas de grandes nouvelles bleausardes... ce sera court

Si je n'étais pas sérieux (pourquoi ces hochements de tête ?), j'aurais pu vous dire que l'Orange et le Rouge de Franchard Cuisinière ont été entretenus avec les modifications qui s'imposaient par... chut ! Malheureusement, pas d'information nominative possible, le camion Convention n'étant pas encore arrivé jusqu'à l'aire d'accueil adéquate (je n'ose envisager son entrée dans son futur sanctuaire dans le Pavillon de Breteuil, à Sèvres, où il côtoiera le mètre, qui n'est plus étalon, et le thermomètre de référence constamment plongé dans la glace fondante à la pression de référence - malgré le réchauffement climatique ; réminiscences de l'enseignement secondaire de jadis, quasi oublié maintenant). ▲

## Le camion Convention (vous avez dit « vention » ?) : quelle aventure !

Le camion Convention (notamment pour la peinture administrative des circuits de grimpe, lire échos précédents)... la traversée Ghar-daïa/Tamanrasset avec un crochet par Bidon 5 ; du pipo à côté ! Initialement un démarrage, poussif et fumeux, il y a pratiquement deux ans ; même l'aide du Cosiroc (Comité de défense des sites et rochers d'escalade) n'a pas fait accélérer l'engin dont le frein à main devait être un peu grippé. Puis panne de l'ordinateur de bord, suivi d'un long temps de mise à niveau des logiciels. Fin 2018 tout semblait bien reparti.

Manque de chance, plus de conducteur à bord ! Et aucun membre du Cosiroc n'ayant le permis adéquat... Alors, espérons ! Des nouvelles dans le prochain Paris-Cham ?

Quant aux food-trucks évoqués par Annick dans sa chronique précédente, c'est comme la convention, la proposition de cahier des charges tarde à venir. Ça coince peut être avec le camion Convention à l'entrée de l'aire d'accueil ONF ? ▲

## Un dernier événement à venir : l'anniversaire des tags du 91,1

Deux ans déjà (comme la convention me soufflent certaines mauvaises langues... que j'apprécie) et ils tiennent bien le coup ! [lire Paris Chamonix 244, juillet-septembre 2018]

Disons le franchement, rien ne semble avoir été fait à leur niveau ; ni enquête, ni dépose de plainte, ni tentative d'intervention pour les faire disparaître (exception faite de la manip initiale du Cosiroc, qui contrevenait - sacrilège ! - au règlement de la forêt de protection ; quand même, deux tags supprimés, pas mal pour un sacrilège). Un rêve : une intervention d'extra-terrestres ou mieux, de terrestres extras ? En résumé, qu'est ce qu'on rigole ! ▲

**PS :** Comme j'ai encore un peu de place, j'en profite pour vous informer que les fiches circuits et les cartes de mes « échos » sont réalisées par notre sigiste cosiroquien : Jean-Yves Derouck qui maîtrise l'informatique, le grès bleausard, la perceuse au Viaduc des Fauvettes et j'en passe du côté des Grands Aaux. Merci Jean-Yves ! Et « sigiste » ce n'est pas une injure, c'est juste le nouveau nom des cartographes maîtrisant les Systèmes d'information géographiques.

## Rochers des Troglodytes



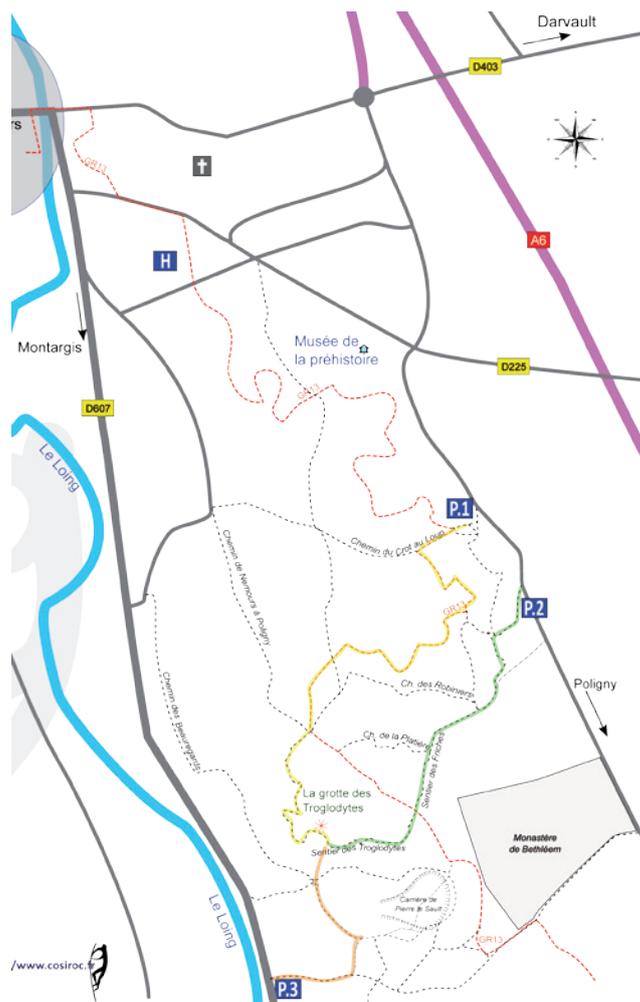
Vous pouvez consulter le « Carnet des Troglodytes » sur le site [cosiroc.fr](http://cosiroc.fr). Je n'en extrais que la phrase qui suit : « Les voies sont rarement engagées, le grès offre une adhérence exceptionnelle et ses couleurs sont à rêver. »

Un rappel : non loin de la forêt communale de Nemours, vous pouvez aussi grimper dans le sympathique site de Darvault (cf. Paris Chamonix 238, janvier 2017).

### Accès aux Troglodytes (cf. carte ci-dessous)

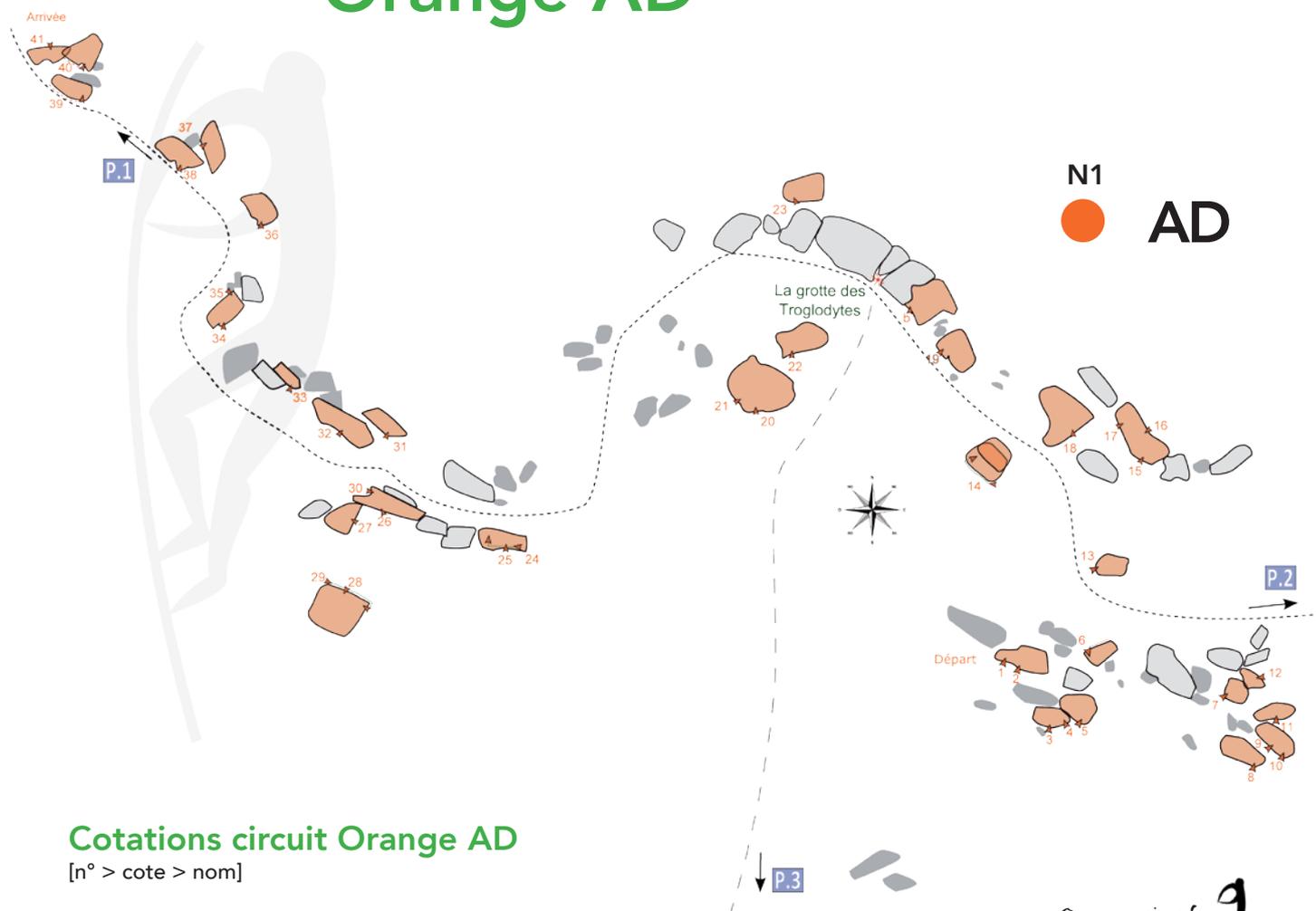
Du rond point située à la sortie côté ouest du péage de « Nemours/Montereau » sur l'A6 (sortie n°16).

Suivre plein sud la route de Poligny. Continuer droit après le deuxième giratoire, proche du Musée de la Préhistoire (mérite la visite). P1, 900 m plus loin. Puis P2, 350 m après. De là, des sentiers agréables (cf. carte) conduisent au site. Autre possibilité : rejoindre P3 en bordure est de la D607 à 2 km de la sortie sud de Nemours au niveau d'une ancienne discothèque (site assez nauséux mais le plus proche du coin de grimpe). Puis voir carte.



l'écho de Bleu oh ! oh !

