



Bulletin bimestriel des Clubs Alpins Français d'Ile-de-France

PARIS

Chamonix

SKI DE MONTAGNE

**Impressions
caucasiennes**

TREKKING

**La grande
traversée
du Zanskar**



DÉCEMBRE 2005 - JANVIER 2006 / N° 177

4 € / ISSN 1269-4339

ANNULATION

Le Groupe ART-CAF a le regret de vous informer de l'annulation de son Exposition 2005 annoncée dans le dernier *Paris-Chamonix*.

Des travaux dans la grande salle de la Fédération Française des Clubs Alpains et de Montagne qui devait l'accueillir rue de Laumière nous obligent à la reporter à une date ultérieure.

Le Groupe ART-CAF



SAMEDI 3 DÉCEMBRE 2005

Un Après-midi au Dolpo

«PORTES OUVERTES»

AU CLUB ALPIN FRANÇAIS ILE-DE-FRANCE

- Expo Photos sur le Dolpo
- Présentation d'objets et de tissage du Dolpo
- Consultation de cartes, d'albums photos, de livres sur le Dolpo
- Musiques du Dolpo
- Conférence, débats, questions, échanges autour du Dolpo
- Vente d'artisanat népalais et tibétain (sacs, bijoux, papier népalais, albums photos, objets décoratifs, t-shirts...)
- Film documentaire sur le Dolpo

VOUS VOULEZ :

- Voir un documentaire sur le Dolpo et le projet ACTION DOLPO ?
- Rencontrer des personnes qui connaissent bien les Dolpo-Pa (habitants du Dolpo) ?
- Admirez des photos, des objets, des livres, des documents, des cartes sur le Dolpo ?
- Préparer les fêtes de fin d'année en achetant des cadeaux originaux et des cartes pour vos vœux ?
- Contribuer, en même temps, à une action humanitaire ?

Vous êtes attendus le 3 décembre 2005, de 14 h à 18 h à la mairie du XIX^e arrondissement 5-7, place Armand Carrel - Paris XIX^e Métro ligne 5, arrêt «Laumière»

Opération «QUE LA MONTAGNE EST BELLE»

Vous êtes venus nombreux !

Voir article page 23

La brochure **Neiges 2006**, programme des activités hivernales du C.A.F. Ile-de-France, est disponible.



IMPORTANT

La garantie d'assurance liée à votre adhésion 2005 expire le 31 décembre 2005.

Pensez à renouveler votre adhésion afin de profiter de tous les avantages liés à votre appartenance au C.A.F. Ile-de-France. La garantie est acquise dès réception de votre règlement à notre siège parisien.

Aucune inscription à une sortie se déroulant en 2006 ne peut être prise en considération avant le règlement de la cotisation.

Agenda

→ **Jeudi 17 novembre** à 19 h 30

Soirée de lancement des activités hivernales

Présentation de *Neiges 2006* et beaujolais nouveau
92 bis, bd du Montparnasse - 75014 Paris

→ **Samedi 26 novembre** de 11 h à 17 h

Foire aux skis et autres matériels de montagne

Dans les locaux du Club.

→ **Jeudi 8 décembre** à 19 h

Assemblée générale du C.A.F. IdF

Espace Madeleine - 11, villa Saint-Jacques - Paris 14^e

LES SOIRÉES THÉMATIQUES

Au Club, à 19 h 30. Destinées aux futurs encadrants du Ski de montagne, ouvertes et conseillées à tous !

→ **7 décembre 2005**

Orientation-cartographie

avec Jean-François Deshayes

→ **14 décembre 2005**

Utilisation du GPS

avec Christophe de Faily

→ **17 janvier 2006**

Météo

avec François Renard

→ **24 janvier 2006**

Nivologie

avec Christophe de Faily

→ **7 mars 2006**

Sécurité sur glacier

avec Pierre Daval

● **Jeudi 8 décembre 2005 à 19 h**

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DU C.A.F. ILE-DE-FRANCE

Lieu : Espace Madeleine
11, villa Saint-Jacques - 75014 Paris
Métro : «Saint-Jacques»

Ordre du jour :

- Rapport moral et d'activités
- Rapport financier :
 - Comptes et bilan 2005
 - Budget 2006
 - Cotisation 2007
- Perspectives
- Vie fédérale :
 - Délégués à l'A.G. de la Fédération
 - Orientations de la FFCAM
- Questions diverses

Club Alpin Français Île-de-France

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

12, rue Boissonade - 75014 Paris - 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 web : www.clubalpin-idf.com - Courriel : accueil@clubalpin-idf.com
- Ouverture du secrétariat : mardi, mercredi, jeudi, vendredi (de 14 h à 19 h), samedi (de 11 h à 17 h). Fermé le dimanche et le lundi

Le Club Alpin Français d'Ile-de-France (C.A.F. IdF) est affilié à la Fédération Française des Clubs Alpains et de Montagne (FFCAM). Celle-ci bénéficie de l'Agrément Tourisme n° AG 075.95.0054, ce qui autorise tout club affilié à proposer à ses membres et à réaliser avec eux, dans le respect des dispositions de la loi du 13 juillet 1992 et du décret du 15 juin 1994, des voyages et des séjours collectifs à caractère sportif ou sportif et culturel. Garantie financière : fonds mutuel de solidarité de l'UNAT. Assurance Responsabilité Civile souscrite auprès de la compagnie Commercial Union Assurance.

Le Club sera fermé le samedi 24 décembre ainsi que la semaine suivante. Réouverture le mardi 3 janvier 2006.

www.clubalpin-idf.com

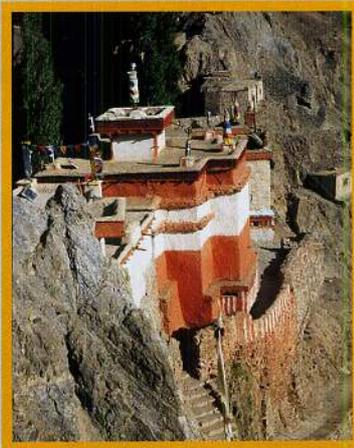


Des infos, des forums et un album photo en ligne !

4 L'Écho des Sentiers et de l'Environnement

Annick Mouraret

6 Trekking



**Dernières
années
pour une
traversée
pédestre
du
Zanskar.**

Gilles
Caldor

10 La Chronique des Livres

Serge Mouraret

11 Ski de montagne



Impressions caucasiennes.
Jean-Jacques Bianchi

16 Activités des Clubs Alpins d'Ile-de-France

Directeur de la publication	François Henrion
Responsable de la rédaction	Monique Rebiffé
Secrétaire de rédaction	Michel Simon
Comité de rédaction	Pierre Bontemps, Gilles Caldor, Marius Cote-Colisson, Marie-Claire Gentric, Annick et Serge Mouraret, Bernadette Parmain, François Renard, Oleg Sokolsky
Administration	Club Alpin Français d'Ile-de-France 12, rue Boissonade - 75014 Paris
Abonnements pour 6 numéros	Membres du C.A.F IdF : 15 euros Non membres : 28 euros
Réalisation	Scop Causses & Cévenne 12100 Saint-Georges-de-Luzençon Contact Ile-de-France : 01 41 72 17 21

Dépôt légal : Décembre 2005 - C.P.P.A.P. n° 0109 G 84108

La reproduction des articles est autorisée à condition d'en mentionner l'origine et d'en adresser deux exemplaires à la rédaction.

Sommaire

En couverture :
Sur le « petit
Kumbu » (Caucase)
Photo D.R.
Collection Bianchi



Paris-Chamonix

n° 177 - Décembre 2005 - Janvier 2006

CONTACTEZ-NOUS !

Pour toutes questions, réactions, témoignages
et suggestions, une seule adresse courriel :

parischamonix@clubalpin-idf.com

ÉDITO

Quel avenir pour Paris-Chamonix ?

Vous allez prendre connaissance du n° 177 de la revue *Paris-Chamonix*.

Déjà, sortir 177 numéros pour une revue dont la périodicité n'est que de 5 à 6 numéros par an pourrait constituer une performance ; mais c'est ignorer qu'en mars 1973, il avait été décidé de reprendre à zéro une numérotation abandonnée à la fin des années 1950.

La revue du « Club Alpin Français, section de Paris-Chamonix » est devenue « Paris-Chamonix », titre qui a toujours été conservé alors que la Section se transformait en Club Alpin Français Ile-de-France et que la revue correspond au bulletin bimestriel des Clubs alpins français d'Ile-de-France.

Pourquoi rappeler l'historique de notre revue ?

Parce qu'elle fait l'objet de discussions passionnées sur sa périodicité, son coût, son nombre de pages, son intérêt comparé au site internet du Club et qu'un groupe Communication réuni entre novembre 2004 et mars 2005 a fait des propositions qui ont été retenues par le comité directeur le 30 mars 2005 : volonté de maintenir *Paris-Chamonix* et sa périodicité de 6 numéros par an, tout en réduisant son déficit financier (augmentation du coût de l'abonnement et réduction du nombre de pages).

Bien sûr, de telles décisions ne peuvent faire l'unanimité et en particulier satisfaire ceux qui pensent que le site internet dispense totalement d'une revue - débat qui concerne en fait tous les journaux payants concurrencés par l'information gratuite.

Le groupe Communication, dont les travaux ont été interrompus durant la période estivale, devrait retravailler ces prochains mois et aborder le contenu même de notre communication ; il aura sûrement encore l'occasion d'évoquer l'avenir de *Paris-Chamonix*, avec l'éclairage d'une enquête auprès des lecteurs.

En attendant, bonne lecture en souhaitant que ce n° 177 vous persuade, si vous en doutez, que *Paris-Chamonix* mérite d'exister.

Claude Boitard

Vice-président du C.A.F IdF,
chargé de la Communication



Inauguration d'une allée royale

Dans l'Essonne, une voie pavée en partie et bordée de deux fossés, reliant les forêts de **Sénart** et de **Rougeau**, avait été créée en 1775 pour les chasses de Louis XV. Laisse à l'abandon pendant deux siècles, elle était devenue un très mauvais chemin. Après dix années de réhabilitation, le Conseil Régional d'Ile-de-France a inauguré le 8 juin 2005 la liaison retrouvée entre les deux forêts. C'est, dit-on, un monument végétal : 480 séquoias et des rangées de fruitiers sauvages ! Sur 5,7 km et 50 m de large, on trouve désormais une voie pour les cavaliers et une autre pour les piétons et cyclistes, reliant la forêt de Sénart et la Seine.

Information : **Ile-de-France Environnement**, 9/2005

Randos sans auto

Un Tour à la campagne, c'est le titre d'un guide-poche de 112 p. proposant 42 itinéraires articulés autour de gares en Ile-de-France : Nord 9, Est 4, Lyon 7, Saint-Lazare 8, Montparnasse 3, Stations du RER 11.



Bien sûr, certains utilisent déjà le train pour randonner ; le guide y ajoute des informations historiques, cartes et topos (ceux des GR sont parfois épuisés), des parcours modulables, avec ou sans enfants, ou vélo, des adresses de location, visites, durée des trajets et coûts...

6 €, ce n'est pas cher pour renouveler ses itinéraires.

Un Tour à la campagne, Antoine Debièvre, Ed. Parigramme

www.rando-aisne.fr

Le titre dit tout : **Randonner dans l'Aisne**, sur 1000 km de chemins aménagés et répertoriés par Chamina. À terme, il sera possible de télécharger 200 fiches circuits et à la rubrique « w.-e. clé en main » l'internaute peut effectuer une pré-réservation (hébergement, portage des bagages). Enfin, pour les randonneurs fidèles au papier, Chamina vient de compléter sa collection sur l'Aisne avec *Week-end dans l'Aisne* comprenant 6 circuits de 2 ou 3 jours.

www.rando-aisne.fr ou www.randonner.fr
C.D.T. de l'Aisne, tél. 03 23 27 76 76
ou www.evasion-aisne.com

Clipperton, l'île oubliée

Il se passe toujours quelque chose au Muséum... **Le 10 décembre**, rendez-vous à 14 h 30 pour voir le film de l'expédition Clipperton (90 minutes), puis à 16 h pour un débat avec Jean-Louis Étienne et trois scientifiques (algologue, ichtyologue et ornithologue). Il s'agit de la dernière grande expédition de J.-L. Étienne, à Clipperton, anneau corallien français perdu au cœur du Pacifique, l'atoll le plus isolé de la planète (décembre 2004 - avril 2005).

Grand amphithéâtre du Muséum d'Histoire Naturelle
Entrée libre dans la limite des places disponibles

Itinéraires

Les nouveautés du Saint-Jacques

Après les grandes voies classiques devenues des GR, les éditeurs se penchent sur les autres itinéraires des pèlerins, tels Rando-éditions et Chamina (printemps 2005).

- **Le Chemin du Mont-Saint-Michel** (Rando-Éditions). Du Mont à Saint-Jean-d'Angély, pour rejoindre la voie venant de Tours : 500 km en 19 étapes, par Rennes, Blain, Nantes, Montaigu, Maillezais, Surgères... L'itinéraire balisé est en cours d'aménagement, ce qui peut poser des problèmes d'hébergement.

Sur l'itinéraire de Saint-Jacques :
l'abbaye de Maillezais



PHOTO MOURARET

Le Mont-Saint-Michel est avec Saint-Jacques-de-Compostelle un des plus grands sanctuaires de pèlerinage de l'Occident ; les miquelots y devenaient jacquets, mais rarement en un même voyage... Certains avaient déjà traversé une partie de l'Europe !

- **Le Chemin côtier : Camino del Norte** (Rando-Éditions). De Bayonne au Cap Finisterre, c'est l'itinéraire des côtes cantabriques par Saint-Sébastien, Bilbao, Santander, Oviedo, Santiago : 40 étapes (950 km) entre terre, ciel et mer.

Bien qu'ancien lui aussi, il est moins connu que le *Camino Frances*. Des hésitations sur les passages d'origine subsistent, mais le chemin est balisé et décrit lui aussi vers Saint-Jacques. Pourquoi ne pas l'utiliser en sens inverse comme itinéraire de retour vers la France ?



PHOTO MOURARET

La collégiale de Santillana
del Mar (romane, XII^e siècle)
sur le Camino del Norte
(Espagne, Cantabrie)

Annick Mouraret

L'ÉCHO des Sentiers et de l'Environnement

• **De l'Auvergne au Quercy** (Chamina). De Clermont-Ferrand à Cahors, dans l'écheveau des trajets possibles, ce chemin auvergnat (à pied et à VTT) recoupe maintes sentes empruntées jadis par les jacquets : Brioude, Aurillac, Rocamadour, Cahors.

Les guides Chamina sont toujours denses : celui-ci est bourré d'informations historiques, géographiques, de photos et cartes accompagnant les descriptions d'itinéraires. 20 étapes pour 506 km qui permettent une jonction avec les voies traditionnelles. De quoi varier en Auvergne le cheminement vers Saint-Jacques, en visitant des sites moins connus et intéressants, en côtoyant de belles rivières, l'Allier et la Cère.

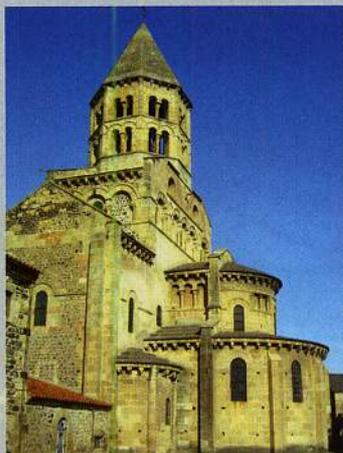


PHOTO MOURARET

Sur le Chemin, l'église romane de Saint-Saturin (XII^e), au sud de Clermont-Ferrand

Sur les traces de la Bête du Gévaudan

Ffrandonnée, 35 PR, réf. P43A

Elle sévit au milieu du XVIII^e siècle, principalement à travers les monts de la Margeride que se partagent surtout la Haute-Loire et la Lozère et plus marginalement la Haute Ardèche et le Cantal.

Sur le thème de la Bête est né un topo de 35 Petites Randonnées pour les quatre départements concernés. Rien de très spectaculaire dans ces hautes terres... sauf précisément l'espace, les forêts, les prairies, le granite des maisons, des croix ou des boules dans les genêts. Ceux qui voudraient s'y isoler un peu plus peuvent emprunter les jalons des GR 4, 44, 43 (des Gorges de l'Ardèche à la Margeride, réf. 407).



PHOTO MOURARET

Margeride : pierre plantée (granite) sur le Plateau du Roi

Rééditions

• Tour du Cotentin

GR 223/GRP – Ffrandonnée, réf. 200, 9/2005



PHOTO MOURARET

Pointe de Jobourg (Cotentin)

Édition revue et complétée : toujours le GR 223, d'Isigny au Mont-Saint-Michel par le sentier littoral (436 km, 20 j. minimum) et le GRP Val de Saire (51 km, 2/3 j. par Fermanville, Le Vast et Barfleur). S'y greffent maintenant le GRP de La Hague (103 km, 4/5 j. au départ de Cherbourg) et la boucle du Coutançais (62 km, 3 j. par Coutances). Le topo suggère par ailleurs des découpages d'itinéraires intéressants de 2 à 5 jours ; le Cotentin, ce n'est pas loin.

• Les Environs de Gap à pied

46 PR et GRP *Tour du Vieux Chaillol*, Ffrandonnée, réf. P051, 6/2005

L'édition s'est enrichie de 10 itinéraires, dont 7 sur le Dévoluy et 3 autour de Gap. Au Tour du Vieux Chaillol s'ajoutent deux variantes : par les lacs de Pétarel et par le col de la Venasque.

