



Bulletin bimestriel des Clubs Alpains Français d'Île-de-France

PARIS

Chamonix

ALPINISME

**Grand Paradis :
la Punta Sant'Andrea**

RANDO-CAMPING

**La grande traversée
des Alèbes**

FONTAINEBLEAU

**Sur les pas des
Stationnaires**

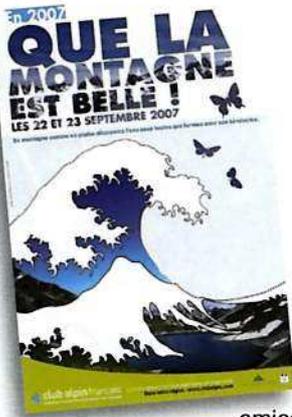
AOÛT-SEPTEMBRE 2007 / N° 187

5 € / ISSN 1269-4339

www.clubalpin-idf.com

■ Dimanche 23 septembre

Journée FFCAM « Que la Montagne est belle ! » au Rocher Canon



L'opération « Que la Montagne est Belle » organisée par la FFCAM aura lieu au Rocher Canon, le dimanche 23 septembre pour les clubs de l'Ile-de-France.

Vous êtes conviés à participer aux opérations de nettoyage organisées en collaboration avec l'ONF le matin à partir de 9 h 30 sur place (rendez-vous sur le grand parking). Pierre Bontemps conduira en outre une randonnée découverte vers la mare aux Évées pour ceux qui le désirent.

Vous pouvez aussi rejoindre dans le cadre de vos activités habituelles, puis en découvrir d'autres l'après-midi (randonnées, escalade, spéléo, alpinisme, ski roller, etc.) après le pot amical et le pique-nique qui nous réuniront tous **(voir**

toutes les activités proposées p. 23).

Venez nombreux avec famille et amis : cette journée de découverte est ouverte à tous.

→ **RÉSERVEZ VOTRE JOURNÉE DU 23 SEPTEMBRE !**

Pour assurer la conception et la fabrication de sa revue *Paris-Chamonix* suite au départ de l'actuel prestataire, le C.A.F. Ile-de-France

RECHERCHE

Secrétaire de rédaction & Maquettiste de presse (h/f)

Profil : journaliste secrétaire de rédaction et maquettiste de presse confirmé-e

• Fonctions SR :

- en liaison avec la rédactrice en chef, établissement du sommaire (calibrage) et du chemin de fer, choix de l'iconographie, relations avec les rédacteurs, maîtrise des délais et des contraintes liées à la CPPAP ;
 - relecture (maîtrise du Code typographique), rewriting, rédaction titraillie, chapos, légendes, éventuellement rédaction textes, relation avec les annonceurs ;
 - connaissance des activités sportives de pleine nature et de montagne.
- Une expérience de communicant interne et une pratique montagnarde seraient un plus.

• Fonctions maquettiste :

- mise en page de la revue, saisie de certains textes, scan et/ou travail sur l'iconographie, maîtrise de la chaîne graphique, relations avec l'imprimeur ;
- maîtrise des logiciels Quark Xpress (ou InDesign), Photoshop, Adobe Acrobat.

Contact pour informations : michel.p.simon@wanadoo.fr

Le Coin des Webmasters

www.clubalpin-idf.com

▶ Mettez à jour vos coordonnées

Changement d'adresse, de numéro de téléphone, ajout du mobile : vérifiez et mettez vous-mêmes à jour vos coordonnées sur le site web du Club.

Connectez-vous à l'Espace Membre, choisissez la rubrique « Mon Profil » en haut de la page et modifiez-les en direct.



▶ Ne plus jamais rater la date d'ouverture d'une sortie

Vous avez repéré une sortie de plusieurs jours qui vous intéresse, qui n'est pas déjà ouverte, et vous craignez d'oublier sa date d'ouverture (et de vous retrouver soudain devant une sortie complète dans InfoSortie) : inscrivez-vous pour recevoir un message de rappel sept jours avant la date d'ouverture.

Dans « Programme des activités », c'est la ligne « Recevoir un courriel 7 jours avant l'ouverture de la sortie : s'abonner ».

▶ Nouvelles sorties

Pensez à consulter régulièrement le calendrier des activités de l'Espace Membre. Il vous propose aussi de nouvelles sorties, programmées trop tard pour paraître dans les revues *Paris-Chamonix*, *Glace & Sentiers* et *Neiges*, et que les encadrants ont envie de vous faire partager.

À bientôt sur www.clubalpin-idf.co



Club Alpin Français Île-de-France

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

12, rue Boissonnade - 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
- **Horaires d'ouverture** : mardi, de 16 h à 19 h - jeudi, de 12 h à 14 h et de 16 h à 19 h - vendredi, de 16 h à 19 h - samedi, de 13 h à 17 h
Fermeture le lundi et le mercredi

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

**ATTENTION : nouveaux horaires d'ouverture à compter du 1^{er} juillet (voir ci-dessus)
Le secrétariat du Club sera fermé du lundi 13 au lundi 27 août**

UN PEU DE TEMPS...

- **Beaucoup de bonne volonté**
- **Une bonne connaissance des activités proposées par le Club Alpin**
- **La maîtrise de l'ordinateur**

Alors vous pouvez sûrement apporter une aide précieuse à l'accueil de nos adhérents !

N'hésitez pas à contacter le secrétariat

4 L'Écho des Sentiers et de l'Environnement

Annick Mouraret

6 Alpinisme

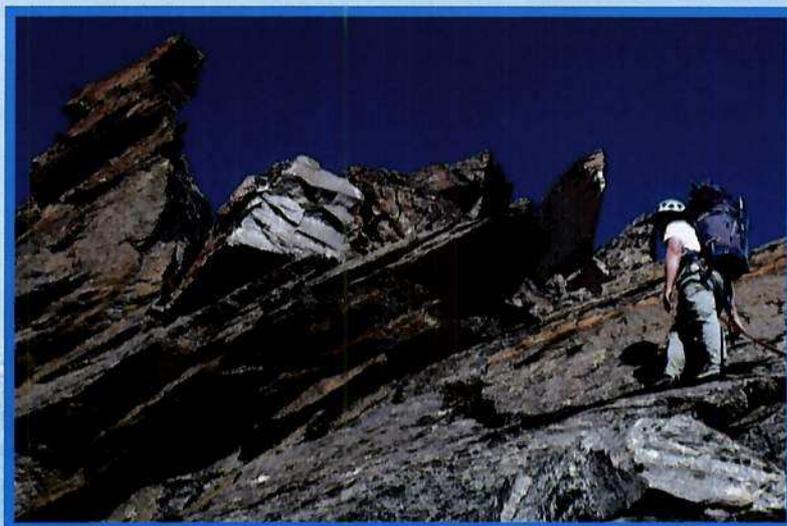


PHOTO J.-P.H. BOURLEY

Grand Paradis : la Punta Sant'Andrea

Bernard Marnette

9 Randonnée camping



PH. PASCAL BAUD

Pyrénées : la grande traversée des Albères

Pascal Baud

Sommaire

En couverture :

Joubardes
Photo Mouraret



Paris-Chamonix
n° 187 - Août-Septembre 2007

12 Fontainebleau

Sur les pas des Stationnaires
Oleg Sokolsky

14 La Chronique des Livres

Serge Mouraret, Monique Rebillé

15 Rando & Musique

15 août à l'italienne : Camminata, musica
et polenta au refuge Genova

Annick Mouraret

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

Directeur de la publication
François Henrion

Responsable de la rédaction
Monique Rebillé

Secrétaire de rédaction
Michel Simon

Comité de rédaction
Pierre Bontemps, Gilles Caldor,
Martine Cante, Gérard de Couyssi,
Hélène Denis, Annick et Serge
Mouraret, Bernadette Parmain,
François Renard, Oleg Sokolsky

Administration
Club Alpin Français d'Île-de-France
12, rue Boissonnade - 75014 Paris

Abonnement pour 6 numéros
Membres du C.A.F. IdF : 15 euros
Non membres : 28 euros

Réalisation
Imprimerie Causses & Cévenne
12100 Saint-Georges-de-Luzençon
Contact Île-de-France : 01 41 72 17 21

Dépôt légal : juillet 2007 - 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.
Pour toute question, réaction, témoignage et suggestion, une seule
adresse courriel : parischamonix@clubalpin-idf.com

HORAIRES D'OUVERTURE DU CLUB

À PARTIR DU 1^{ER} JUILLET :

- mardi, de 16 h à 19 h
- jeudi, de 12 h à 14 h et de 16 h à 19 h,
- vendredi, de 16 h à 19 h,
- samedi, de 13 h à 17 h.

Fermeture le lundi et le mercredi

**Le secrétariat du Club sera fermé
du lundi 13 au lundi 27 août**

La forêt de Fontainebleau Cent ans pour la réinventer



Quel avenir pour Franchard ?

Un colloque sur l'avenir de notre forêt aura lieu le 22 septembre prochain à 8 h 30 dans l'amphithéâtre de l'INSEAD, boulevard de Constance à Fontainebleau. En fonction des modifications climatiques, démographiques et autres prévisibles à terme, que deviendra la forêt de Fontainebleau dans cent ans et quelles mesures pourraient être envisagées pour parer aux nuisances qui en découleraient.

Le nombre de places est limité : s'inscrire auprès des Amis de la Forêt de Fontainebleau, 26 rue de la Cloche, BP 14, 77301 Fontainebleau Cedex.

C'est organisé pour fêter son centenaire, de même que la Fête de la Forêt, avec trois objectifs : la conservation du Patrimoine de la forêt, la préservation de son environnement, et la pédagogie en visant à assurer un développement maîtrisé et respectueux des activités de loisirs.

Biodiversité, notes de lecture

« On sait que le temps n'a pas de limite pour la nature », c'est ce qu'affirmait J. B. Lamarck (1744-1829) et cela ferait maintenant un bon sujet pour le Bac, avec des incertitudes et remises en question.

• La France

La France métropolitaine est le carrefour biologique de toute l'Europe (le département des Alpes-Maritimes abrite plus d'espèces que toute la Grande Bretagne). Outre-mer, elle est présente dans 4 des 25 « points chauds » de la biodiversité mondiale : Caraïbes, océan Indien, Polynésie et Nouvelle-Calédonie.

La liste rouge des espèces menacées de l'Union Internationale pour la Conservation de la Nature (UICN) place la France au quatrième rang mondial pour le nombre d'espèces d'animaux et de plantes en danger sur son territoire. La France veut rattraper son retard : selon le Comité français de l'UICN en novembre 2005, elle est le 110^e pays sur les 188 signataires de la Convention sur la diversité biologique (Sommet de la Terre, Rio 1992), à remplir son engagement international.

• Liste rouge 2006

L'UICN confirme la dégradation constante de la biodiversité mondiale en 2006. Les espèces éteintes sont au nombre de 784 et 65 autres n'existent qu'en captivité ou en culture. 16 119 sont aujourd'hui menacées de disparition.

Une des espèces aquatiques emblématiques de l'Afrique, l'hippopotame, est menacée et classée vulnérable en raison de son déclin catastrophique en République Démocratique du Congo. Possédant en 1994 la plus grande population d'Afrique (30 000 individus) après la Zambie (40 000), elle a perdu 95 % de ses ef-



PHOTO DR

fectifs à cause de la chasse non réglementée pour la viande et l'ivoire de ses dents. Espèce moins connue, l'hippopotame pygmée, déjà classé vulnérable passe dans la catégorie en danger.

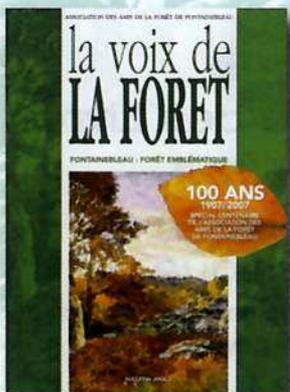
• En Ile-de-France

37 projets de réserves naturelles régionales sont à l'étude en Ile-de-France, pour participer à la protection de la biodiversité et contribuer à la connaissance, à la gestion et à la préservation de divers milieux naturels. Pour en savoir plus : www.ile-de-france.fr rubrique « environnement » et www.aev-iledefrance.fr (Agence des espaces verts).

• **Convention sur la diversité biologique :** on trouve le texte sur www.biodiv.org

Notre patrimoine forestier

L'ONF vient de réaliser le premier bilan patrimonial des forêts domaniales métropolitaines. Elles couvrent 1 699 000 ha, soit 3 % du territoire, ou 11 % de la superficie des forêts françaises. Plus de 80 % de leur surface sont disponibles pour la production et 72,3 % sont définis comme milieux remarquables. Ce bilan est un précieux recueil de connaissances



N° 2006/2 de « La Voix de la forêt », revue des Amis de la forêt de Fontainebleau. Au second semestre 2007, un numéro spécial reprendra l'histoire de cette association depuis ses origines.

Annick Mouraret

L'Écho des Sentiers et de l'Environnement

« Trois nuisances capitales :
la pollution, le bruit,
la laideur »

Pierre Chapoutot

ces nouvelles destiné à servir la gestion durable et à enrichir le dialogue entre l'État et les partenaires de l'ONF.

ONF - 2 av. de Saint-Mandé - 75570 Paris Cedex
Tél. 01 40 19 58 04 - Site : www.onf.fr



PHOTO DR

Le renard roux, durablement installé dans le bois de Vincennes

La faune de Paris

32 espèces de mammifères vivent dans la capitale : on les trouve sur www.jardins.paris.fr

AGENDA

4-5 AOÛT

Les Journées des Étoiles

A la Base de Plein Air de Buthiers (77760) Tél. 01.64.24.12.87 www.base-de-buthiers.com par exemple et au PNR du Vexin à Théméricourt (Oise) qui prévoit des expositions, conférences, animations le samedi de 14 h à minuit et le dimanche de 10 h à 18 h, entrée libre. Informations : 0810 16 40 45 - www.pnr-vexin-français.fr

10-11-12 AOÛT

Salon du Livre de montagne à Passy (74)

Sur le thème « Roches et volcans ». Site : www.passy-mont-blanc.com (rubrique agenda)

31 AOÛT

Découverte nocturne des chauve-souris

Avec le PNR du Vexin dans le bois du moulin de Noisement (95). Durée : 2 h 30, gratuit, s'inscrire au 0810 16 40 45.