# Rochers des Troglodytes (Forêt communale de Nemours) Orange AD



## Cotations circuit Orange AD

[n° &gt; cote &gt; nom]

1	3a	La friction			
2	3b	Ok mon amour			
3	3b	Traverse la rue			
4	3b	Je ne suis rien			
5	3b	Fainéant			
6	3a	Gaulois réfractaire	23	3b	Le François moyen
7	3b	Tiens bon la rampe	24	3b	La promenade des Anglais
8	3c	Pognon de dingue	25	3b	Plein soleil
9	3c	Les fissures inversées	26	3c	Château de cartes
10	3b	La dülfi grenue	27	3c	La croisette
11	3b	Dernier de cordée	28	3a	Champion de la terre
12	3b	Kwassa-kwassa	29	3b	Mon ami Benalla
13	3c	Sentier gauche	30	3b	Quête d'outil
14	3c	Mafia bretonne	31	3c	Familiale
15	3a	Mono	32	4a	Le tunnel
16	3b	OK bosse !	33	3a	L'État gère
17	3b	Le trou haut	34	3b	Départ trou
18	3b	Auprès de mon arbre	35	3b	Antre et sors
19	3b	Fesse gauche	36	3b	La liaison sans danger
19bis	3a	L'épreuve	37	3b	Bientôt Noël
20	3b	La carrière droite	38	3c	Même l'appui
21	3c	Le coup de sans-fil	39	3b	Traversée du bonsaï
22	3c	Tempête	40	3a	Gilles est jaune
			41	3a	Le merlu

© www.cosirac.fr



# Idées randos

## pour l'été

Par Serge Mouraret

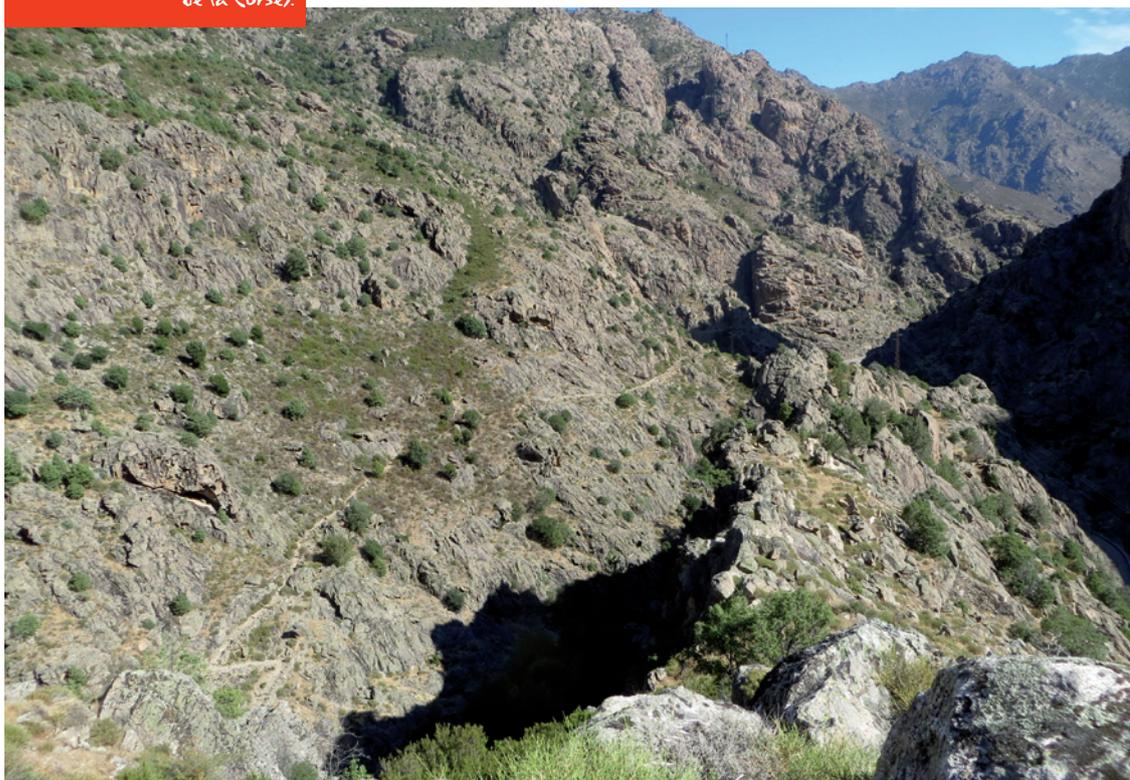
Voici quelques suggestions pour l'été, pourquoi pas pour le printemps et l'automne ? : randonnées originales, créations, classiques, oubliées ou méconnues. Elles s'ajoutent à celles parues dans tous les *Paris Chamonix* de l'été et toujours valables. Pour 2019, une randonnée côtière, trois en moyenne montagne et une dans les Alpes devraient répondre à tous les appétits.

Retrouvez tous les hébergements, tous ces itinéraires et une centaine d'autres sur [www.gites-refuges.com](http://www.gites-refuges.com), rubrique... « Itinéraires ».

Dans les suggestions d'étapes, les horaires correspondent aux temps cumulés.



Ci-contre : Pancratium d'Illyrie (photo : J.P. Grandmont) ;  
ci-dessous : la Scala di Santa Regina, gorges du Golo (photo : Médiathèque culturelle de la Corse).



### En Corse, le sentier de la transhumance De Calenzana à Corscia

Pour découvrir vraiment la Corse, celle... des corses, des villages, des paysages fleuris (au printemps, la pivoine, le pancratium d'Illyrie...), des panoramas grandioses comme le golfe de Girolata, les gorges de la Spelunca ou du Tavignano, l'Alta Rocca, oubliez le GR 20 et randonnez plutôt sur les sentiers transversaux, praticables presque toute l'année : les Mare a Mare nord (9 jours), centre (7 jours) et sud (5 jours), le Mare e Monti (10 jours) ou *le sentier de la Transhumance* (6 jours) proposé ici.

Il emprunte comme son nom l'indique d'anciens sentiers de transhumance, une activité saisonnière qui a longtemps rythmé l'économie pastorale. Les troupeaux ont laissé la place aux randonneurs, assurés d'y trouver le calme et la solitude qui manquent sur le GR 20 voisin. Commun au départ avec le sentier Mare e Monti, le sentier alterne parcours en forêts et en montagne, faisant passer de la vallée du Fango à celle du Golo. Après l'étape au refuge isolé et accueillant de Puscaghia, dans la seule étape « montagne », il coupe la crête à la Bocca di Guagnerola (1833 m) puis jouxte un moment le GR 20. Ensuite, il passe à Albertacce et Calacuccia tout comme le Mare a Mare nord. À

Corscia, l'arrivée, la randonnée serait incomplète sans la prolongation sur l'impressionnant sentier bâti de la Scala di Santa Regina, au-dessus des gorges du Golo.

Cette traversée, bien jalonnée de gîtes d'étape et un refuge, se réalise en cinq ou six jours.

#### Suggestion d'étapes :

- J1 : Calenzana - Bonifatu (g.é., 5h).
- J2 : Bonifatu - Tuarelli (g.é., 6h) ou Mont Estremo (g.é., 7h30).
- J3 : Tuarelli ou Mont Estremo - refuge Puscaghia (6h30 ou 5h).
- J4 : Puscaghia - Bocca di Guagnerola (1833 m) - Albertacce (g.é., 6h).
- J5 : Albertacce - Lozzi - Corscia (g.é., 5h30).
- J6 : Corscia - sentier de la Scala - Funtana i Vignenti (D218, 2h).

### Pratique

• Valable pour tous les sentiers transversaux, le topo-guide FFR Corse, *entre mer et montagne* (réf. 065). Le parcours apparaît en surcharge sur les cartes IGN TOP 25 n°4149. OT, 4150.OT et 4250.OT.

• **Accès au départ** : Bus de Calvi à Calenzana (15 km). [www.corsicar.com](http://www.corsicar.com).

• Pour le recueil à la Scala di Santa Regina (Funtana i Vignenti), accord avec les Autocars cortenais. Tél. 04.95.46.22.89 (ligne Col de Vergio-Corte, mi-mai à mi-octobre). Site : [transport-touristique-corse.fr](http://transport-touristique-corse.fr).

## Un Grand Tour de la Montagne Ardéchoise Depuis La Bastide-Puylaurent (48)

Malgré son relief compliqué, la cévenne et la montagne ardéchoise sont parcourues d'innombrables sentiers, balisés ou non, qui permettent avec un peu d'analyse des circuits pittoresques et élégants.

En tirant le meilleur du *GRP Tour de la Montagne ardéchoise*, avec un peu de GR 7, de GR 3, de GR 73, voici un grand Tour d'une douzaine d'étapes qui offre des panoramas remarquables, d'abord sur le terrain volcanique des Sucs et du Gerbier puis dans les schistes et les granits de la Cévenne avec la découverte de jolis villages et d'un patrimoine de montagne typique. Quelques raccourcis sont possibles mais alors le randonneur se prive peut-être d'une vallée. Quelques chambres d'hôtes et des hôtels assurent la bonne continuité et des étapes raisonnables.

La singularité de l'Ardèche est bien la pénurie de transports et la difficulté d'accès aux itinéraires. Pour les voies ferrées, à l'est, il y a la vallée du Rhône avec Valence et Montélimar. À l'ouest, fort heureusement bien placés, on trouve Langogne et surtout La Bastide-Puylaurent (Lozère), l'accès le plus facile au circuit : gare SNCF (ligne Paris-Nîmes), gîte d'étape l'Etoile, GRP à 20 minutes par le GR 72 (jonction à La Courège).

Ce circuit est normalement réalisable de mai à octobre, il est bien sûr réversible mais le sens décrit réserve sans doute les plus belles étapes pour la fin.

### Suggestion d'étapes

• **J1** : La Bastide Puylaurent (g.é.) - Laveyrune (g.é., 2h) - Saint-Étienne de Lugdarès (ch. d'hôtes, hôtel, 5h).

• **J2** : Saint-Étienne - Lanarce - Mazan/Le Bouteirou (g.é., 7h).

• **J3** : Mazan - Issanlas (g.é., 2h) - Villeneuve - La Borie (g.é., 5h) - Lac d'Issarlès (ch. d'hôtes, 5h35) - suivre le GR 3 pour Le Béage/Verden (g.é., 6h40) ou bien le quitter à la cote

1198 avant la ferme de l'Arbre pour Le Béage (g.é., 7h).

*Entre Issanlas et le Lac d'Issarlès peut s'inscrire une boucle vers Coucouron, mais elle manque d'hébergements adaptés.*

• **J4** : Verden ou Le Béage - cote 1477 à l'est du Suc de Montfol (1h30 de Verden, 2h du Béage) - cote 1479 (Villevieille, g.é. à 15 min.) - cote 1382 (3h de Verden, 3h30 du Béage) - Gerbier de Jonc (g.é., 3h40 de Verden, 4h10 du Béage).

*De la cote 1382 possibilité d'un beau détour par le vallon du Pradal au pied du Suc de Sara, au prix d'une assez longue étape (7h ou 7h30, déniv. = 465 m).*

• **J5** : Gerbier de Jonc - Éco-musée de Bourlatier (bâtisse remarquable) - Lachamp Raphaël (g.é., 3h). *Ascension du Gerbier en prélude (1h AR contemplation du panorama comprise).*

• **J6** : Lachamp-Raphaël - cascade du Ray Pic (2 km AR du pont) - Sagnes et Goudoulet (g.é., 4h).

• **J7** : Sagnes et Goudoulet - Lac Ferrand (3h40, du lac Maltrate, g.é. à 500 m) - Lalligier (hôtel, 4h40) par GR 73 et GR7.

Peu après le lac Ferrand, s'amorce une extension par Saint-Cirgues-en-Montagne (hôtels et ch. d'hôtes, 5h40) et Mazan-l'Abbaye (étape en ch. d'hôtes, 7h30).

• **En J8** : Mazan - Bel-Air (6h). Retour à l'itinéraire décrit près de Bèque, cote 1292.

• **J8** : Lalligier - Bel Air (g.é., 5h) par GR 7 et GRP.

• **J9** : Bel Air - Le Bez (g.é., 1h40) - Borne (ch. d'hôtes, 4 h).



Ci-dessus : le mont Gerbier de Jonc et le Mézenc en toile de fond ; ci-contre : ferme musée de Bourlatier (photos : Mouraret).