JEU DU N° 174. Cherchez les erreurs

Deux lecteurs seulement, dont je connais par ailleurs la fidélité, ont détecté les deux erreurs glissées (et annoncées) page 25 du n° 174 : **Michel Durand-Gassel** et **Daniel Joye**.

La première erreur était géographique, à propos des Sentiers du Moine de Lure : le mont Aigoual n'est pas au nord de la montagne de Lure, ni dans les Alpes, mais dans le Massif Central (Cévennes).

La deuxième était plus pointue : Théodore Monod ne pouvait pas avoir sa place dans l'exposition Himalayapolis (à Albertville cet été), car il n'a pas exploré cette région, son principal terrain d'action étant le désert.

MULTIMÉDIA



BAYO.COM

Prenez de la hauteur !

Survoler, cibler, zoomer tout le territoire français avec une précision de 50 cm, c'est ce que propose le logiciel **PhotoExploreur** de la société Bayo.

Les 179 DVD (un pour un demi-département, sauf quelques exceptions) couvrent l'ensemble de la France et complètent ainsi l'offre de **CartoExploreur** (visualisation des cartes IGN sur CD-ROM).

Cette véritable carte photographique qui exploite le fond des orthophotographies de l'IGN est issue de 550 000 clichés couvrant 1 km x 1 km. Enrichie par vos données personnelles, tracés, *waypoints* (points fixes), routes, polygones de surface... elle permet, surtout pour ce qui nous intéresse, de trouver un lieu à partir de coordonnées géographiques ou d'un nom, de préparer une randonnée.

Grâce à la BDNyme®, tous les noms de lieux existant sur les cartes IGN sont inclus dans PhotoExploreur ; ainsi un simple clic fait apparaître tous les toponymes de la zone couverte par le DVD utilisé. Par ailleurs, les coordonnées géographiques dans le type désiré indiquent avec précision la position du pointeur sur l'écran.

Grâce à la BDAlti®, intégrée, l'altitude est connue pour tous les points de l'orthophotographie, ce qui permet de visualiser le profil d'un tracé, de connaître les dénivelées.

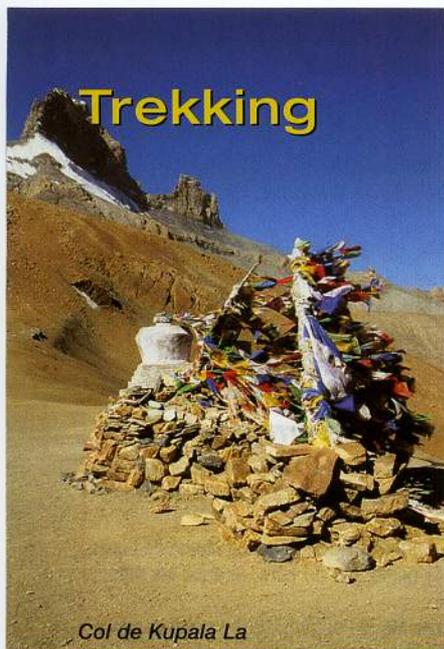
Ceux qui possèdent CartoExploreur et le CD couvrant le même demi-département, peuvent afficher indifféremment à la même échelle le fond orthophotographique et le fond cartographique.

Grâce à sa compatibilité avec la plupart des modèles des grandes marques de GPS terrestres portables, il est possible de transférer depuis PhotoExploreur vers un GPS et inversement les *waypoints*, routes et tracés.

Données techniques : PhotoExploreur fonctionne sous Windows 98 SE (seconde édition), Me, 2000 et XP. Le logiciel nécessite un espace libre de 2 Go sur le disque dur.

Le prix d'un DVD se situe autour de 50 €. Informations complémentaires : www.bayo.com

Trekking



Col de Kupala La



Chortens vers Raru

Dernières années pour une traversée pédestre du Zanskar

Texte et photos

Gilles Caldor

En Inde, malgré un niveau de vie ne progressant que très lentement, deux secteurs avancent à pas de géant : Internet et la téléphonie, puis la construction de routes. Le trekker n'aura bientôt plus sa place au Ladakh. Désormais, priorité au tourisme de masse.

Au Ladakh (Inde du Nord), la grande traversée du Zanskar est devenue au fil des années une grande classique parmi les treks proposés en Himalaya. Ce succès s'explique pour plusieurs raisons : une grande variété de paysages avec des couleurs surprenantes particulièrement dans sa partie nord, des monastères bouddhistes comptant parmi les plus beaux de l'arc himalayen, des agences de trek maintenant bien rôdées à Leh, et un climat clément avec peu de précipitations et des températures non extrêmes.

Trekkers « du nord » ou « du sud »

La traversée complète de Darcha à Lamayuru nécessite une vingtaine de jours de marche avec des étapes de 4 à 5 heures. Pour les touristes pressés, nombre d'agences locales ou parisiennes ont décidé de couper ce trek en deux parties, et de proposer l'une ou l'autre moitié. Cela est désormais possible puisqu'une route arrive jusqu'à Padum ; ainsi, il y a les « trekkers du sud » qui descendront à Darcha, et ceux « du nord » qui monteront à Lamayuru. Malheureusement, cette route ne s'arrêtera pas à Padum puisque le projet est de traverser en totalité le Zanskar, aussi bien vers le nord que vers le sud.

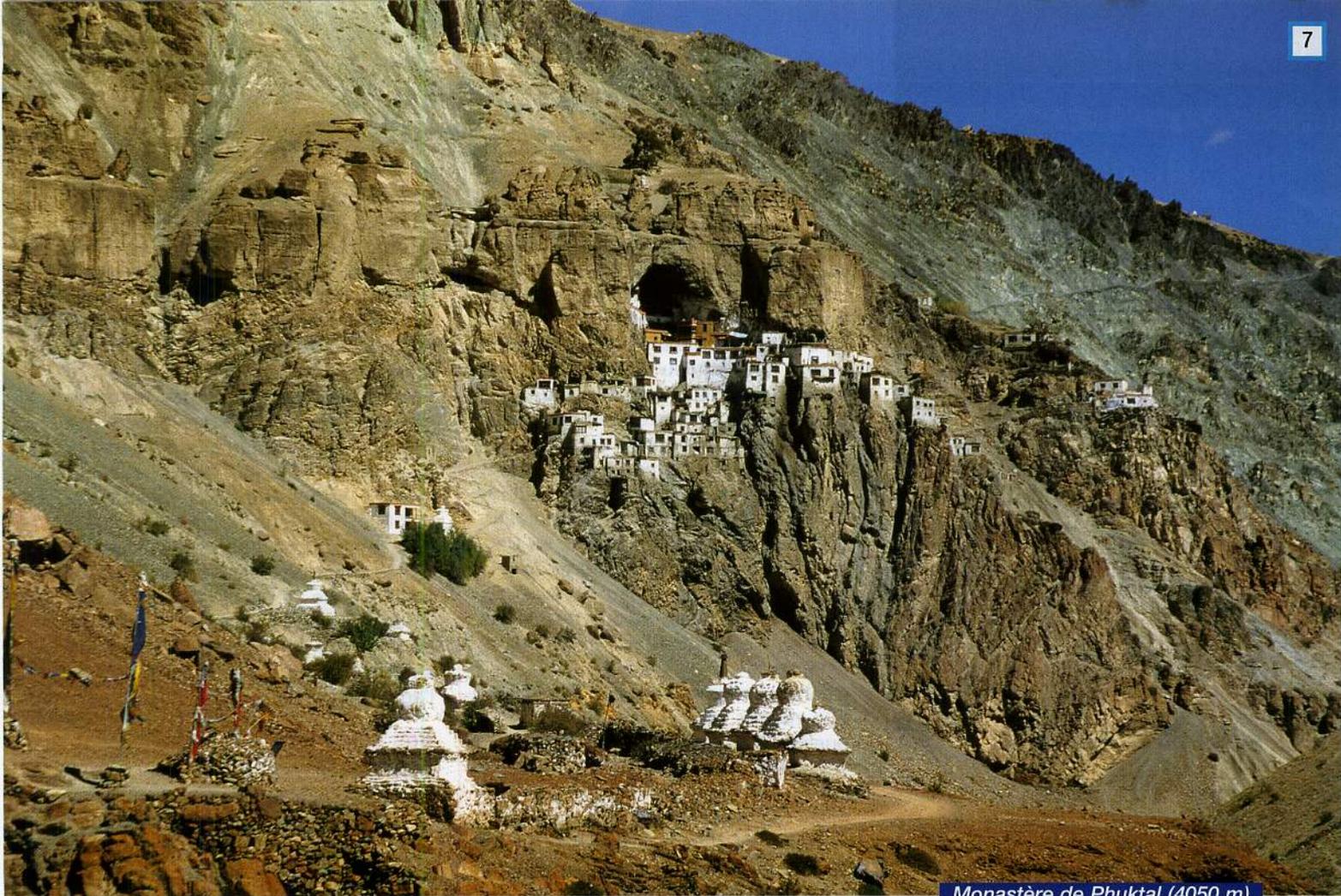
Le Zanskar, ancien royaume dont la capitale était Padum, s'est ouvert au

tourisme assez récemment (depuis une vingtaine d'années). Quoique situé au carrefour de trois vallées, l'accès à Padum et aux villages environnants ne se faisait qu'à pied, les charges étant portées à dos de mules. Cela n'a pas empêché les habitants, vivant dans une certaine autarcie, de construire ces remarquables monastères au fil des siècles.

Mais avec la mécanisation des moyens de transport, naturellement les Zanskaris ne pouvaient rester ainsi longtemps à l'écart. En effet, contrairement au Népal où quantité de villages perchés dans la montagne ne sont joignables qu'à pied par d'acrobatiques sentiers et pour toujours, au Zanskar les villages sont construits généralement au fond des vallées. Et c'est ce que nous allons constater.

Commencer par Delhi

Un voyage au Ladakh commence toujours par une arrivée à Delhi. La capitale de l'Inde, qui est avec 12 millions d'habitants la deuxième ville d'Inde après Bombay, ne manque pas de curiosités et de monuments à visiter. Entre autres : l'Humayn Tomb et Safdar Jang, remarquables tombeaux de marbre qui soutiennent la comparaison avec le Taj Mahal (à Agra, distante de 200 km), l'impressionnant minaret Qutub Minar qui, avec ses 72 m est la plus haute tour de pierre d'Inde ; la



Monastère de Phuktal (4050 m)

plus grande mosquée d'Inde : la Jama Masaïd, ou encore l'original Bahāï Temple en forme de fleur de lotus, édifice multiconfessionnel où toutes les religions peuvent être pratiquées...

On se déplace dans la ville facilement et très économiquement à bord des taxis locaux, les *tuk tuk* (scooters tri-porteurs fabriqués en Inde sous licence Piaggio depuis des décennies).

Camions Tata et pollution

Si l'on débute la traversée intégrale par le sud, il faut se rendre à Darcha par la route de Delhi à Leh. Le trajet demande deux jours pour accomplir les 800 kilomètres de route plutôt en bon état, mais continuellement encombrée par les nombreux camions pollueurs Tata. On traverse alors l'État d'Himachal Pradesh sur les contreforts himalayens, avant d'arriver dans celui du Jammu et du Cachemire.

À Darcha, notre équipe nous attend. Un guide, un cuisinier et un aide-cuisinier népalais (chic, la nourriture sera bonne car les Népalais excellent dans ce domaine !) et deux muletiers pour s'occuper des dix mules qui transporteront le matériel de notre petit groupe composé de quatre trekkers.

Théoriquement, à partir de Darcha fini le bruit, la poussière et la pollution pour trois semaines ! Eh bien, c'était compter sans cette future route « Trans Zanskar » qui avance à pas de géants

(une vingtaine de kilomètres par an)... Celle-ci arrive désormais à notre prochaine étape : Palemo (3700 m). Après avoir suivi cette maudite route et subi la poussière d'une vingtaine de camions, on se dit qu'une première journée peut allègrement être économisée, et ce ne sera pas la seule !

Le lendemain, on découvre que la route se poursuit sur quelques kilomètres et qu'un pont métallique flamboyant neuf est installé pour enjamber un beau canyon encaissé. Même Gailtson, notre jeune guide, qui a effectué ce trek une vingtaine de fois, est surpris par la vitesse de progression de cette route qui avance inexorablement tel un ver dans le fruit...

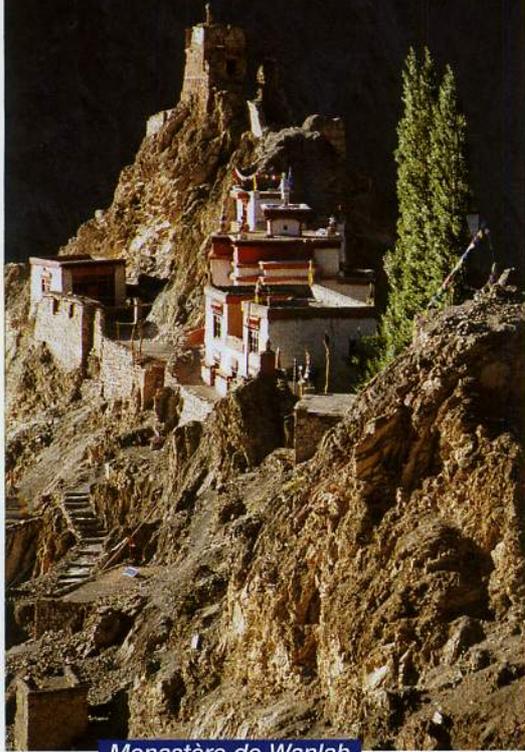
Déluge et grotte glacée

Heureusement, à Zanskar Sundo (4000 m) un sentier a pris le relais. C'est aussi pour nous l'arrivée du mauvais temps pour deux jours, qui nous vaudra de la pluie même en franchissant le col de Shinkul La à 5080 m (vu les températures élevées). Après ce col, un déluge se lève ; une grotte glacée providentielle (telle celle de Tintin au Tibet !) nous servira d'abri pour le pique-nique. Le vent s'atténue en arrivant dans la vallée de Kargyak Chu, et le plafond nuageux ayant remonté nous découvrons une impressionnante falaise : la vertigineuse face ouest du très beau pic de Gombo-Ranjong.

Haut de 6500 m et situé au carrefour de deux vallées, il n'a été gravi qu'une fois et par un Français ! D'ailleurs, les Français et les Suisses seront omniprésents durant ce trek. En ce mois de septembre, 50 % des randonneurs que nous croiserons seront français, 30 % suisses et les 20 % restant : anglais, allemands, italiens, espagnols, néo-zélandais, etc. Ici comme au Népal, nous nous exportons bien !

Au pied de cet extraordinaire monolithe qu'est le Gombo-Ranjong, nous arrivons à notre camp (4530 m), littéralement battu par les vents. Notre équipe, bien rôdée, nous apporte autant d'attention et nous confectionne d'aussi bons repas que ce que l'on peut attendre des meilleures agences au Népal, réputées en la matière. À partir de ce camp, un chien errant se greffera à l'équipe et ne nous quittera plus durant plusieurs jours.

En descendant la vallée, nous croisons un village temporaire d'éleveurs de yaks montés de Padum pour l'été. *Jullé!* (bonjour) remplace ici le *Namas-te* népalais. L'arrivée au village de Lakang (4200 m) nous fait entrer dans l'univers des chortens. Il y en a par dizaines, de toutes les tailles ; certains sont colorés, d'autres sont alignés en colonne sur des murets, d'autres encore surmontent des porches qui marquent l'entrée des villages. Contrairement au capitaine Haddock, pour ne



Monastère de Wanlah

>>> pas avoir la bouteille de whisky cassée, nous nous efforçons de les contourner du bon côté! Toujours par la gauche.

Nous devons rester deux jours à Purne, car il nous faudra la journée pour visiter le plus ancien et le plus pittoresque des monastères ladakhis : Phuktal, bâti il y a 1200 ans. Deux petites heures de marche en remontant le cours d'eau d'une vallée adjacente sont nécessaires pour atteindre le site (4050 m). L'incroyable monastère, en partie troglodyte, a été construit pour partie dans la falaise et sous le grand porche d'une grotte. Les moines, tous vêtus de rouge, ont déserté l'endroit pour des travaux de terrassement. On aperçoit au sommet d'un éboulis en train de tracer un nouveau sentier d'accès vertigineux... Les habitations des moines sont empilées les unes au-dessus des autres et on se déplace de l'une à l'autre par des ruelles et des escaliers souterrains. Par ce dédale troglodyte, on débouche sous le porche de la grotte qui contient la salle de prière ainsi qu'un grand chorten. L'endroit est exceptionnel. Notre fameux chien a retrouvé ses propriétaires qui ne sont autres que les moines. En fait, ce chien voyageur s'incruste dans les équipes «nomades» comme la nôtre, avant de revenir au bercail avec un autre groupe sur le retour...

Sinistre Padum

La descente de la vallée de la rivière Lunak en direction de Padum se poursuivra encore deux jours. Nous arrivons à Raru (3950 m), et nous avons la mauvaise surprise de retrouver une

route en terre qui relie le village à Padum. Comme j'imagine ce que sera notre descente avec de la poussière à gogo, j'affrète un 4x4 (Tata!) qui se trouvait justement au village pour nous transporter, nous et notre équipe, jusqu'à Padum en deux voyages. Le trajet dure 1 h 45 au lieu d'une bonne journée de marche. Comme prévu, nous croisons un bulldozer remodelant la route, des camions, des 4x4 en nombre. Ainsi, l'entreprise de destruction du paysage dirigée par les autorités indiennes se poursuit allègrement. Elle attaque sur quatre fronts : de Darcha, de Padum vers le sud et vers le nord, et de Wanlah au nord. Deux beaux monastères voient désormais passer les camions sous leurs fenêtres.