15-16 SEPTEMBRE

Journées du Patrimoine

Pour Paris, programmes dans les mairies et sur www.paris.fr

22-23 SEPTEMBRE

Fête des jardins à Paris

600 animations gratuites sur une centaine de sites : visites, conférences-projections, observation des oiseaux, gestion environnementale des espaces verts... Samedi : 13 h 30 / 18 h 30, dimanche 10 h 30 / 18 h 30. Site : www.jardins.paris.fr

22 SEPTEMBRE

Colloque « La forêt de Fontainebleau - Cent ans pour la réinventer »

Voir page 4.

23 SEPTEMBRE

« Que la montagne est belle »

Nettoyage de la forêt de Fontainebleau au Rocher Canon, 9 h 30, Rendez-vous avec les clubs de la région et l'ONF. Randonnées organisées l'après-midi.

22-23 SEPTEMBRE

Fête de la forêt

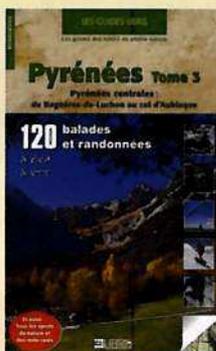
Organisée par les Amis de la forêt de Fontainebleau, au Grand Parquet, route d'Orléans : animations, la flore, la faune, laylviculture et la filière bois, spectacles, activités de plein air... Tél. 01 64 23 46 45

TOPOS... TOPOS... TOPOS...

■ Guides Libris

Pyrénées, une grosse livraison Pour les trois tomes « **120 balades et randonnées** », c'est la même structure que les anciens guides IGN, itinéraires à pied, à VTT voire à vélo, avec différents niveaux, des informations pratiques, adresses et suggestions d'activités annexes, pluridisciplinaires donc (ski de fond et de randonnée, eaux vives, parapente, canyoning...) : 192 pages, avec schémas et photos.

• **Pyrénées, tome 1 : Pyrénées-Orientales et Donezan** (Albères, Aspres, Vallespir, Conflent, Cerdagne, Capcir, Donezan en Ariège. Parution avril 2006, Jean-Pierre Ribeyre et Michel Clar.



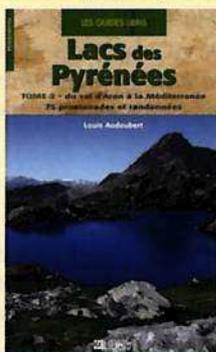
• **Pyrénées, tome 3 : Pyrénées centrales**, de Bagnères-de-Luchon au col d'Aubisque. Parution mai 2007, Olivier Martin.

• **Pyrénées, tome 4 : Pyrénées**,

Béarn et Pays basque (vallée d'Ossau, hautes vallées du Gallego et de l'Aragon, vallée d'Aspe, vallée de Barétous, Soule, montagne de Basse Navarre, montagne du Labourd, montagne de Navarre, plaine landaise et Côte basque). Parution mai 2007, Jean Soust et François Perroy.

• **Pyrénées, tome 2** : en cours de réalisation.

Lacs des Pyrénées, Louis Audoubert, Libris, mai 2007



Deux tomes pour visiter 600 lacs sur les pas du spécialiste Louis Audoubert : reste-t-il quelques autres surfaces d'eau méritant le détour ? Horaires et difficultés variables, parfois plus engagées avec nuit en refuge ; description, schéma, photos, 144 pages.

• **Lacs des Pyrénées, tome 1 : de l'Atlantique au val d'Aran**, 16 itinéraires dans les Pyrénées occidentales et 40 dans les Pyrénées centrales, soit 86 promenades et randonnées avec les variantes.

• **Lacs des Pyrénées, tome 2 : du val d'Aran à la Méditerranée**, 17 en val d'Aran-Encantats, 20 en Ariège, 19 en Andorre-Pyrénées catalanes, soit 75 promenades et randonnées avec les variantes.

■ Topos Ffr

Des rééditions dans les Grandes Randonnées :

• **Tour du Beaufortain, GRP et variantes, Savoie**, Ffr 731, 2^e éd. 5/2007 (10 ans après la première).

• **Tinée-Vésubie, vallée des Merveilles**, Ffr 507, 13^e éd. 3/2007 : GR 5 de Larche à Nice, GR 52 de Saint-Dalmas-Valdeblore à Menton, Parc National du Mercantour.

• **Le Chemin de Stevenson**, Ffr 700, 3^e éd. 3/2007, GR 70 Le Puy/Le Monastier/Florac/St-Jean-du-Gard/Alès, 252 km + variantes (Haute-Loire/Lozère/Ardèche/Gard).

• **Côte de Granit rose**, Ffr 346, 9^e éd. 2/2007, GR 34, 34A, 34B, Trégor morlaisien : Saint-Brieuc/Guingamp/Morlaix (Côtes-d'Armor/Finistère)

Les nouveautés dans les Petites Randonnées :

• **La Lorraine, à pied**, Ffr RE09, 1^{re} éd. 3/2007, 40 PR.

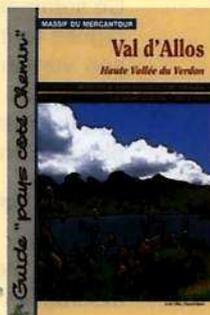
• **La Vendée, à pied**, Ffr D085, 1^{re} éd. 2/2007, 36 PR.

• **Le pays de La Canourgue à pied**, Ffr P487, 1^{re} édition 1/2007, 27 PR.

• **La Haute-Savoie à pied**, Ffr D074, 1^{re} éd. 3/2007, 25 PR seulement, c'est peu représentatif des immenses possibilités dans tout ce département.

■ Topo Chamina

Val d'Allos, Haute Vallée du Verdon, Chamina, 7/2006.



19 circuits de P.R., 3 micro-balades, 1 circuit de week-end, 1 circuit auto des trois cols, d'accès assez spectaculaire (La Cayolle, des Champs, d'Allos) : c'est

dans les Alpes-de-Haute-Provence mais en haute vallée du Verdon, en montagne donc. Le mont Pelat d'aspect austère en est le point culminant à 3051 m. Du lac d'Allos, à 2228 m, partent quatre itinéraires dont une ronde de lacs. La haute vallée du Verdon est plutôt rude, mais sait être riante avec ses cascades et lacs et se montrer grandiose du haut de ses crêtes dénudées.

[UNE PETITE MERVEILLE DU GRAND PARADIS]



La Punta Sant'Andrea

Textes :
**Bernard
Marnette**

Course idéale pour découvrir le massif du Grand Paradis, l'ascension de l'arête est de la pointe Saint-André exige endurance et expérience.

Photos :
**Jean-Philippe
Bourley**

Le Grand Paradis, cime exemplaire des Alpes Graies, 4000 emblématique de la vallée d'Aoste, est le « culmen » du territoire italien si on excepte évidemment les sommets frontiers.

Ce sommet, qui a donné nom à une chaîne de montagnes toute entière, a une double personnalité : si son versant sud présente une voie normale facile d'accès et très fréquentée, le versant de Valnontey est, lui, resté à l'écart des foules : sauvage et bien plus austère.

Vires, brèches et corniches

Ce versant se présente entre les pointes Patri et la cime de Herbetet comme une véritable chaîne de montagnes présentant de remarquables sommets situés entre 3600 et 4000 mètres d'altitude. Ce versant glaciaire, outre une faune et une flore très riches, a gardé aux yeux des alpinistes un parfum particulier : ces montagnes se différencient de bien d'autres grâce à l'aménagement, tout en modération, réalisé. Songez que l'ensemble des montagnes dominant la vallée de Cogne est équipé presque exclusivement de « bivacco », de petites constructions souvent bien confortables (plusieurs ont été réaménagées récemment) qui donnent un charme tout particulier à la réalisation d'ascensions dans cette vallée.

Ces « bivouacs » sont de petites constructions non gardées pouvant héberger de 3 à 15 personnes. Si certains sont quelque peu austères, les constructions plus récentes sont en général plus grandes et surtout plus confortables (couvertures, matelas, couverts...), seul le réchaud à gaz et la nourriture sont à monter ! Ces aménagements montagnards sont un compromis remarquable entre un confort permettant de gravir de hauts sommets et le maintien d'une intimité avec la nature bien nécessaire et recherchée par les alpinistes. Un compromis utile et agréable pour se lancer à l'assaut des montagnes du Grand Paradis.

Grand Paradis, « cime exemplaire » ?

Parmi ces montagnes de l'arc de Valnontey, les sommets des Apôtres sont particulièrement intéressants. Il s'agit de trois cimes élancées, culminant à près de 3700 mètres d'altitude au Grand Saint Pierre. Ils présentent deux versants intéressants. L'un principalement glaciaire orienté à l'ouest et l'autre, orienté à l'est, plus rocheux quoique entrecoupé de plusieurs couloirs neigeux.

Ces trois sommets ont, comme souvent dans le massif du Grand Paradis, une histoire plus riche que ce que l'on pense. Ainsi, des noms connus, voire célè-

bres, de l'histoire de la montagne ont participé à leurs explorations. Citons les Baretto, Gorret, Carrel, Freshfield, Tucker, Yeld, Pendlebury, Vaccarone, Payot, Manera... Même Albert-Frédéric Mummery a laissé sa trace sur le versant ouest du Grand Saint Pierre.

Parmi ces itinéraires, si certains sont classiques comme la traversée des trois pointes, d'autres, restés dans l'oubli, n'en sont pas moins intéressants. Parmi eux, l'arête est du Saint-André est une manière particulièrement enthousiasmante de découvrir ces trois sommets. En effet, gravir l'arête est du Saint-André, c'est aborder la pointe centrale du chaînon (avec tout au long de l'ascension des vues remarquables sur les deux autres pointes). C'est aussi l'aborder par le vallon de la Valeille (le moins parcouru de ses trois points d'accès : les bivouacs Money, Malvezzi, Carpano).

Gravir cette crête c'est peut-être et surtout l'occasion de réaliser une magnifique traversée en combinant la montée de la paroi est avec la descente sur le versant Valnontey, une manière tout à fait remarquable de découvrir deux vallées merveilleusement sauvages.

Endurance et expérience

Cette course, quoique peu difficile, est réservée à des alpinistes complets. En effet, si l'arête est du Saint-André est techniquement aisée, elle demande à la fois endurance et expérience. La voie étant non équipée et rarement parcourue, mieux vaut la par-



*Le Grand Saint-Pierre
depuis l'arête est
du Saint-André*

courir en toute autonomie d'autant que la descente en terrain glaciaire peut réserver des surprises en fin de saison.

Quoi qu'il en soit, il faut venir ici dans un esprit de découverte avec une volonté d'évasion. La montée au refuge, certes rude, se déroule dans un cadre grandiose. La nuit en bivouac est des plus intimistes. L'ascension, bien que longue, se déroule aisément sur un rocher en général excellent. La descente, facile, demande cependant de l'attention. Elle chemine sur une crête rocheuse, puis un glacier débonnaire : de quoi varier les plaisirs. Elle se termine, qui plus est, par une traversée en balcon de l'Alpe du Money, une véritable récompense qui clôtüre la journée en toute beauté.

Comme on le voit, l'arête est de la pointe Saint-André est une course idéale pour aller à la découverte du massif du Grand Paradis. En d'autres mots : une vraie course d'alpinisme !

**FICHE
TECHNIQUE >>>**



*Depuis le sommet du Saint-André,
le Grand et le Petit Paradis,
avec à gauche la Bocca Viva et à droite
la Becca de Montandayné*



FICHE TECHNIQUE

ACCÈS



Bivouac Antoldi-Malvezzi (alt. 2920 m)



Torre di Sant'Andrea

(pointe nord-est : 3651 m)

Voie : arête est

Hauteur : 730 m depuis le bivouac

Difficulté : AD (variable suivant l'itinéraire suivi)

1^{re} ascension : P. Malvezzi et O. Bron le 27 juillet 1934

Itinéraire : du bivouac Malvezzi-Antoldi (atteint en 4 h - 4 h 30 depuis Lillaz en vallée de Cogne), remonter les pentes qui mènent en une vingtaine de minutes sur l'arête est du Saint-André : le parcours n'est pas obligatoire, mais on suit assez logiquement le fil de l'arête jusqu'au versant terminal, un peu plus raide. Il se contourne aisément par la gauche sur une bande de rochers délités pour sortir au sommet sur un rocher plus raide mais magnifique (4 à 5 heures du bivouac).

Descente : suivre à l'ouest la crête de rochers facile (II^e degré) qui porte le nom de Cresta Paganini et qui mène au col du même nom. De là, un parcours aisé sur le glacier « Coupé di Money » mène au bivouac de Money (2870 m) d'où un sentier descend à Valnontey (4 à 6 heures fort variables suivant les conditions du glacier).

Matériel : piolet, crampons, sangles, quelques friends ou coinces, corde de 25 m suffisante.

Biblio : E. Andreis, R. Chabod, M.C. Santi - *Guida dei Monti d'Italia* - CAI - TCI (Volume : Gran Paradiso - 3^e édition, 1980)

Descente de l'Alpe du Money

La grande traversée des Albères

Extrémité orientale de la chaîne des Pyrénées, le massif des Albères se situe au sud de la vallée du Tech qui traverse le Vallespir. Ses points culminants sont frontaliers avec l'Espagne et dans la partie qui nous concerne atteint 1450 m d'altitude. Dans cette région où les températures atteignent des moyennes élevées, plusieurs villes thermales accueillent de nombreux touristes. C'est depuis l'une d'entre elles que nous avons commencé cette randonnée-camping.

Textes
et photos

**Pascal
Baud**

Nous arrivons de bonne heure à Perpignan grâce au train de nuit. Le petit déjeuner nous permet de patienter en attendant notre car qui nous emmène à Amélie-les-Bains. Cette petite ville est très active car ses thermes fonctionnent onze mois par an. Nous ne nous y attardons pas car le jour est déjà bien avancé et les journées sont courtes en cette saison.

Les pittoresques gorges de Mondony nous permettent de sortir rapidement de la ville et nous voilà très vite dans un univers de montagne.

Passage à Montalba, et après une longue montée qui nous fait contourner le Roc de France, nous arrivons à un col frontalier d'où part une piste en balcon qui nous offre un large panorama sur la Catalogne espagnole et la côte méditerranéenne. Arrivés au col de Lli, nous sommes de retour en France, et une rapide descente nous mène à Las Illas, terme de notre journée. Un bar à proximité de notre campement nous permet quelques instants de détente : apéritif suivi d'une soupe !