- **J10** : Borne - Loubaresse (g.é., 2h30) - Montselgues (g.é., 5h30).

*Il est possible de court-circuiter la boucle de la Borne (gorges) pour gagner un jour mais ce serait bien dommage. Dans ce cas, en J8 étape Lalligier - Bel Air (g.é., 5h) - Le Bez (g.é., 6h40) et J9 : Le Bez - Montselgues (5h) avec liaison directe Le Bez - Loubaresse par GR4.*

- **J10 ou J11** : Montselgues - Saint Laurent les Bains (g.é., 5h30). Très belle étape par Laval-d'Aurette et la vallée de la Borne.
- **J11 ou J12** : Saint Laurent - N.D. des Neiges (g.é., 1h40) - La Bastide Puylaurent (g.é., 2h40, gare SNCF).

### Pratique

- Topo-guide FFR réf. 702 *Tour des Cévennes et de la Montagne ardéchoise*
- Cartographie : IGN TOP25 2837.OT et 2838.OT

## Un Grand Tour de la Montagne de Lure Depuis Simiane-la-Rotonde ou Sisteron

Prolongement du mont-Ventoux, de 450 à 1826 m d'altitude, la Montagne de Lure étire sur 50 km sa longue échine calcaire des bords de la Durance, à l'est, aux Monts d'Albion, à l'ouest. Sa face nord

avec hêtraies et sapinières plonge vers la vallée du Jabron, sa face sud couverte de chênes descend lentement pour s'évanouir dans les champs de lavande. Ce contraste fait sa richesse : faune sauvage, flore alpestre et méditerranéenne, villages perchés (Banon et son célèbre fromage), jasseries et bories de Redortiers. Chemins forestiers ou simples sentes sont nombreux et expliquent le maillage important de parcours, balisés ou non. GR 6, 946, 653D, GRP Tour de la Montagne de Lure, PR s'y croisent ou s'y confondent. Une habile combinaison permet de réaliser un grand Tour de la Montagne de Lure d'une dizaine d'étapes qui concerne quasiment tous les gîtes d'étape du massif. Ce circuit est praticable une grande partie de l'année (neige sur les crêtes en hiver). Le départ de Simiane-la-Rotonde est pratique (26 km d'Apt) mais l'accès à l'itinéraire est aussi possible à partir de Sisteron (SNCF), 2h pour Bevons/Mas du Figuier.

### Suggestion d'étapes

- **J1** : Simiane-la-Rotonde/Chaloux (g.é.) - Le Rocher d'Ongles/Les Granges (g.é., 4h30), GR 6 sur 11 km, puis GRP.
- **J2** : Les Granges - Lardiers - Saint Etienne les Orgues/Les Vignaus (g.é., 3h30).

- **J3** : Les Vignaus - station de ski (g.é. des Crêtes de Lure, 4h) - sommet de Lure (1826 m) - crête de Lure (Pas de la Graille, Pas de la Croix, Pas de Jean Richaud) - Jas des Bailles (g.é., 7h). Cette étape assez longue peut être scindée avec arrêt au gîte des Crêtes de Lure.

- **J4** : Jas des Bailles - Pas de Jean Richaud - crête - antenne (cote 1338) - gorge de la Foillée (1,2 km après l'antenne) - Peipin/La Fenière (g.é., 4h).

- **J5** : La Fenière - Crête de Chapage par GR 653 - ravin de l'Espinasse - Valbelle/Le Parrot - Bevons/Mas du Figuier par GRP (g.é., 4h).

- **J6** : Mas du Figuier - Saint-Vincent-sur-Jabron/La Ribière (g.é., 5h) par GR 946 et GRP.

*Variante possible (circuit en 11 jours) par le col Saint-Pierre, alors étape à Eourres/Les Damias (g.é., 5h).*

Ensuite, en **J7** : Les Damias - col de Verdun - Aubard - La Ribière (g.é., 4h30).

De **J8** à **J11** comme le circuit

*court ci-dessous :*

- **J7** : La Ribière - Lange - ravin de Paillat - Montfroc/Les Ricoux (g.é., 3h) par GRP.
- **J8** : Les Ricoux - Claux du Gon - Les Michelets - Pas de Redortiers - GRP jusqu'à Redortiers/Le Trait (g.é., 4h)
- **J9** : Le Trait - Banon (g.é., 3h45) par GRP.
- **J10** : Banon - Simiane/Chaloux (g.é., 5h30) par GRP et GR 6.

### Pratique

- **Information** : pour plus de détails, Association des Gîtes de Lure : [www.gitesdelure.fr](http://www.gitesdelure.fr).
- **Cartographie** : IGN 3240.OT, 3242.OT, 3339.OT, 3340.ET, 3341.OT.



Ci-dessus : les Crêtes de Lure (photo : topo rando montagne) ; ci-contre : le Jas des Terres du Roux, Redortiers (photo : Esclamonde).



## Presqu'île de Crozon et Cornouaille

### De Brest à Audierne par le GR 34

Le sentier côtier breton GR 34, maintenant complet, atteint presque 2000 km du Mont-Saint-Michel à Saint-Nazaire. Avec 7 topo-guides et quelque 185 jours de randonnée, voilà l'avenir assuré pour un randonneur ordinaire en Bretagne.

Pareil développement laisse supposer une grande diversité sur cette côte si dénichetée, surtout au nord. C'est une invitation à chercher l'itinérance raisonnable et magnifique.

Pourquoi ne pas commencer en Finistère, par un des fleurons de cette côte, la presqu'île de Crozon et la Cornouaille ? Avec une bonne accessibilité, Brest au départ et Audierne (Quimper) à l'arrivée, un parcours d'une douzaine de jours, suffisamment équipé en hébergements, mène le randonneur de la rade de Brest à la baie de Douarnenez, en passant par quelques sites emblématiques : les rochers de Pen-Hir, le Cap de la Chèvre, Douarnenez (port-musée), la réserve ornithologique de Cap-Sizun, la Baie des Trépassés, la Pointe du Raz. Les étapes sont assez longues, en moyenne 25 km.



Ci-contre : port-musée de Douarnenez (photo : Ma Famille Zen) ; ci-dessous : anse de Dinan (photo : Word Press).



#### Suggestion d'étapes

- J1 : Brest (A.J.) - Plougastel (km 12) - Daoulas (km 24, ch. d'hôtes).
- J2 : Daoulas - Hôpital Camfrout (km 6,5) - Le Faou (km 18,5) - Rosnoën/Kervézennec (km 24,5, g.é.).
- J3 : Kervézennec - Landévennec (km 13, g.é.).
- J4 : Landévennec - Lanvéoc (km 20, g.é.) - Larrial (km 28, g.é.).

Entre Kervézennec et Larrial, la découpe en étapes n'est pas facile à moduler, aux randonneurs d'apprécier : courtes ou longues étapes.

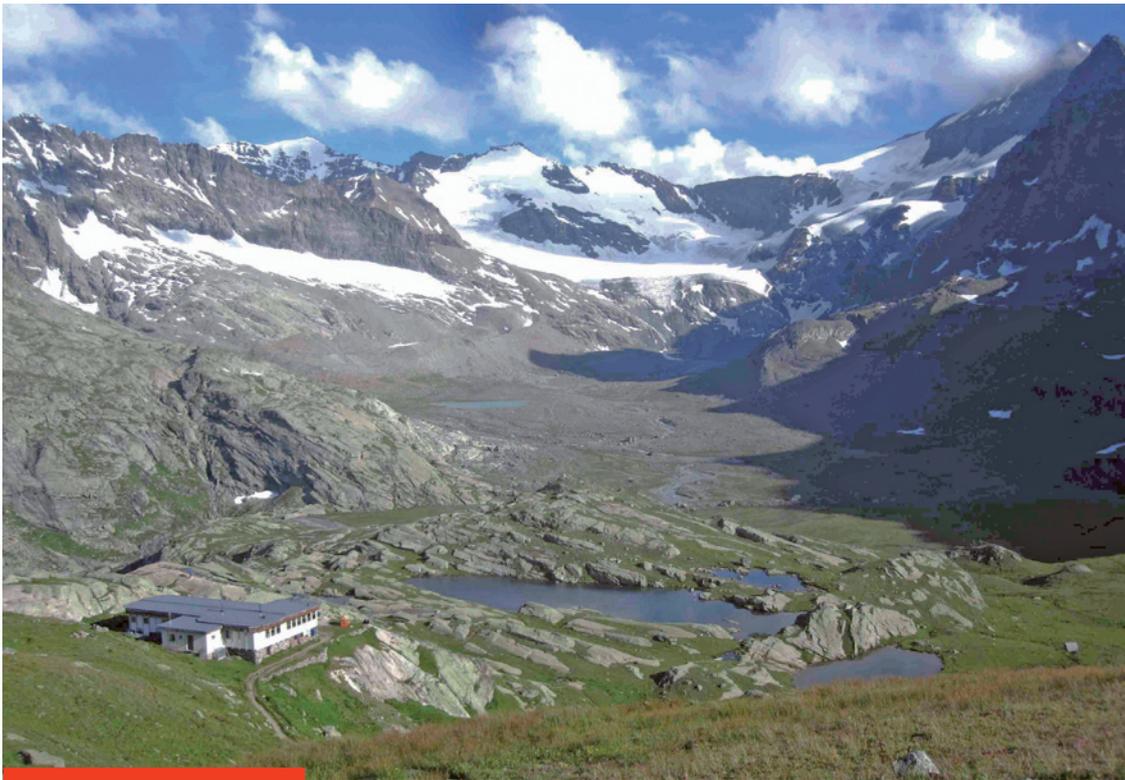
- J5 : Larrial - Camaret (km 23, AJ).
- J6 : Camaret - Pointe de Dinan (km 17,5) - Pointe de Lost Marc'h (km 20,5) - Kerdreux - Saint-Hernot (km 24,5, g.é.).
- J7 : Saint-Hernot - Kerdreux - Cap de la Chèvre (km 5,5) - Morgat (km 16,5, g.é.) - Crozon - Trébéron (km 22,5, g.é.).
- J8 : Trébéron - Telgruc/Trez Bellec (km 10, g.é.) - Trefeuntec (km 28, g.é.).
- J9 : Trefeuntec - Douarnenez (km 10, g.é.). Courte étape mais Douarnenez mérite une longue halte.
- J10 : Douarnenez - réserve ornithologique - Beuzec Cap Sizun (km 25,5, g.é.).
- J11 : Beuzec - Pointe du Van - Baie des Trépassés - Plogoff/Lescoff (km 28, g.é.).
- J12 : Leskoff - Pointe du Raz - Primelin (g.é. à 1 km du GR) - Audierne (km 23, g.é.).

#### Pratique

- Topo-guides utiles pour ce parcours : réf. 347, 380 et 348.
- Cartographie : IGN 0417.ET-IGN 0418.ET-0528.OT-IGN 0419.ET.
- Pour les liaisons autocars Audierne-Quimper (SNCF) : transports Lecœur : [www.lecoeur.fr](http://www.lecoeur.fr).