Quant à l'arrivée à Padum, jadis capitale royale, elle est désormais bien quelconque : deux rues commerçantes encombrées par quantité de véhicules venant de Leh ou de Srinagar. Leur terminus est actuellement ici, mais pour combien de temps encore ? En cette fin d'après-midi, l'aire de camping qui nous est dévolue, pratiquement au milieu de cette ville de 2000 habitants traversée par un vent glacial, nous paraît bien triste.

Après avoir passé notre pire nuit (avec concert de chiens hurlant et groupe électrogène en prime), nous traversons la large plaine de Padum pour arriver au beau monastère de Karsha. Et le contraste avec la sinistre Padum est saisissant. À l'instar de la plupart des monastères zanskaris, Karsha (3900 m) est construit tout en hauteur et adossé

à la montagne. Plus récent, il a été édifié il y a 800 ans. Les habitations des moines sont en contrebas et les salles de prière au sommet de la construction. À l'intérieur, le déchaussage est obligatoire et l'utilisation du flash interdite. Naturellement, la donation est de rigueur.

La journée est loin d'être terminée puisque nous parcourerons encore une vingtaine de kilomètres en longeant la rive occidentale du fleuve Zanskar jusqu'à notre étape du soir. Pishu (3600 m), avec son véritable gazon anglais, sera le plus bel emplacement de tout le trek. Une curieuse tente blanche y est plantée : c'est un vendeur ambulancier de boissons et biscuits, venu de Padum pour l'été. La toile de sa tente s'avère être un parachute réformé de l'armée indienne...

Des cols et des drapeaux

Durant les deux jours qui suivent, nous resterons sur notre rive, épargné par la route en construction sur la rive orientale. Des sites mythiques comme Zangla y sont désormais défigurés. À partir d'Hanumil, changement complet : plus de rivière à suivre, mais des cols à franchir jusqu'à la fin du parcours, parfois deux par jour. Des dénivelées de 1500 m dans la journée sont courantes avec des cols frisant les 5000 m, décorés comme au Népal de drapeaux à prières. Nous arrivons au camp les jours suivants entre 15 et 16 heures, juste avant que le soleil se dissimule derrière le relief et que la température baisse d'une dizaine de degrés d'un coup, en partie à cause de la brise de vallée descendante. Il vaut mieux avoir fait sa toilette avant cette échéance! Parmi les endroits les plus beaux, il faut citer Nyetse (3800 m), atteint après un passage sur un éperon vertigineux. Linghset et son beau monastère qui possède à l'intérieur de sa salle de prières un grand Bouddha sur deux niveaux, et le col de Sengge La (5050 m), le plus haut franchi de tout le trek. À la descente, nous croiserons une armée de porteurs de tuyaux métalliques (chacun porte une trentaine de kilos), partis à la conquête du col pour les amener jusqu'à Linghset.

Le village de Photoksar porte bien son nom! C'est le plus photographié de tous les sites majeurs de cette traversée du Zanskar par les T.O. spécialisés en trekking pour figurer dans leurs catalogues... L'endroit le mérite. Tout y est pour constituer un somptueux tableau : les villageois au premier plan avec les yaks dans leurs champs, les «demoiselles coiffées» (amas de cail-



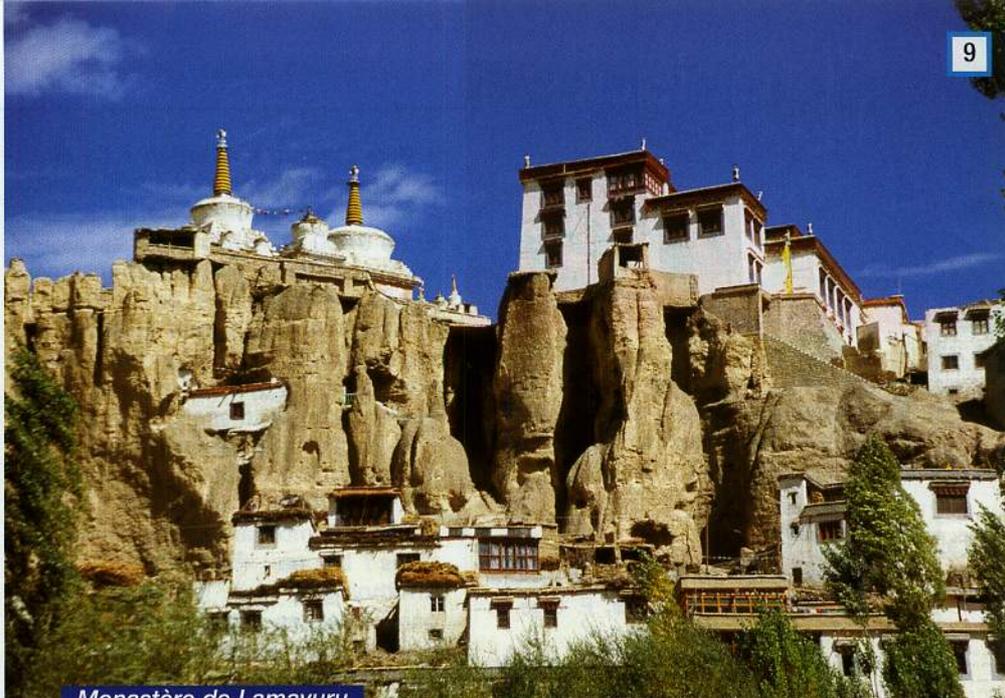
Bouddha au monastère de Thiksey

loux surmontés par de grosses pierres), les habitations, un torrent, un monastère escorté de nombreux chortens et un impressionnant piton rocheux au second plan. Et les plus curieux (dont nous sommes) ont la possibilité de grimper par un sentier acrobatique jusqu'à un ancien monastère désaffecté, isolé parmi des gendarmes de pierre, et perché à une centaine de mètres au-dessus du village. Inoubliable... Ce village préservé doit être relié à terme par cette fameuse route.

Au col de Sirsir La (4850 m), nous retrouvons le « désert du Hoggar » avec des monolithes rocheux noirs sur fond de caillasse jaune. Et après le village d'Hanupata, c'est un nouveau décor : des gorges profondes (les plus impressionnantes que j'ai pu découvrir jusqu'à présent) sur une petite dizaine de kilomètres. Les parois, rigoureusement verticales, ne sont distantes parfois que de quelques mètres. A certains endroits, le chemin creusé dans le rocher surplombe l'étroit torrent coulant au fond.

Soudain, vision cauchemardesque ! Alors que le défilé s'élargit un peu, un appareil jaune de chantier qui ressemble à un compresseur apparaît à un demi-kilomètre de là. Pour la quatrième fois, nous allons retrouver un chantier de cette route infernale ! Juste au pied d'un pilier rocheux, l'étroit chemin disparaît pour faire place à de la caillasse très inclinée et instable. Au-dessus de notre tête, des cailloux sont précipités dans la rivière. Gailtson hurle pour faire cesser, le temps de notre passage. Dès l'obstacle contourné, nous remontons vers cette route qui se termine ici et nous découvrons le chantier. Vision d'un autre temps : des hommes et des femmes en guenilles pelletent et piochent dans une anfractuosités du rocher pour la débarasser des gravats provoqués par le dynamitage.

Pendant ce temps, juste en dessous d'eux, trois hommes juste enturbannés pour se protéger tant bien que mal de la poussière omniprésente s'acharnent sur un marteau-piqueur pour creuser



Monastère de Lamayuru

les trous à explosif. Tout à coup, silence, tout s'arrête. L'un des hommes glisse les bâtons de dynamite dans les trous, les bourre et relie les fils à une horloge. Tous aux abris ! Nous reculons d'une centaine de mètres, et boum ! Une fois le nuage dissipé, nous découvrons un nouveau vide de 2 mètres dans la falaise. Travail de fourmi, au mépris des conditions de sécurité, pour ces pauvres gens qui ne perçoivent que quelques roupies de l'heure, mais dont la progression atteint plusieurs kilomètres par an. On peut parler de massacre écologique vu la beauté de ce défilé qui n'en a plus que pour quelques années à demeurer vierge de tout véhicule.

Pour notre équipe, ce passage scabreux sous le pilier rocheux a imposé le déchargement des mules (celles-ci risquant d'être déséquilibrées et de finir dans le torrent vingt mètres plus bas), et le transport de tout le matériel



Gorges d'Hanupata

sur le dos. Pendant ce temps, les muletiers font demi-tour avec les bêtes pour leur faire traverser le torrent en amont, et ré-escalader l'éboulis plus loin afin de regagner cette route. À Wanlah (3300 m), les camions et les 4x4 sont de retour en nombre. Avant que le soleil disparaisse, nous montons rapidement au joli monastère construit sur un piton au-dessus du village. Le gros cube peint en rouge, orné de boiseries et ceint de rouleaux à prières, contient un original Bouddha à trois têtes superposées. Ce monastère a été restauré avec l'aide de capitaux suisses.

Une forteresse

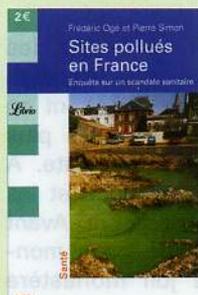
La dernière étape nous permettra de rallier Lamayuru, heureusement par un sentier qui nous permettra de photographier des roches de couleurs très variées. Lamayuru, autre site qui figure dans de nombreux livres sur le Ladakh, tellement il est représentatif des trésors architecturaux que possède cette région. Construit il y a 800 ans, ce monastère très massif ressemble à une forteresse. Mais la plus belle photo qui puisse se faire de l'édifice n'est désormais plus possible : un hôtel a récemment été construit juste devant ! Non, le trekker n'aura bientôt plus sa place au Ladakh. Priorité est désormais faite au tourisme (bientôt) de masse (voir le nombre d'hôtels dans Leh), et à la facilité puisque l'on pourra traverser les hauts cols du Zaskar en car, comme on le fait déjà entre Manali et Leh. Cela au grand dam des nombreuses agences de trek qui devront transformer leur activité. En Inde, malgré un niveau de vie ne progressant que très lentement, deux secteurs avancent à pas de géant : Internet et la téléphonie, puis la construction de route. À quand celle de la vallée de la Markha ?

Chronique des Livres

Vous avez encore le moral? Voici quelques ouvrages assez récents qui peuvent l'entamer ou faire simplement frissonner.

LIVRES

• **Sites pollués en France, enquête sur un scandale sanitaire.** F. Ogé et P. Simon. Ed. Libro
300 000 sites potentiellement pollués en France (50 000 sur l'Île-de-France!).



C'est l'inventaire impressionnant réalisé par Frédéric Ogé, chercheur au CNRS. Où sont les sites? Quelles sont les entreprises polluantes? Comment savoir si un terrain est sain? Ce petit guide est une source

d'informations précieuses pour mieux connaître les risques et les recours possibles. Cartes, conseils de prévention et de protection, contacts utiles. Format 13 x 20,5 cm, 96 pages.

• **L'impasse alimentaire?** Nicolas Hulot, le Comité de veille écologique, Karine Lou Matignon. Ed. Fayard

Si nous voulons pouvoir nourrir 6 milliards d'êtres humains sans détruire la planète qui nous héberge, il n'est plus possible de continuer dans la voie de l'agriculture productiviste telle qu'elle est pratiquée depuis un quart de siècle sous la gouverne des industries agroalimentaires.

Cette méthode est en partie responsable de l'érosion des sols, des changements climatiques, de la disparition de milliers d'espèces, de la dégradation de la qualité de l'air et de l'eau. En France, 35 000 exploitations agricoles disparaissent chaque année; dans le monde, des millions de personnes abandonnent leurs cultures vivrières au profit des cultures occidentales, affamant davantage des populations déjà démunies. Des spécialistes proposent des alternatives et des solutions durables. Format 13,5 x 21,5 cm, 240 pages.

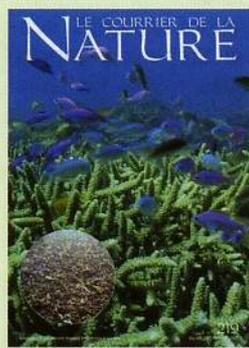
• **Vers l'ultime extinction? La biodiversité en danger.** Philippe J. Dubois. Ed. de La Martinière

Entre 5 000 et 10 000 espèces végétales ou animales disparaissent chaque année de la surface de la Terre. Si l'homme ne s'est jamais autant préoccupé de protection, de conservation ou d'avenir, c'est que les milieux naturels et les cortèges d'espèces qu'ils abritent n'ont jamais été autant menacés et surtout qu'il est le principal artisan de ces extinctions. N'est-ce pas tout simplement la mort annoncée d'*Homo sapiens*? L'auteur, ingénieur écologue et ornithologue, fait le point sur les connaissances actuelles de cette «révolution biodiversitaire» en six chapitres: voyage au cœur de la biodiversité, les grandes extinctions du passé, biodiversité vivante et en danger, les causes des extinctions, les conquérants d'un nouveau monde et une nouvelle arche de Noë. Format 16,5 x 23 cm, 192 pages

REVUES

Quelle revue lire sur ces sujets plus pointus qu'il n'y paraît? *Combat nature* a cessé sa parution et les publications, qui ne souhaitent pas engranger trop de publicités, recherchent des moyens de subsistance face à des lecteurs passionnés, exigeants mais trop peu nombreux.

Le *Courrier de la nature*, bimestriel de la SNPN (Société Nationale de Protection de la Nature) est depuis de



nombreuses années bourré d'informations de terrain, de textes officiels, de propositions de sorties et stages, agrémentés de nombreuses photos

attractives. Un numéro thématique est édité chaque année: spécial volcans, orchidées, abeilles, Guyane... Les informations scientifiques sont faciles à lire et les spécialistes peuvent trouver des études inédites dans la *Revue d'Écologie* (la terre et la vie) publiée aussi par la SNPN.

SNPN - 9, rue Cels - 75014 Paris. Tél. 01 43 20 15 39

La Revue Durable

C'est également une revue bimestrielle passionnante, de portée internationale éditée en Suisse, en français, avec de nombreux sujets sur la France. Chaque numéro comporte un dossier important, par exemple: «Vivre ensemble en



mégapole», «Touche pas à mon littoral», «Faire face aux changements climatiques». Un problème: cette revue est difficile à trouver en kiosque, mais elle est à coup sûr à la

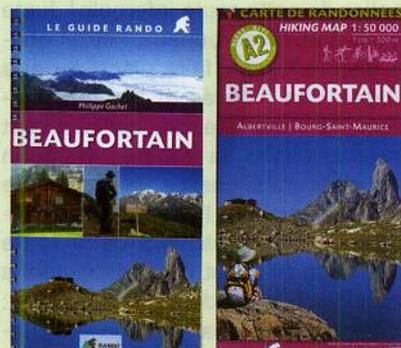
Maison de la Presse à Vélizy 2.

La Revue Durable, Cerin Sarl, rue de Lausanne 91, CH-1700 Fribourg (Suisse). Tél. 00 41 26 321 37 10 - Site: www.larevuedurable.com

Cartes et guides

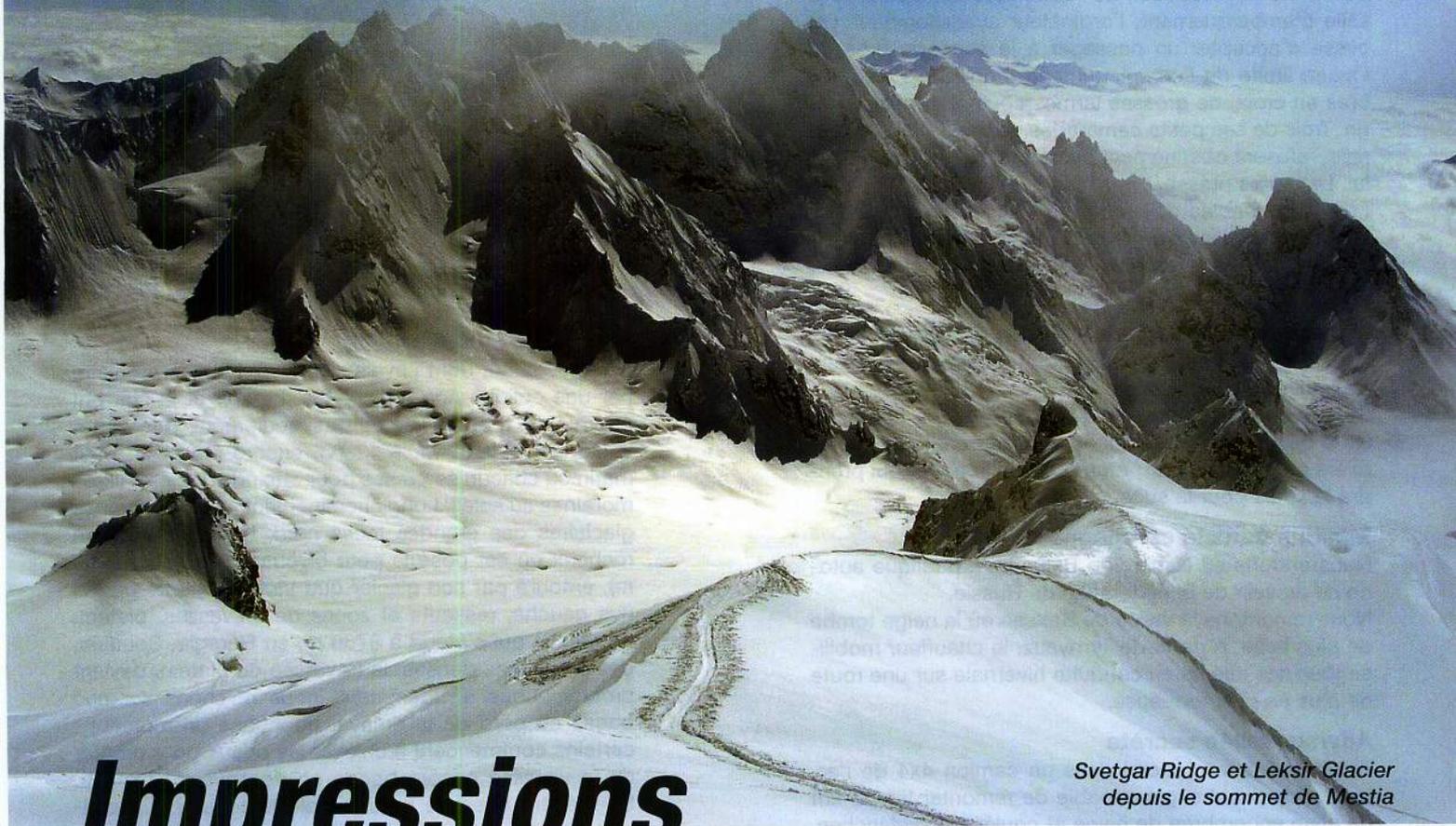
Spécialiste des cartes de randonnée au 1/50000^e, après la chaîne pyrénéenne (11 cartes en France, 5 en Espagne en coédition avec l'ICC), Rando-Éditions continue la couverture des Alpes.