Sur les traces d'Annibal

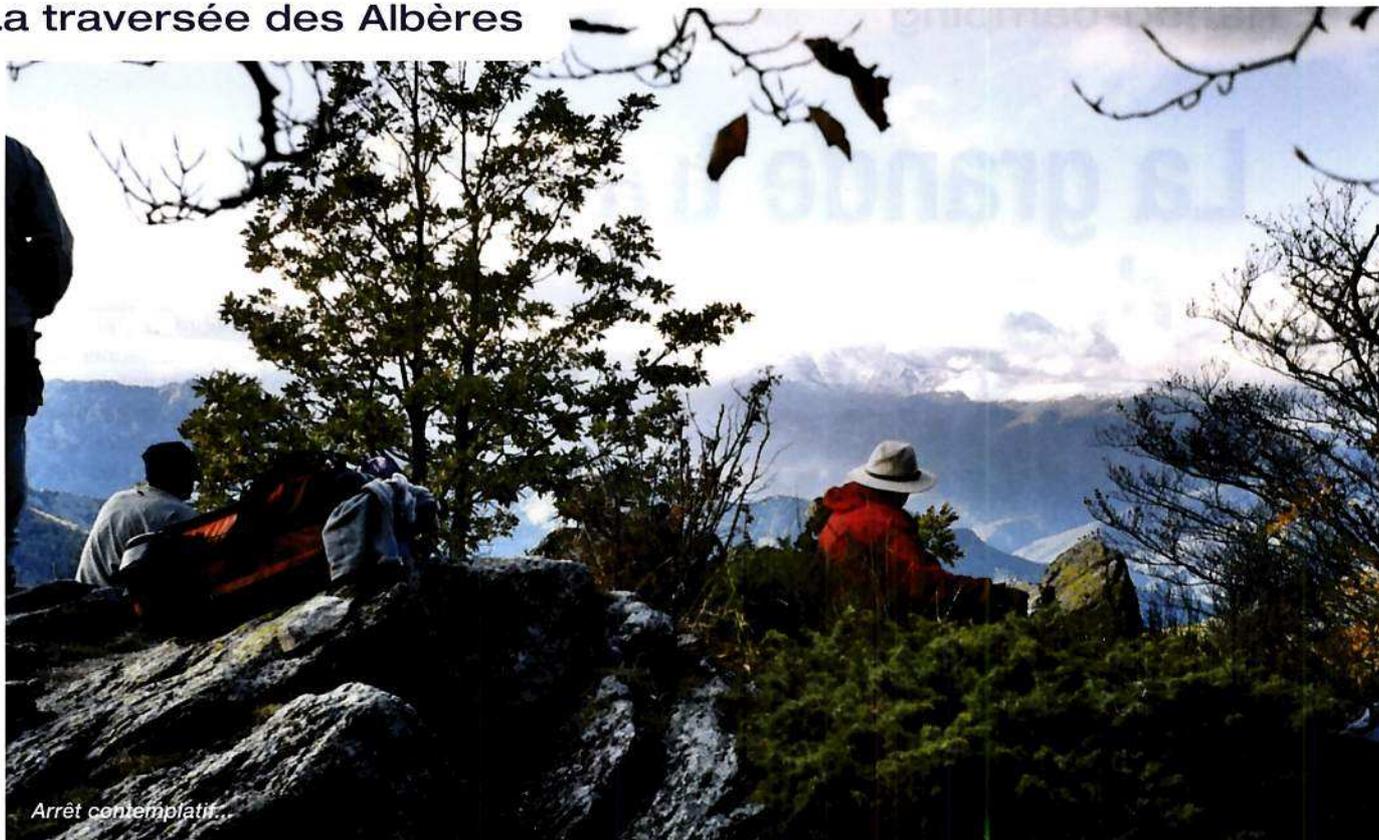
Pas de chance : il pleut dès notre réveil. Heureusement, cette courte pluie, la seule de notre séjour, est vite remplacée par un généreux soleil. Nous arrivons

>>>



Dans les gorges du Mondony

■ La traversée des Albères



Arrêt contemplatif...

>>> au col du Perthus dominé par le fort de Bellegarde près duquel se trouve l'ancien village romain de Pannissars. Ce col, modeste par son altitude (290 m), est utilisé depuis la plus haute Antiquité ; Annibal l'emprunta pour pénétrer en Gaule et nos contemporains y montent pour pratiquer l'achat en gros de bouteilles de pastis dans les nombreux supermarchés espagnols. Comme il est midi, nous entrons dans un restaurant pour y déguster une paella.

C'est donc le ventre bien rempli que nous reprenons notre route vers les crêtes. À Saint-Martin de l'Albère, nous remplissons nos gourdes à une fontaine sur laquelle un écriteau indique « Eau potable - interdit aux vaches » ; les vaches savent donc lire dans cette région ?

C'est à la nuit tombée que nous parvenons au col de l'Ouillat. À quelque distance, nous profitons des

aménagements pour les touristes qui viennent nombreux ici l'été. C'est donc le grand luxe ce soir : tables de pique-nique pour dîner et barbecues pour abriter du vent nos réchauds à gaz.

Premières neiges

Après une nuit un peu froide vu l'altitude qui approche les 1000 mètres et la tramontane qui souffle, nous apprécions après le pliage de notre camp de venir nous réchauffer au chalet de l'Albère qui se trouve au col. Nous sommes ici à l'est du Canigou et nous avons la chance d'admirer les rayons du soleil levant sur les premières neiges tombées récemment sur son sommet.

Nous partons ensuite vers le pic Neulos (1256 m). Seuls deux membres du groupe parviennent à se hisser à son sommet tellement est forte la violence du vent.

Nous sommes soulagés d'arriver au refuge de la Tagnarède. C'est un petit refuge d'une douzaine de places géré par le C.A.F. de Perpignan, mais non gardé. Il n'est que 11 h 30, mais nous préférons déjeuner ici à l'abri du vent. Toutefois, notre quiétude est vite perturbée par l'arrivée d'un important groupe de randonneurs locaux qui a décidé de faire des grillades dans le refuge. Sur les conseils de ces randonneurs aguerris, nous décidons de poursuivre notre route en contrebas des crêtes trop ventées et de rejoindre, le soir, un groupe de cabanes qui pourraient nous accueillir en cas d'intempéries.

Nous rattrapons une agréable piste forestière où nous rencontrons un phénomène surprenant : les feuilles mortes de la forêt de hêtres ont, avec le vent, formé d'imposantes « congères » qui nous arrivent jusqu'aux hanches !

Arrivés au col des Trois Hêtres, nous tentons de nous engager en direction des Colomates, notre destination ; le chemin est bien indiqué sur la carte, mais son état se dégrade au fur et à mesure de notre



Exploitation d'un chêne-liège



progression et nous finissons par nous retrouver totalement hors sentier et cernés de pentes. Heureusement, nous possédons un GPS et nous parvenons à reconstituer le parcours. À un petit col, nous retrouvons un balisage récent sur un sentier en bon état, mais il nous entraîne dans une autre direction et aucune échappatoire n'est possible malgré de nouvelles tentatives de retrouver notre chemin au GPS. Nous n'avons donc pas d'autre choix que de poursuivre par les gorges de La Vall qui, au demeurant, sont très agréables avec leurs nombreuses vasques. Le retard pris par nos recherches de l'itinéraire nous fait arriver à la tombée de la nuit au hameau de La Vall, où nous avons la chance de trouver un beau terrain plat pour accueillir notre dernier campement.

A travers les vignobles

Départ matinal, car nous avons prévu d'arriver à destination à midi. L'altitude est maintenant moins importante, mais le relief tourmenté nous réserve encore quelques belles dénivelées et c'est à travers les vignobles que nous arrivons à Collioure, terme de notre randonnée. Un petit tour en ville pour faire le choix d'un restaurant, et nous voilà atablés devant les spécialités locales, précédées d'un verre de Banyuls. Anchois de Collioure pour les uns, soupe de poissons pour les autres, calamars ou poissons ensuite, puis crème catalane.

Le week-end est terminé et c'est avec regret que nous prenons le chemin de la gare. Une dernière vision du Roussillon s'offre à nous dans le train : celle de filaments roses déambulant dans les étangs sur fond de Canigou enneigé se découpant dans le soleil rougeoyant de cette fin de journée. ■



A gauche : traversée d'une « congère » de feuilles - Ci-dessus : sur le Roc Foiros
Ci-dessous : Arrivée à Collioure



Renseignements pratiques

• CARTOGRAPHIE

Cartes IGN TOP 25 n° 2449 OT et 2549 OT ou celle de Rando Éditions au 1/50000° Pyrénées n° 11

• ACCÈS

Depuis Paris, plusieurs trains par jour jusqu'à Perpignan et un train de nuit. Correspondance pour Amélie-les-Bains avec les cars Les Courriers catalans.

Retour sur Perpignan ou Montpellier par des TER sillonnant la côte, puis TGV pour Paris ou un train de nuit.

• HÉBERGEMENT

Sous la tente, comme c'était le cas pour cette randonnée. Il n'est pas nécessaire d'avoir une tente ultra-performante, mais un duvet de bonne qualité et des vêtements offrant une bonne protection.

Sinon, possibilité de se faire héberger au gîte d'étape de Las Illas avec restaurant à proximité, au chalet de l'Albère au col de l'Ouillat, qui propose la demi-pension, et au refuge C.A.F. de la Tagnarède, non gardé (bas-flancs sans matelas).

• RAVITAILLEMENT

Seulement au départ d'Amélie-les-Bains et ensuite au Perthus (surtout côté espagnol). Nombreux points d'eau sur le parcours, sauf la dernière journée en approchant du littoral où il faudra se méfier de la pérennité des sources en pleine sécheresse.

• NIVEAU

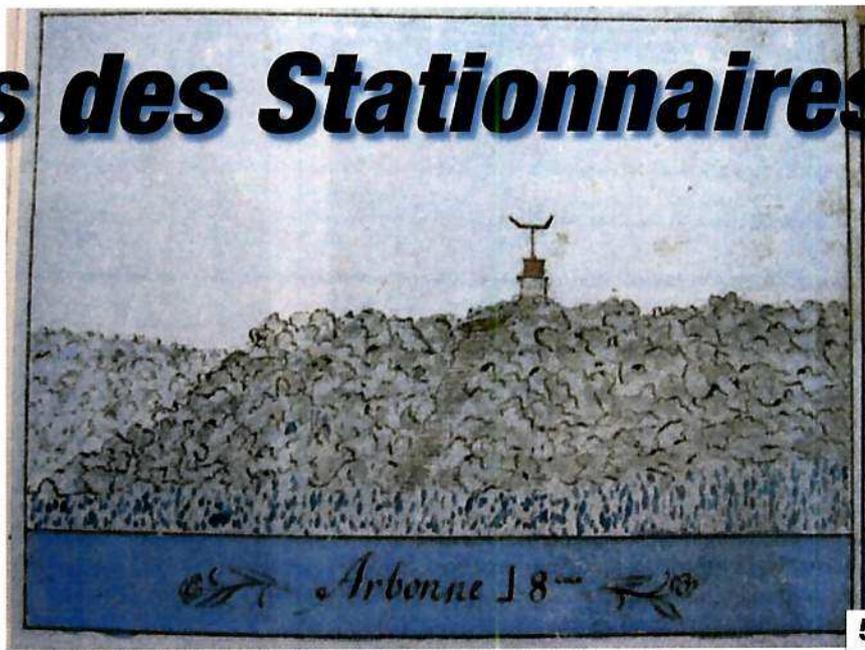
S'adresse à tout randonneur capable de marcher en moyenne montagne pendant une journée. Il faut aussi pouvoir porter un sac à dos avec tout son matériel et la nourriture.

Sur les pas des Stationnaires

De l'aire de stationnement de la Canche aux Merciers, suivre la branche nord du sentier Bleu n° 16. Après la première descente, le quitter vers le nord/nord-est pour rejoindre la bifurcation entre les chemins de la Charme et de la Gorge aux Châts. Suivre ce dernier (quatre belles bornes de grès à proximité ; restes de l'ancienne propriété Vollarid ?). Il rejoint le pied du Pignon du Télégraphe qu'il longe. Le quitter au niveau du premier vallon entaillant le flanc sud de la bosse (500 m de la bifurcation) que l'on remonte. Juste avant la platière, neuf belles marches (*photo 1*) invitent à tirer vers la gauche pour la rejoindre. En dessous, le long du talweg, un observateur attentif remarquera une sorte d'escalier formé par des restes de marches dissimulées sous l'humus et la callune ; itinéraire d'accès pour les Stationnaires (voir plus bas) ?

Tromper l'ennui

Après les « neuf marches », la sente rejoint le sentier Bleu que l'on suit sur une dizaine de mètres vers la droite avant de le quitter vers le nord, pour descendre facilement au pied du rempart de grès. Suivre la sente vers la gauche (ouest) pour trouver les gravures dites « du Télégraphe » sous le deuxième surplomb. Deux des stationnaires y ont gravé leur nom, peut-être pour tromper l'ennui lors des journées de « brumaire ». Juste en dessous (*photo 2*), une représentation très stylisée de la tour avec son système de bras articulé (modèle dit « de Flocon » du nom de son inventeur, amé-



La courte présentation du télégraphe Chappe (Paris-Cham' n° 186) avait été réalisée pour accompagner la description du sentier Bleu n° 16 (Paris-Cham' n° 159). Elle peut donner le prétexte à une courte randonnée historique « Sur les pas des Stationnaires » pour marquer, en 2007, le 200^e anniversaire de la section Paris-Turin de la ligne de télégraphie optique dite « de Milan » (de Paris à Milan via 112 stations dont celle qui se dressait sur le Pignon dit « du Télégraphe »).

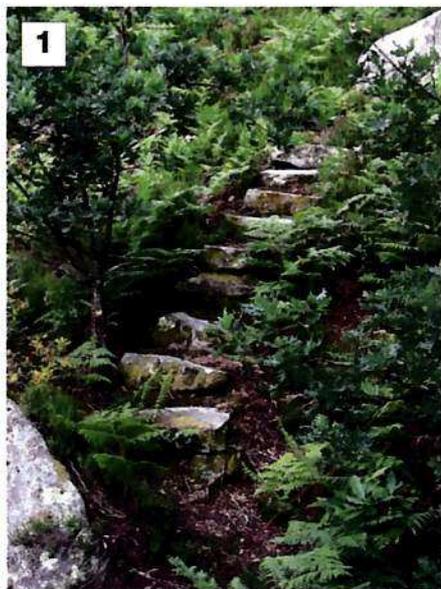
lioration du système Chappe pour raccourcir les temps de transmission des messages, ce qui prouve que cette gravure n'a pu être réalisée qu'à partir de 1840). Une remarque : les porte-lunettes, nécessaires pour une parfaite stabilité des instruments qui grossissaient environ cinquante fois et visaient les stations correspondantes, sont représentés dans le plan de l'appareil alors qu'ils se trouvaient très logiquement dans des direc-

tions presque perpendiculaires (enthousiasme descriptif du graveur ?). Dans l'alignement du régulateur (cf. Paris-Cham' 186) est gravée une suite de symboles Chappe. Les stationnaires ne connaissant pas la signification des figures qu'ils devaient transmettre, sauf les signaux de services bien sûr, il est peu plausible qu'elle ait une réelle signification. Aucun des spécialistes chappistes ne semble d'ailleurs avoir proposé une traduction.

