



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

# PARIS

## Chamonix

TREKKING

**Patagonia  
Magica**

SKI DE MONTAGNE

**Disgrazia  
et Bèrgell**

SKI NORDIQUE

**Sur les « loipe »  
de Haute Engadine**

OCTOBRE-NOVEMBRE 2007 / N° 188

5 € / ISSN 1269-4339

[www.clubalpin-idf.com](http://www.clubalpin-idf.com)

## Agenda

→ Mercredi 3 octobre à 19 h 30

### Soirée Accueil des nouveaux adhérents

Ouverte aux personnes intéressées par les activités du Club  
Maison des Associations du 14<sup>e</sup> - 22, rue Deparcieux  
75014 Paris - Métro : Raspail

→ Dimanche 21 octobre

### Rando Dolpo

Inscription obligatoire au Club. Voir page 19

→ Jeudi 15 novembre à 19 h 30

### Soirée de lancement des activités hivernales

avec la plupart des animateurs du Ski de montagne,  
du Ski nordique et de la Raquette

92 bis, bd du Montparnasse - 75014 Paris  
Métro : Montparnasse-Bienvenue



## Foire aux matériels de montagne

**Samedi 24 novembre**  
dans les locaux du Club  
12, rue Boissonade - Paris 14<sup>e</sup> - de 11 h à 17 h

**Ski, raquettes, alpinisme, escalade, randonnée pédestre, VTT**

- Achetez et vendez du matériel de montagne : chaussures, chaussons d'escalade, sacs à dos, tentes, duvets, piolets, crampons, raquettes, skis, cartes, vêtements non démodés et propres.
- Prix raisonnables
- Déposez le matériel à vendre : jeudi 22 novembre et vendredi 23 novembre de 16 h à 20 h
- Aucun dépôt ne sera accepté le jour de la vente.

## Le Coin des Webmasters

[www.clubalpin-idf.com](http://www.clubalpin-idf.com)

L'Espace Membre vous donne de nouvelles possibilités :

### Sortie avec l'accord de l'encadrant

Le processus est maintenant informatisé pour une plus grande souplesse et une plus grande réactivité. Quand vous voulez participer à une sortie soumise à l'accord de l'organisateur, rendez-vous dans le détail de la sortie du programme de l'Espace Membre. Puis cliquez sur la ligne « Accord de l'organisateur : faire une demande ». Saisissez ensuite un texte de motivation qui permettra à l'organisateur de prendre sa décision. Une fois que vous avez validé votre texte, l'organisateur est prévenu de votre demande. A votre tour, vous recevrez un mail quand l'organisateur aura répondu à votre demande.



### Bulletin d'inscription en ligne

Changez vos habitudes ! Dans l'Espace Membre depuis le détail d'une sortie du programme des activités, vous pouvez remplir le bulletin d'inscription en ligne. Vous passerez par différentes étapes avant d'imprimer le bulletin. Il ne vous restera plus qu'à le déposer ou à l'envoyer au Club avec votre règlement. Cette méthode est plus pratique et plus rapide que de remplir votre bulletin sur papier et vous évitera de répéter les mêmes informations. Alors n'hésitez plus.

À bientôt sur [www.clubalpin-idf.com](http://www.clubalpin-idf.com)



## Club Alpin Français Île-de-France

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

12, rue Boissonade - 75014 Paris - Métro : Port-Royal, Raspail, Vavin  
Adresse postale : 5, rue Campagne-Première - 75014 Paris

• Tél. + répondeur : 01 42 18 20 00 - Télécopie : 01 42 18 19 29  
• Site web : [www.clubalpin-idf.com](http://www.clubalpin-idf.com) - Courriel : [accueil@clubalpin-idf.com](mailto: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 Alpains et de Montagne (FFCAM). Celle-ci bénéficie de l'Agrément Tourisme n° AG 075.95.0054, ce qui autorise tout club affilié à proposer à ses membres et à réaliser avec eux, dans le respect des dispositions de la loi du 13 juillet 1992 et du décret du 15 juin 1994, des voyages et des séjours collectifs à caractère sportif ou sportif et culturel. Garantie financière : fonds mutuel de solidarité de l'UNAT. Assurance Responsabilité Civile souscrite auprès de la compagnie Commercial Union Assurance.

**Le secrétariat du Club sera fermé du jeudi 1<sup>er</sup> au lundi 5 novembre inclus**

## 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 Trekking

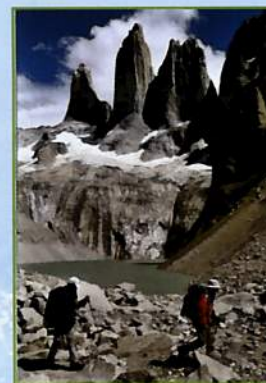


PHOTO GILLES CALDOR

## Sommaire

En couverture :  
Torres del Paine  
(Patagonie)