Toujours sur fond IGN avec en surimpression hébergements et itinéraires à pied, à VTT, à ski, les cartes *Beaufortain* et *Écrins* viennent s'ajouter aux deux précédentes, *Vanoise* et *Mont-Blanc*. Ces cartes sont parfois associées à un guide de randonnée, vendu séparément. Ainsi, Philippe Gachet a réalisé le guide *Rando Beaufortain*: des tourbières du lac du Clou à la via ferrata du Roc du Vent, de l'arête du Mirantin au débonnaire et familial mont



Coïn, cet ouvrage propose 41 destinations déclinées en quatre niveaux de difficulté. Ces randonnées, à la journée pour la plupart, permettront à tous de découvrir cette belle région de lacs animée l'été par les troupeaux qui participent au célèbre fromage Beaufort. Format 12,5 x 22 cm, 120 pages.

Lire une carte et s'orienter de Bruno Valcke, publié aussi par Rando-Éditions: à lire avant l'utilisation des cartes, ce petit guide pratique est l'ouvrage de base pour connaître les notions d'échelle ou de courbe de niveau, orienter ou lire une carte, savoir ce qu'est un azimut, définir sa position, utiliser boussole et GPS. Format 12 x 19 cm, 62 pages. ■



Svetgar Ridge et Leksir Glacier depuis le sommet de Mestia

Impressions caucasiennes

Texte et photos :

Jean-Jacques Bianchi



Difficile d'accès, la République autonome de Kabardino Balkarie (Fédération de Russie) possède un vaste et magnifique domaine montagneux qui tutoie les 5000 mètres. Du ski de haut niveau, loin des foules, au pays des centenaires !

Paris, CDG, jeudi 31 mars, 18 h 30

Philippe et moi, rejoints par Ladick, sommes arrivés très en avance depuis l'aéroport de Nice.

20 h 15 : je passe quelques coups de téléphone aux Parisiens, et découvre que Nicolas est encore à son bureau (Nicolas, patient négociateur avec l'ambassade de Russie, est aussi détenteur de nos passeports, visas, etc.). Angoisse !

22 h 30 : nous voici tous réunis, dix skieurs devant l'aventure qui les attend dans le Caucase, pays de hautes montagnes inconnues, et réputées habitées de « barbus sauvages », dix skieurs, ou bien six Parisiens : Jean-Pierre, Miriam, Gauzelin, Nicolas, Hugues, Christian ; un Lyonnais : Michel, et les trois Méridionaux, ou bien neuf Cafistes et un «FFMiste» au demeurant tout à fait sympathique, ou bien neuf Français et une Allemande (très francophone), ou bien huit skieurs «normaux» et deux télémarcheurs fanatiques qui nous feront une belle démonstration de l'art primitif – injustement méconnu – du ski en haute montagne...

Moscou, aéroport Sheremetievo, 6 h 30

La nuit dans l'Airbus d'Aeroflot a été courte : décollage à 0 h 50 !

La neige recouvre toute la campagne ; il y a encore peu, les températures oscillaient entre -10°C et -20°C ! Changement d'aérogare, bagages, passeports, navettes, contrôles, palabres, roubles, écriture cyrillique. Nous arrivons *in extremis* à l'enregistrement du vol intérieur pour Mineraldie Vody, qui part à 9 h 10. Nicolas, qui a cherché à comprendre pourquoi maintenant Aero-



>>> flot lui demande de payer au préalable un supplément de bagages – avec reçu en bonne et due forme cette fois – auprès d'un guichet dépourvu de guichetier, se trouve bientôt tout seul, de l'autre côté de la vitre de la salle d'embarquement, l'ordinateur ayant logiquement cessé d'accepter un passager à la seconde près de l'heure limite de l'enregistrement. Il agite ses skis, les bras en croix, de grosses larmes coulent sur son visage. Trois de ses petits camarades, au pied de la passerelle, refusent obstinément de monter dans l'avion sans lui. Le temps presse...

Les responsables d'Aeroflot se laissent enfin apitoyer et le font monter en urgence, directement dans la cabine du Tupolev, avec skis, sacs, piolet, crampons et chaussures...

Mineraldie Vody, à peine 500 m d'altitude

Il neige à gros flocons, la piste d'atterrissage est le seul trait noir dans le paysage.

Retrouvailles avec nos amis Russes : Victor, le gourou de la peau de phoque, qui nous encadrera pour la première partie du séjour ; Alexei, guide émérite, qui prendra le relais pour la suite.

Minibus dans la campagne

Nous entrons en Kabardino Balkarie, république autonome au sein de la Fédération de Russie.

Nous remontons la vallée de Baksan où la neige tombe de plus belle. À partir de Tynyauz, le chauffeur mobilise tous ses talents en conduite hivernale sur une route de plus en plus tortueuse.

Adyrsu, vallée secrète

Transbordement général dans un camion 4x4 de l'armée russe, seul engin capable de remonter les 12 km de piste encombrée de neige et coulées d'avalanches, qui mènent au refuge d'Ullutau, en compagnie de quelques militaires, la kalachnikov négligemment accrochée aux ridelles..

Défendue en bas par un verrou rocheux, franchi par un ascenseur à camions, commandé par un détachement de l'armée (encore), en haut par un formidable cirque de sommets aux noms exotiques mais aux faces rocheuses et glaciaires surchargées de neige, à des altitudes de 4000 à 4550, la vallée d'Adyrsu a la dimension de la Vallouise toute entière. Avec 500 m d'altitude moyenne supplémentaire, une forte couverture glaciaire, et une morphologie, une végétation, etc., qui rappellent l'Oisans.

Refuge d'Ullutau

Seul lieu de vie en hiver, niché à la lisière de la forêt (2350 GPS), où nous arrivons à la tombée de la nuit, accueillis par Nina qui fera merveille pour les repas et l'intendance.

Site incomparable pour la peau de phoque, où chaque jour nous tracerons dans la neige vierge, seuls, absolument seuls.

Yunom Glacier (Kirchkidar vallée)

Traversée d'un sommet sans nom (3750 m GPS), face au Jailick (4550 m), descente par une vallée glaciaire cachée «spéciale Victor», belle neige finissant en agréable poudreuse forestière.

Tcho Chat (3500 m GPS)

Chacun s'est relayé à la trace pour ouvrir une tranchée de zigs-zags dans de raides goulets, puis sur le glacier sommital, et a suivi Victor à la recherche des meilleures pentes et de la meilleure poudreuse à la descente.



Gumatchi : Philippe en télémark

Mestiatau (4060 m GPS)

Ah! Mestiatau, dont j'avais été privé, l'année dernière, par une colique non négociable. Le soir et la nuit ont été pleins d'étoiles – et pas seulement par «effet vodka» – le froid vif, – 12 °C, encore moins au petit matin où chacun se presse pour atteindre les premières moraines au soleil. Long cheminement sous les langues glaciaires des grandes faces nord, halte sur l'éperon rocheux où est posé le petit bivouac de Mestia (3200 m), entouré par son glacier que Victor remonte par sa rive gauche, ressauts et zones de crevasses, plateau de Mestia qui s'étend à 3750 m, en Géorgie. Soudain, des brouillards denses, la traversée du plateau devient problématique. Prudemment, nous revenons sur nos traces au bord de la rimaye, attendons un moment ; certains commencent à enlever les peaux pour profiter de la visibilité encore bonne en dessous du plateau. Une légère brise de nord nettoie lentement le brouillard : face à nous apparaît une longue paroi aux allures de Grandes Jorasses entièrement plâtrée, à nos pieds naît du chaos le grand fleuve du Glacier Leksir en forme de croix. Au-delà, le Caucase géorgien, sommets enneigés à perte de vue par dessus forêts et mer de nuages, jusqu'aux confins de la Turquie. Derrière nous, 1900 m au-dessus de nos têtes, le cône bicéphale de l'Elbrouz (5640 m).

Instants magiques, silence, immobilité.

Nous repartons sur le plateau de Mestia, cette fois sans problème d'orientation, et gravissons l'élégante pyramide du Mestiatau, à ski jusqu'au sommet même, où le panorama s'étend encore vers l'est et les 5000 de Bezinghi qui nous attendent.

La descente : neige poudreuse, profonde, homogène, légère, série de virages sur la pyramide sommitale, long schuss sur le plateau, immense godille, chacun sa trace derrière Victor qui nous conduit par la rive gauche du glacier, un œil sur les crevasses voisines, un autre sur les pentes chargées de neige. Longs schuss entrecoupés de cassures. Nous arrivons skis aux pieds au refuge d'Ullutau, devant les bières, toasts de poisson fumé et délicieux *shasliks* préparés par Nina. C'était le 40^e anniversaire d'Hugues.

Garvash (3720 m GPS)

Sa combe morainique et sa grande pente finale, 400 m à plus de 35°, cascade de séracs d'un côté, de l'autre un mur de glace en forme de faucille suspendue au-dessus de nos têtes. Montée un peu adrénaline que Jean-Pierre trace avec maestria, col ouvert vers la Géorgie et le massif de l'Usbah, sommet majeur pour l'alpiniste du Caucase (4710 m), descente en plaisir total.

Exploration

Le fond de la vallée qui mène à Mestia est un « boulevard » d'aiguilles rocheuses et de glaciers, une invitation. Victor avoue ne pas se rappeler d'y avoir promené ses skis ! Un beau cheminement vers une épaule glaciaire défend l'accès au col Granoskova (3750 m GPS). Nous n'oserons pas plonger par le glacier encaissé directement sous le col, faute à la montée d'en avoir vérifié la sortie, ce qui n'empêche pas Victor de descendre du sommet de l'épaule sur une coulée de neige poudreuse.

Gumatchi (col 3580 m GPS)

Le grand beau persistant, nous engageons la traversée du Gumatchi, vers la vallée voisine d'Adylsu. J'aurais aimé prendre pied sur le glacier par sa rive droite, itinéraire commun au départ avec le Garvash, qui traverse ensuite une large vire glaciaire surplombée par un mur de séracs suspendus dans la face du Chegettau (4102 m), parcourue à la descente l'année précédente, mais dans un certain brouillard qui évitait de se poser des questions environnementales. Nous remontons plutôt les raides pentes qui donnent accès à la moraine rive gauche, puis au plateau intermédiaire du glacier. Victor trouve ensuite un cheminement dans le long ressaut supérieur du glacier Gumatchi, entre blocs de glace et crevasses, où nous avions renoncé en 2004 faute de visibilité et dans une épaisseur de près d'un mètre de neige fraîche, puis traverse sous le sommet 3800.

Le col se franchit soit à skis (départ environ 40 m plus haut, chute peu conseillée, n'est-ce pas Christian !), soit du col même (anneau de corde et main courante sur 20 m). La suite est une longue glissade printanière sur le large glacier Jankouate, aux pieds de sommets nouveaux : Jantugan (4000), muraille du Baskara et Ullukara (4300), Kashkatash, puis gardant son secret, le « mur de Skhelda » et le sommet de l'Usbah (4710), jusque vers 1900 au « camp Elbrouz » où le minibus nous récupère pour nous déposer à l'hôtel Nakra à Cheget.

Elbrouz rebelle

L'année dernière, le 1^{er} mai 2004, Victor m'avait conduit avec Philippe (Descamps), trois skieurs seuls au sommet de l'Elbrouz, à 5640 m dans des conditions nivométrées propices. Nous avions connu le plaisir d'une descente dans 30 à 40 cm de poudreuse, jusqu'à Azau (alt. 2200) !

Cette année, la neige tombée abondamment en mars a été balayée par des vents violents. Dès 4250, il ne reste que la glace, une glace vitreuse dans les pentes redressées entre 4700 et 5100, puis une neige gelée dans la longue traversée ascendante vers la selle entre le double cône sommital.

L'itinéraire est inskiable, ce n'est qu'une longue partie de cramponnage, avec pose de cordes fixes pour la sécurité. Personne ne dépassera les rochers Pastukov, malgré le renfort d'Oleg dont l'énergie serait même capable de renverser les montagnes.

Devant nous, la face du Dongorozum et son « glacier 7 » porte-bonheur, le triangle rocheux et neigeux du Kogutai qui nous nargue de ses superbes itinéraires où l'on n'aperçoit que quelques traces en neige profonde, mais que nous ne pourrions pas gravir cette année.

Bezinghi, sanctuaire mystérieux

Après avoir récupéré au passage (ou plutôt fait évader) Hugues de l'hôpital de Tyrnyauz, où il a été opéré d'un abcès tenace, nous échangeons à Naltchik notre minibus pour deux 4x4 qui remontent route et piste jusqu'à



Sauvetage sous la paroi du Mishirgi

Bezinghi Village, et au-delà une piste défoncée : 20 km nous séparent encore du « camp Bezinghi ».

Bezinghi, vieux rêve issu de la lecture d'un ancien exemplaire de *La Montagne*.

Les inévitables Anglais (Freshfield, Mummery), puis Allemands et Autrichiens ont exploré et défriché les grands sommets du massif dès la fin du XIX^e siècle. Les Russes ont ensuite pratiquement fermé l'accès à Bezinghi pour se « réserver » la priorité de l'ouverture des voies et itinéraires majeurs.

Passée la barrière d'un camp militaire et les contrôles sourcilleux des passeports, et malgré l'orgueil de nos chauffeurs, nos véhicules ne peuvent franchir les coulées d'avalanche : il nous faut encore faire appel à l'armée russe et ses camions qui surmontent non sans difficulté les obstacles. Nous arrivons de nuit au camp Bezinghi (2150 m), base d'alpinisme d'été mais ouverte spécialement à notre intention.

Construit dans les années 50 là où, à la fin du XIX^e, se rejoignaient encore les glaciers de Kundim et de Bezinghi, c'est un lieu mythique de l'alpinisme soviétique avec à proximité tous les grands 5000 du Caucase : Dychtau, Koshtantau, Mishirgi, Puskin, Shkara, Jangitau... La fréquentation à ski est confidentielle : à part les traces d'Adolbe, responsable du « rescue service » local, qui a visité les deux vallées principales, nous serons probablement les seuls réels skieurs de l'année... Il va sans dire que même si l'ampleur et la vastitude du relief limitent le nombre d'itinéraires accessibles à des skieurs « ordinaires », avec une logistique « normale », il reste quantité de courses à explorer en style alpin.

Cirque de Mishirghi

Élégante moraine latérale chevauchée sur son fil étroit, face aux sommets et vallées de la rive droite : Ukiu, superbe Ullauz Bashi (4670 m), et sa face glaciaire et rocheuse, au pied duquel nous irons promener nos skis prochainement.

Longue courbe à droite, le cirque se découvre lentement. Mishirghi, sonorités enchanteresses.

Instinctivement, nous prenons des distances, progres-

>>> sons dans la solitude qui permet de se pénétrer du spectacle. Le temps est parfait. Halte à la cote 3000, au pied même des parois géantes du cirque, et des kilomètres d'arêtes, d'éperons et glaciers suspendus. À gauche, le Kundim Mishirghi glacier, alimenté par les parois, se courbe à angle droit, pour s'insérer dans une gorge étroite dominée par les 5150 m du Koshtantau, dont nous ne voyons que l'extrémité de la dernière chute de séracs. Nous irons visiter ce « petit Kumbu » le surlendemain.

Nous remontons à droite une large et raide pente de 500 m, vers le pic Brno. Le soleil chauffe, le Caucase est à la latitude de la Corse, la neige déjà profonde devient lourde et instable. Entourés de couloirs et de parois chargées, nous décidons de faire demi-tour au pied d'un ressaut glaciaire vers 3500.