La date de 1858 située plus bas n'a pu être gravée qu'après l'abandon du télégraphe optique vers 1851. Elle induit des doutes certains sur la réalisation de la représentation de la tour par d'authentiques Stationnaires en activité.

115 marches

D'autres gravures, dégradées par l'écoulement des eaux et quasi illisibles, se devinent encore sur la gauche de la dalle. Il est plausible qu'il s'agisse des restes du texte « Sous ce rocher antique déjeunas dix employés du télégraphe estanué de fatigue » gravé au burin pour immortaliser leur ascension du pignon (N. d'O.S. : *encordés ?*) par un escalier de « 115 marches » dont « le bas... est fort dangereux par des serpents et des couleuvres » (cf. *L'Écho des Gâtines*, p. 27, réf. 18 ;19). Le



Texte et photos **Oleg Sokolsky**

mot « message » déchiffrable plus bas montre que le texte a sûrement été complété plus tard (quand ? par qui ?).

Continuer la sente sur 25 m et remonter (sentier Bleu) sur la platière où l'on découvre les restes du socle de la tour qui était haute de 9 mètres au total.

Les deux tranchées ouvertes dans la végétation de part et d'autre de la ruine indiquent très approximativement (5° d'écart au nord et 23° au sud) la direction des anciens télégraphes de Fleury 2 (bois des Turelles) et de La Chapelle-la-Reine. Quelques mètres sur le sentier Bleu, puis virer vers l'ouest dans un petit vallon. Traverser en courbe de niveau en passant au-dessus d'un magnifique champignon rocheux (*photo 3*), en mauvaise posture, et rejoindre un replat sous une haute marche de grès. À son sommet, on trouvera deux mares dont la capacité fut accrue grâce à de petits barrages cimentés (*photo 4*), très probablement réalisés par des Stationnaires pour augmenter leurs réserves d'eau durant la belle saison (la journée au sommet du pignon à la belle saison, devait faire chaud et soif !).

Par une diaclase facile juste au nord, contenant une borne signifiant que l'on pénètre sur le territoire de la Ville de Paris sous lequel se trouvent les aqueducs, descendre au sentier Bleu qui, vers l'est, ramène au stationnement.

En tout-terrain

Pour rester dans une tonalité historique, mais dans la seconde moitié du XIX^e siècle cette fois (cf. *Paris-Cham* n° 161), je vous propose un bout d'itinéraire plus original, un peu tout-terrain, et à parcourir avant la pousse des fougères.

Descendre 30 mètres plus bas par le Bleu jusqu'au bloc soutenant « l'Écaïlle ». Quitter le sentier et suivre vers l'est de vagues traces, restes du sentier de service des aqueducs, très approximativement en courbe de niveau au tiers de la pente. En 250 mètres, on rejoint le sentier Bleu juste au-dessus des ouvrages abritant l'extrémité des siphons de la vallée d'Arbonne. Ici, deux possibilités : à gauche, on atteint le parking en 10 mn, à droite en 3 heures par une très belle balade.

Une soixantaine de mètres après le début de la traversée, on remarquera une sorte de vallon étroit et en cul-de-sac dont l'extrémité supérieure est verrouillée par un entassement peu naturel de gros blocs de grès. Il s'agit d'un des points de « vidange » des sables et grès, extraits lors du creusement des souterrains abritant les aqueducs, et qui forment d'ailleurs le replat situé en dessous. On imagine facilement que la pente a été sérieusement malmenée lors des travaux avec la destruction de toute trace d'aménagement antérieur.



3

Sans doute pour cette raison, on ne trouve aucun vestige des 115 marches évoquées plus haut et représentées sur l'une des gravures du « Dépliant » (*photo 5*), ensemble datant de 1806-1807 et croquant toutes les stations de la ligne Paris-Lyon. L'escalier conduisant à la tour y est représenté très logiquement sur le plus court itinéraire depuis Arbonne où logeaient les stationnaires. D'où la question que vous ne manquerez pas de poser : à quoi servait celui de la face sud ?

Pas de front de taille

Je propose de l'expliquer par la construction du socle qui a demandé de nom-

breux pavés de grès de bonne qualité. Aucun front de taille, trace de coin et ravelin gréseux n'ayant été découvert à proximité immédiate, ils ont probablement pour origine les carrières les plus proches, celles au pied des Drei Zinnen ou peut-être même celle, sud-est, de la Charme. Dans les deux cas, le plus court chemin praticable passe par le flanc sud du pignon. Le substrat étant en bon sable bleusard bien érodable, le renforcement de la montée s'explique facilement, surtout que les charges ne devaient pas être légères.

Encore une preuve que la commission Érosion a de lointains ancêtres. ■

EN SAVOIR PLUS

- *L'Écho des gâtines*, numéro spécial de septembre 2005. Réalisé par Mme Éliane Dorst ; Union des Amis du PNR du Gâtinais français, Milly-la-Forêt.
- La **FNARH**, Fédération nationale des associations de personnels de la Poste et de France Télécom pour la recherche historique – 19, rue Emile Bertin - 54000 Nancy – pourra utilement vous orienter parmi les nombreux ouvrages traitant du sujet. Parmi eux : *La Télégraphie aérienne de « A à Z »* (tome 1) de Marc Gocel (2001, édition : Association du Mont Saint-Quentin), me semble un « incontournable » à lire absolument.



4

Trésors photographiques de la Société de Géographie BNF / Éditions Glénat

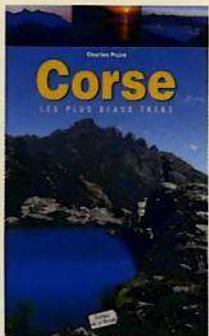


Dès sa création en 1821, le but même de la très ancienne Société de géographie est d'étendre la sphère des connaissances géographiques et d'encourager les

voyages d'exploration. Ce grand mouvement coïncide avec le développement de la photographie. Ainsi, durant un siècle, voyageurs solitaires, expéditions scientifiques, missions religieuses, civiles et militaires rapportent des quatre coins du monde les premières images de régions et de peuples jusque-là ignorés des Occidentaux, constituant une exceptionnelle collection de photographies sur laquelle veille aujourd'hui la BNF. Ces voyageurs-photographes, Charnay, Bidault de Glatigné, Hillers, Du Camp, Bourne, Civiale, Gaupillat, Roland Bonaparte (qui fut président du C.A.F.) produisent de véritables icônes de la photographie. Les 254 photos de cet ouvrage sont un reflet remarquable des trésors qui dorment encore à la BNF. Les photos de fuégiens, d'indiens, d'aborigènes, ethnies disparues ou en voie de l'être, un colosse d'Abou-Simbel ensablé (1850), le glacier d'Argentine aux portes du village (1860), la grotte de Dargilan (1888), l'éruption du Krakatoa (1883), les temples d'Angkor (1887), etc., sont des témoignages irremplaçables de nos sociétés et de notre monde. Format 28 x 32,5 cm, 240 p.

Corse, les plus beaux treks

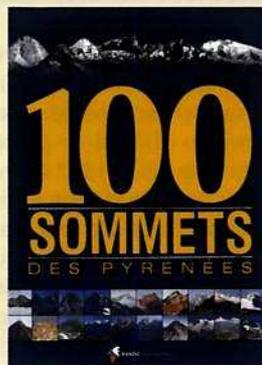
Charles Pujos, Éditions de la Boussole « Découvreur-explorateur » de la Corse, Charles Pujos est l'auteur de nombreux ouvrages sur la randonnée dans l'île.



Comme le sujet est ici presque inépuisable, il n'avait pas tout dit et ce nouveau livre est bien la synthèse de toutes les grandes et belles randonnées. On retrouve bien entendu l'inévitable GR 20 (dont on parle un peu

trop) et toutes les transversales, Mare e monti et Mare a mare (dont on ne parle pas assez). Ce qui distingue vraiment ce guide, c'est d'abord la dizaine de circuits ou traversées de plusieurs jours qui ciblent des régions bien typiques comme le cirque de Bonifacio, la Castagniccia, le Niolo, le désert des Agriates, le Cap Corse, etc. Mais la grande nouveauté est bien la suggestion pour une traversée intégrale de la Corse. A l'instar de la HRP (Pyrénées) ou de la GTA (Alpes), pourquoi pas une Haute Route Corse à pied ? En 23 étapes, l'itinéraire mène du Cap Corse à Bonifacio par la crête du Cap, le Désert des Agriates, la Balagne, le meilleur du GR 20 et enfin la Montagne de Cagna. Format 14 x 23 cm, 192 p.

100 Sommets des Pyrénées collectif, Rando Éditions



Ce titre n'est pas nouveau et rappelle l'ouvrage remarquable (2001) du regretté Georges Véron. D'ailleurs, avec une présentation quasi identique et un contenu à peine différent, ce nouveau guide qui a réuni cinq auteurs pour les textes et les photos en assure opportunément la continuité ou le complément. Pour ce qui est des 100 sommets proposés, accessibles par la randonnée, sérieuse quelquefois, il s'agit de bien s'imprégner de toute la chaîne des Pyrénées sur la France et l'Espagne. Alors, ce ne sont pas forcément tous les plus hauts, mais sans aucun doute les plus beaux, parfois méconnus. S'il y a les incontournables comme l'Aneto, le Vignemale, le mont Perdu, les Posets, d'autres sont plus modestes comme l'Atxuria au pays basque ou le Pech de Bugarach dans l'Aude. Descriptif et temps de marche, difficulté, cartographie et une petite lacune tout de même : on insiste bien sur l'accès voiture, mais peu sur les hébergements, pourtant très utiles dans toutes les ascensions. Gîtes d'étape et refuges ont été faits pour cela et ne manquent pas dans les Pyrénées ! Format 17,5 x 24,5 cm, 224 p.

Petit manuel de médecine de montagne

Dr Emmanuel Cauchy, Éditions Glénat Les plaisirs de la randonnée et de l'alpinisme ne doivent pas faire oublier les risques en tous genres liés à la pratique des sports de montagne. Pour prévenir ou même guérir, pour réagir face à l'am-



poule ou à l'œdème pulmonaire, dans la randonnée ou l'expédition himalayenne, voici un nouveau manuel clair et pratique. L'environnement montagne et ses caractéristiques agressives, les maladies de

montagne liées au froid, au chaud, à l'altitude et à l'isolement, le traitement par symptômes, la traumatologie avec pansements et contention, les gestes de survie, la préparation avant de partir, les trousseaux médicaux pour toutes conditions : Emmanuel Cauchy, guide de montagne et médecin habitué du milieu montagnard et des expéditions, aborde tous ces domaines avec chaque fois les explications et les conseils utiles. Format 14 x 22,5 cm, 192 p. Format 15,5 x 24 cm, 336 p.

La Fabuleuse Odyssée des plantes

Lucile Alloire avec Olivier Ikor
Hachette Littératures

Ils s'appelaient Tournefort, Plumier, Commerson, Bougainville, Poivre, Rousseau ou Humboldt. Habités par la passion de la science et de la découverte, ces botanistes voyageurs rapportèrent des pays lointains des plantes inconnues et ils enrichirent les classements de Lamarck, Buffon ou Jussieu. Ce livre dresse leur portrait et raconte l'histoire des voyages qu'ils entreprirent. C'est le récit de la constitution de l'herbier national du Jardin des Plantes, le plus grand et le plus riche du monde avec neuf millions d'échantillons botaniques



récoltés aux quatre coins de la planète. Aujourd'hui, ils fournissent des données inestimables aux chercheurs qui enquêtent sur l'écologie, l'évolution et les climats. Format 11 x 18 cm, 862 pages

Par les volcans du Kamtchatka, un été dans l'extrême-Orient russe

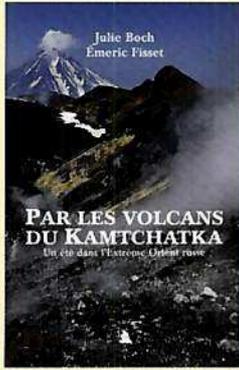
Julie Boch et Émeric Fisset, Éditions Transboréal

Le Kamtchatka ! Un pays d'ours et de volcans, aux confins de la Sibérie, le bout du monde. C'est l'une des dernières régions explorées du globe avec une nature quasi vierge, de rares habitants, une faune sauvage omniprésente. Une trentaine de volcans actifs (4850 m pour le plus haut), une multitude de geysers et de sources chaudes animent un paysage grandiose où alternent taïga et toundra d'altitude. C'est encore le ter-

Musique & Rando

15 AOÛT À L'ITALIENNE

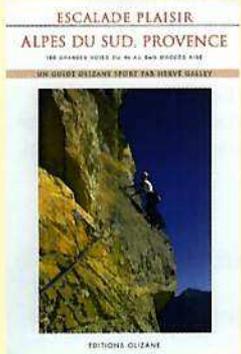
Camminata, musica et polenta au refuge Genova



rain idéal pour la randonnée aventure et en attendant de franchir la distance, cet ouvrage est déjà une invitation à parcourir ces grands espaces. Les auteurs font partager pleinement leur

expérience, d'autant mieux qu'Émeric Fisset, fondateur et directeur des Éditions Transboréal a déjà réalisé beaucoup de raids et d'expéditions de par le monde.