## Le Tour de la Haute-Maurienne Depuis Modane

La Maurienne est l'une des plus grandes vallées transversales des Alpes, modelée par la rivière Arc après la dernière glaciation. Au-delà de Modane, la haute-vallée devient aussi la Haute-Maurienne. Né sous les pointes frontalières des Levanna, l'Arc se faufile entre le massif de la Vanoise et celui du Mont-Cenis, la vallée est alors ceinturée par plus d'une soixantaine de sommets dépassant les 3000 m. Les seules issues sont les cols de l'Iseran, de la Vanoise et du Mont-Cenis. Ils furent dès le Moyen Âge des passages importants pour les échanges commerciaux. Des forts surveillent toujours ces accès. Les villages ont conservé leur caractère authentique et leurs traditions : Bramans, Bessans



Ci-dessus : le cirque des Evettes et le refuge (photo : Antoine Bouvier) ; ci-contre : Saint-Pierre d'Extravache (photo : Mapia.net).



## La réservation en ligne des refuges, quelle facilité !

Des associations de montagne et les parcs responsables de refuges, déploient de plus en plus des systèmes de réservation en ligne pour mieux gérer leur réseau d'hébergements. La plupart des sites portails facilitent l'itinérance en proposant en plus des circuits ou même la construction de son propre itinéraire.

### Centrales de réservation :

- Chalets et refuges de la FFCam et quelques autres, sur tous les massifs (rés. refuges et circuits) : [refuges-montagnes.fr](http://refuges-montagnes.fr). Sur [www.gites-refuges.com](http://www.gites-refuges.com), lien direct avec la centrale de réservation de la FFCam à partir de la fiche d'information du refuge.
- Massif de la Vanoise (rés. refuges et circuits) : [www.refuges-vanoise.com](http://www.refuges-vanoise.com)
- Mercantour, Argentera, Ubaye (rés. refuges et circuits) : [sud.alpes-refuges.fr](http://sud.alpes-refuges.fr)
- Écrins, Oisans, Valgaudemar (rés. refuges et circuits) : [ecrins.alpes-refuges.fr](http://ecrins.alpes-refuges.fr)
- Huit refuges sur France et Espagne (rés. refuges et circuits) : [www.entrepyr.eu](http://www.entrepyr.eu)
- Tour du Mont-Blanc : [www.montourdumontblanc.com](http://www.montourdumontblanc.com)
- Queyras (rés. refuges et circuits) : [www.montourduqueyras.fr](http://www.montourduqueyras.fr)
- Massif du mont Thabor (rés. refuges) : [www.refugesclareethabor.com](http://www.refugesclareethabor.com)
- Corse (rés. refuges du GR 20) : [www.pnr.corsica](http://www.pnr.corsica)
- Pyrénées catalanes espagnoles (rés. refuges) : [refugisonline.net](http://refugisonline.net)

et Bonneval. De la vallée à la montagne, d'une rive à l'autre, grâce aux nombreux sentiers, balisés GR, GRP, Via Alpina ou Parc national, parfaitement jalonnés de gîtes d'étape et de refuges, le Tour de Haute-Maurienne devient un magnifique parcours d'altitude au cœur des Alpes facilement accessible grâce à Modane.

Le circuit d'une dizaine d'étapes peut être réduit à 8.

### Suggestion d'étapes

- J1 : Modane - Bramans (gîte-auberge, 4h). M = 200 m. Par La Norma, Pont du Nant.
- J2 : Bramans - refuge de Bramanette (sur variante) - refuge Lo Tsamou (petit détour) - Le Planey (g.é., 1h30) - Petit Mont-Cenis

(ref., 3 h). M = 870 m. Par Saint-Pierre d'Extravache, Le Planey, ruisseau d'Ambin, col du Petit-Mont-Cenis.

- J3 : Petit Mont-Cenis - Bessans (g.é., 6h15). M = 170 m, D = 560 m. Par Lac du Mont-Cenis, Col du Mont-Cenis, passage du Single, pont du Ribon.
- J4 : Bessans - refuge des Evettes (5h). M = 860 m. Par La Goulaz, Andagne, Plan de l'Aigle. Raccourci possible de 2 jours avec une étape Bessans - refuge Fond des Fours (6h).
- J5 : Evettes - refuge du Carro (4h). M = 740 m, D = 570 m. Par l'Écot, vallée de l'Arc, Tuilière, Le Montet.
- J6 : Carro - col des Fours (2976 m) - refuge Fond des Fours (6h30). M = 510 m, D = 740 m. Par Les Reys, Pont de l'Oulietta, Pont de la Neige, col des Fours (2976 m).
- J7 : Fond des Fours - col de la Rocheure (2930 m) - refuge de la Femma (3h) - refuge de Entre-Deux-Eaux (5h). M = 480 m, D = 580 m. Par col de la Rocheure (2930 m), refuge de la Femma, vallée du Torrent de la Rocheure, Pont de la Renaudière.

- J8 : Entre-Deux-Eaux - refuge de l'Arpont (4h20). M = 450 m, D = 250 m. Par Pont de la Renaudière, versant rive droite du Doron de Termignon.
- J9 : Arpont - Le Montana (4h10, hôtel à 10 min. du GRP) - refuge de Plan Sec (4h30). M = 440 m, D = 250 m. Par Montafia, la Lozat, La Tura, le Djoin (Le Montana).
- J10 : Plan Sec - La Fournache (g.é.) - col du Barbier - refuge de l'Orgère (4h) - Modane (5h30). M = 110 m, D = 1370 m.

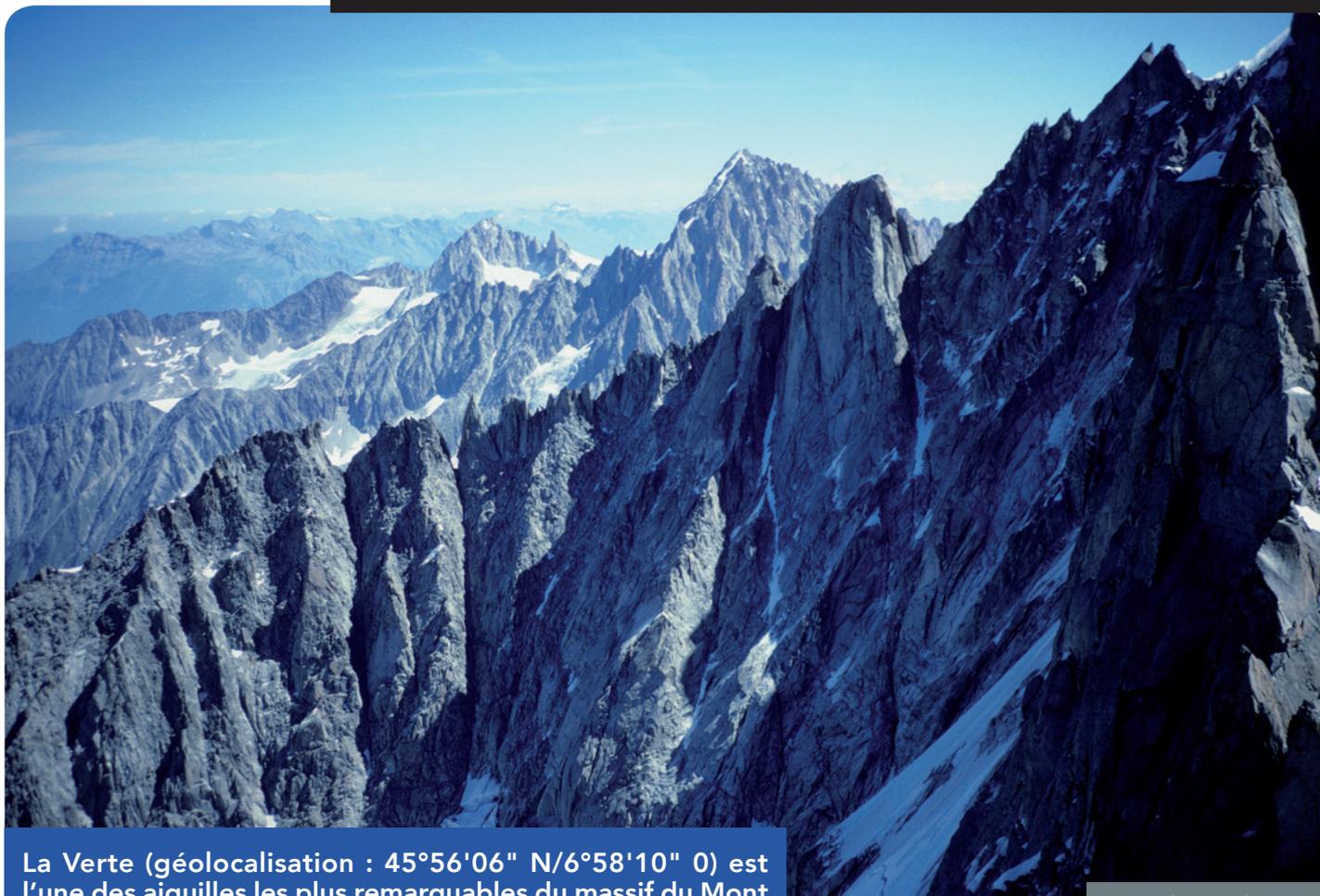
Entre La Fournache et l'Orgère, variante possible par le col de la Masse.

Autour du refuge de l'Orgère, sentier de découverte (flore et faune).

Suivant les horaires de train, étape conseillée au refuge de l'Orgère et le lendemain, l'Orgère - Modane (1h30).

### Pratique

- Plus de descriptif du GRP, itinéraire en surcharge sur les cartes.
- Cartographie : IGN 3534.OT, IGN 3633.ET, IGN 3534.OT, IGN 3634.OT.
- Accès : Modane (gare TGV). ▲



La Verte (géolocalisation : 45°56'06" N/6°58'10" 0) est l'une des aiguilles les plus remarquables du massif du Mont Blanc avec une calotte sommitale glaciaire à 4122 m, qui domine des faces verticales et des arêtes élancées offrant des itinéraires de grande envergure.

L'arête des Grands Montets vue depuis le sommet du Grand Dru.

# La Verte

Texte et photos : Jean-François Mougenot

C'est par le versant de Talèfre que Christian Almer et Franz Biner guidant Edward Whymper, réalisèrent la première ascension de la Verte, le 29 juin 1805. Cet Anglais que les anciens appelaient Vinper avait ainsi volé la première aux Chamoniards ! <sup>(1)</sup> La structure en est complexe :

- **Faces de glace au nord-est et au nord-ouest**

Versant Argentièr, le couloir Couturier est le plus bel itinéraire de face de l'Aiguille Verte que les jeunes générations à la suite d'Anselme Baud et Patrick Vallença s'aventurent à descendre à ski après l'avoir gravi ! <sup>(2)</sup>

Versant Nant Blanc, Armand Charlet, aux cent ascensions de la Verte, le grand rochassier, le maître glaciériste, sans doute le plus grand guide de l'entre-deux guerres <sup>(1)</sup> et Camille Devouassoux ouvrent le 3 juillet 1928 dans la muraille de la Sans Nom une voie extrêmement difficile en avance sur leur temps (IV, 4, 1000 m selon François Damilano <sup>(3)</sup>) ! Puis, le 22 août 1935, Armand Charlet avec Dimitri Platonov ouvre une voie directe : l'itinéraire classique

du Nant Blanc qui demeure exigeant et engagé (V 2, 4c selon François Damilano). De nombreuses voies glaciaires et mixtes ont été tracées dans ce versant Nant Blanc, dont la Gabarrou-Silvy <sup>(3-5)</sup>, du 5 au 7 août 1978, une voie qui, pour Philippe Batoux, est « l'une des plus belles et des plus variées des Alpes » (VI 5, 6c ou A1 ou M9) <sup>(5)</sup>. En conditions estivales, elle offre un parcours d'envergure de 350 mètres qui s'escalade en chaussons par une ligne de dièdres et fissures (8 longueurs, 6a-6b) <sup>(6)</sup>. Elle se parcourt en totalité en dry en automne ou en hiver.