Notre télérmarqueuse, éprouvée par la chaleur, au style habituellement élégant, exécute une figure inédite qui lui vaut, avec l'équipe aux commandes, une descente de plus de 5 heures, allongée sur son sac à dos, ficelée sur sa paire de skis et ses bâtons en croix, puis sur un traîneau que Victor – qui aura fait près de deux fois la course – est allé chercher au camp.

Le sauna avec bain dans la rivière sera bien venu pour certains !

Kel Pass (3600 m)

Grand glacier de Bezinghi, que l'on peut admirer depuis la « cabane WC » du camp ! Aujourd'hui, nous ne le remontons que sur 6 à 7 km, ce qui permet néanmoins de s'approcher du Bezinghi Wall, immense barrière qui ferme au sud le cirque de Bezinghi, 2000 à 2400 m de haut, 18 km de crêtes depuis le Gestola (4950), Djanghitau (5030), Skhara (5200), jusqu'au Koshtantau et au Dychtau (5200) : Philippe en pleine forme nous remorque jusqu'au Kel Pass

Le « petit Kumbu »

Toujours par grand beau temps, nous remontons cette fois le Kundim glacier jusqu'à son coude, et par les dif-

férentes marches de la grande chute de séracs, nous espérons atteindre le plateau supérieur, à 3900 : même les plus intrépides s'arrêteront avant.

Peu enclin à stationner sous un empilement de séracs branlants, pour suivre de maigres bandes de neige raide, je me mets en sécurité. Assis sur un bloc, je contemple à loisir la muraille de Mishirghi qui s'étend en totalité sous mes yeux.

Chauffées par le soleil, les grandes parois commencent à parler : avalanches, chute de glace, craquements. Alexeï me dit : « C'est l'heure, Mishirghi chante ». Mishirghi chante pour moi.

Demain, six d'entre nous (plus Hugues qui préfère prudemment anticiper son retour pour faire examiner sans trop tarder, par un médecin français, la plaie résultant de l'opération effectuée dans un modeste hôpital caucasien), appelés par leurs tristes obligations professionnelles, entameront leur retour vers la France.

Demain, Bezinghi va pleurer, pleurer des larmes de pluie, de neige et de vent. Nous resterons trois au camp Bezinghi pour quelques jours encore

Djanghi Kosh et le Bezinghi Wall

Pour la fin du séjour, nous partons quatre jours au bivouac de Djanghi Kosh, situé à 3250 m GPS, au fond du glacier de Bezinghi, face au gigantesque « Wall », cadre exceptionnel de courses dans une ambiance de bout du monde.

Nous sommes accompagnés par Adolbe, responsable de la cabane, et de deux de ses adjoints – Ibrahim et Mohamed – qui vont nous aider à porter les charges. Tous sont de forts grimpeurs, mais à ski, et malgré leur équipement tout neuf, c'est différent. Les deux adjoints chaussent pour la première fois. Alexeï les initiera au chasse-neige et conversions sur les pentes qui dominent Djanghi Kosh !

Bruit incessant des blocs qui se détachent des moraines qui nous surplombent de 150 mètres. Nous remontons prudemment dans l'axe du glacier !





Cirque de Mishirghi

Des rapaces tournoient dans le ciel, quelques mouflons et bouquetins nous observent de loin.

Avec des sacs lourds, nous mettrons plus de sept heures pour arriver au bivouac, par un temps incertain. Pour éviter les risques d'avalanches descendant du Bezinghi Wall, nous coupons la première chute de séracs par l'intérieur, raide goulet coincé entre pentes morainiques plaquées et séracs du glacier, que nous touchons presque de nos spatules. Arrivé à la sortie du couloir, Alexei le redescend devant moi, assis sur une plaque qui s'est décrochée sous ses skis.

Djanghi Kosh, petit point triangulaire derrière sa moraine, qui nous semble proche, mais que nous mettrons encore plus d'une heure et demie à atteindre. Difficile d'estimer les distances dans un tel environnement !

Djanghi Kosh, petit abri sommaire mais précieux, dans les tempêtes de vent et de neige qui s'insinuent la nuit à travers les planches disjointes sur nos duvets.

Pic Freshfield (4100), au pied des éperons rocheux qui jaillissent jusqu'au Dychtau (5200). Nous renoncerons dans le couloir final, à la neige très incertaine.

Pic Sella (4200), à la source même du glacier de Bezinghi, grand itinéraire glaciaire que nous ne connaissons pas. Ce matin, la neige tombe dru, la situation devient dangereuse : de grandes avalanches balaient la muraille devant nous, des coulées parties 2000 m au-dessus traversent le glacier et les aérosols remontent notre versant sur plusieurs centaines de mètres...

Nous décidons de redescendre dès le troisième jour, dans le brouillard et la neige. Christian fait réviser à Ibrahim une dernière fois les principes de la conversion et du dérapage. Nous descendons en aveugles, Adolbe et Alexei trouvent heureusement le passage obligé du couloir le long des séracs du glacier.

Un vent de fœhn d'une extrême violence se lève, dégage les nuages, mais nous bouscule sur les moraines qui précèdent le camp, maintenant inskiables, et que nous remontons à grand peine, errant à pied à travers les méandres des torrents et les résidus de neige sans consistance.

C'est fini. Demain, le ski laissera sa place à une journée de tourisme, un dernier sauna, rangement des sacs. Adieu Bezinghi, neige et Caucase. Petite fête au camp, Aichat se lance dans une danse balkarie avec Alexei...

Portail ornémenté balkari



Alexei, le centenaire et Mohammed



Peuple Balkar

En Kabardino-Balkarie, les Balkars, minoritaires, sont turcs par leurs origines, leur culture, leur langue qui en est très proche, musulmans – mais loin d'être «intégristes» –, descendants des Ottomans qui régnaient sur le Caucase avant que Tamerlan ne les chasse ou les contraigne à se réfugier dans les montagnes peu accessibles.

En 1942, soupçonnés de complicité avec l'occupant nazi, Staline les «déménage» en quelques jours, rase les villages, les déporte au Kazakstan et installe à leur place les Svanétiens de Géorgie.

Les Balkars seront autorisés à rentrer dans leur pays – dévasté – à partir de 1957 environ.

Ce petit peuple est accueillant, fier de ses racines et de son passé.

Nos nouveaux amis Adolbe et Ibrahim nous feront visiter leur vallée de Chereck-Balkaria, à l'est de celle de Bezinghi, défendue par une gorge impressionnante où le fœhn soufflait encore en tempête, les ruines des anciens villages et châteaux rasés, paysages de sommets aux formes étranges.

Invités, accueillis dans la maison familiale par la maman, alerte et manifestation habituée à commander, nous déjeunerons «typique Balkar», crêpes au fromage et pomme de terre, *aisen*, yaourt fermenté avec des champignons, thé, etc.

Nous saluerons respectueusement l'aïeul plus que centenaire, produit traditionnel des hautes vallées caucasiennes («*Le voisin, c'est un petit jeune, dix ans de moins que moi, il n'a que 102 ans, lui...*»), qui se rappelle encore de ses aventures de la dernière guerre, où il a combattu en Italie, en France, et a participé à l'épopée de la France Libre en Angleterre !

Effet du soleil, du vent, du fœhn, certainement ! De l'alimentation, de la vie rude et saine ? Qui sait ?

Déjà, je pense à revenir l'année prochaine. Il y a tellement de possibilités dans ces montagnes magnifiques, solitaires, et qui changent des itinéraires un peu «surbookés» de nos Alpes !

Venez donc tester vos spatules dans le Caucase, vous vivrez vos plus belles journées de ski de montagne. Et en prime, vous en reviendrez avec un moral de centenaire !

Activités des Clubs Alpains d'Ile-de-France

randonnée

Vendredi 2 décembre

LE PLUS BEAU SABLE DU MONDE. Philippe Mosnier (animateur professionnel)

A la découverte du sud de la forêt de Fontainebleau. 18 km. **F.** Renseignements et inscription auprès du secrétariat (coût : 15 euros par personne).

Samedi 3 décembre

POUR MA PREMIÈRE, ALLONS À SAINT-GERMAIN.

Martine Cante

Paris-Saint-Lazare, 9 h pour Maison-Laffitte. Saint-Germain-en-Laye. Retour à Paris : 17 h 30. 16 km. **F.** Visite possible du château de Saint-Germain (6 €). Carte IGN 2214 ET

RIFIPI CHEZ LES CAFARDS. Maurice Picollet

Paris-Lyon, 8 h 27 pour Moret-sur-Loing. Itinéraire selon état du sol. Bourron-Marlotte. Retour à Paris : 18 h 48. 24,5 km. **M.** Carte IGN 2417 OT

Dimanche 4 décembre

APREMONT. Jean Lortsch

Paris-Lyon, 8 h 27 pour Fontainebleau (rendez-vous à l'arrivée). Apremont, Bas Bréau, Bois-le-Roi. Retour à Paris : 17 h 30. 20 km. **F.** Carte IGN 2417 OT

LES JARDINS SECRETS DE LA FORÊT. Jean Musnier

Paris-Lyon, 9 h 6 pour Bois-le-Roi (A-R, rendez-vous à l'arrivée). Monts de Fay, Cuvier. Retour à Paris : 18 h 48. 20 km. **M.** Allure très modérée, mais terrains variés pouvant être accidentés, chaotiques, touffus. Carte IGN 2417 OT

AUX CONFINS DES 92, 91 et 78. Luc Bonnard

Denfert-Rochereau (RER B), 8 h 43 pour Sceaux. Bois de Verrières, Jouy-en-Josas, Versailles-Chantiers. Retour à Paris-Montparnasse : 17 h 36. 24 km. **M.** Cartes IGN 2214 ET, 2314 OT, 2315 OT

RANDO AQUATIQUE. Claude Ramier

Paris-Lyon, 8 h 27 pour Bois-le-Roi (A-R, rendez-vous à l'arrivée). Mares aux Cerfs, aux Évées, à Bauge, aux Biches, aux Sangliers, aux Ligueurs. Retour à Paris : 18 h 44. 28 km. **M+.** Carte IGN 2417 OT

RANDO BELLIFONTAINE. Frédéric Leconte

Paris-Lyon, 8 h 27 pour Bois-le-Roi. Carrefour du Ragot, Fontainebleau. Retour à Paris : 18 h 48. 30 km. **SO.**

Lundi 5 décembre

BLEAU DE L'AUBE AU SOIR. François Degoul

Paris-Lyon, 7 h 47 pour Thomery. Les Étroitures, le Carrosse, Moret. Retour à Paris : 17 h 30 ou 18 h. 26 km. **M+.** Carte IGN 2417 OT

Mercredi 7 décembre

EN FORÊT DE FONTAINEBLEAU. Henri de Raimond

Paris-Lyon, 8 h 27 pour Bois-le-Roi. Fontainebleau. Retour à Paris : 17 h 30. 20 km. **F.** Carte IGN 2417 OT

Samedi 10 décembre

SAINT-CLOUD – MARLY-LE-ROI. Annie Chevalier

Paris-Saint-Lazare, 8 h 33 pour Saint-Cloud (rendez-vous à l'arrivée). Marly-le-Roi. Retour à Paris : 17 h 30. 22 km. **M.** Cartes IGN 2214 ET, 2314 OT

T'AVANCES OU PAS ? Pierre-Marc Genty

Paris-Montparnasse (banlieue), 8 h 17 pour La Verrière (A-R). Itinéraire : mystère et boule de gomme. Retour à Paris vers 18 h. 25 km. **SO.** Carte IGN 2215 OT

Dimanche 11 décembre

ENTRE DEUX SEINE. Michel Lohier

Paris-Saint-Lazare, 9 h 32 pour Bonnières-sur-Seine (A-R, ren-

NIVEAUX DES RANDONNÉES EN ILE-DE-FRANCE

F. Niveau facile
Allure modérée (3 à 3,5 km/h)

M. Niveau moyen
Allure normale (4 km/h)

SO. Niveau soutenu
Allure soutenue (4,5 à 5 km/h)

SP. Niveau sportif
Allure rapide (plus de 5 km/h)



Les sorties «Jeunes Randonneurs», indiquées dans ce programme par le logo ci-dessus, sont recommandées aux membres âgés de 18 à 35 ans pour leur permettre de se retrouver entre eux. Ces randonnées sont proposées par les jeunes organisateurs de l'association C.A.F. Ile-de-France.

dez-vous à l'arrivée). Mousseaux, Rolleboise. Retour à Paris : 18 h 25. 18 km. **F.** Cartes IGN 2113 E et O

EN FORÊT DE FONTAINEBLEAU. Henri de Raimond

Paris-Lyon, 8 h 27 pour Bois-le-Roi. Fontainebleau. Retour à Paris : 17 h 30. 20 km. **F.** Carte IGN 2417 OT

RANDO DESSIN (1). Nicole Voisin

Châtelet-les-Halles (RER B), 8 h 50 pour «Cité Universitaire» (rendez-vous à l'arrivée). Initiation et/ou perfectionnement au dessin en compagnie de Maxime Fulchiron tout en cheminant dans Paris (voir encart dans *Paris-Chamonix* n° 176, page 19). Retour à Paris : vers 17 h. 10 à 15 km. **M.**

LES GORGES DE FRANCHARD. Louis Travers

Paris-Lyon, 8 h 27 pour Fontainebleau (A-R, rendez-vous à l'arrivée). Rochers du Long Boyau, mare aux Pigeons, Franchard, carrefour de Paris. 20 km. **M.** Carte IGN 2417 OT

T'AS FAIT TES CADEAUX ?
Hervé Baylot

Paris-Montparnasse, 8 h 15 (à vérifier) pour Rambouillet (A-R, rendez-vous à l'arrivée). Poigny-la-Forêt, rochers d'Angennes, Gazeran. Retour à Paris : 18 h. 30 km. **SO.** Carte IGN 2215 OT

LA SECTE AIME L'VERT ! Didier Roger

Paris-Nord (banlieue), 8 h 28 pour Survilliers-Fosses. Forêt de Chantilly, Chantilly. Retour à Paris : 18 h 38. 30 à 35 km. **SO+**

VERS UNE CHASSE AU SNARK. Jean Dunaux

Paris-Nord (grandes lignes), 8 h 37 (à vérifier) pour Compiègne (A-R). Forêt. Retour à Paris : 18 h 38. 33 km environ. **SO+.** Carte IGN 2511 OT

Lundi 12 décembre

ERMENONVILLE. Éliane Benaïse

Paris-Nord (grandes lignes), 8 h pour Nanteuil-le-Haudouin. Chaalis, Pontarmé, Orry-la-Ville. 26 km environ. **M.** Cartes IGN 2412 OT, 2512 OT

Mercredi 14 décembre

EN FORÊT DE FONTAINEBLEAU. Henri de Raimond

Paris-Lyon, 8 h 27 pour Bois-le-Roi. Fontainebleau. Retour à Paris : 17 h 30. 20 km. **F.** Carte IGN 2417 OT

Samedi 17 décembre

VALLÉE DE L'ORGE. Pascale Lhomme

Paris-Austerlitz (RER C), 8 h 10 (à vérifier) pour Breuillet. Mirgaudon, Sermaise, Dourdan. Retour à Paris : 18 h 30. 21 km. **M.** Carte IGN 2216 ET

DANS LE FROID, QUELQUES KM. Alain Bourgeois

Paris-Lyon, 8 h 27 pour Montigny-sur-Loing. Fontainebleau. Retour à Paris : 17 h 30. 20 km. **M+.** Carte IGN 2417 OT

Dimanche 18 décembre

CHEZ MANU, SINON RIEN. Jean Delonelle

Paris-Lyon, 9 h 6 pour Fontainebleau. Tour Denecourt, Samoï, Bois-le-Roi. Ret. à Paris : 17 h 30. 16 km. **F.** Carte IGN 2417 OT

LE CHARME DU MORBRAS. Gilles Montigny

Châtelet-les-Halles (RER A), 9 h 34 pour Sucy-Bonneuil (A-R). Parc du Morbras, forêts de Notre-Dame, de Grosbois, Maison-Rouge. Retour à Paris : 17 h 13. 17 km. **F.** Carte IGN 2415 OT

RESTONS AU SUD. Michel Sassier

Paris-Lyon, 9 h 6 pour Montigny-sur-Loing. Rocher Boulain, mare d'Épisy, Moret. Retour à Paris : 17 h 30. 19 km. **M.** Carte IGN 2417 OT

D'UN CHÂTEAU À L'AUTRE. Jean-Claude Duchemin

Paris-Nord (banlieue), 9 h 10 pour Écouen. Châteaux d'Écouen et de la Chasse, Taverny. Retour à Paris : 18 h 6. 27 km. **M+.** Carte IGN 2313 OT

NOUS IRONS TOUS. Claude Ramier

Paris-Lyon (RER D), 8 h 41 pour Maisse (A-R, rendez-vous à l'arrivée). Le Paradis, Champmotteux, La Pierre Droite. Retour à Paris : 18 h 40. 27 km. **M+.** Carte IGN 2316 ET

GARES DE RENDEZ-VOUS

L'heure indiquée dans le descriptif des sorties est celle du départ du train et non celle du rendez-vous, fixée trente minutes avant le départ.

La vérification de l'heure de départ doit s'effectuer auprès de la SNCF, seule en possession des horaires éventuellement modifiés.

LYON. RER D (direction Malesherbes) sur le quai de départ. Autres directions : hall du rez-de-chaussée, devant le guichet 48.

AUSTERLITZ. Hall banlieue sous-sol, salle des Automatiques. Grandes lignes : devant les guichets.

MONTPARNASSE. Grandes lignes : devant les guichets. Banlieue : devant l'accès aux quais.