Escalade plaisir, Alpes du Sud, Provence, Hervé Galley, Olizane, 2007



Suite logique du premier tome consacré aux Alpes du Nord paru en 2005, ce nouveau guide s'adresse aux grimpeurs désirant prendre de la hauteur. Il s'agit de décrire les 160 grandes voies (de 150 à

500 mètres) de niveau modéré (du 4 au 6 a/b) les plus intéressantes situées entre la Drôme et les Alpes-Maritimes, en passant par les Baronnies, le Briançonnais, le Queyras, l'Argentera, les Calanques, le Verdon... Dans la majorité des cas, les itinéraires proposés sont bien équipés, mais avant de se déterminer, il convient de bien s'imprégner de toutes les indications, au demeurant fort claires et précises, concernant l'accès, la descente, la nature du rocher et surtout le caractère «aseptisé» ou «aventure» faute de quoi le beau voyage vertical risque de se transformer en galère. Savoir qu'un 6a à Orpierre est en général plus tranquille qu'un 5b au Mercantour... Une très belle invitation à aller découvrir ces lignes qui sillonnent nos plus belles parois méridionales. **M.R.**

La France et la biodiversité - Enjeux et responsabilités, UICN

Il s'agit d'une plaquette de 8 pages, éditée par l'Union mondiale pour la nature, disponible en deux versions : imprimée et électronique, au format PDF. Elle est téléchargeable sur le site web de l'UICN : www.uicn.fr



Le Club Alpin Italien des Alpes maritimes fête chaque année le 15 août en montagne, en musique, en famille, en refuge. C'est simple : choisir un refuge, en neutraliser l'accès à quelques kilomètres pour que tout le monde y arrive à pied, et faire quelques approvisionnements. Le refuge sera réservé la veille pour l'orchestre, qui délimitera à proximité son aire de jeu, les auditeurs-spectateurs l'encerclant, non sans mou-

vance. Tout se passe bien pourtant dans un beau cirque de montagnes : les plus attentionnés sont tout près, mais la musique se dégustant en même temps que la polenta-saucisses, il y a des allées et venues, y compris d'enfants. Musiques italiennes garanties et vous repartez avec en tête *La Pie voleuse* de Rossini ou quelque air populaire. C'est dur de briser le charme afin de poursuivre l'itinéraire, à cause de l'effet *polenta* aussi (une tonne au moins aura été engloutie) et pourtant tout le monde repart, à la maison avec les *rifiuti*, ou à l'étape suivante.

C'était sympa, on se promet de recommencer. **Cet été, le concert aura lieu au refuge Genova (2010 m) :** il suffit de calculer un parcours dans les Alpes maritimes italiennes, dans l'Argentera (c'est sur la GTA) et vous ne regretterez pas *la camminata, la musica ni la polenta.*

Annick Mouraret

Concert du 15 août au refuge Ellena-Soria (val Gesso, Alpes Maritimes italiennes)



PHOTO MOURARET

Activités

des Clubs Alpains d'Île-de-France

Randonnée

Samedi 4 août

TRANQUILLE MOIS D'AÔÛT. Pierre Marc Genty
Gare Montparnasse, Banlieue, 9 h 9 pour Le Perray-en-Yvelines. Étang de la Tour. Retour de Rambouillet vers 18 h. 20 km. **M.** Carte 2215 OT

Dimanche 5 août

ENTRE MARES ET ROCHERS. Claude Ramier
Gare de Lyon, 8 h 27, pour Bois-le-Roi (A-R, R-V sur place). Mare aux Évées, aux Biches, Fontaine Maria. Retour : 18 h 48. 27 km. **M+.** Carte IGN 2417 OT



UN PETIT AIR DE VACANCES.

Adrien Autret

Gare de Lyon, 9 h 6 pour arrêt en forêt. Retour de Bois-le-Roi : 18 h 30 environ. 28 km. **M+.** Carte IGN 2417 OT

LES TROIS PIGNONS.

Jean-Luc Lombard
Gare de Lyon, RER D, 8 h 41 pour Maisse. Peut-être du tout-terrain ! Retour de La Ferté-Alais : 19 h environ. 30 km. **SO.**



D'ÉTAMPES À DOURDAN EN GR.

Patrick Koon

Gare d'Austerlitz, RER C, 8 h 13 pour Étampes. Saint-Hilaire, Les Granges-le-Roi. Retour de Dourdan : 19 h 4. 28 km. **SO.** Carte IGN 2216 ET

Samedi 11 août

SUR LES TRACES DE DJANGO. Jean Moutarde
Gare de Lyon, RER D, 8 h 29 (à vérifier) pour Le Mée-sur-Seine. Samois. Retour de Samoreau : 18 h environ. 28 km. **M+.** Carte IGN 2515 OT, 2417 OT

Dimanche 12 août

RANDO PHOTO.

Louis Travers
Gare de Lyon, 8 h 27 pour Thomery (A-R). Rocher d'Avon, Château, Fourceau. Venir avec un appareil photo. Retour vers 18 h. 18 km. **M.** Carte IGN 2417 OT

LE VENT NOUS PORTERA...

Jean Dunaux
Montparnasse Vaugirard, 9 h 14 pour Houdan. Retour d'Épernon : 19 h 1. 33 km environ. **SO.** Cartes IGN 3114 O, 2215 OT



GADIBIHOU.

Adrien Autret

Gare Montparnasse, Banlieue, 9 h 14 pour Montfort-l'Amaury. Retour de Rambouillet : 19 h 50. 30 km. **SO.**

Mercredi 15 août

REMONTONS L'ESSONNE. Christiane Mayenobe
Gare de Lyon, RER D, 8 h 41 (à vérifier) pour Boutigny. Retour de Boigneville vers 18 h. 20 km. **F.** Carte IGN 2316 ET

BOUCLETTE DE L'ÉTÉ.

Pierre Marc Genty
Gare d'Austerlitz, RER C, 8 h 43 pour Saint-Chéron (A-R). Entre bois et champs. Retour vers 18 h. 20-22 km. **M.** Carte IGN 2216 ET

Samedi 18 août

FOLIE DE L'ÉTÉ.

Pierre Marc Genty
Gare du Nord, Grandes Lignes, 8 h 6 pour Nanteuil-le-Haudouin (A-R). Hasard et découverte. Retour vers 18 h. 22 km. **M.** Carte IGN 2512 OT

Dimanche 19 août

QUAND ON S'PROMÈNE AU BORD DE L'EAU.

Jean Moutarde
Gare de Lyon, RER D, 8 h 29 (à vérifier) pour Le Mée-sur-Seine. Château de la Rochette, Chartrettes. Retour de Fontaine-le-Port : 18 h environ. 18 km. **F.** Cartes IGN 2515 OT, 2417 OT

NIVEAUX DES RANDONNÉES EN ÎLE-DE-FRANCE

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

M. Niveau moyen
Allure normale (3,5 à 4,5 km/h)

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

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



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

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

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

CODIFICATION DES SORTIES À THÈME

[A] Architecture et histoire

[B] Bonne chère, petits (ou grands) vins, convivialité

[C] Cartographie, orientation (pour tous types de terrain)

[D] Dessin

[M] Ambiance musicale

[N] Nature (faune, flore, géologie)

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

SENTIERS BLEUS ET ROCHERS. Claude Ramier
Gare de Lyon, 8 h 27 (A-R, R-V sur place pour Moret). Grotte Béatrix, Rocher d'Avon. Retour : 18 h 48. 28 km. **M+.** Carte 2417 OT

[B] RANDO GOURMANDE.

Patrick Koon
Gare du Nord Banlieue, 8 h 44 pour Valmondois (A-R). Nesles-la-Vallée, Auvers-sur-Oise. Apportez gâteaux et vin. Retour : 18 h 2. 25 km. **M+.** Carte IGN 2313 OT

TRONCS POLIS POUR HÊTRES NETS.

Claude Amagat
Gare du Nord, Grandes Lignes, 8 h 6 pour Villers-Cotterêts. Forêts de Retz et de Compiègne. Retour de Compiègne : 19 h 50. 32 à 38 km. **SO.** Cartes IGN 2511 et 2512 OT

Dimanche 26 août

VALLÉE DE L'YVETTE.

Jean Delonnel
Gare Montparnasse, Banlieue, 8 h 39 pour Les Essarts-le-Roi, l'organisateur sera à l'arrivée. Moulin de Châtillon. Retour de Saint-Rémy-les-Chevreuse à Paris-Châtelet vers 17 h 30. 18 km. **F.** Carte IGN 2215 OT

RANDONNÉE PÈRE NOËL !

Jean-Luc Lombard
Gare du Nord, Grandes Lignes, 8 h 6 pour Crépy-en-Valois. Retour du Meux : 19 h environ. 30 km. **SO.**

DERNIÈRE LIGNE !

Mustapha Bendib
Gare de Lyon, 8 h 27 pour Bois-le-Roi. Vallée Creuse, carrefour du Fauconnier. Retour de Fontainebleau : 18 h 2. 28 à 33 km. **SO.** Carte IGN 2417 OT

Dimanche 2 septembre

[C] PETITES CROUPES ET DOUX VALLONS.

Michel Durand-Gasselien

Gare du Nord, Banlieue, 8 h 44 pour Taverny (A-R). Trouvons-nous notre chemin en forêt de Montmorency ? Si vous voulez chercher avec moi, apportez une boussole, la carte IGN 2313 OT et un marqueur fluo jaune. Simples curieux bienvenus. Contact éventuel au 06 70 24 73 86. Retour : 18 h 32. Environ 19 km. **F.**

DERNIERS JOURS DE L'ÉTÉ.

Michel Charriau
Gare de Lyon, RER D, 8 h 39 à vérifier pour Ris-Orangis (A-R, R-V à l'arrivée). Forêt de Sénart. Retour : 17 h 7. 20 km. **F.**

DES BOIS EN VALOIS.

Joël Lelièvre, Monique Noget
Gare du Nord, Banlieue, 8 h 54 (RER B) pour Nanteuil-le-Haudouin via Mitry-Mory. Bois de Droizelles et de Tillet. Retour de Vaumois : 18 h 55. 27 km. **M.** Carte IGN 2512 OT

DÉTOUR EN VEXIN.

Patrick Koon
Gare Saint-Lazare, 8 h 22 pour Mantes-la-Jolie. Bois de la Malmaison, Gailion-sur-Montcient. Retour de Vaux-sur-Seine : 18 h 45. 30 km. **SO.** Cartes IGN 2113 E et 2213 O

Samedi 8 septembre

TOUS À L'OUEST.

Annie Chevalier
Gare Montparnasse, Banlieue, 8 h 15 (à vérifier) pour Rambouillet. L'organisatrice montera à Versailles-Chantiers en tête du train. Retour du Perray-en-Yvelines : 18 h. 22 km environ. **M.** Carte IGN 2215 ET

Dimanche 9 septembre

ÉTANGS ET BORDS DE SEINE.

Christian Chapiro
Gare de Lyon, 9 h 7 pour Bois-le-Roi (A-R, R-V à l'arrivée). Bords de Seine de Livry à Fontaine-le-Port, baignade possible. Retour vers 17 h 30. 15 à 20 km. **F.** Carte IGN 2417 OT

CAP À L'EST.

Claude Ramier
Gare de Lyon, 8 h 27 pour Montereau (A-R, rendez-vous à l'arrivée). La Vallée d'Enfer, Montigny-Lencoup. Retour : 18 h 48. 28 km. **M+.** Cartes IGN 2517 O, 2516 O et E

VIVE LES CARAMBARS.

Frédéric Leconte
Gare de Lyon, 8 h 27 pour Moret/Veneux-les-Sablons. Forêt de Fontainebleau. Retour de Fontainebleau : 18 h 45. 30 km. **SO.** Carte IGN 2417 OT

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

Samedi 15 septembre

LA DROUETTE. Éliane Benaise
Gare Montparnasse, Grandes Lignes, 8 h 15 pour Épernon.
Saint-Hilarion, Gazeran. Retour de Rambouillet : 18 h. 23 km.
M. Carte IGN 2215 OT

Dimanche 16 septembre

DU CÔTÉ DE MILLY. Michel Lohier
Gare de Lyon, RER D, 8 h 41 pour Maisse. Retour de Boutigny-
sur-Essonne : 18 h 37. 25 km. *M.*

[B] COUCOU, ES-TU LÀ ? Pierre Marc Genty
Gare de Lyon, 8 h 27 pour Fontainebleau. Retour de Moret-
sur-Loing vers 18 h. 22 km. *M.* Carte IGN 2417 OT

DE RETZ À L'OURCQ. Jean-Claude Duchemin
Gare de l'Est, Grandes Lignes, 8 h 6 pour Villers-Cotterêt par
La Ferté-Milon. Retour de Crouy-sur-Ourcq : 18 h 30. 30 km.
M+. Cartes IGN 2512 OT et 2513 E

PAULETTE, C'EST DE LA BOULETTE ! Jean Dunaux
Gare Saint-Lazare, 8 h 22 (à vérifier) pour Vernon. Retour de
Mantes : 18 h 56. 33 km env. *SO+*. Cartes IGN 2113 O, 2113 E

DIMANCHE 16 SEPTEMBRE**La Ring of Honour**

Venez nombreux assister à la grande cérémonie de la
« Ring of Honour » !

Un jury exceptionnel récompensera par des prix de grande
valeur les Cafistes les plus méritants. Surprises et bonne
humeur au rendez-vous. N'oubliez pas gâteaux et bons
crus.