- **Faces rocheuse versant Charpoua et mixte versant Talèfre.**

- **Les quatre arêtes** offrent maintes combinaisons de traversée où s'illustrèrent Armand Charlet ainsi que Pierre Allain. C'est ce dernier avec René Ferlet, J. Poincenot, G. Poulet qui réalisa les 23-24 juillet 1947 la première traversée Arête Sans Nom - Arête du Jardin. Mais les conséquences du réchauffement climatique que nous observons, en bouleversent les conditions de réalisation. <sup>(7-11)</sup>



L'aiguille Carrée et la Pointe de Ségogne.

## L'arête des Grands Montets

Du col des Grands Montets, cette arête nord-ouest (D, IV, 55°. Dénivelé : 1100 mètres. Horaire : 10 à 12 heures) s'élève en une longue courbe vers le sommet. Ce sont les grimpeurs du GHM, Pierre Dalloz et Henry de Ségogne, menés par Jacques Lagarde qui en réalisèrent la première ascension les 9-10 août 1925<sup>(4)</sup>. La course débute de l'Aiguille des Grands Montets, 3295 m, gagnée en téléphérique depuis Argentière. Le mieux était de partir à la première benne. Mais depuis l'incendie de la station intermédiaire de Lognan survenu le 11 septembre 2018, il est nécessaire de s'adapter à l'évolution des travaux de remise en état...

Ma première ascension de la Verte le 23/08/1990, avec Jean-François Reymond, guide de Chamonix, s'est déroulée au mieux par un grand beau temps sec et froid, à un rythme soutenu : col des Grands Montets, 8h. Epaulé 3409 mètres 8h15. Brèche 3625 mètres 10h. Col du Nant Blanc 3776 mètres 14h. Aiguille Verte, 15h.

Du col des Grands Montets, 3233 m, via le glacier, on accède à l'arête ouest-nord-ouest de la Petite aiguille Verte. Cent mètres au-dessus de l'épaule, on s'engage à droite par une légère descente dans un système de vires qui passe versant Nant Blanc en contrebas de l'arête et de ses nombreux gendarmes dont le plus remarquable est la Pointe de Gigord. Cette longue traversée, qui monte et descend, rencontre un couloir à descendre sur près de 20 mètres, puis à remonter d'autant. Nous avons parcouru ces vires totalement déneigées ce qui a permis une progression rapide à corde tendue. La vires cesse à l'aplomb de la Pointe Farrar. Des cheminées donnent accès à la brèche. Versant Argentière, la traversée de dalles mène à

la brèche 3625 m située entre la Pointe Farrar et l'Aiguille Carrée. Celle-ci s'escalade par une cheminée profonde et encaissée, versant Argentière qui conduit à l'arête nord de la Carrée. Des dalles peu inclinées, puis une fissure raide amènent à gauche à son sommet, 3716 m. Un rappel versant Argentière dépose à la brèche suivante, 3655 m. De cette brèche, on traverse versant Argentière jusqu'à un couloir raide de la Pointe de Ségogne, 3797 m. Elle s'escalade par son côté droit. Les trois gendarmes de ce premier ressaut se contournent par la gauche. Le second ressaut se gravit par l'arête, grande dalle lisse, mais peu inclinée. Un rappel amène dans le haut du couloir Cordier qu'il faut remonter jusqu'au col du Nant Blanc, 3776 m.

Lorsque j'ai parcouru cette arête des Grands Montets, la Pointe de Ségogne était englacée, impraticable. Force a été de gagner en 2 rappels, depuis le sommet du premier ressaut, des vires délitées, versant Argentière, qui ont permis d'accéder au couloir Cordier en bonne neige, puis au col du Nant Blanc. Ce 23 août, la calotte de la Verte était en parfaites conditions de neige où chaque pas laissait sans effort une belle marche ferme. Je n'ai pas le souvenir de la présence de plaques à vent, de séracs menaçants ou de rimaye faisant obstacle. Bref parcours aisée de la calotte versant Argentière jusqu'au sommet, 4122 mètres. Rappelons que le 7 juillet 1964, une cordée de 5 guides (J. Bouvier, Ch. Bozon, J. Jond, R. Nové et M. Simond) et les neuf aspirants guides en formation à l'Ensa (École nationale du ski et de l'alpinisme) gravissant les pentes supérieures de la calotte furent emportés par la rupture d'une plaque à vent.

Descente par l'arête du Moine : un cheminement complexe qui témoigne du sens de l'itinéraire de

Michel Croz qui a ouvert cette voie le 5 juillet 1865. Rimaye de l'arête du Moine, 20h. Refuge du Couvercle, 21h.

## La Sans Nom

La traversée Sans Nom - Arête du Moine est l'une des grandes traversées du Massif du Mont Blanc <sup>(7-11)</sup>. Sa première est réussie le 21 septembre 1926 par Mlle G. de Longchamp guidée par A. Charlet et M. Bozon. C'est sans conteste la plus technique ascension d'arête de l'Aiguille Verte, entreprise engagée, longue, dans une solitude absolue, cotée dans le guide Vallot D+, V (passages), IV et III. Dénivelé : 1350 mètres. Horaire : 9 à 12 heures ! Depuis le refuge de la Charpoua elle parcourt le couloir qui mène à la brèche Sans Nom, 3725 m, puis la rude facette ouest de l'Aiguille Sans Nom, 3982 m. La traversée Aiguille Sans Nom - Pointe Croux, 4023 m, si l'on choisit de passer par les pentes enneigées du versant Nant Blanc, requiert une réelle maîtrise des techniques de progression glaciaire. Les conditions optimales sont rarement présentes. L'approche du couloir est exposée à des dangers objectifs. Froid et enneigement suffisant du couloir sont nécessaires. Bien qu'elle soit moins rude que l'intégrale de Peuterey, elle exige une excellente condition physique, bien plus que pour la traversée des Aiguilles de Chamonix dont le téléphérique de l'Aiguille du Midi a simplifié l'accès. Mais la fonte du permafrost permettra-t-elle encore d'user d'une telle facilité pour cette autre traversée mythique ?

Je l'ai parcourue avec Auguste Borntrager, guide de la Compagnie du Val Montjoie les 15-16/08/1991. J'avais le weekend précédent escaladé la Tour des Jorasses, 3813 mètres, par le Grand Dièdre Sud affinant ma condition physique. Le 15/08 à 1h, nous

quittons le refuge de la Charpoua, 2841 m, pour dépasser le sommet du rognon rocheux d'amont et arriver à la langue terminale du glacier de la Charpoua. Auguste s'aperçoit qu'il a oublié sa corde au refuge ! Une heure plus tard après un rapide aller-retour du guide, nous nous encordons. Nous remontons le glacier de la Charpoua jusqu'à environ 3100m, puis en suivant un arc gauche sous la base de l'arête sud-ouest de l'Aiguille Sans Nom (Point 3208 m), passons au-dessus d'un petit rognon rocheux pour accéder vers 3340 m à la base du couloir issu de la brèche Sans Nom. Le passage de la rimaye est aisé. L'enneigement est suffisant. Il fait froid, aucune chute de pierre lors de l'ascension du couloir (50°-55°), pourtant tenu pour exposé. Ce couloir donne accès à la brèche Sans Nom, 3725 m, entre le Pic Sans Nom et l'Aiguille Sans Nom.

De là, Auguste descend versant Charpoua de 10 m pour escalader une courte, mais rude cheminée surplombante (III), puis une dalle (IV) qui donne sur une large terrasse. La suite du cheminement m'a semblé complexe à déchiffrer. Successivement, aller à son extrémité droite, descendre de 2 mètres et grimper une cheminée (III, 10 m). Par une succession de petits gradins, nous remontons sur 80 à 90 m jusqu'à la base d'un ensemble vertical de cheminées et fissures larges qui entaillent la face ouest triangulaire de l'Aiguille Sans Nom. Traversant à droite sur 50 m, nous passons une petite arête, escaladons une dalle raide, sur 10 m une cheminée (IV), puis, sur 20 m, une plus large cheminée (III) accédant ainsi à une plate-forme en-dessous d'une autre cheminée raide, non englacée lors de notre ascension. Après une traversée 2 m à gauche, une dalle verticale (IV) est gravie, puis une courte cheminée ouverte qui donne sur des gradins. Contournant versant Charpoua un



Pointe Sans Nom et Aiguille Sans Nom, vue depuis le sommet du Grand Dru.

ressaut de l'arête faitière, nous suivons celle-ci jusqu'au bloc sommital de l'Aiguille Sans Nom, haut de 6 m qui est escaladé versant Nant Blanc.

Le sommet de l'Aiguille Sans Nom, 3982 m, est atteint à 11h après cette rude escalade qui m'est apparue aussi exigeante que celle de la Traversée des Drus. Peu avant d'accéder au sommet, je constate la perte de mon appareil photo, un petit Rollei 35, si adapté à la prise de photos en montagne. Auguste me propose de tenter de le retrouver en descendant la voie suivie. Je repousse sans hésiter cette proposition, car refaire ce difficile parcours rocheux (D+, 5) pour accéder au sommet de l'Aiguille Sans Nom me semble irréaliste et peut-être de nature à compromettre la réussite de notre entreprise, bien au-delà de ce que je suis capable de faire. Après une brève pause thé, nous gagnons à 14h la Pointe Croux en traversant les pentes enneigées de la partie supérieure du versant Nant Blanc.

La traversée particulièrement exposée de cette face nord, heureusement non englacée, est protégée par la pose d'une broche à glace à mi longueur de corde et au relais. Aucune erreur de cramponnage autorisée ! Pour rappel, le parcours classique se fait ainsi : descendre en rappel côté Aiguille Verte. Suivre l'arête mixte, franchir un gendarme versant Charpoua. Continuer sur le fil en contournant versant Charpoua 2 petits ressauts. L'arête de neige conduit entre les 2 sommets de la Pointe Croux, 4023 m. De là, nous franchissons son sommet Est avant de suivre le fil de l'arête neigeuse jusqu'à la calotte, puis le sommet de la Verte. Au sommet de l'Aiguille Verte, 15h, seconde pause thé...

À la descente initiée à 15h30, moins de 100 m en-dessous du sommet de la Verte, dès les premiers blocs rocheux de l'arête du Moine, nous sommes plongés

dans un épais brouillard. Bien qu'ayant déjà descendu l'arête du Moine lors du parcours de l'arête des Grands Montets avec Jean-François Reymond, je m'égare dans un cheminement inadéquat qui nous conduit en direction du couloir Whympet. Lorsque nous en prenons conscience, force est de remonter dans nos traces sur près de 200, voire 300 mètres. Rude épreuve avant de retrouver l'arête du Moine. Parcours erratique du tiers inférieur de l'arête. Rappel sur un unique point d'ancrage (piton) qui nous dépose en aval de la rimaye vers 23 heures car j'ai refusé de bivouaquer ne disposant d'aucun équipement adapté... Refuge du Couvercle, 0h30. Long parcours !