NORD. Grandes lignes : guichet 37 situé derrière le bureau de change. Banlieue : devant la voie 19 à côté des guichets marqués «Transilien».

EST. Banlieue : devant les appareils automatiques. Grandes lignes : devant le bureau de renseignements.

SAINT-LAZARE. Salle des Pas Perdus, sous l'horloge.

DENFERT-ROCHEREAU. Devant la gare du RER.

Responsable de l'activité :
Michel Gollac
Tél.
01 45 66 62 59

NIMPORTENAWAQUE. Jean Dunaux

Paris-Lyon, 8 h 27 (à vérifier) pour Fontainebleau (A-R). Retour à Paris : 18 h 2. 33 km environ. **SO+**. Carte IGN 2417 OT

Lundi 19 décembre**ÉVITERA-T-ON LA CHASSE ?** Maurice Picollet

Paris-Lyon, 8 h 27 (à vérifier) pour Fontainebleau. Rocher des Filles, Moret. Retour à Paris : 18 h 45. 24 km. **M**. Bus à Fontainebleau (1,40 €). Carte IGN 2417 OT

Mercredi 21 décembre**RAMBOUILLET. BOUCLE, PARC ET FORÊT.**

Robert Sandoz

Paris-Montparnasse (grandes lignes), 9 h 15 (à vérifier) pour Rambouillet (A-R). Parc, forêt. Retour à Paris vers 17 h 30. 20 km. **F**. Carte IGN 2215 OT

Dimanche 25 décembre**ET LE PÈRE NOËL SERA ENCORE INTROUVABLE.**

Christiane Mayenobe

Paris-Lyon, 9 h 6 pour Fontainebleau. Bois Gauthier, maison Forestière de la Porte Nadon, Moret. Retour à Paris : 16 h 30. 18 km. **F**. Carte IGN 2417 OT

Dimanche 1^{er} janvier 2006**C'EST REPARTI POUR UN TOUR.** Christiane Mayenobe

Paris-Nord (grandes lignes), 9 h 19 (à vérifier) pour Orry-la-Ville/Coye (A-R). Carrefours à Manon et de la Verrerie. Retour à Paris : 17 h 8. 18 km. **F**. Carte IGN 2412 OT

Vendredi 6 janvier**LA FORÊT DANS TOUS SES ÉTATS : L'HIVER EN FORÊT DE COYE.**

Philippe Mosnier (animateur professionnel)

Observations des transformations paysagères au fil des saisons. 18 km. **F**. Renseignements et inscription auprès du secrétariat (coût : 15 € par personne).

Samedi 7 janvier**MARLY-LE-ROI – SAINT-NOM-LA-BRETÈCHE.**

Annie Chevalier

Paris-Saint-Lazare, 8 h 33 pour Marly-le-Roi (rendez-vous à l'arrivée). Saint-Nom-la-Bretèche. Retour à Paris : 17 h 30. 22 km. **M**. Carte IGN 2214 ET

Dimanche 8 janvier**LA FORÊT DES QUATRE PILIERS.** Michel Lohier

Paris-Montparnasse (banlieue), 10 h 51 pour Garancières (A-R, rendez-vous à l'arrivée). Orgerus, Flexanville. Retour à Paris : 19 h 10. 18 km. **F**. Carte IGN 2114 E

RANDO GALETTE DES ROIS. Louis Travers

Paris-Lyon, 8 h 27 pour Bois-le-Roi (A-R, rendez-vous à l'arrivée). Rocher Canon, Cuvier-Chatillon, Barbizon. 20 km. **M**. Carte IGN 2417 OT

QUEUES D'ARBRES, QUE D'ARBRES. Olivier Bueb

Paris-Lyon, 8 h 27 (à vérifier) pour Fontainebleau (A-R, rendez-vous à l'arrivée). Randonnée parmi les diverses essences de feuillus et conifères peuplant la forêt bellifontaine. Retour à Paris : 18 h. 26 km. **M+**. Carte IGN 2417 OT

SOUTENU, C'EST PAS DU FACILE. Pierre-Marc Genty

Paris-Nord (banlieue), 8 h 6 pour Crépy-en-Valois (A-R). Retour à Paris vers 18 h 30. Environ 25 km. **SO**. Carte IGN 2512 OT

GALETTE-PARTIE. Didier Roger

Paris-Lyon (RER D), 8 h 41 pour Boutigny. Bois-le-Roi. Retour à Paris : 18 h 48. 35 km. **SO+**. Rendez-vous guichets sous-sol. Participation aux frais pour achat des galettes en commun.

Mercredi 11 janvier**EN FORÊT DE FONTAINEBLEAU.** Henri de Raimond

Paris-Lyon, 8 h 27 pour Bois-le-Roi. Fontainebleau. Retour à Paris : 17 h 30. 20 km. **F**. Carte IGN 2417 OT

« Je veux m'inscrire à une rando ! »**L'INSCRIPTION AUX RANDOS PÉDESTRES ET RAQUETTES EN DIX QUESTIONS, PLUS UNE.****● Je suis intéressé(e) par une rando de plusieurs jours. À partir de quand puis-je déposer une demande d'inscription ?**

Dès que la fiche technique est disponible au secrétariat ou sur le site internet. Elle l'est au plus tard 10 semaines avant le début de la sortie.

● Comment faire pour déposer cette demande ?

Tous les moyens sont bons ! Vous pouvez envoyer le bulletin d'inscription et le chèque d'acompte par la Poste, les glisser dans la boîte aux lettres du Club ou les déposer au secrétariat. Inutile désormais de se précipiter au Club le jour de l'ouverture des inscriptions.

● Mais si d'autres ont eu connaissance de la fiche technique avant moi, vais-je encore avoir de la place ?

Pas de panique ! Jusqu'à 9 semaines avant le début de la rando, peu importe le moment où votre demande arrive : s'il y a plus de demandes que de places, on tirera au sort ! Après, c'est premier arrivé, premier servi.

● Un exemple, je voudrais être sûr d'avoir compris...

Par exemple, vous voulez participer à une sortie qui débute le **vendredi 14 juillet**. Neuf semaines avant, ça fait le **vendredi 12 mai**. Si ma demande arrive le 30 avril et la vôtre le 11 mai ou même le 12 avant l'ouverture du secrétariat, elles seront traitées ensemble. Par contre, vous ne déposez la vôtre que le 12 après-midi, elle passe après. Mais rassurez-vous : souvent, vous aurez vos chances quand même. D'ailleurs **Info-sorties** sur le site internet vous indiquera en temps réel les places disponibles. Si c'est plein, vous pourrez vous mettre en liste d'attente, au cas où il y aurait un désistement.

● Pourquoi 9 semaines ?

Parce qu'ainsi le secrétariat peut vous confirmer plus de deux mois à l'avance que vous êtes bien inscrit (si vous disposez d'une adresse électronique, un courriel vous avertira même automatiquement de cette inscription). Vous pouvez, si vous le souhaitez, prendre des billets Prem's, économiques mais (attention en cas d'annulation !) non remboursables.

● Attendez, et les sorties d'été, j'avais entendu parler du 1^{er} avril, c'est un poisson ?

Il n'y a plus de différences entre les sorties d'été et les autres. La RTT et la pratique croissante des ponts et autres viaducs ont rendu cette distinction obsolète.

● Quand même, je suis inquiet, je suis nouvel adhérent et la dernière fois que j'ai voulu m'inscrire, on m'a dit que c'était complet...

Si votre inscription parvient au moins 9 semaines à l'avance, dès lors que vous êtes nouvel adhérent ou que vous n'êtes jamais sorti dans l'année, quelques places vous sont réservées en priorité. Mais pas toutes : la convivialité, c'est aussi que les anciens et les nouveaux partagent les mêmes activités...

● Et pour les raquettes ? Les sorties sont souvent très demandées... Il n'y a pas une combine ?

Si, bien sûr ! Inscrivez-vous à une formation C.A.F. délivrant une unité de valeur «neige et avalanches» (le Club vous en proposera cet hiver). Vous pourrez ainsi mieux contribuer à la sécurité et quelques places vous seront réservées en priorité. Mais pas toutes : les raquettes, c'est aussi une activité à découvrir par tous.

● Parfois les inscriptions se font sur accord de l'organisateur. Ça correspond à quoi ?

L'organisateur est responsable de la sécurité de sa sortie. Il souhaite aussi offrir à ses participants une ambiance conviviale. Ceci peut parfois l'amener à donner son accord à chaque inscription individuellement, pour être sûr de votre niveau physique ou technique, ou pour rassembler des participants de profils différents.

● Et les sorties de dernière minute ? C'est quoi et ça marche comment ?

Parfois un organisateur ne peut programmer sa sortie que peu de temps avant celle-ci. Vous ne la trouverez pas dans *Paris-Cham*. Mais dès que vous en avez connaissance, procurez-vous la fiche technique au secrétariat ou sur le site internet et ensuite les premiers arrivés seront les premiers servis.

● Vous ne me cachez vraiment rien ?

Bien sûr que si ! Si tous les détails techniques vous intéressent, une fiche est disponible au secrétariat. Mais surtout : bonnes randonnées !

(Nouvelles modalités d'inscription, valables pour les randos débutant en 2006 ; certaines fiches techniques seront disponibles dès octobre 2005.)



Randonnées de week-end et de plusieurs jours

Décembre 2005 à avril 2006

Dates	Organisateurs	Niv. ph.	Niv. tech.	Code	Destinations
3-4 décembre	Thierry Pain	M		RW18	Migration des grues cendrées : La Der du Der (Haute-Marne)
3-4 décembre	Alain Bourgeois			RW19	En Bourgogne
30 déc. au 1 ^{er} janvier	Gilles Montigny	M		RW20	Randonnée pédestre de Nouvel An (région Centre)
14-15 janvier	Alain Bourgeois	M		RW21	Encore une en Bourgogne (dégustation et châteaux)
21-22 janvier	Eliane Benaïse	M		RW22	La Saint-Vincent dans le Tonnerrois
4-5 février	Emmanuelle Payrard	SO	▲	RW23	Les charmes de l'Oise
18-19 mars	Pascal Baud	M		RC02	Le retour des campeurs
18 au 22 mars	Emmanuelle Payrard	SO	▲	RW24	Les Vosges du Nord : Wissembourg à Saverne
24 au 26 mars	Yann le Toumelin	SO		RW25	Au pays de la Roche de Solutré
8-9 avril	Luc Bonnard	M		RW	Les Alpes, c'est dans le Parc régional de Normandie-Maine

RW : randonnée pédestre de week-end ou de plusieurs jours • **RC** : randonnée camping

- Pour toutes ces sorties : programmes détaillés et inscriptions au Club ou sur le site (sauf certaines randonnées camping). Ouverture des inscriptions : **neuf semaines jour pour jour** avant la date de départ (mais vous pouvez envoyer votre demande dès la parution de la fiche technique).
- Il est nécessaire, pour vous inscrire, de remplir intégralement un bulletin d'inscription joint au programme, et de le renvoyer, accompagné du règlement, dans une enveloppe libellée à : C.A.F. d'Ile-de-France (pas de réservation par téléphone).
- En cas d'annulation (transport par train) par un participant, les frais d'annulation et les frais engagés seront conservés. En cas d'annulation (transport par car) par un participant, les frais d'annulation, les frais engagés et le montant du transport seront retenus. Si l'autocar est complet au départ, seuls les frais d'annulation seront retenus.

NIVEAUX ET PRÉCISIONS POUR TOUTES LES RANDONNÉES

NIVEAU PHYSIQUE

F : facile - M : moyen - SO : soutenu - SP : sportif

NIVEAU TECHNIQUE

▲ : Ces sorties se déroulent sur des sentiers en bon état ou hors sentiers, mais en terrain facile. Elles sont accessibles à toute personne ayant le niveau physique requis (F, M, SO ou SP).

▲▲ : Itinéraire montagnard. Ces itinéraires peuvent emprunter des pentes raides, des pierriers, des éboulis ou des névés. Certains passages peuvent être un peu vertigineux et demander de l'attention. Toutefois ces itinéraires vous sont accessibles, même sans grande expérience de la montagne, si

vous possédez le niveau physique requis (F, M, SO ou SP).

▲▲▲ : Itinéraire montagnard difficile. Ces itinéraires peuvent emprunter des passages délicats et exposés : pentes très raides, pierriers ou éboulis instables, névés pentus exigeant l'usage du piolet, passages rocheux n'obligeant pas cependant à une véritable escalade. Le vide est souvent présent. Ces itinéraires demandent de l'attention et de la sûreté. Ils sont réservés à des randonneurs habitués à la montagne.

▲▲▲▲ : Itinéraire de haute montagne. Randonnée de haute montagne recourant à quelques techniques de base de l'alpinisme, en neige, glace ou rocher.

Raquettes à neige - Hiver 2005-2006

Code	Dates	Titre-lieu	Encadrant	Niveau	Hebergement	Transport	Coût
06-RQ01	10-11 décembre	Belledonne	Gilles Deloustal *	2-3	Appartement	Libre	87 € hors transport
06-RQ02	17-18 décembre	Chartreuse	Gilles Deloustal *	2	Appartement	Libre	87 € hors transport
06-RQ03	31 décembre au 2 janvier 2006	Raquettes et réveil	Michel Gollac	2-3 avec initiation	Gîte	Libre	Voir fiche technique
06-RQ03b	7-8 janvier	Raquettes ou randonnées vers Autrans (Vercors)	Martine Cante	2			
06-RQ04	14-15 janvier	Belledonne	Gilles Deloustal *	2-3	Appartement	Libre	87 € hors transport
06-RQ05	21-22 janvier	Direction Vercors	Céline Falissard	3 avec initiation	Refuge	Car-couchettes	Voir fiche technique
06-RQ06	28-29 janvier	L'or blanc de RossStock (Muotathal)	Bruno Reboul	3	Refuge	Car-couchettes	Voir fiche technique
06-RQ07	11-12 février	Week-end Igloo (Belledonne)	Gilles Deloustal *	2	Igloo	Libre	81 € hors transport
06-RQ08	18 au 25 février	Chartreuse	Gilles Deloustal *	3	Appartement	Libre	397 € hors transport
06-RQ09	25-26 février	Contreforts des Aravis	Céline Falissard	4	Refuge	Train	Voir fiche technique
06-RQ10	3 au 6 mars	Vallée de Névache	Eliane Benaïse Jean-Claude Duchemin	3	Gîte et refuge	Train	Voir fiche technique
06-RQ11	4 au 11 mars	Belledonne	Gilles Deloustal *	3	Appartement	Libre	397 € hors transport
06-RQ12	11-12 mars	Beaufortain	Michel Gollac	3	Refuge ou gîte	Train	Voir fiche technique
06-RQ13	18-19 mars	Queyras	Bernadette Parmain	3-4	Gîte ou refuge	Car-couchettes	Voir fiche technique
06-RQ14	25-26 mars	Chamonix	Céline Falissard	3	Refuge	Car-couchettes	Voir fiche technique

* Sorties encadrées par Gilles Deloustal, accompagnateur en montagne professionnel.

►►► Samedi 14 janvier

UNE PETITE PAUSE. Pierre-Marc Genty

Paris-Montparnasse (banlieue), 8 h 47 pour La Verrière (A-R). Saint-Lambert. Retour à Paris vers 18 h. 22 km. **M.** Carte IGN 2215 OT.

Dimanche 15 janvier

EN FORÊT DE FONTAINEBLEAU. Henri de Raimond

Paris-Lyon, 8 h 27 pour Bois-le-Roi. Fontainebleau. Retour à Paris : 17 h 30. 20 km. **F.** Carte IGN 2417 OT

ZIGZAGS DANS LES ROCHERS. Martine Cante

Paris-Lyon, 9 h 6 pour Fontainebleau (arrêt en forêt). Rochers Cassepot et Saint-Germain, Bois-le-Roi. Retour à Paris : 17 h 30. 20 km. **M.** Terrain accidenté. Carte IGN 2417 OT

ENTRONS DANS L'ÈRE MENONVILLE. Luc Bonnard

Paris-Nord (RER D), 8 h 19 pour la Borne Blanche. Forêt d'Ermenonville, Senlis. Retour à Paris : 18 h 17. 27 km. **M.** Carte IGN 2412 OT

QUELQUES BOSSES MAIS PAS DE PLAIES, S.V.P.

Jean-Claude Duchemin

Paris-Lyon, 8 h 27 pour Thomery. La Malmontagne, rocher Fourceau, Fontainebleau. Retour à Paris : 18 h. 27 km. **M+**. Carte IGN 2417 OT

AVANCE ET REGARDE PAS LE PAYSAGE.

Pierre-Marc Genty

Paris-Austerlitz (grandes lignes), 8 h 24 pour Dourdan (A-R). Retour à Paris vers 18 h 45. 25 km. **SO.** Carte IGN 2216 ET

ÇA SE PRÉCISE ! Mustapha Bendib

Paris-Lyon, 7 h 17 pour Fontainebleau (A-R). Carrefour du Chêne, route d'Aumale. Retour à Paris : 18 h. 42 km. **SP.** Carte IGN 2417 OT

Mercredi 18 janvier

EN FORÊT DE FONTAINEBLEAU. Henri de Raimond

Paris-Lyon, 8 h 27 pour Bois-le-Roi. Fontainebleau. Retour à Paris : 17 h 30. 20 km. **F.** Carte IGN 2417 OT

Samedi 21 janvier

RÉGIME SEC EN 2006. Maurice Picollet

Paris-Lyon, 8 h 27 (à vérifier) pour Thomery. Itinéraire au feeling. Moret. Retour à Paris : 18 h 48. 23 km. **M.** Carte IGN 2417 OT

Dimanche 22 janvier

LES RÊVERIES DU RANDONNEUR SOLITAIRE.