[B] AVEC JEAN-LUC LOMBARD
Gare du Nord, Banlieue, 9 h 4 pour Orry-la-Ville (A-R). Re-
tour commun de tous les groupes en niveau *F+*. Retour :
18 h environ. 9 km. *F*

[B] AVEC ADRIEN AUTRET
Gare du Nord, Banlieue, 8 h 58 pour Survilliers-Fosses. Re-
tour commun de tous les groupes en niveau *F+*. Retour
d'Orry-la-Ville : 18 h environ. 12 km le matin. *M+*

[B] AVEC DIDIER ROGER
Gare du Nord, Banlieue, 8 h 40 pour Viarmes. Retour com-
mun de tous les groupes en niveau *F+*. Retour d'Orry-la-
Ville : 18 h environ. 15 km le matin. *SO+*

Mercredi 19 septembre

RETOUR DE VACANCES. Pierre Marc Genty
Gare de Lyon, 8 h 27 pour Bois-le-Roi (A-R). Forêt. Retour :
vers 18 h. 18 km. *F.* Carte IGN 2417 OT

Samedi 22 septembre

[A] DE LA COULÉE VERTE À L'YVETTE.
Michel De France

Métro «Chatillon Montrouge», 8 h. Retour de Lozère à Denfert-
Rochereau : 18 h. 20 km. *F.* Cartes IGN 2415 OT et 2315 OT

DIMANCHE 23 SEPTEMBRE**« Que la Montagne est Belle ! »**

Avec MAURICE PICOLLET
Gare de Lyon, 9 h 7 pour arrêt en forêt. Rocher Canon, possibilité d'essai d'escalade. Retour de Bois-
le-Roi : 18 h 48. 20 km. *F.* Carte IGN 2417 OT

BONJOUR L'AUTOMNE avec MICHEL CHARRIAU
Gare de Lyon, 8 h 27 pour Fontainebleau. Retour de Melun : 17 h 30. 23 km. *M.* Carte IGN 2417 OT

[A] RANDO MUSÉES DE BARBIZON avec LOUIS TRAVERS
Gare de Lyon, 8 h 27 pour Bois-le-Roi (aller-retour). Rocher Canon, Cuvier-Châtillon, Camp de Chailly.
Retour : 18 h. 20 km. *M.* Carte IGN 2417 OT

Avec MARTINE CANTE
Gare de Lyon, 9 h 6 pour Fontainebleau (arrêt en forêt). Butte Saint-Louis, mont Saint-Germain. Re-
tour de Bois-le-Roi : 17 h 30. 20 km. *M.* Carte IGN 2417 OT

RIVES DE SEINE avec BERNADETTE PARMAN
Gare de Lyon, 9 h 6 pour Bois-le-Roi. Découverte des rives de la Seine. Retour : libre. 12 km. *M+*

**De nouvelles
sorties, d'une
journée ou de
plusieurs jours,
sont parfois
proposées.**

**Consultez
régulièrement
le programme
des activités sur
le site internet
(Espace Membre)**

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 habitude
compréhension et vous en
remercions par avance.*

Mercredi 26 septembre

EN SEPTEMBRE, C'EST L'ÉCOLE. Christiane Mayenobe
Gare de Lyon, RER D, 8 h 41 (à vérifier) pour Maisse. Moigny-
sur-École. Retour de Boutigny vers 18 h. 20 km. *F.* Carte IGN
2316 ET

Vendredi 28 septembre

[N] NOCTURNE ET BRÂME DU CERF (16^e édition).
Didier Roger
Gare du Nord, Grandes Lignes, 22 h 28 pour Chantilly. Brâme
(?) du cerf en forêt de Chantilly. Retour d'Orry-la-Ville : 7 h 50
ou 8 h 20 le samedi matin. 25 km environ. *M+*

Samedi 29 septembre

L'YERRES, RIEN QUE L'YERRES.
Michel De France

Gare de Lyon, RER D, 8 h 35 pour Montgeron-Crosnes. Retour
de Boussy-Saint-Antoine : 18 h. 20 km. *F.* Carte IGN 2415 OT

FORÊT DE HEZ-FROIDMONT. Jean-Marc Thomas
Gare du Nord, Grandes Lignes, 8 h 19 pour Clermont-de-l'Oise.
Traversée de la forêt de Hez-Froidmont, mont César. Retour de
Hermès-Berthecourt : 19 h 20. 28 km. *M+*. Carte IGN 2312 ET

ÇA CHANGE DE JOUR ! Mustapha Bendib

Gare de Lyon, 8 h 27 pour Bois-le-Roi. Carrefours du Pic Vert
et des Larrons. Retour de Fontainebleau : 18 h 2. 28 à 33 km.
SO. Carte IGN 2417 OT

DIMANCHE 30 SEPTEMBRE**Rendez vous d'automne 2007**

Rendez vous traditionnel, c'est l'occasion de se retrouver après
les vacances d'été et d'échanger souvenirs et projets pour l'an-
née à venir. Ambiance amicale et conviviale avec le célèbre
tonneau de vin offert par le C.A.F. IdF !

Avec GILLES MONTIGNY

Gare d'Austerlitz, RER C, 9 h 13 pour Lardy (A-R)
Retour : 18 h 19. 9 km le matin + 9 km l'après-midi. *F*

Avec MAURICE PICOLLET et MICHEL DE FRANCE

Gare d'Austerlitz, RER C, 8 h 43 pour Saint-Chéron
Chamarande. Retour de Breuillet-Village : 18 h. 20 km. *F*
Carte IGN 2216 ET

[B] AVEC PIERRE MARC GENTY

Gare d'Austerlitz, RER C, 9 h 13 pour Étréchy
8-10 km le matin + 12 km l'après-midi.
Retour d'Arpajon : vers 18 h. 22 km. *M.* Carte IGN 2216 ET

[D] Avec MAXIME FULCHIRON

Gare d'Austerlitz, RER C, 8 h 13 pour Étréchy
Rando dessin. Retour de Breuillet-Village : 19 h 34
11 km le matin + 11 km l'après-midi. *M.* Carte IGN 2216 ET

Avec CLAUDE RAMIER

Gare de Lyon, RER D, 8 h 43 pour La Ferté-Alais (A-R)
Retour : 18 h 36. 14 + 12 km. *M+*
Cartes IGN 2316 ET et 2216 ET

[Jeunes] Avec PATRICK KOON

Gare de Lyon, RER D, 8 h 41 pour La Ferté-Alais
Retour de Breuillet à la gare d'Austerlitz : 19 h 4
14 km + 14 km. *SO.* Cartes IGN 2316 ET et 2216 ET

Avec JEAN-LUC LOMBARD

Gare d'Austerlitz, RER C, 8 h 13 pour Lardy
Villeneuve-sur-Auvers. Retour de Saint-Chéron : 19 h environ
15 km le matin + 15 km l'après-midi. *SO*

[B] Avec ADRIEN AUTRET

Gare de Lyon, RER D, 8 h 43 pour La Ferté-Alais (A-R)
Retour : 19 h. 30 km. *SP*

Samedi 6 octobre

[A/M] RANDO et CONCERT
avec Éliane Benaise et Annie Chevalier

Gare du Nord, 8 h 10 pour Presles. Polyphonies georgiennes à Royau-
mont. Viarmes. Retour à Paris : 18 h 30. 23 km. Renseignements et
inscription obligatoire au 01 42 22 20 70 ou 01 39 58 79 33

ATTENTION

Programmes
détaillés au Club
et sur le site.

Inscriptions
obligatoires
au Club.

Randonnées de week-end et de plusieurs jours

Juin à novembre 2007

Dates	Organisateurs	Niveau phys.	Niveau techn.	Code inscription	Destinations	Ouverture
28 juillet au 4 août	Gérard Corthier	M+	▲▲	07-RW65	Pralognan (Vanoise) en étoile	26/5/2007
28 juillet au 5 août	Eliane Benaise Jean-Claude Duchemin	M	▲▲	07-RW66	Alpes Autrichiennes	3/4/2007
29 juillet au 4 août	Michel Lohier	M+	▲▲	07-RW80	Les balcons de la Haute Maurienne	29/5/2007
4-5 août	Gilles Deloustal	M	▲▲	07-RW67	Avec les bouquetins dans le massif des Sept-Laux	2/6/2007
5 au 12 août	Martine Cante	M	▲▲	07-RW68	Pyrénées orientales	3/5/2007
11-12 août	Pierre Marc Genty	M		07-RW86	Détente en baie de Somme	5/6/2007
11 au 19 août	Dominique Renaut	M+	▲▲	07-RW96	Transalpino zig-zag : l'Argentera	20/4/2007
12 au 14 août	Jean-Luc Lombard	SO		07-RC08	Randonnée camping de Montbard à Avallon	12/6/2007
12 au 18 août	Coordination : F. Henrion	M	▲▲	07-RA02	Les lacs du Haut Queyras	1/5/2007
15 au 19 août	Jean-François Deshayes	SO	▲▲▲▲	07-RW69	Les balcons de la Mer de Glace	2/5/2007
17 au 19 août	Marylise Blanchet	M		07-RW87	Le dénivelé d'or	2/5/2007
17 au 28 août	Michel Durand-Gasselien	M+	▲▲	07-RW70	Corse 4 ^e partie : Niolo, Asco, Filosorma	31/3/2007
19 au 25 août	Frédéric Dutheil	SO	▲▲	07-RW81	Le plus beau des Pyrénées (Gavarnie, canyons d'Ordesa et de Niscle)	17/4/2007
25-26 août	Gilles Deloustal	M	▲▲	07-RW71	Chaîne de Belledonne	23/6/2007
25 août au 1 ^{er} sept.	Robert Flamme	SO	▲▲	07-RW73	Tour des Monges	3/4/2007
25 août au 2 sept.	Jean-Claude Duchemin	M+	▲▲	07-RW74	Autour du Vieux Chaillol	3/4/2007
25 août au 3 sept.	Eliane Benaise	M	▲	07-RW75	Saint-Jacques - Fin du Chemin d'Arles	15/5/2007
1 ^{er} -2 septembre	Agnès et Laurent Métivier	M	▲▲	07-RW72	Du Montgenèvre à Château-Queyras	30/6/2007
1 ^{er} au 8 septembre	Pierre Marc Genty	M	▲▲	07-RW88	Mercantour et passage en Italie	1/6/2007
8-9 septembre	Martine Cante	M+		07-RW99	Colchiques dans le Vercors	10/7/2007
8 au 15 septembre	Alain Changenet	M	▲▲	07-RC07	Tour du Beaufortain en camping	22/5/2007
8 au 15 septembre	Maurice Picollet	M	▲▲	07-RW95	Sommets des Bauges	20/6/2007
15-16 septembre	Frédéric Dutheil	SO	▲▲	07-RW89	Les Calanques	10/7/2007
15 au 17 septembre	Jean Moutarde	M	▲	07-RW90	Bayeux et les plages du Débarquement	22/5/2007
22-23 septembre	Michel Gollac	SO+	▲▲▲	07-RW91	Dernier 3000 avant l'automne ?	22/5/2007
23 au 29 septembre	François Degoul	M+	▲▲	07-RW92	Un Tour en Chartreuse	5/6/2007
29-30 septembre	Pascal Baud	M		07-RC06	Le rendez-vous d'automne en rando-camping	28/6/2007
29-30 septembre	Luc Bonnard	M+	▲	07-RW93	Abbaye royale de Fontevraud	27/6/2007
29-30 septembre	B. Parmain, Ch. Kieffer	SO	▲▲	07-RW94	Entre Durance et Champsaur : Dormillouse	24/7/2007
6 au 8 octobre	Luc Mériaux	SO	▲▲	08-RW01	Causses toujours ! (Larzac)	20/6/2007
13-14 octobre	Pierre Marc Genty	M	▲	08-RW02	Découverte d'Arras et de ses environs	7/8/2007
13-14 octobre	Agnès et Laurent Métivier	M	▲	08-RW03	Vercors Nord Ouest	3/7/2007
20-21 octobre	Jean-François Meslin	M	▲	08-RW04	« Terroirs et Arômes » : le vignoble de Saint-Émilion à l'automne (Bordelais)	1/8/2007
20-21 octobre	Claude Ramier	M+		08-RW09	PNR Normandie-Maine : la forêt des Andaines	4/7/2007
21 au 27 octobre	François Degoul	M	▲▲	08-RW05	L'automne au pays du Mont-Blanc	5/6/2007
28 oct. au 3 nov.	Jean-Claude Duchemin	M+		08-RW10	Montagne de Lure	28/8/2007
28 oct. au 3 nov.	Bernadette Parmain	SO	▲▲	08-RW07	Mercantour et Merveilles	17/7/2007
31 oct. au 4 nov.	Marylise Blanchet	M		08-RW06	L'Espinouse	12/7/2007
1 ^{er} au 4 novembre	Michel Lohier	M		08-RW11	La Sainte-Baume et l'arrière-pays toulonnais	30/8/2007
1 ^{er} au 4 novembre	Pascal Baud	M+	▲	08-RC01	La vallée de la Vézère (randonnée camping)	30/8/2007
1 ^{er} au 4 novembre	Luc Bonnard	M+	▲▲	08-RW08	Sous le regard bienveillant du Ventoux (Baronnies)	27/7/2007
17-18 novembre	Bernadette Parmain	M		08-RW12	« Terroirs et Arômes » : Chablis, cépage Chardonnay	10/8/2007

Rando-Escalade

Responsable de l'activité :
Michel Clerget - Tél. 06 09 62 90 38

Responsable du programme :
Philippe Chevanne - Tél. 01 46 08 17 55

Activité destinée à ceux qui aiment randonner (à pied ou à VTT), avant ou 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.

Rando

Cycle d'initiation « Terroirs et arômes »

Vous êtes un buveur débutant ou confirmé. Vous voulez découvrir les secrets du vin, vous initier à la connaissance des cépages, des terroirs et des millésimes : ce cycle vous est destiné !

Il se déroule en **5 jours, répartis sur 2 week-ends** plus une journée entre octobre et décembre 2007. Vous réaliserez des randonnées dans deux vignobles différents. Vous apprendrez à en apprécier les petits et les grands crus. Les organisateurs évoqueront avec vous tous les aspects liés à la géologie, à l'agronomie, à l'œnologie et à la dégustation.

À l'issue de ce cycle, vous pourrez participer la tête haute aux sorties gastronomiques organisées par le Club. Un certificat vous sera délivré.

- **20 et 21 octobre** : vins rouges, le vignoble de Saint-Émilion, avec Jean-François Meslin
- **17 et 18 novembre** : vins blancs, le Chablis, cépage Chardonnay, avec Bernadette Parmain
- **8 décembre** : visite du musée du Vin, rallye-examen dans Paris et remise solennelle des certificats, avec Michel Gollac

Les prérequis pour participer avec succès sont les suivants :

- être motivé-e par la pratique de la dégustation, dont nous dirons, histoire de ne pas passer pour des rigolos, qu'elle est un art austère et exigeant ;
- maîtriser les techniques de base de la randonnée en groupe en terrain facile : avance alternée des pieds gauche et droit, balancement simultané des bras, maîtrise parfaite du pharynx et du larynx dans le cadre d'une conversation enjouée ;
- être en bonne condition physique pour pouvoir soutenir plusieurs heures d'effort en milieu éventuellement hostile (pluie, neige, vent, grêle, chasseurs...) avant et après les séances de dégustation.

Si vous souhaitez vous engager dans ce cycle, **contactez le secrétariat du Club.**

L'assiduité à l'ensemble du cycle vous assurera une pleine réussite à l'examen final. Nous vous engageons vivement à participer à la totalité de ce cycle de formation.

Un cycle de perfectionnement sera organisé au printemps 2008.

MODALITÉS D'INSCRIPTION AUX SORTIES DE PLUSIEURS JOURS

- **Pour toutes ces sorties** : inscriptions au club à partir de la date indiquée. La fiche technique sera disponible au club et sur le site **10 jours avant cette date**. Vous pouvez envoyer votre demande d'inscription dès parution de cette fiche technique.
- Il est nécessaire, pour vous inscrire, **de remplir intégralement un bulletin d'inscription** et de le renvoyer, accompagné du règlement, dans une enveloppe libellée à : 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 DES RANDONNÉES EN MONTAGNE DU CLUB ALPIN FRANÇAIS

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).