## Arête du Jardin, Grande Rocheuse

La Traversée Aiguille du Jardin - Grande Rocheuse offre un panorama exceptionnel entre ces deux aiguilles. Le contexte est sauvage : quelques anneaux de corde, au plus quelques pitons. Pour Jean-Louis Laroche, dont on connaît la précision de ses descriptions d'itinéraire, un unique piton esseulé !<sup>(8)</sup> Elle n'est pas conseillée en condition sèche sous le col de l'Aiguille Verte dont le couloir est exposé aux chutes de pierre...

- **En prime deux 4000** : l'Aiguille du Jardin, 4035 m et l'Aiguille de la Grande Rocheuse, 4102 m.
- **Horaire** 10 à 14h. **Dénivelé** 1550 mètres. Première le 13 août 1936 par A. Charlet, A. Jacquemain et Mlle G. de Longchamp. Celle-ci réalisait ainsi les deux plus belles traversées de la Verte...

Ma première tentative le 06/08/1994 avec Jean-François Reymond, a échoué. Partant du refuge du Couvercle à 0h30, nous atteignons la rimaye, 3580 mètres, à 3h. Mais celle-ci est infranchissable. L'absence de tout pont de neige contraint Jean-Fran-

*L'arête du Jardin, une course qui mixte passage rocheux et enneigé.*





Le col Armand Charlet  
englacé.

çois à descendre au fond de la crevasse pour gravir la lèvre supérieure de la rimaye. Mais en raison d'une chaleur excessive, la qualité de la neige interdit toute progression.

Seconde tentative le 22/07/96 avec Jean-François. Depuis le refuge du Couvercle, cheminant le long de la rive gauche du glacier de Talèfre, nous passons sous la rimaye au pied du couloir Whymper, pour traverser au point 3460 m et gravir sa baie nord-est vers le pied du couloir qui descend des clochetons du col de l'Aiguille Verte jusqu'à 3580 m. La rimaye est franchie sans difficulté vers 3h. Un couloir de neige est gravi à main gauche jusqu'à mi-hauteur là où il se sépare en deux branches en Y. Puis nous gagnons en diagonale sa branche gauche, qui se termine à une barre rocheuse. À droite d'un gendarme rouge sur une nervure secondaire de la face sud-est, une raide cheminée rouge (IV) est escaladée. Des fissures et dièdres en excellent rocher sont suivis sur 80 mètres (III-IV). En traversant à gauche sous un surplomb, la crête principale est atteinte au niveau d'une brèche. De là l'arête exposée est grimpée jusqu'à un verrou rocheux, puis une arête enneigée et, ensuite, un terrain mixte dans la face sur environ 60 mètres. Pour finir, passant entre des blocs colossaux, nous atteignons le sommet de l'Aiguille du Jardin, 4035 m. Après la descente d'une arête de neige, puis de rochers raides et écaillés jusqu'à une abrupte arête de neige, nous passons à droite de l'obélisque rocheuse de la Pointe Evelyne, pour traverser et descendre l'étroite arête de glace qui mène au col Armand Charlet, 3998 m. Du versant ouest du col, nous grimpons en terrain mixte vers un gendarme, puis par la crête principale, nous accédons au sommet de la Grande Rocheuse, 9h30. La descente à l'ouest de rochers raides conduit au col de la Grande Rocheuse, 10h.

Ayant déjà accédé précédemment au sommet de l'Aiguille Verte, nous nous engageons immédiatement dans la descente du couloir Whymper. Cette descente s'avère longue et délicate en raison de conditions de neige dégradées contraignant à aller de blocs rocheux en blocs rocheux. 17 rappels sur les blocs émergeant de la neige seront nécessaires. La rimaye du couloir Whymper est franchie par un dernier rappel à 14h30 ! Refuge du Couvercle, 15h45-16h. Montenvers, 17h45.

J'avais déjà parcouru le couloir Whymper lors d'une tentative le 31/07/1973 guidé par Gaby Mollard. Première course de l'été d'un Parisien. En l'absence de réelle acclimation préalable, aux deux-tiers supérieurs du couloir, je suis fatigué et demande à Gaby de renoncer. Descente à corde tendue en 30 minutes au plus à la rimaye dans une neige de qualité exceptionnelle. L'actuel réchauffement climatique contraint à réaliser de telles courses en tout début de saison ou au printemps avant que la dégradation du couloir n'en interdise la descente, voire l'ascension... ▲

(1) *100 Alpinistes*, éd. Guérin, 2015.

(2) L. Tassan avec P. Tardivel, *Mont Blanc*, Volopress, 2008.

(3) F. Damilano, *Neige, glace et mixte. Le topo du massif du Mont Blanc. Tome 1, du bassin de Trient au Bassin du Géant*, JMÉditions, 2018.

(4) *La Chaîne du Mont Blanc. III, Aiguille Verte-Trient-Dolent-Argentière-Trient*, éd. Arthaud (4<sup>e</sup> édition), 1975.

(5) P. Batoux, *Massif du Mont Blanc - Les plus belles courses, rocher, neige, glace et mixte*, éd. Glénat, 2012.

(6) F. Damilano, J. Désécures et L. Laurent, *Mont-Blanc granite - Les plus belles voies d'escalade*, Tome 1, JMÉditions, 2016.

(7) M. Romelli et V. Cividini, *Le Grand livre des 4000*, Idea Montagna, 2019.

(8) H. Dumler et W. P. Burkhardt, *Les 4000 des Alpes*, éd. Arthaud, 2000.

(9) W. Pusch, H. Dumler et Willi P. Burkhardt, *4000 des Alpes*, éd. Glénat, 2014.

(10) J-L. Laroche et F. Lelong, *Alpinisme plaisir dans le massif du Mont Blanc*, éd. Glénat, 2000.

(11) M. Moran and L. Swindin, *The 4000 m Peaks of the Alps*, Alpine Club, 2007.

L'idée de gravir tous les 4000 des Alpes ne date pas d'aujourd'hui, elle est apparue à la fin du 19<sup>e</sup> siècle. La création récente du Club 4000 au sein du Caf IdF est l'occasion de revenir sur ces différentes ascensions.

Par Jean-Pierre Zing

# Des 4000 alpins

Retrouvez la liste des 4000 alpins sur le site, en anglais, de l'UIAA : [www.theuiaa.org/mountaineering/mountain-classification/](http://www.theuiaa.org/mountaineering/mountain-classification/)

Ci-cintre : Peuteray depuis la montée au refuge Monzino (photo : Monique Rebiffé)



**O**n attribue à l'Autrichien Karl Blodig la première collection de tous les sommets de plus de 4000 dans les Alpes, en 1906, après la première ascension de l'arête du Brouillard au Mont Blanc qui compte trois sommets de 4000 mètres : la Pointe Barette, le Mont Brouillard et le Pic Louis Amédée.

Mais, 20 ans plus tard, la topographie ayant progressé, le Rossbodenhorn, devenu Fletschhorn entre temps, perd quelques mètres et deux autres plus de 4000 font leur apparition : la Grande Rocheuse et l'Aiguille du Jardin dans le secteur de l'Aiguille Verte.

En 1932, Blodig, à l'âge de 74 ans, se lance seul à leur ascension, rejoint le col Armand Charlet par le versant Argentière, gravit les 2 sommets, bivouaque au col et redescend seul par l'itinéraire de montée et cela 5 jours après la première du col par Armand Charlet ! Jacques Lagarde aura cette phrase à son sujet : « *Et voilà comment on peut réaliser de grandes choses avec des prétextes bien futiles.* »

Il semblerait, aujourd'hui, qu'il ne fut pas le seul à cette époque à vouloir escalader tous ces 4000 des Alpes. En effet, il était en concurrence avec le Doctor Ernesto Pühn, un autre Autrichien ami et rival qui le talonnait de près dans cette entreprise. Un alpiniste anglais de Manchester, Eustache Thomas, réussit lui aussi un exploit remarquable : entre 1923 et 1928, il gravit 83 sommets de plus de 4000m !

20 personnes ont gravi les **82 sommets de 4000 alpins**

L'idée a été reprise bien plus tard à la fin des années 1980 : Luciano Ratti et Franco Bianco, du Club alpin italien (CAI) de Turin pensent avoir eux aussi gravi tous les 4000 des Alpes mais un doute subsiste sur le nombre des sommets à prendre en considération. En effet, plusieurs listes circulent : Karl Blodig 61 sommets, Wab Coolidge 66 sommets, Richard Goedeke 60 sommets, Mc Lewin 53 sommets, Jean Chabert 87 sommets, Michel Vaucher 88 sommets, Rg Collomb

79 sommets, Martin Moran 75 sommets en 1994 puis une deuxième liste de 97 sommets en 2007...

Elles comptent toutes un nombre différent de sommets ; comment être certain dans ces conditions ? L'idée leur vient alors de demander à l'UIAA (Union internationale des associations d'alpinisme), autorité incontestée d'établir la liste officielle de tous les plus de 4000. En 1993, une réunion des représentants français, italiens et suisses de l'UIAA (les pays où se situent ces sommets) définit des critères objectifs morphologiques, topographiques et « alpinistiques » qui permettront d'arrêter la liste qui sera publiée quelques semaines plus tard.

Cette liste comporte maintenant 82 sommets principaux et 46 sommets secondaires. Elle est publiée le 14 mars 1994 dans le bulletin 145 de l'UIAA. Nos deux collectionneurs italiens ne s'arrêtent pas en si bon chemin, ils créent le Club 4000 et le site internet club4000.it en an 2000. En 2005 ce club est intégré au CAI section de Turin. Il compte aujourd'hui plus de 400 membres de 12 nations différentes. Les Français y sont peu représentés, en effet, il n'y en a que 15 inscrits alors que l'on compte dans les pays où se trouvent ces sommets 37 Suisses et 349 Italiens. Aujourd'hui, 20 personnes ont gravi les 82 sommets de 4000 des Alpes dont 3 femmes (2 Suissesses et une Italienne) et 2 Français.