Gilles Montigny

Paris-Nord (banlieue), 9 h 10 pour Bouffémont-Moisselles. Écouen, Piscop, Montmorency, Deuil-Montmagny. Retour à Paris : 17 h. 18 km. **F.** Carte IGN 2313 OT

Niveaux de difficulté Raquettes

Difficulté	Distance	Dénivelée	Horaire
1	0 à 5 km	0 à 350 m	0 à 2 h 30
2	5 à 9 km	350 à 700 m	2 h 30 à 4 h
3	9 à 13 km	700 à 1000 m	4 à 6 h
4	+ de 13 km	+ de 1000 m	+ de 6 h

• **Mêmes modalités d'inscription que pour la randonnée (voir page ci-contre).**

• D'autres sorties pourront être programmées ultérieurement : consulter les programmes Raquettes sur le site internet du Club (www.clubalpin-idf.com) ou se renseigner au secrétariat.

Des sorties de dernière minute peuvent aussi être annoncées sur le forum Raquettes à neige du site web :

www.clubalpin-idf.com/forum/

71^e PARIS-MANTES

Nuit du 28 au 29 janvier 2006

Comme chaque année, nous vous convions à participer à cette marche de nuit.

DEUX DISTANCES :

1. 54 km

Départ le dimanche matin à 0 heure devant l'Hôtel de Ville de Boulogne-Billancourt

2. 38 km

Départ le dimanche matin à 1 heure à la gare de Saint-Nom-la-Bretèche

Coût par personne de chacune des épreuves : 10 euros

Inscription au secrétariat du C.A.F. Ile-de-France à partir du

mardi 6 décembre 2005

jusqu'au

samedi 14 janvier 2006

En cas d'accident

Une déclaration est à faire par écrit dans les **CINQ** jours :

MAIF

200, avenue Salvador Allende
79038 Niort Cedex 9

Pour un rapatriement, contacter :

Intermutuelle Assistance

- En France au 0 800 75 75 75
 - A l'étranger
au 33 5 49 75 75 75
- N° du contrat : 2 857 150 R

IMPORTANT

Il est rappelé que pour des questions d'assurance, les sorties mentionnées dans ce bulletin sont réservées aux membres du C.A.F. à jour de leur cotisation.

Par conséquent, nous demandons aux adhérents de bien vouloir se munir de leur carte à chaque sortie.

Nous comptons sur votre habituelle compréhension et vous en remercions par avance.

RANDO DESSIN (2). Robert Flamme

Châtelet-les-Halles (RER A), 8 h 23 pour Saint-Germain-en-Laye (A-R, rendez-vous à l'arrivée). Initiation et/ou perfectionnement au dessin en compagnie de Maxime Fulchiron autour du château de Saint-Germain-en-Laye. Retour à Paris vers 17 h. 10 à 15 km. **M.** Carte IGN 2214 ET

LES ROIS... DEVINEZ OÙ ? Alfred Wohlgroth

Paris-Lyon, 9 h 6 (à vérifier) pour Fontainebleau (arrêt en forêt).
Matin : Cassepot. Après-midi : mare aux Evées, Bois-le-Roi.
Tirage des rois : repas chaud + galette + boisson + café = 20 € à régler sur place. Téléphoner obligatoirement au 01 48 71 18 01 (répondeur) avant le 16 janvier. Retour à Paris : 17 h 30 ou 18 h 3. 20 km. **M.** Carte IGN 2417 OT

T'ES PAS LÀ POUR FLÂNER. Pierre-Marc Genty

Paris-Nord (grandes lignes), 9 h 7 pour Chantilly-Gouvieux. Orry, Boran-sur-Oise. Retour à Paris vers 18 h 45. 30 km. **SO.** Carte IGN 2412 OT

Lundi 23 janvier

APREMONT L'HIVER. François Degoul

Paris-Lyon 8 h 27 pour Bois-le-Roi. Rocher Canon, Apremont, Fontainebleau. Retour Paris 18 h 48. 28 km. **M+**. Carte IGN 2417 OT.

Mercredi 25 janvier

EN FORÊT DE FONTAINEBLEAU. Henri de Raimond

Paris-Lyon, 8 h 27 pour Bois-le-Roi. Fontainebleau. Retour à Paris : 17 h 30. 20 km. **F.** Carte IGN 2417 OT

Samedi 28 janvier

UN PEU D'AIR ENFIN! Pierre-Marc Genty

Paris-Nord (banlieue), 8 h 6 pour Crépy-en-Valois (A-R). Barny. Retour à Paris : 18 h. 22-24 km. **M.** Carte IGN 2512 OT

Samedi 28 et dimanche 29 janvier

PARIS-MANTES.

Christiane Mayenobe et Maurice Picollet

38 et 54 km. **SO-SP.** Inscription obligatoire à compter du mardi 6 décembre 2005. Voir encart ci-contre.

Dimanche 29 janvier

LE DÉSERT EN HIVER. Jean Delonelle

Paris-Lyon, 9 h 6 pour Fontainebleau. Carrefour du Bas-Bréau, Bois-le-Roi. Retour à Paris : 17 h 30. 18 km. **F.** Carte IGN 2417 OT

TRAVERSÉE NORD-SUD DE PARIS. Michel Lohier

Métro «Porte de la Villette», sortie «Cité des Sciences» (extérieur), 9 h. Buttes-Chaumont, squares Jean XXIII et René Le Gall, parc de Montsouris. Retour RER «Cité Universitaire» : 16 h 45. 20 km. **F.** Plan de Paris

SENTEURS DE FORÊT. Pierre-Marc Genty

Paris-Austerlitz (grandes lignes), 8 h 24 pour Dourdan (aller-retour). Retour à Paris vers 18 h 15. 22-24 km. **M.** Carte IGN 2216 ET

C'EST MA PREMIÈRE. Denis Salignon

Paris-Austerlitz (banlieue), 8 h 43 pour Breuillet. La Tuilerie, La Garenne-Aumont, Dourdan. Retour à Paris : 18 h 30. 30 km. **SO**

AUTOUR DE L'ORVANNE. Claude Ramier

Paris-Lyon, 8 h 27 pour Moret (A-R, rendez-vous à l'arrivée). Montagne de Train, Ville-Saint-Jacques, Moque-Panier. Retour à Paris : 18 h 44. 31 km. **SO.** Carte IGN 2517 OT

ON S'ESQUIVE (ÇA M'SAOÛLE). Jean Dunaux

Paris-Nord (grandes lignes), 9 h 7 (à vérifier) pour Pont-Sainte-Maxence. Senlis, Chantilly. Retour à Paris : 18 h 38. 33 km environ. **SO+**. Carte IGN 2412 OT

Lundi 30 janvier

LES CHAUVES CYPRÈS. Maurice Picollet

Paris-Lyon, 8 h 27 (à vérifier) pour Bois-le-Roi (A-R). Pneumatophores. Retour à Paris : 18 h 45. 22 km. **M.** Carte IGN 2417 OT



Mercredi 1^{er} février

UN PEU DE DOUCEUR. Pierre-Marc Genty

Paris-Montparnasse (banlieue), 9 h 15 pour Jouy-en-Josas (changement à Versailles-Chantier). Saint-Rémy-les-Chevreuse. 18 km. F. Carte IGN 2315 OT

Samedi 4 février

AU CHAUD, AU RESTAU. Éliane Benaise

Paris-Nord (grandes lignes), 9 h 7 pour Orry-la-Ville (A-R). Boucles en forêt. Retour à Paris vers 18 h. 25 km environ. M. Repas au restaurant. Inscription au 01 42 22 20 70 avant le 31 janvier.

Rando-escalade

Responsable de l'activité :

Deke Dusinberre - Tél. 01 42 54 38 05 (bureau)

Responsable du programme :

Michel Lintz - Tél. 06 18 52 81 84

Activité destinée à ceux qui aiment randonner (à pied ou à VTT), avant et après l'escalade. Tous les niveaux d'escalade seront abordés, mais les débutants sont toujours bienvenus. Vous devez vous munir de votre carte d'adhérent. Nos gares de rendez-vous : Paris-Lyon, face au guichet 48. Paris-Lyon banlieue : sur le quai de départ. Paris-Austerlitz : devant les guichets du RER C.

Cartes IGN utiles : massif de Fontainebleau, TOP 25 2417 OT ; massifs périphériques, TOP 25 2316 ET

Dimanche 4 décembre

FRANCHARD (Parcours Montagne).

Doug Evans et Philippe Chevanne

Paris-Lyon, 9 h 6 pour Fontainebleau ; retour : 18 h 44. Rando pédestre, **SO**

Dimanche 11 décembre

ROCHER/CHÂTEAU.

Deke Dusinberre et Philippe Boullier

Paris-Lyon, 9 h 6 pour Fontainebleau ; retour : 18 h 44.

Nous avons bien des fois traversé le château : pour une fois, nous nous arrêterons pour le visiter (90 mn ; prévoir 5,50 €) avant ou après la randesc (rocher d'Avon ou mont Aigu).

Dimanche 18 décembre

BEAUVAIS. Michel Clerget

Paris-Lyon banlieue (RER D), 8 h 41 pour Ballancourt. Retour vers 18 h 30. Rando pédestre, **M**

Dimanche 8 janvier

GRIMPETTE ET GALETTE À APREMONT.

Bernard Salmon et Michel Clerget

Paris-Lyon, 9 h 6 pour Bois-le-Roi. On achètera les galettes à Bois-le-Roi et on les partagera à midi. Retour à Paris : 18 h 44. Rando pédestre, **M**

Dimanche 15 janvier

FRANCHARD. Jean Musnier

Paris-Lyon, 9 h 6 pour Fontainebleau (rendez-vous à l'arrivée). Retour à Paris : 18 h 44. Rando pédestre, **M**

Dimanche 22 janvier

MONT USSY. Doug Evans et Philippe Chevanne

Paris-Lyon, 9 h 6 pour Fontainebleau. Retour : 18 h 3. Rando pédestre, **M**

Fontainebleau

Responsable de l'activité :

Francis Decroix - Tél. 01 47 93 99 03

Responsable du programme :

Isabelle Bréant - Tél. 01 60 34 04 86

Nos sorties sont exclusivement réservées aux membres du Club Alpin, majeurs et en possession de leur carte d'adhérent. Les rendez-vous sur place se font une heure après le départ

Collectives en train : gare !

Nous sommes contraints de commander les billets SNCF au fur et à mesure des inscriptions. Alors inscrivez-vous le plus tôt possible, c'est-à-dire dès l'ouverture des dossiers (deux mois avant les sorties en général), sinon vous risquez fort de rester à quai !

La carte de Bleu
IGN Top 25 2417 OT
est en vente au Club
au prix de 8,65 €

Frais de participation

Les seules cotisations ne permettant pas de couvrir la gestion des activités, les frais de participation aux sorties s'établissent ainsi :

9 € pour les sorties de 2 jours
+ 1,50 € par jour supplémentaire, jusqu'à un maximum de 24 €, soit 12 € pour un pont de 4 jours par exemple, **+ 7 €** pour les Cafistes non membres des Associations d'Ile-de-France.

Mais si vous sortez souvent avec nous, tout en souhaitant rester fidèle à une autre association de la Fédération des Clubs Alpains, vous avez sûrement intérêt à souscrire une double adhésion pour laquelle vous n'aurez que la part locale à acquitter. Renseignez-vous à l'accueil. Tarification spéciale pour les voyages à l'étranger.

Sont dispensés de frais administratifs :

- les cadres bénévoles, pour toutes les sorties proposées par la Commission dont ils font partie, ainsi que leurs conjoints ;
- les membres du personnel.

de la porte d'Orléans (monument Leclerc, à 200 m au sud de la porte d'Orléans). Répartition des grimpeurs dans les voitures et partage des frais.

MERCREDI

Ces séances sans encadrement sont l'occasion de grimper au calme, mais pas seul, chacun suivant son niveau. Rendez-vous informels sur les sites suivants :

7 décembre 2005 : **BOIS ROND**

14 décembre : **J.A. MARTIN**

21 décembre : **CUL DE CHIEN**

28 décembre : **CANCHE AUX MERCIERS**

4 janvier 2006 : **95,2**

11 janvier : **91,1**

18 janvier : **BAS CUVIER**

25 janvier : **ROCHE AUX SABOTS**

1^{er} février : **BOIS ROND**

Pour plus de renseignements (fixer un rendez-vous plus précis, partager un véhicule...), contactez Hervé Hutin au 01 47 02 07 73, ou Alain Le Meur au 01 64 58 94 41.

SAMEDI

Rendez-vous porte d'Orléans au monument Leclerc (200 m au sud de la porte) à 10 h 30, ou à 11 h 30 sur place. Si le site n'est pas précisé, merci de contacter le responsable de la sortie.

- 3 décembre : **CUL DE CHIEN** - Alain Kavenoky
- 10 décembre : **Richard Laval**
- 17 décembre : **Francis Decroix**
- 7 janvier : **ROCHER DES POTETS**, 95,2 - Rich. Laval
- 14 janvier : **ROCHER FIN** - Francis Decroix
- 28 janvier : **LA CANCHE** - Francis Decroix

DIMANCHE ET JOURS FÉRIÉS

Rendez-vous porte d'Orléans au monument Leclerc (200 m au sud de la porte) à 9 h 30, ou à 10 h 30 sur place. Si le site n'est pas précisé, merci de contacter le responsable de la sortie.

- 4 décembre : **95,2** - Alain Le Meur, Isabelle Bréant
- 11 décembre : **BOIS ROND** - An Tran, Mathieu Rapin (circuit Bleu)
- 18 décembre : **LA CANCHE** - An Tran
- 8 janvier : **ROCHER FIN** - Alain Le Meur
- 15 janvier : **91,1** - Alain Kavenoky, Isabelle Bréant
- 22 janvier : **J.A. MARTIN** - François Malé
- 29 janvier : **GORGES D'APREMONT**

VTT-VDM

Responsable : **Ibrahim Ay**

ibay@noos.fr - Tél. 06 86 86 32 33

- Lors de nos sorties, réservées aux membres du C.A.F., le **port du casque est obligatoire.**
- Inscrivez-vous sur la **liste de diffusion** pour recevoir les précisions de rendez-vous : <http://perso.club-internet.fr/merland/cavtt/inscriptioncaf.htm>

Dimanche 4 décembre

FORÊT DE SAINT-GERMAIN. Hubert Lefranc

hubert.lefranc@laposte.net - Tél. 06 76 35 56 21

Dimanche 11 décembre

EN VALLÉE DE CHEVREUSE. Pierre Revol

pierre.revol@parisfree.com - Tél. 06 86 16 49 88

Dimanche 18 décembre

TRAPPES. Etienne Koch

koch.etienne@free.fr - Tél. 01 34 60 15 26

Dimanche 8 janvier 2006

FORÊT DE SAINT-GERMAIN. Hubert Lefranc

hubert.lefranc@laposte.net - Tél. 06 76 35 56 21

Dimanche 15 janvier

A MARLY-LE-ROI. Pierre Revol
pierre.revol@parisfree.com - Tél. 06 86 16 49 88

Dimanche 22 janvier

A FONTAINEBLEAU. Jean-Baptiste Merland
merland@club-internet.fr - Tél. 06 86 18 98 77

Dimanche 29 janvier

EN VALLÉE DE CHEVREUSE. François Cosyns
francois.cosyns@laposte.net - Tél. 06 62 10 04 36

Groupe Seniors

Responsable de l'activité :
Christian Bonnet - Tél. 01 43 27 73 94

Responsable des programmes :
Alfred Lanot - Tél. 01 42 52 13 96 - lanot@noos.fr

Dimanche 4 décembre

RANDONNÉE DE BOURRON-MARLOTTE À MORET.
Alfred Lanot
Paris-Lyon, 9 h 6 pour Bourron-Marlotte. Restant du Long Rocher, la Malmontagne. Retour à Paris vers 17 h. 18 km. F. Carte IGN 2417 OT

Dimanche 11 décembre

ESCALADE À L'ÉLÉPHANT, LARCHANT.
Christian Bonnet

Dimanche 15 janvier

ESCALADE AU CUL DE CHIEN ET AU 91.1, NOISY-SUR-ÉCOLE. Christian Bonnet

Dimanche 22 janvier

RANDONNÉE DE FONTAINEBLEAU À BOIS-LE-ROI.
Alfred Lanot
Paris-Lyon, 9 h 6 pour Fontainebleau. Franchard, Apremont, Cuvier-Chatillon, rocher Canon. Retour à Paris vers 18 h. 22 km. M. Carte IGN 2417 OT

• POUR LES SORTIES RANDONNÉE

Rendez-vous gare de Paris-Lyon, hall du rez-de-chaussée, devant le guichet 48.

• POUR LES SORTIES ESCALADE

Départ en covoiturage à 9 h 30 du monument Leclerc, à 200 m au sud du métro «Porte d'Orléans», et partage des frais. Participants avec ou sans voiture, contactez un des responsables pour l'organisation de la sortie.