▲▲ : Itinéraires montagnards. 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 mon-

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

▲▲▲ : Itinéraires montagnards difficiles. Ils 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.

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

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, IGN TOP 25 2417 OT ; massifs périphériques : TOP 2316 ET.

Dimanche 5 août

RESTANT DU LONG ROCHER. Michel Clerget
 Gare de Lyon, 9 h 6 pour Montigny-sur-Loing. 18 h 44. Rando, F. Le site ne possède qu'un circuit Orange.

Dimanche 19 août

PETIT BOIS DE SAINT-PIERRE.
 Deke Dusinberre, Philippe Chevanne
 Gare de Lyon, 9 h 6 pour Nemours. Retour à Paris vers 18 h 45. Rando, M

Samedi 25 et dimanche 26 août

SORTIE FALAISE : CORMOT. Bernard Salmon
 Déplacement en voiture, contacter Bernard au 06 73 89 07 14 (entre 19 h et 21 h).

Dimanche 9 septembre

ROCHER SAINT-GERMAIN.
 Philippe Boullier, Philippe Chevanne
 Gare de Lyon, 9 h 6 pour Bois-le-Roi. Retour à Paris vers 18 h 45. Rando, M

Samedi 15 et dimanche 16 septembre

SORTIE FALAISE : SAULGES. Bernard Salmon
 Déplacement en voiture, contacter Bernard au 06 73 89 07 16 (entre 19 h et 21 h).

Dimanche 23 septembre

RANDO-ESCALADE AVEC DOUG ET DEKE.
 Deke Dusinberre, Doug Evans
 Gare de Lyon, 9 h 6 pour Bois-le-Roi. Retour à Paris : 18 h 44. Rando-escalade au Rocher Canon.

Fontainebleau

Responsable de l'activité :
Francis Decroix - Tél. 01 47 93 99 03
 Responsable du programme :
Isabelle Decroix - 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 avant le départ 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

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

- 5 septembre : **FRANCHARD CUISINIÈRE**
- 12 septembre : **ROCHE AUX SABOTS**
- 19 septembre : **95,2**
- 26 septembre : **APREMONT BISONS**
- 3 octobre : **BEAUVAIS (CHEVANNE)**

Pour plus de renseignements (fixer un rendez-vous plus précis, partager un véhicule...), contacter Jean-Pierre Le Sert au 01 74 71 54 28 - jplesert@club internet.fr 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.

- 18 août : **SÉGOGNOLE - Francis Decroix**
- 25 août : **LE PETIT BOIS DE SAINT-PIERRE-LES-NEMOURS - Francis Decroix**



- 1^{er} septembre : BUTHIER MALESHERBES - Francis Decroix
- 15 septembre : ROCHER DE MILLY - Francis Decroix
- 22 septembre : CATHÉDRALE - Richard Laval

DIMANCHE

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.

- 23 septembre : SÉGOGNOLE - Alain Le Meur
- 30 septembre : 95,2 - Alain Le Meur, Isabelle Bréant

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 - 06 33 32 10 16
lanot@noos.fr

Dimanche 9 septembre

ESCALADE À SAINT-MAXIMIN. Christian Bonnet
Départ de la porte d'Orléans, statue du Général Leclerc, à 9 h en covoiturage.

Dimanche 16 septembre

91.1 ET CUL DU CHIEN. Christian Bonnet
Départ à 9 h 30 de la porte d'Orléans, statue du Général Leclerc, en covoiturage.

Dimanche 23 septembre

ESCALADE. Christian Bonnet
Dans le cadre de l'opération « Que la montagne est belle ». Voir page 2.

Samedi 29 septembre

ESCALADE ET MANŒUVRES DE CORDES.
Christian Bonnet
Mur d'escalade extérieur du gymnase du stade des Poissonniers - 2, rue Jean Cocteau - Paris 18^e - Rendez-vous sur place à 14 h. Prévoir équipement individuel et carte FFCAM.

VTT-VDM

Responsable de l'activité : 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/cavvt/inscriptioncaf.htm>

Mercredi 22 au samedi 25 août

07-VTT03 - Rassemblement VTT à Fondette / Tours
Etienne Koch - Soutenu

Dimanche 2 septembre

Forêt de Breuillet. Frédéric Juredieu

Dimanche 9 septembre

Forêt de Chantilly. François Cosyns

Dimanche 16 septembre

Forêt de Marly. Pierre Revol

Dimanche 23 septembre

Forêt de Meudon. Céline Melchior

Dimanche 30 septembre

Forêt de Saint-Germain. Hubert Lefranc

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 les guichets A, B, C.

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.

ALPINISME

28 juillet au 5 août

CAMP D'ÉTÉ MERCANTOUR

La section Alpinisme du C.A.F. Ile-de-France organise son camp d'été du 28 juillet au 5 août dans le Mercantour, autour de Saint-Martin-de-Vésubie.

Vous pourrez y pratiquer l'escalade ou la randonnée selon vos goûts. Pour l'escalade, ce séjour s'adresse à des personnes déjà autonomes (le club n'assure pas d'encadrement).

Contact :

Patrick Preux - Tél. 06 08 83 03 88
patrick.preux@messier-bugatti.com

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

Alpinisme

Responsable de l'activité : Bruno Vaillant
Tél. 06 85 99 99 83 - vaillantb@wanadoo.fr
ou bruno.vaillant@peugeot.com

Samedi 25 et dimanche 26 août

07-ALP73 - Les Gourgs Blancs
PD. 3 places. Refuge. 75 €
Encadrement : Laurent Métivier

Samedi 1^{er} et dimanche 2 septembre

Car Alpinisme pour Pralognan-la-Vanoise
Prix du car : 110 euros

07-ALP47 - Petit Arcellin - Aiguille de la Vanoise
TD Rocher V - 2 places. Refuge C.A.F. Félix Faure. Hébergement, repas, env. 60 euros
Encadrement : Mathieu Rapin

07-ALP54 - Initiation - Aiguille de la Vanoise
3c Rocher - Max. 4 places. Refuge C.A.F. Félix Faure. Hébergement, repas, env. 60 euros
Encadrement : Jean Potié, Patrick Preux

07-ALP62 - Aiguille de la Vanoise
Rocher 5b (non obligatoire) - 4 places. Refuge C.A.F. Félix Faure. Hébergement, repas, env. 60 euros
Encadrement : Frédéric Beyaert, Marie-Line Lacroix

07-ALP69 - Pointe de l'Observatoire - Grandes voies
Rocher 5b - 4 places. Gîte. Hébergement, repas, env. 80 euros
Encadrement : Nicolas Chamoux, Toufik Tabti

07-ALP77 - Voies d'escalade

AD/D - 6 places. Refuge. 50 euros sur place
Encadrement : Franck Vangraefscheppe, Jean-Pierre Mazier

Samedi 15 et dimanche 16 septembre

Car Alpinisme pour Écrins - Ailefroide - Vallouise
Prix du car 110 euros

07-ALP48 - Aiguille de Sialouze
Rocher TD V+. 4 places. Gîte et refuge du Sélé. Hébergement, repas, env. 60 euros
Encadrement : Mathieu Rapin, Philippe Cartier

07-ALP55 - Grande voies rocheuses à Ailefroide
Rocher 5b/c (non obligatoire). 4 places. Gîte. Hébergement, repas, env. 80 euros
Encadrement : Franck Vangraefscheppe, Patrick Preux

07-ALP63 - Escalade Rocheuse D-
Rocher 5b (non obligatoire). 9 places. Gîte. Hébergement, repas, env. 80 euros
Encadrement : Frédéric Beyaert, Marie-Line Lacroix, Michel Tendil

07-ALP70 - Initiation - Approche des voies d'escalade en montagne, passage en tête
Rocher 5a. 4 places. Gîte. Hébergement, repas, env. 80 euros
Encadrement : Nicolas Chamoux, Toufik Tabti

Dimanche 23 septembre

07-ALP80 - Alpinisme : atelier manœuvres de corde
Dans le cadre de l'opération « Que la montagne est belle ».
Encadrement : Bruno Vaillant

Samedi 29 et dimanche 30 septembre

Car Alpinisme pour l'Ubaye - Saint-Paul-en-Ubaye
Prix du car 120 euros

07-ALP49 - Aiguille Pierre André - Escalade TD
Rocher TD, V. 4 places. Gîte. Hébergement, repas env. 80 euros
Encadrement : Jean Potié, Mathieu Rapin

07-ALP56 - Escalade en Ubaye niveau AD-D
Rocher 4+. 2 places. Gîte. Hébergement, repas, env. 80 euros
Encadrement : Patrick Preux

07-ALP64 - Escalade en Ubaye niveau AD
Rocher IV max. 4 places. Gîte. Hébergement, repas, env. 80 euros
Encadrement : Bruno Vaillant, Frédéric Beyaert

07-ALP71 - Escalade en Ubaye niveau D
Rocher 5b. 2 places. Gîte. Hébergement, repas, env. 80 euros
Encadrement : Touwfik Tabti

07-ALP75 - Escalade D/TD en Ubaye
D / TD. 2 places. Gîte. 50 euros pour gîte, repas sur place
Encadrement : Rémi Mongabure

07-ALP76 - Voies d'escalade en Ubaye niveau AD-D
D. 3 places. Refuge. 50 euros
Encadrement : Michel Tendil

Destinations lointaines

Coordinatrice de l'activité : **Jeannine Illien**

MAROC

Les Dolomites Marocaines et le M'Goun
avec **Roger Magaut**
Dates : 15 au 29 septembre
Participants : 10 - Réf. 07-MAR.05

U.S.A.

Les Grands Parcs de l'Ouest Américain
Avec **Alain Changenet**
Dates : 30 septembre au 13 octobre
Participants : 6 - Réf. 07-USA.01

NÉPAL

Ascension du Mera Peak (6437 m)
Traversée des 3 cols et camp de base du Makalu
avec **Gilles Caldor**
Dates : 8 octobre au 8 novembre
Participants : 10 - Réf. 08-NEP.01

Grand Tour des Annapurnas

avec **Roger Magaut**
Dates : 13 octobre au 3 novembre
Participants : 12 - Réf. 08-NEP.02

Parapente

Responsable de l'activité : **Philippe Haguenaer**
Tél. 06 83 21 74 52 - 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, pararando, paraski, paralpinisme, suivant le nombre de jours et les conditions météo du moment. Ces propositions sont discutées en réunion 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 contacter le président par courriel ou par téléphone.

Spéléologie

SPÉLÉO-CLUB DE PARIS (S.C.P.)

Groupe spéléologique du Club Alpin Français d'Île-de-France
Site Internet : <http://www.scp.new.fr>

Président : **Eynard de Crécy**
eynard.decrcy@laposte.net - Tél. 06 29 44 68 47

PRÉSENTATION DES ACTIVITÉS

- **Entraînement aux techniques de corde (descente, remontée, passage de nœud, vire, secours...)** sur mur au gymnase de la Ville de Paris, 5 rue des Lilas (métro : Place des Fêtes), les premiers et troisièmes jeudis du mois, hors vacances scolaires, à partir de 19 h 45.

CYCLE D'INITIATION À L'ESCALADE

SESSION D'AUTOMNE 2007

Responsable : **Jean-François Caille**

La forêt de Fontainebleau est le plus beau site d'escalade sur blics connu sur cette planète et nous y organisons chaque année deux sessions d'initiation : à l'automne et au printemps.

Vous pouvez 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

Auprès du secrétariat (accueil du C.A.F. Ile-de-France : 12, rue Boissonnade - Paris 14^e
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 débutera **fin septembre**. Inscriptions dès le **31 juillet** à l'accueil.

Nous vous attendons !

La carte de Bleau

IGN Top 25 2417 OT

est en vente au Club
au prix de 8,65 €

- **Entraînement en plein air** en forêt de Fontainebleau et aux spéléodromes de Méry-sur-Oise et de Rosny-sous Bois.
- **Sorties «classiques»** dans l'Yonne, la Meuse, la Côte-d'Or, le massif du Jura, le Lot, la Chartreuse, le Vercors, la Lozère, la Wallonie...
- **Visite-découverte** des nombreuses carrières franciliennes.
- **Prospection et désobstruction** de cavités nouvelles.
- **Programme** publié mensuellement dans la feuille de liaison, *La Lettre du Spéléo-Club de Paris*, et repris sur le site web.

PROCHAINES SORTIES ET ÉVÉNEMENTS

Renseignements complémentaires auprès de Daniel Teyssier, 01 42 53 89 28, 06 74 45 08 11, spelaion@free.fr

- **Été 2007 au Pérou** avec Guillaume Barbier. Précisions auprès de Daniel Teyssier
- **Septembre** - Exploration des moulins de la Mer de Glace avec Florent Mellac
- **23 septembre** - Fontainebleau, Rocher Canon - Participation à l'opération « Que la montagne est belle »
- **6-7 octobre** - Journées nationales « Spéléologie et canyons » partout en France.

Frais de participation

Les seules cotisations ne permettant pas de couvrir la gestion des activités, les frais de la 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'Île-de-France.

Mais si vous sortez souvent avec nous, tout en souhaitant rester fidèle à une autre association de la Fédération des Clubs Alpins, 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.

Dimanche 21 octobre

Rando Dolpo



Dans le cadre des activités Randonnée, et au profit de l'association **Action Dolpo**, grande journée de solidarité comprenant :

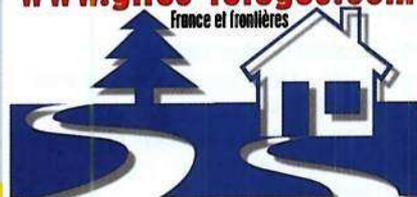
- trois ou quatre randonnées facultatives (niveau facile, moyen ou soutenu) ;
- un repas pris au restaurant ;
- un loto avec de nombreux lots.

Participation aux frais : 30 €

Inscription obligatoire au secrétariat du Club **dès le 28 août** où une fiche technique sera disponible.

www.gites-refuges.com

France et frontières



4000 hébergements

Amick et Serge Mouraret

La version 2007 de **GÎTES d'ÉTAPE et REFUGES** (A. et S. Mouraret) est sur le site www.gites-refuges.com

4000 hébergements pour vos randonnées et vos escapades en montagne

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 pour les vacances d'hiver 2007-2008 sera présentée dans la brochure **Neiges 2008**, disponible en octobre au secrétariat du Club.