Comment se fait-il que nous soyons si peu actifs dans ce domaine ? Il est vrai que les sommets les plus faciles d'accès et le plus souvent à skis se situent en Suisse ou bien à la frontière entre la Suisse et l'Italie dans le massif du Mont Rose, la Bernina, et que les plus difficiles sont quasiment tous situés dans le massif du Mont Blanc. Il est tout à fait probable que d'autres de nos concitoyennes et concitoyens aient déjà gravi tous les sommets de 4000 m sans se faire connaître faute de l'existence d'un tel club en France. Réjouissons-nous c'est chose faite maintenant grâce à la ténacité de Jean-François Mougenot et à son action au Caf Ile-de-France de Paris [lire p.2]. Je souhaite un bel avenir au Club 4000 du Caf Idf. ▲

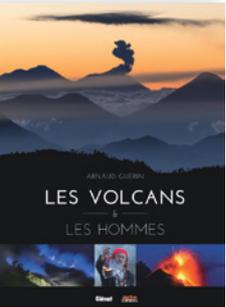
# Chronique des Livres et du multimédia

par Serge Mouraret

## Les volcans et les hommes

Arnaud Guérin, éditions Glénat/Arte

Partout dans le monde, les hommes se sont accommodés des colères de la Terre mais ont également su tirer parti des bienfaits des volcans. Sur tous les continents, ces phénomènes sont entrés dans la culture et la vie de ceux qui vivent à leur pied. Tantôt demeures des dieux, tantôt lieux tabous, ils cristallisent l'équilibre fragile qui régit la place de l'homme sur cette planète vivante. La série télévisée a donné vie à ce livre. Elle nous a menés du Japon à l'Islande, de l'Indonésie au Guatemala, de l'Italie à l'Équateur, de la chaîne des Puy d'Auvergne à la Tanzanie, etc, dans le fracas des éruptions, les coulées de lave ou les nuées ardentes. Cet ouvrage superbement illustré permet d'abord de comprendre ce que sont les volcans et les phénomènes géologiques associés, puis invite à découvrir les histoires humaines qu'ils ont engendrées dans le monde entier. Format 21,5 x 29,3 cm, 192 p. ▲



## Alpes suisses, les plus belles courses, rocher, neige, glace et mixte

Stéphane Maire, éditions Glénat

Les Alpes suisses offrent un terrain de jeu fabuleux à explorer. Du lac Léman aux Grisons, les massifs se succèdent, foisonnant de 3000 et de 4000 prestigieux et d'autres sommets secondaires aux ressources inépuisables pour l'alpiniste. Stéphane Maire a sélectionné 76 itinéraires parmi les plus beaux, de niveaux variés, AD à TD, des courses accessibles au plus grand nombre pour gravir des sommets fabuleux. Grandes faces de neige et rocheuses, arêtes en tous genres, tous les styles sont représentés, avec une dominante pour les courses rocheuses, le réchauffement climatique ayant rendu plus complexes de nombreux accès glaciaires. Aux côtés des classiques incontournables, on trouve quelques perles oubliées ou peu fréquentées. Outre les informations pratiques, un tracé sur photo et un dessin pour les longues voies rocheuses, les belles images vous transporteront directement dans l'ambiance de la course. Format 24 x 32 cm, 216 p. ▲

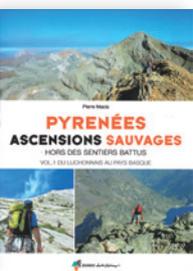


## Pyrénées ascensions sauvages, hors des sentiers battus

Vol. 1, du Luchonnais au Pays basque

Pierre Macia, Rando Éditions.

Tant par sa diversité géologique que par ses caractères régionaux bien marqués, la longue chaîne des Pyrénées offre au montagnard, randonneur ou alpiniste, un immense terrain de jeu d'une infinie variété. Quand on vise les ascensions sauvages hors des sentiers battus, autant ne pas se disperser. Ainsi, dans ce premier volume, partant de l'Atlantique, Pierre Macia s'en tient au pays basque et au luchonnais avec quelques débordements sur l'Espagne. Plus qu'un simple topo-guide, ce livre est une aventure. Du Pic d'Orhy aux Posets, l'enjeu a été de dénicher des itinéraires peu faits, détournés, parfois austères et aériens, ou d'aller sur des sommets à la mauvaise réputation. Les sommets emblématiques sont là mais ils sont abordés par des cheminements oubliés, souvent sans repères. Ce livre n'est pas réservé à une élite même si certains parcours nécessitent



des connaissances en escalade, un sens de l'itinéraire et exigent toujours le pied sûr. Format 17,5 x 24,8 cm, 192 p. ▲

## Destin d'alpinistes, du comte Russell à Benoît Grison

Gilles Modica, éditions Glénat

L'histoire de l'alpinisme se concentre sur quelques vedettes, oubliant beaucoup de protagonistes, trop discrets, trop originaux. Gilles Modica a choisi de mettre en lumière 25 figures mémorables de la montagne mettant en exergue les chapitres essentiels qu'ils ont signé dans l'histoire de l'alpinisme. Du comte Russell, écrivain voyageur, pionnier de la conquête des Pyrénées, jusqu'à Benoît Grison, mort à l'Annapurna en 1986, ils étaient industriels, chirurgien, architecte, notaire, guide, officier des troupes alpines, etc. On y retrouve Armand Charlet, Edouard Frenod, Félix Germain, Jean Couzy, André Contamine, Georges Nominé et d'autres. Le destin de ces hommes pour qui l'alpinisme fut une source de vie et d'inspiration, résonne aujourd'hui de manière édifiante. Format 14 x 22,5 cm, 264 p. ▲



## Carnet d'un peintre autour du Mont-Blanc

Marie-Paule Roc, éditions Glénat

On peut contempler la beauté d'une montagne sans avoir besoin de gravir son sommet, c'est sans doute pour cela que le Tour du Mont-Blanc connaît un tel succès. Au départ de Chamonix, le chemin emmène le randonneur en Italie puis en Suisse par le Val Veny et le Val Ferret avant un retour en France sur un sentier balcon face au majestueux massif. Pendant ce voyage à pied de quelques jours, les regards sont tour à tour happés par des paysages bucoliques : chalets d'alpage, marmottes et vaches, fleurs sauvages et jardins alpins ou d'impressionnantes faces ou aiguilles granitiques, des langues glaciaires venues des cimes. Pour ceux qui en reviennent ou pour ceux qui en rêvent, Marie-Paule Roc en a rapporté ce ravissant carnet d'aquarelles, une mise en bouche autant qu'un album souvenir. Au-delà du descriptif, nombre d'annotations en font un petit livre très documenté. Format 24,5 x 18 cm, 64 p. ▲



## L'Enfant des Soldanelles

Gérard Glatt, Presses de la Cité

Hiver 1952, envoyé dans un preventorium de Chamonix suite à une grave maladie, le jeune Guillaume retourne à Paris subjugué par la montagne, pour lui un paradis perdu, au point d'y revenir beaucoup plus tard pour vivre au pied des cimes, tout comme son ami d'enfance Augustin. Avec la rencontre de Julien, un enfant du pays qui les initie à la montagne, à ses beautés et à ses mystères. Voilà une équipe soudée tournée vers la randonnée et l'alpinisme. Leur passion les mène à prendre les risques inhérents à ces activités et un jour, c'est le drame, Julien, le montagnard, si agile, chute et meurt, incompréhensible. C'est le grand vide pour les deux jeunes gens et davantage encore pour la mère de Julien. Un roman d'initiation qui mêle l'émotion, la tension et le suspense des passions humaines. Format 14 x 22,5 cm, 464 p. ▲



# Les activités au Caf Ile-de-France

## Alpinisme

Responsable d'activité : Charles Van der Elst

Informations et programmes : [clubalpin-idf.com/alpinisme](http://clubalpin-idf.com/alpinisme)

### Nouvelle encadrante



**Camille Ducrot**

Amatrice d'escalade depuis huit ans, j'apprécie surtout la grande voie, qui permet de fabuleuses balades verticales, à la journée, dans des paysages souvent extraordinaires. De fil en aiguille, et pour pouvoir élargir les possibles, je me mets à grimper sur coinçeur, en terrain d'aventure. L'escalade, quelle qu'elle

soit - mais surtout la falaise - a pour moi des attraits variés: évoluer en pleine nature, pouvoir se concentrer pleinement, se connaître et connaître son corps, rencontrer des partenaires et échanger sur sa passion... C'est le plaisir de partager cette envie de grimper et de me former au mieux qui m'a poussé à devenir organisatrice et à passer mes brevets du Caf. J'encadre depuis maintenant quatre ans, régulièrement, des séjours courts ou longs en falaise. On me trouve souvent en Bourgogne (et à Saffres), dans les Calanques, les Gorges de la Jonte, Presles, le Verdon (bien que ces gorges m'échappent souvent à cause du mauvais temps), ou dans les Alpes (Envers des aiguilles, Aiguilles rouges, Aravis). ▲

## Escalade

Responsables d'activité

Escalade Fontainebleau : Carlos Altiéri

SAE (murs) : Michel Clerget

CIE : Christophe Antoine

Falaise : Anne-Claire Cunin

Informations et programmes : [clubalpin-idf.com/escalade](http://clubalpin-idf.com/escalade) ▲

## Formations

Responsable d'activité : Michel Diamantis et Jean-François Deshayes

Informations et programmes : [clubalpin-idf.com/formation](http://clubalpin-idf.com/formation) ▲

## Marche nordique

Responsable d'activité : Michel Diamantis et Xavier Langlois

Informations et programmes : [clubalpin-idf.com/marche-nordique](http://clubalpin-idf.com/marche-nordique) ▲

## Randonnée pédestre

Responsable d'activité : Alain Zurcher

Informations et programmes : [clubalpin-idf.com/randonnee](http://clubalpin-idf.com/randonnee) ▲

### Comment rester informé ?

Pour participer à une randonnée avec inscription, il faut parfois s'inscrire rapidement ! D'autres fois, une place peut se libérer en dernière minute... Vous êtes partant ? Restez informé par mail pour ne rater aucune sortie. Vous devez simplement le demander une seule fois sur le site du club :

#### 1) Pour être informé de toute nouvelle sortie :

Dans l'Espace Membre, cliquez sur la rubrique **Alerte nouvelles sorties**. Cliquez *Créer une alerte email* et choisissez l'activité *Randonnée pédestre avec inscription* et/ou *Randonnée pédestre sans inscription*.

#### 2) Pour être informé des dernières places à saisir :

Inscrivez-vous sur le forum, affiché sur la page d'accueil ([www.clubalpin-idf.com/forum](http://www.clubalpin-idf.com/forum)). Mode d'emploi dans le blog d'aide : cliquez *Aide* sur la page d'accueil et cherchez le billet *S'inscrire sur le forum*.

**5 forums de la randonnée** vous informent et vous permettent de discuter. Vous pouvez vous abonner individuellement à chaque forum pour recevoir un mail à chaque nouveau message. En bas du forum choisi, par exemple *Randonnée : Dernières places à saisir*, cliquez sur *S'abonner au forum*.

Parmi les autres forums proposés : *Nouvelles randos et changements* ou *Recherche de partenaires de rando* peuvent vous intéresser !

#### 3) Pour rester informé et discuter :

Plusieurs **listes de diffusion** par mail vous sont proposées. Dans l'Espace Membre, cliquez sur la rubrique *Abonnement liste de diffusion*.

- **Infos Rando** vous informe régulièrement sur l'activité randonnée.
- **Jeunes Randonneurs du Caf IdF** est réservée aux jeunes randonneurs de 18 à 38 ans. Elle vous permet d'échanger entre JR ainsi que d'être informé d'une sortie JR, ou de vous retrouver entre JR sur une sortie du programme.
- **Randonneurs du Caf IdF** est ouverte à toute discussion sur la randonnée entre adhérents du club. Places de dernière minute, achat/vente, questions... tout est possible !