Destinations lointaines

Coordinatrice : **Jeannine Illien**

MAURITANIE

Chinguetti et les oasis de l'Adrar
15 au 22.1.2006 (MAUR.01)

MAROC

D'jbel Sahro. Randonnée pédestre
11 au 18.5.2006 (MAR.01)

Le Sahara marocain. Rando chamélière
18 au 25.5.2006 (MAR.02)

Haut Atlas : massif du Toubkal
Randonnée pédestre avec sommet
25.5 au 1.6.2006 (MAR.03)

NÉPAL

Langtang et lacs de Gosainkund
12 au 26.3.2006 (NEP.13)

Pour organiser vos sorties

et trouver des compagnons
ou partager des expériences,
n'hésitez pas à utiliser

les forums du site

www.clubalpin-idf.com/forum/

FORUMS EXISTANTS :

Discussions C.A.F., Escalade,
Randonnée, Alpinisme, Ski, Parapente,
Destinations lointaines,
Achats-ventes

Album photo en ligne :

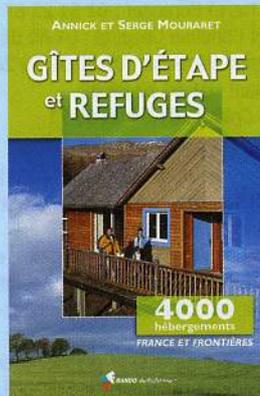
de retour de course ou de week-end,
partagez vos photos
avec vos compagnons,
grâce à l'album photo du site web :
www.clubalpin-idf.com/album/index.htm

Jeunes

Responsable : **François Henrion**
Répondeur-fax : 01 48 65 84 43
ou 04 92 45 82 95

Courriel : cafhenrion@libertysurf

L'offre du C.A.F. Ile-de-France
pour les jeunes de 10 à 18 ans durant
les vacances d'hiver 2006 est présentée
dans la brochure **Neiges 2006**,
disponible au secrétariat du Club.

EN VENTE AU CLUB

GÎTES d'ÉTAPE et REFUGES

France et frontières

Annick et Serge Mouraret
www.gites-refuges.com

Tour des Annapurnas. 26.3 au 16.4.2006 (NEP.14)
Camp de base de l'Everest et lacs de Gokyo depuis
Lukla. 26.3 au 16.4.2006 (NEP.15)

BULGARIE

Ski «Free Ride en Bulgarie»
28 janvier au 3 février (FBU01)
Voir **Neiges 2006**, programme Ski hors piste, page 19

FINLANDE

Ski de fond en Laponie finlandaise
Coordinateur : C.A.F. IdF / Serge Mouraret
4 au 11.3.2006 (FIN.01)

**Une fiche de renseignements est éditée
pour chaque destination.**

Le programme complet des Destinations lointaines 2006 est
présenté dans la brochure **Neiges 2006**, disponible au Club ou
envoyée sur simple demande.

Alpinisme

Responsable de l'activité : **Bruno Vaillant**
Tél. 06 85 99 99 83 - Courriel : vaillantb@wanadoo.fr
Demandez la fiche-programme au secrétariat, notamment pour connaître les conditions d'inscription et de désistement, avant de vous inscrire.

13 au 15 janvier

ALP.01 - CASCADE À L'ARGENTIÈRE (HAUTES-ALPES)
Voyage en train. Week-end de 3 jours
Participants : 6 places

28-29 janvier

ALP.02 - MASSIF CENTRAL - LE MONT DORE
Voyage en voiture. Couloirs de neige (niveau F à PD+) et les
cascades du mont Dore (niveau D). Participants : 6 places
Programme complet des sorties hivernales dans la brochure
Neiges 2006

REMARQUE : les sorties en cascade s'adressent à des alpinistes expérimentés et ayant une très bonne condition physique. Prévoir également la location d'une paire de piolets traction. En complément, une paire de chaussures chaudes est fortement recommandée. Par contre, la location de crampons «techniques» n'est pas nécessaire.

Parapente

Responsable de l'activité : **Philippe Haguenaer**
Tél. 06 83 21 74 52 - Courriel : haguenaer@free.fr

Toute l'année, les pilotes autonomes disponibles imaginent et proposent des projets soit d'exercices de gonflage en région parisienne, soit des sorties sur sites, para-rando, para-ski, paralpinisme, suivant le nombre de jours et les conditions météo du moment. Ces propositions sont discutées aux réunions de club, ou signalées par courriel.

Nous vous rappelons que les sorties sont des rendez-vous sans encadrement, proposées aux pilotes brevetés ou possédant un niveau de formation et de pratique autonome pour décoller, voler et atterrir sans aide radio sous leur entière responsabilité.

Pour mieux nous connaître, vous pouvez nous rejoindre le **premier mardi de chaque mois** au siège du Club ou me contacter par courriel ou par téléphone.

ACTIVITÉS**Dimanche 10 décembre**

SORTIE PARAPENTE SUR LES COTES NORMANDES

Semaine du 18 au 24 décembre

STAGE CROSS AUX ILES CANARIES

Samedi 14 et dimanche 15 janvier 2006

CHALLENGES VOL ET SKI À SAINT-GERVAIS
OU AUX SAISIES

Petites annonces

Cette rubrique est réservée, à titre gratuit, aux adhérents du C.A.F. IDF abonnés à Paris-Chamonix.

Envoyez vos demandes et propositions à :

Rédaction Paris-Chamonix - C.A.F. IDF
5, rue Campagne-Première
75014 Paris

Ces annonces concernent les offres de vente ou d'achat de matériel, d'équipements, de livres, etc.

Le matériel de sécurité, tel que corde et baudrier, est exclu ainsi que les parapentes.

VENTE

Cause trop petits :

- une paire de chaussons d'escalade Miura, état neuf (servi une fois), point. 37,5. Prix : 45 €
- une paire de chaussures multi-activités Meindl Emotion XCR, quasi neuves (servi deux jours), point. 5,5 (équivalent 38,5-39). Prix : 70 € (valeur : 124 €)

Ken Prissimitzis - Tél. 01 46 11 70 36 (trav.)
ou 06 78 49 74 89

Chaussures de randonnée LOWA, tout cuir, neuves, point. 38. Valeur : 170 €, prix : 75 €

S. André - Tél. 01 46 27 53 41

CYCLE D'INITIATION À L'ESCALADE

SESSION DE PRINTEMPS Responsable : Jean-François Caille

La forêt de Fontainebleau est le plus beau site d'escalade sur blocs connu sur cette planète et nous y organisons chaque année deux sessions d'initiation, à l'automne et au printemps. Vous pourrez y acquérir un excellent niveau technique et aborder ensuite l'escalade en falaise, puis la montagne. Nous vous attendons nombreux pour quelques dimanches en forêt, loin du bruit et de la ville.

ORGANISATION DU CYCLE

Le cycle comprend sept dimanches à Fontainebleau et un week-end en falaise.

- Sept départs en car de la place Denfert-Rochereau à 8 h 30 (rendez-vous à 8 h 15).
- Un week-end en falaise en voiture individuelle.

Un moniteur bénévole encadre chaque groupe de quatre à cinq participants dont il assure la progression pendant toute la durée du stage.

INDISPENSABLE DANS LE SAC

- Les chaussons d'escalade (une taille bien ajustée).
- Des vêtements amples : un pantalon trop serré entrave les mouvements.
- De quoi se protéger de la pluie (et du soleil).
- Une nourriture saine et abondante. Nous prendrons le temps de nous restaurer.
- Pour une bonne adhérence sur le rocher, il faut avoir des semelles propres ; pensez au chiffon, ou mieux, au tapis.

INSCRIPTIONS

Après du secrétariat (accueil du C.A.F. Ile-de-France - 12, rue Boissonade - 75014 Paris
Tél. répondeur : 01 42 18 20 00)

Coût : 110 €, comprenant l'inscription et les sorties en car. Sortie falaise en sus.
Il est rappelé que l'inscription est exclusivement personnelle.

Le cycle débute mi-mars 2006. Inscriptions dès le 3 janvier à l'accueil. *Nous vous attendons !*

Autres Associations C.A.F. en Ile-de-France

Val-de-Marne

2, rue Tirard - 94000 Créteil

- Programme des activités du Club consultable sur répondeur 24 h/24 au 01 41 50 15 94.
- Escalade au « Mur de Vitry » chaque mercredi de 19 à 22 heures. Gymnase du Port-à-l'Anglais, rue Charles-Fourier à Vitry-sur-Seine.

Contacts :

Bruno Gaudry - Tél. 01 45 47 52 40
Jean-Marie Lasseur - Tél. 01 48 31 99 98
Claude Schrimpf - Tél. 01 45 69 12 69
Jean-François Thévenart - Tél. 01 46 81 83 05

Saint-Germain-en-Laye

Pour tout savoir sur nos activités, vous pouvez consulter notre répondeur téléphonique 24 h sur 24 : **01 39 21 84 64**

- Sorties escalade, randonnée et VTT le dimanche et le week-end
- Notre adresse : C.A.F. - 3, rue de la République - 78100 Saint-Germain-en-Laye
- Site web : <http://www.multimania.com/cafstger>
- Autres sorties possibles en escalade pour ceux qui habitent Roissy-en-France et les environs.
Contact : Vincent Renault au 01 34 29 87 84

Versailles

- Les rendez-vous pour Fontainebleau sont le dimanche matin à 9 heures, à Versailles, devant la place d'Armes au niveau de la ligne de bus 171 du terminus RATP, sur l'avenue de Paris, face au château sur la gauche. N'hésitez pas à nous téléphoner avant les sorties.

Pour toute correspondance : Pierre Bedin - 2 bis, rue de la Paix - 78130 Les Mureaux
Contact par internet : pierre-patricia@wanadoo.fr

RANDONNÉE ET ESCALADE :

Pierre Bedin - Tél. 01 30 22 18 41 (dom.) de 18 h à 19 h 30 (répondeur) ou 06 74 81 44 05 (port.)
N'hésitez pas à nous contacter pour connaître les sorties prévues.

Pays de Fontainebleau

Maison des Associations - 6, rue du Mont Ussy - 77300 Fontainebleau
Courriel : caf77@free.fr - Site Web : <http://caf77.free.fr>

Pour tout renseignement :

Martine et Hervé Béranger : 01 64 22 67 18
Elisabeth et Christian Chapiro : 01 60 69 15 20
Anne et Benoît Sénéchal : 01 60 59 10 20
Patrice Bruant : 01 60 72 82 82
Dominique Colson : 01 64 09 33 71

Programme et réunions

Vous trouverez notre programme trimestriel d'activités sur notre site <http://caf77.free.fr> ; il est adressé sur simple demande.

En ce qui concerne nos activités locales, elles sont conçues particulièrement pour les habitants de la région de Fontainebleau, avec des rendez-vous sur place.

Chaque mois (en général le premier mercredi du mois) se tient une permanence d'accueil, de 19 h 30 à 20 h 30, à la Maison des Associations de Fontainebleau, 6 rue du Mont Ussy (salle Madagascar au 2^e étage). Des réunions sont également organisées certains mercredis de 20 h 30 à 22 h.

ESCALADE

- Sur blocs, tous les samedis et dimanches ; cer-

Marne-la-Vallée

13, allée Gaston Bachelard - 77186 Noisiel
caf-mlv@wanadoo.fr ou domirolland@wanadoo.fr

Pour tout renseignement sur les activités, vous pouvez contacter : M. Rolland - 01 60 06 25 04 - M. Albesa - 01 60 08 50 31 - M. Seyer - 01 60 06 72 14 - Mme Serre - 01 64 30 85 91

taines séances sont ouvertes aux mineurs de 14 ans révolus, sous conditions (contact obligatoire de l'encadrant pour accord).

- En falaise, quelques journées, week-ends et séjours par trimestre.
- Escalade jeunes : deux groupes d'âge de 10 ans à 15 ans, le samedi après-midi sur mur d'escalade à Avon ou sur blocs (capacités d'accueil limitées).

RANDONNÉE PÉDESTRE

Tous les dimanches en principe, et quelques samedis ; un programme de randonnées est établi pour les adultes, et un autre programme est organisé pour les familles (enfants à partir de 4 ans avec parents).

- VTT. Demi-journées, ou journées, ou week-ends, ou séjours.

- Ski de randonnée, raquettes et autres activités neige. Week-ends et séjours pendant la saison

- Alpinisme, via ferrata. Au printemps et en été.

Activités hivernales

- ALPINISME**
- RAQUETTES A NEIGE**
- SKI HORS PISTE**
- SKI NORDIQUE**
- SKI DE MONTAGNE**
- STAGES JEUNES**

La plus belle proposition d'activités sportives hivernales, avec notamment près de 180 sorties à ski de montagne jusqu'en juin



● DEMANDEZ LA BROCHURE **NEIGES 2006** AU SECRÉTARIAT

Ski nordique

• SÉJOUR SKI DE FOND

Au cœur du Doubs, dans la célèbre station de **Chapelle-des-Bois**, au pied du massif du Risoux qui bénéficie d'un excellent enneigement, dans un chaleureux gîte d'étape, à 1100 m d'altitude, venez perfectionner votre technique et découvrir de nouveaux horizons.

Niveau : perfectionnement toutes techniques

Prix : 300 € (en demi-pension, transport non compris)

Fiche technique et inscriptions ouvertes au Club à partir **du 22 novembre**

• WEEK-ENDS

DÉCOUVERTE SKI DE FOND

Pour les nouveaux venus, nous avons mis en place un cycle spécial Initiation :

- au **Val de Conches (Valais)** - 10-11 décembre
- à **Bessans (Savoie)** : 14-15 janvier 2006
- à **La Pesse (Jura Sud)** : 4-5 février 2006

OPÉRATION « QUE LA MONTAGNE EST BELLE ! »



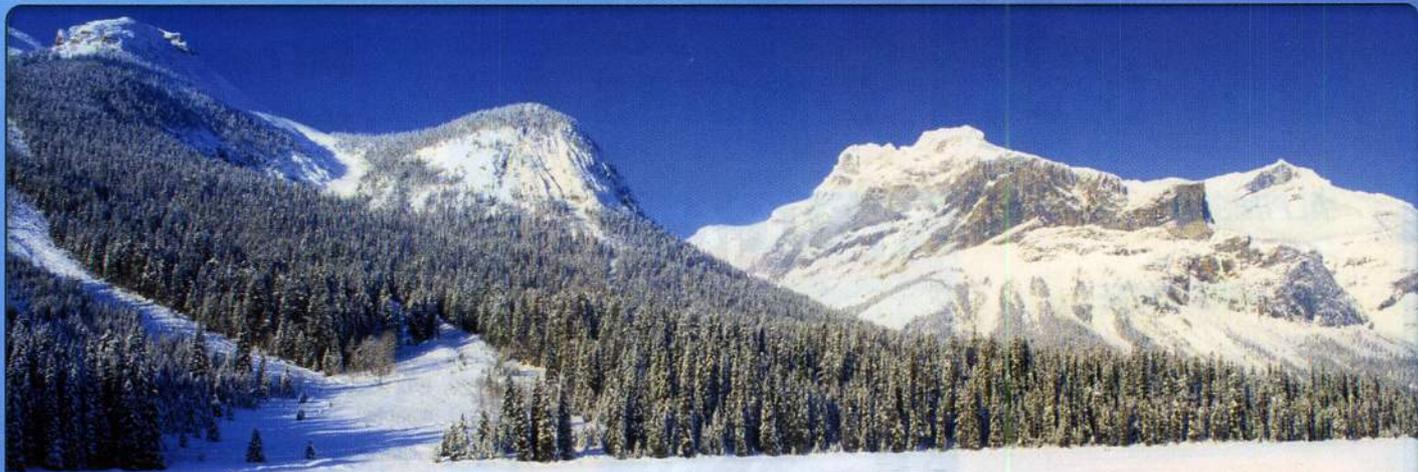
Forte participation des Cafistes franciliens

Les journées de nettoyage du massif de Fontainebleau des 17 et 18 septembre ont créé des occasions de rencontre entre membres des Clubs alpins d'Ile-de-France. Même si la forêt semble de plus en plus propre, le travail n'a pas manqué et les sacs et les gants fournis par l'ONF ont été bien utilisés comme en témoignent la photo ci-dessus. Après la matinée organisée par les Parisiens aux alentours du parking de Noisy, un pot amical a suivi : boissons diverses, gâteaux et pruneaux d'Agen pour les travailleurs. L'après-midi a été consacré à la randonnée, à l'escalade et à l'apprentissage de l'utilisation de l'ARVA.

Le lendemain, le soleil brillait aussi au Rocher Saint-Germain où intervenait en nombre le Club du Pays de Fontainebleau ; les gants en vinrent même à manquer. Après le pot, les participants ont formé un cercle impressionnant pour le déjeuner en commun sur la pelouse qui rassemblait, outre les membres de ce Club, quelques-uns d'Orléans, du Val-de-Marne, du CIHM, du GUMS et de Paris (pardon pour les oublis).

À l'année prochaine pour une nouvelle opération, prévue les 16 et 17 septembre ! Nous vous espérons aussi nombreux.

Hélène Denis



Passionnément Montagne...

plus de 500 pages,
parution novembre 2005

NEIGE
2005-2006

**Au Vieux
Campeur**

Au Vieux Campeur

L'enseigne symbole de La Neige... et du choix!

www.auvieuxcampeur.fr



PARIS Quartier Latin

Un village de 24(25) boutiques autour du 48 rue des Ecoles

LYON

Un village de 9 boutiques autour du 43 cours de la Liberté

THONON-les-Bains

48 avenue de Genève, en Haute Savoie

SALLANCHES

925 route du Fayet, en Haute Savoie

TOULOUSE Labège

23 rue de Sienne

STRASBOURG Kléber

32 rue du 22 novembre.

ALBERTVILLE

rue Ambroise Croizat, en Savoie - ouverture prévue en novembre 2005