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

Val-de-Marne

2, rue Tirard - 94000 Créteil

Le C.A.F. Val-de-Marne est un club multi-activités : randonnée, escalade en bloc et en falaise, alpinisme, ski de randonnée, ski de fond, raquettes à neige, cascade de glace, trail, VTT. Vous trouverez le programme de ses sorties et bien d'autres renseignements sur son site internet : <http://clubalpin94.free.fr>

Via le forum de discussion, des sorties supplémentaires au programme s'organisent aussi entre membres du Club.

Escalade au mur du gymnase du Port-à-l'Anglais, rue Charles Fourier à Vitry-sur-Seine, tous les mercredis soir de 19 h à 21 h 45.

Adresse postale : 4, allée Jean Renoir - 91130 Ris-Orangis

Pour tout renseignement :

- Dominique Quénaon - Tél. 06 79 71 79 75 ou 01 64 97 80 78
- Patrice Bazenet - Tél. 06 71 20 58 93 ou 01 46 87 15 02
- Jean-Marie Lasseur - Tél. 01 48 31 99 98
- Jean-Baptiste Moinon - Tél. 06 81 41 72 38 ou 08 73 19 03 30

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 : 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 h, 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

N'hésitez pas à nous contacter pour connaître les sorties prévues.

Marne-la-Vallée

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

Pour tout renseignement sur les activités : Dominique Rolland : 01 60 06 25 04 - Odile Serre : 01 60 27 00 62 - Philippe Seyer : 01 60 06 72 14 Site web : <http://perso.wanadoo.fr/caf-mlv/>

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 dimanche; certaines 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 randonnée est établi pour les adultes, et un autre programme est organisé pour les familles (enfants à partir de 4 ans avec parents).

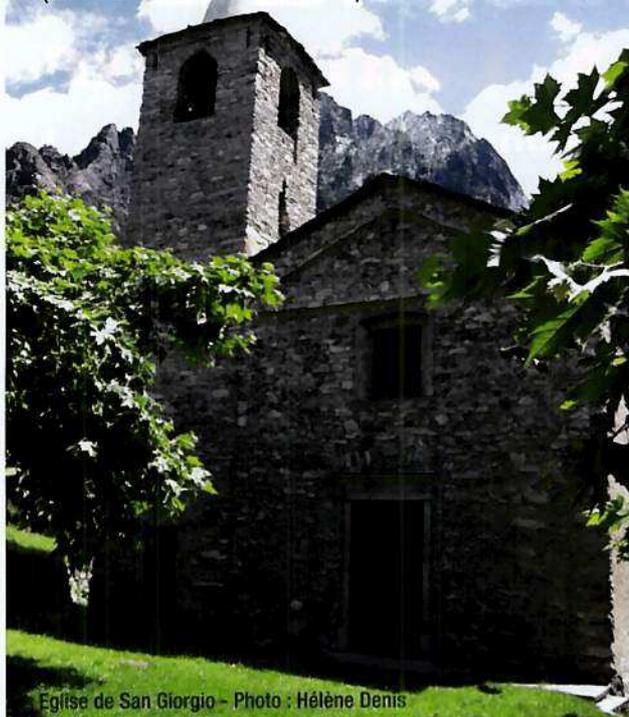
VTT. Demi-journées, journées, week-ends ou séjours.

SKI DE RANDONNÉE, RAQUETTES et autres activités neige. Week-ends et séjours pendant la saison.

ALPINISME, VIA FERRATA. Au printemps et en été.

« Il faut vite aller à Codera ! »

(Voir Paris-Charmonix n° 185)



Eglise de San Giorgio - Photo : Hélène Denis

Rectifications, précisions ou erratum si vous vous rendez à Codera

- La carte Michelin la plus adaptée pour situer les centres d'intérêt porte le n° 218 (1/200 000° Andermatt Bolzano).
- À Codera, le refuge est toujours fermé, mais l'association des Amis du Val Codera (www.valcodera.org) a repris l'auberge (tél. fixe : 39 0343 62037, portable : 39 3381865169)
- Pour Bresciadega, tél. 39 0343 44499
- À Brasca, le téléphone est un portable : 39 3397176620.
- Un intéressant petit musée vient d'ouvrir à San Giorgio.
- Enfin, le fromage de chèvre fabriqué localement porte le nom de « Mascarpin ».

■ « QUE LA MONTAGNE EST BELLE » 2007

Rendez-vous le 23 septembre au Rocher Canon

Pour la troisième édition de la journée FFCAM « Que La Montagne est Belle », le C.A.F. Ile-de-France a prévu une manifestation commune avec les autres clubs de la région en forêt de Fontainebleau, au **Rocher Canon**.

Au programme : accueil à partir de 9 h 30 sur le grand parking pour un nettoyage en collaboration avec l'ONF ; des randonnées seront aussi organisées, dont une **vers la mare aux Évées avec Pierre Bontemps**.

Comme l'an dernier, nous nous retrouverons à 12 h 30 pour un pot de l'amitié suivi d'un pique-nique pris en commun.

L'après-midi seront présentées les **diverses activités de nos Clubs**. Vous êtes tous cordialement invités, rejoignez-nous nombreux et faites-le savoir autour de vous : **cette journée est ouverte à tous** et offre l'occasion de découvrir d'autres activités, d'autres membres et d'autres clubs dans une ambiance conviviale.

Hélène Denis

PROGRAMME DES ACTIVITÉS

■ ALPINISME

Atelier Manœuvres de corde avec Bruno Vaillant

■ ESCALADE avec Christian Bonnet

■ RANDONNÉE

• RANDONNÉE FACILE avec Maurice Picollet

Gare de Lyon, 9 h 7 pour arrêt en forêt. Rocher Canon. Possibilité d'essai d'escalade. Retour de Bois-le-Roi : 18 h 48. 20 km. **F**

• BONJOUR L'AUTOMNE avec Michel Charriau

Gare de Lyon, 8 h 27 pour Fontainebleau. Retour de Melun : 17 h 30. 23 km. **M**

• RANDO MUSÉES DE BARBIZON avec Louis Travers

Gare de Lyon, 8 h 27 pour Bois-le-Roi (A-R). Rocher Canon, Cuvier Châtillon, Camp de Chailly. Retour : 18 h. 20 km. **M**

• RANDO avec Martine Cante

Gare de Lyon, 9 h 6 pour Fontainebleau (arrêt en forêt). Butte Saint-Louis, mont Saint-Germain. Retour de Bois-le-Roi : 17 h 30. 20 km. **M**

• RIVES DE SEINE avec Bernadette Parmain

Gare de Lyon, 9 h 6 pour Bois-le-Roi. Découverte des rives de la Seine. Retour libre. 12 km. **M+**

■ RANDO-ESCALADE avec Doug Evans et Deke Dusinger

Gare de Lyon, 9 h 6 pour Bois-le-Roi. Retour Paris : 18 h 44. Rocher Canon.

■ SKI DE FOND SUR ROULETTES

Avec Dominique Rousseau et Emmanuel Klein

Transport : libre - Niveau : démonstration des gestes de base - 20 places

■ VIA CORDATA avec le Spéléo Club de Paris et le Groupe Seniors

Bonne participation à la compétition d'escalade au gymnase Mouchotte

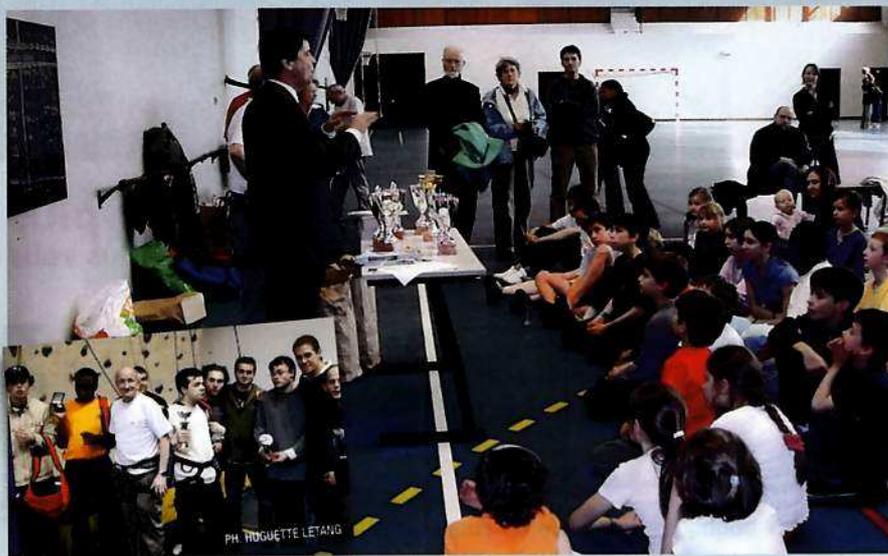
Comme tous les ans, une compétition était organisée au gymnase Mouchotte, Paris XIV^e, le mercredi 9 mai de 14 h à 18 h, à l'intention de jeunes valides et handicapés.

Les participants invités étaient les mêmes que l'année précédente :

- FORJA, centre éducatif pour aveugles et déficients visuels,
- OMS du XIV^e,
- Club Alpin Français Ile-de-France,
- Club Armorique,
- Autisme Avenir.

François Denis, président de l'OMS XIV, était présent et a pris part à la remise des coupes et des médailles à la fin de l'épreuve. François Henrion, président du Club Alpin Français Ile-de-France, était également présent.

Nous tenons à remercier tout particulièrement M. Pascal Cherki, conseiller de Paris chargé de la Jeunesse et des Sports, pour les nombreuses récompenses qu'il a mises à la disposition des lauréats. Carine Petit, adjointe du



XIV^e, a soutenu cette initiative. Les coupes étaient offertes par la Mairie de Paris, l'OMS XIV et le C.A.F. IdF. Une bonne cinquantaine de jeunes ont participé à cette compétition. Je tiens à

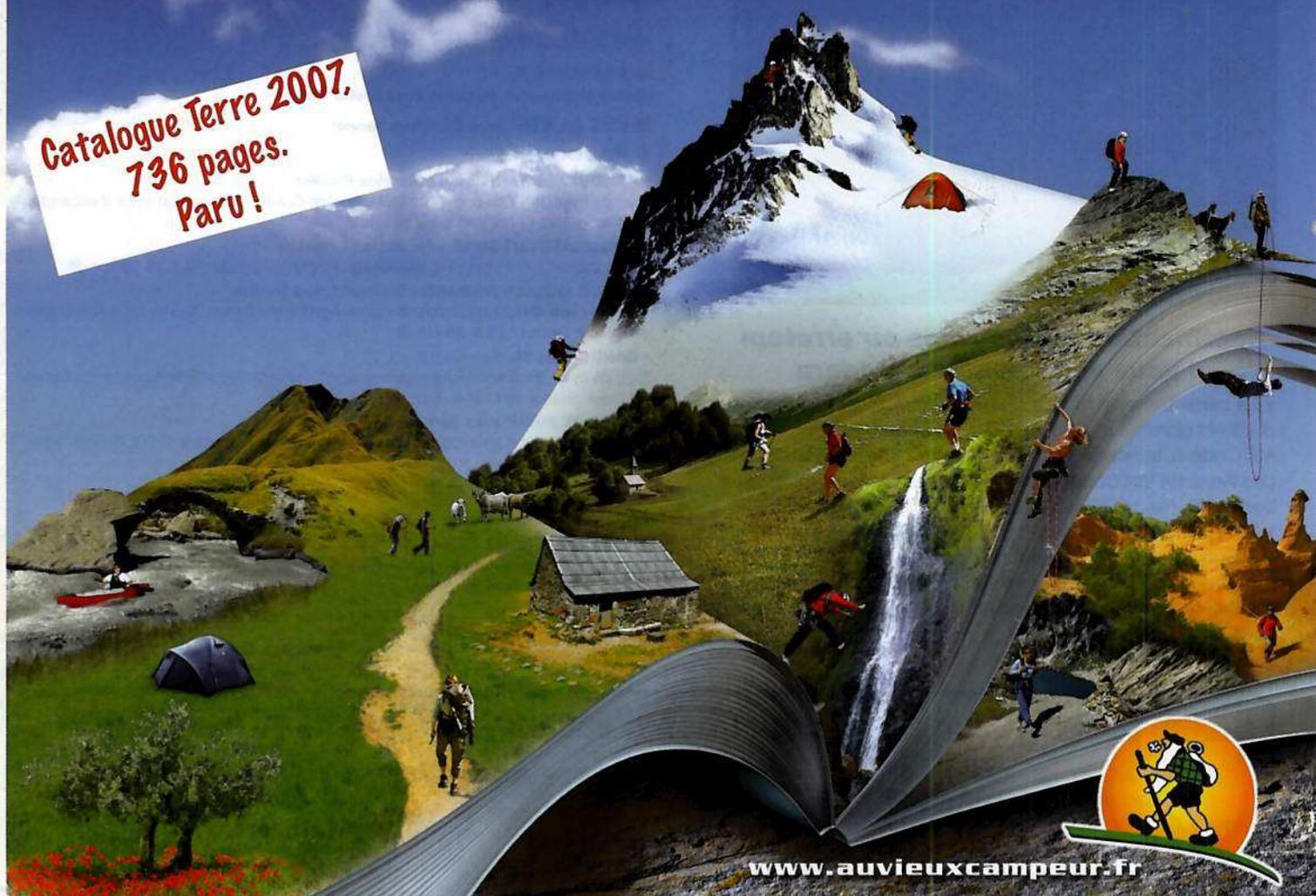
remercier les seniors du Club Alpin Français qui se sont occupés de l'arbitrage, ainsi que tous ceux qui ont pris part à l'organisation du buffet.
Christian Bonnet

TERRE 2007

Au Vieux Campeur

L'enseigne symbole de la Montagne... et du choix !

Catalogue Terre 2007,
736 pages.
Paru !



www.auvieuxcampeur.fr

Nous garantissons nos prix au plus bas du marché !
Si vous trouvez moins cher ailleurs en France, Nous vous remboursons la différence.

PARIS Quartier Latin

Un village de 26 boutiques autour du 48 rue des Ecoles

LYON

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

TOULOUSE Labège

23 rue de Sienna

STRASBOURG Centre-Kléber

32 rue du 22 novembre.

THONON-les-Bains

48 avenue de Genève, en Haute Savoie

SALLANCHES

925 route du Fayet, en Haute Savoie

ALBERTVILLE

Zone du Chiriac 10 rue Ambroise Croizat, en Savoie



www.auvieuxcampeur.fr