### Nouveaux encadrants

**François Couloumat**

Je suis randonneur depuis très longtemps, depuis l'âge de 17 ans. J'ai pratiqué la randonnée d'abord avec des copains, j'ai donné le virus à mon épouse Nathalie et plus tard à mes enfants. J'adore partir à l'aventure, avec l'appui d'une carte IGN ou d'un topo guide et me laisser porter par des sentiers insolites. Pourquoi la randonnée ? C'est pour moi un moment d'évasion et de partage. J'ai, durant 7 ans, pratiqué la course d'orientation en club, je recherchais un sport alliant la tête et les jambes, j'y ai trouvé de grands plaisirs sportifs. Ensuite le partage, j'avoue que le Caf nous a ouvert les portes. Ce que j'apprécie au Caf c'est que la grande majorité des randonneurs et des organisateurs sont passionnés de montagne comme moi. J'ai une affection particulière pour les Hautes-Pyrénées. La montagne est pour moi mon oxygène. À Paris actuellement j'ai besoin de sentir l'altitude en moi, alors sillonner les chemins franciliens me permet de m'entretenir. J'apprécie de découvrir d'autres coins de France comme la Vanoise où j'ai pu aller chauffer mes mollets, le Jura dont je souhaite faire la traversée ou encore la Bretagne pour aller à la rencontre de ses sites mystérieux. La randonnée sur tous terrains m'attire. Je guiderai en soutenu, car j'ai le goût de l'effort.

J'aime avant tout le partage et rencontrer des gens qui ont la même passion de la montagne, qui ressentent les mêmes frissons.



Crête, en arrivant à Songia  
(photo : Bernadette Parmain)



## les activités au Caf Ile-de-France



Vedretta di Cedec, sous le Cevedale, Südtirol (photo : Sylvaine Breton)



### Jean-Claude Renaut

Je pratique depuis de nombreuses années la randonnée dans les Alpes, le Jura et les Vosges en famille et avec des amis. J'aime la montagne, les forêts et les voyages à l'étranger où je peux découvrir en rando de superbes paysages très différents des nôtres. C'est ma troisième année au Caf et depuis un an je suis retraité ce qui me laisse du temps en semaine pour participer au randos proposées.

Je peux maintenant m'investir davantage et faire

de l'accompagnement en plaine dans un premier temps et par la suite en montagne. ▲

## Raquettes à neige

Responsable d'activité : Martine Cante et Xavier Langlois  
Informations et programmes : [clubalpin-idf.com/raquettes](http://clubalpin-idf.com/raquettes) ▲

## Ski alpin hors piste

Responsable d'activité : Agnès Bauvin  
Informations et programmes : [clubalpin-idf.com/ski-hors-piste](http://clubalpin-idf.com/ski-hors-piste) ▲

## Ski nordique

Responsable d'activité : Bernadette Parmain  
Infos, programmes et niveaux : [clubalpin-idf.com/ski-nordique](http://clubalpin-idf.com/ski-nordique) ▲

## Ski de randonnée

Responsable d'activité : Sylvaine Breton  
Informations, programmes et niveaux : [clubalpin-idf.com/ski-randonnee](http://clubalpin-idf.com/ski-randonnee)

Les sorties du groupe ski de randonnée ont eu beaucoup de succès cette hiver. C'est grâce à un programme riche et varié, une forte communication et aussi un bon remplissage des cars grâce à la mise en place d'une liste de diffusion permettant de contacter les passionnés prêts à partir à la dernière minute pour une sortie.

Pour s'inscrire : [www.clubalpin-idf.com/EspaceMembre/listeDiffusion.php](http://www.clubalpin-idf.com/EspaceMembre/listeDiffusion.php)

L'équipe est ravie d'accueillir 7 nouveaux brevetés initiateur ski de randonnée et 2 encadrants ont finalisé leurs brevet avec la qualification ski-alpinisme.

Ça tombe bien, nous préparons déjà le programme pour 2020 avec toujours de belles destinations entre France, Suisse, Italie et Autriche. Nous allons même nous perdre en Andorre. Tout cela sur des week-ends de 2 ou 3 jours ou des départs à la semaine.

Nous proposons toujours plus de sorties pour que chacun puisse apprendre et progresser :

- 4 week-ends « initiation » sont proposés en début de saison pour vous permettre de vous inscrire ensuite sur des sorties dites « normales ».
- Nous reconduisons le cycle initiation et le cycle 4000, sur 3 week-ends.
- Et je suis ravie d'annoncer le retour du cycle autonomie avec 2 nouveaux encadrants motivés et un programme surprise. Ce cycle est plutôt réservé aux éventuels futurs encadrants.

Vous pouvez contacter Rémi Grentzinger, notre responsable formation. Aussi, je vous invite à guetter les formations « validantes » sur le site de la FFCam dès septembre.

- Enfin, pour ceux qui veulent progresser vers l'autonomie mais sans aller jusqu'à encadrer, les 2 week-ends "Faites vos traces" sont pour vous.

Côté carnet, notre famille de skieurs s'agrandit : 5 futurs cafistes sont nés pendant cette saison 2018/2019 :)

### Nouveaux encadrants

#### Agathe Dumas

Mes premières traces en ski de randonnée remontent à l'hiver 2012, lorsque des amis me proposent de les rejoindre pour un raid Chamonix-Zermatt. Je suis très rapidement conquise par ce sport, permettant de belles traces dans des espaces vierges. Adeptes de grandes traversées l'été (HRP, traversée des alpes, rocheuses...), je retrouve en ski de rando ce sentiment de plénitude des montagnes avec en plus le plaisir d'enchaîner de belles descentes.

Je m'inscris au Caf Ile-de-France en 2015 et découvre alors les cars couchettes et la possibilité de rayonner le temps d'un week end dans les massifs italiens, autrichiens, suisses et français. Ces week-ends, sportifs et conviviaux, sont aussi l'occasion de faire la connaissance de chefs de course passionnés, qui me donnent envie de m'impliquer à mon tour dans l'encadrement de sorties. Et me voilà chef de course depuis 2019 !



#### Ghislain Mazars

Après une première expérience de ski de randonnée dans des conditions apocalyptiques (coincés pendant 3 jours au refuge de la Pilatte...), j'ai redécouvert l'activité sous de meilleurs auspices lors de l'un des premiers cycles d'initiation organisé par le Caf IdF. Pratiquant régulier depuis, j'apprécie particulièrement les sorties en traversée permettant de découvrir les différentes facettes d'un massif. Je privilégie des sorties de difficulté modérée laissant la place au voyage et à l'immersion dans de beaux itinéraires de montagne. Sans oublier évidemment le plaisir de se retrouver le soir autour du poêle d'un refuge - que celui-ci soit gardé ou pas ! À bientôt donc pour de belles et longues journées en montagne, et si les conditions s'y prêtent, des virages chaloupés dans une neige légère.



#### Amélie Poinsot

Montagnarde depuis toujours, bien qu'ayant grandi au bord de la mer, je rejoins le Caf peu de temps après mon



photo : Maxime Fiorani

## les activités au Caf Ile-de-France

installation à Paris, en 2016. Je découvre la chouette ambiance des cars couchettes, et mon premier week-end avec le Caf Ile-de-France (arrivée avec 20 minutes de retard porte d'Orléans, réveil le matin sous les flocons, risque avalanche 4 dans la Vallée de Névache...) me laissera un souvenir impérissable. Je ne suis donc pas la seule à Paris à être à ce point dingue de montagne pour faire 1500 kilomètres en deux jours et revenir le lundi matin au boulot... Très rapidement, j'ai envie de m'investir dans l'activité ski de rando du Club, et découvre le cursus de co-encadrement dans lequel je m'engage à l'hiver 2017-2018. Je me mets à participer à l'organisation des sorties, avec des publics de débutants ou de gens plus chevronnés.

J'ai passé mon brevet en mars au cours d'un stage dans le Mercantour où le peu d'enneigement nous a obligé par moment à déchausser les skis et à nous encorder sur des passages délicats. Rien n'est plus beau qu'une course de ski de rando qui se termine crampons au pied sur une arête !

J'ai hâte de proposer de nouvelles sorties au Caf Ile-de-France. Je dois dire aussi que face à un milieu montagnard traditionnellement assez « genré », je suis ravie de participer à la féminisation de l'encadrement au sein du Club. À bientôt sur les sommets !



### Benoit Torti

Repris par le goût du grand air, des larges paysages et d'une certaine activité physique, j'ai adhéré au Club alpin d'Ile-de-France en 2012 avec l'idée d'y faire de l'escalade et de l'alpinisme. Chemin faisant, j'y ai surtout découvert le ski de randonnée et la joie de parcourir la montagne en hiver.

Après quelques années à faire des sorties en tant que participant et à écumer les différents cycles proposés par le Club alpin, j'ai souhaité à mon tour

faire partager à d'autres ce plaisir d'être à ski en montagne.

Ma préférence va aux jolies balades de difficulté moyenne en traversée, plutôt qu'à la quête aventureuse d'ardus sommets en aller-retour, mais il m'arrive aussi de me laisser tenter par quelque mont, pointe ou pic. Et si je suis a priori plus attiré par la montée, j'apprécie également les bonnes descentes, quand la neige est au rendez-vous. Mais toujours avec le souci à la fois du plus grand plaisir et de la meilleure sécurité. ▲

## Spéléologie

Responsable d'activité : Louis Renouard

Informations, programmes : [clubalpin-idf.com/speleologie/](http://clubalpin-idf.com/speleologie/) ▲

## Trail

Responsable d'activité : Véronique Malbos

Informations, programmes : [clubalpin-idf.com/trail](http://clubalpin-idf.com/trail) ▲

## Autre

Des nouvelles du Club d'escalade de Coye-la-Forêt fondé par notre ancien trésorier Roger Laurent

Le Club escalade cantilienne et montagne (CECM), fondé en 2010 par Roger Laurent - qui a été de 1998 à 2008, trésorier du Caf-IdF et qui en est toujours membre - a son siège à Coye-la-Forêt, à la limite sud de la région des Hauts-de-France. Il compte aujourd'hui 110 grimpeurs dont une soixantaine de jeunes de moins de quinze ans.

Il avait l'honneur et la lourde tâche d'organiser, le 30 mars dernier, sur la récente structure artificielle de sa commune, les championnats d'escalade des clubs alpins des Hauts-de-France. Les 79 compétiteurs, issus de 9 Caf étaient répartis en quatre catégories : 7 à 10 ans, 11 à 13 ans, 14 à 17 ans et plus de 18 ans. Sur 12 médailles en jeu, le CECM en a gagné 6, dont 3 d'or et a remporté le trophée interclubs, après Arras (en 2017) et Lille (en 2018), des villes autrement plus impor-

## Autres associations Caf en IdF

tantes

### ● 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](mailto:clubalpin94@free.fr) //

Site : [www.clubalpin94.org](http://www.clubalpin94.org)

### ● Pays de Fontainebleau

Maison des Associations

6 rue du Mont Ussy, 77300 Fontainebleau.

Site : [www.cafbleau.fr](http://www.cafbleau.fr), vous pouvez rejoindre le club : [contact@cafbleau.fr](mailto:contact@cafbleau.fr) ou son président Saïd Oulabsir : [soulabsir77@gmail.com](mailto:soulabsir77@gmail.com)

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).

que notre petite cité de 4000 habitants. ▲

## Attention ! Renouvellement de votre adhésion !

**Vous devez avoir renouvelé votre adhésion avant le 31 octobre.**

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

## Gîtes d'étape et refuges



La version 2019 est en ligne !

3200 hébergements en France, 800 à nos frontières, adaptés aux activités sportives de nature, de la plaine à la haute montagne, été et hiver. Mise à jour permanente, coordonnées GPS, itinéraires, rubriques, informations. Le site complet et fiable, indispensable pour préparer vos escapades sportives : randonnées, alpinisme, ski, vélo...

Pour les refuges de la FFCam, lien direct avec la Centrale de réservation.

Version imprimable à partir du site.

**pub valandre**