Photo :  
Gilles Caldor



Paris-Chamonix  
n° 188 - Octobre-Novembre 2007

## 10 Ski nordique



PHOTO SERGE MOURARET

En Suisse, sur les «loïpe» de Haute Engadine  
par Serge Mouraret

## 13 La Chronique des Livres

Serge Mouraret

## 14 Ski de montagne

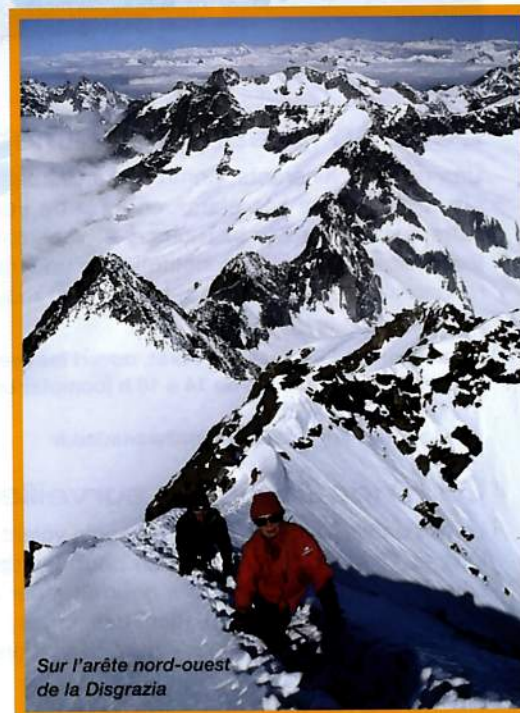


PHOTO FRANÇOIS RENARD

Disgrazia et Bergell  
par François Renard

Directeur de la publication : François Henrion  
Responsable de la rédaction : Monique Rebiffé  
Secrétaire de rédaction : Michel Simon  
Comité de rédaction : Pierre Bontemps, Gilles Caldor, Martine Cante, Gérard de Couyssy, Hélène Denis, Annick et Serge Mouraret, Bernadette Parmain, François Renard, Oleg Sokolsky  
Administration : Club Alpin Français d'Ile-de-France  
12, rue Boissonnade - 75014 Paris  
Abonnement : Membres du C.A.F. IdF : 15 euros  
pour 6 numéros : Non membres : 28 euros  
Réalisation : Imprimerie Causses & Cévenne  
12100 Saint-Georges-de-Luzençon  
Contact Ile-de-France : 01 41 72 17 21

Dépôt légal : septembre 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

## 17 Activités des Clubs Alpains d'Île-de-France



PHOTO MOURARET

## Qu'il est beau le viaduc de Millau !

C'est un incontournable détour si vous passez en Aveyron : dessus, c'est pour la photo des haubans dressés vers le ciel et dessous pour les informations techniques (compter une bonne heure à l'aire sud). A pied, c'est pour mieux voir et encore photographier la belle esthétique. Le viaduc s'intègre facilement dans une randonnée : il enjambe le Tarn non loin de ses gorges, joignant le causse du Larzac au sud à celui du Sauveterre au nord. En outre, le circuit n° 39 de l'Aveyron à pied (réf. D012 FFR) vous y conduit en 11,5 km, grâce au GR 71D par le cirque du Boundoulaou et un sentier PR qui boucle.



PHOTO MAISON DU BORNAGE

## L'eau en forêt de Fontainebleau

Une péniche itinérante, nommée *La Clématite* présente « l'eau dans tous ses états » en forêt de Fontainebleau, entre Samois-sur-Seine, Thomery et Veneux-les-Sablons. Exposition, jeux et reconstitution d'une mare platière racontent l'histoire de l'eau, les bons et mauvais gestes pour une bonne utilisation.

Maison de l'Eau et de la Forêt, ouvert les mercredi, samedi et dimanche de 14 à 18 h (compter une heure).  
Tél. 01 60 70 89 53  
Courriel : laforetautrement@wanadoo.fr

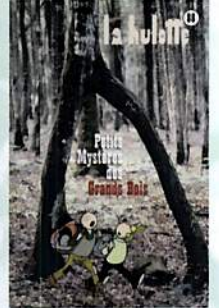
## Un dirigeable pour surveiller Paris

Le dirigeable Zeppelin NT est un engin volant de 75 m de long et 17 m de diamètre, utilisé pour des opérations de sûreté et de sécurité, mais il pourrait jouer un rôle non négligeable dans l'observation des crues, la pollution automobile ou les rejets industriels. Ses différentes camé-

ras lui permettent de prendre des images jour et nuit et de les retransmettre en temps réel. Très faible consommateur de kérosène et avec une autonomie de 24 heures en vol, il est plus pratique que l'avion, peut soulever des charges pesant jusqu'à 1,9 tonne et identifier la plaque d'un véhicule à 40 km ! Selon *Ile-de-France Environnement/Liaisons* novembre 2006.

## Petits mystères des grands bois

« Finies les ennuyeuses balades d'hiver en forêt » annonce *La Hulotte* dans son n° 88 : un petit guide de 44 pages bourré de dessins pour partir à la chasse de tous les extravagants habitants-arbres de la forêt. De quoi transformer la plus morne des balades en une sortie excitante où toute la famille rivalise de curiosité. Ensuite, on ne regarde plus les arbres de la même façon.



La Hulotte, *Petits mystères des Grands Bois*  
08240 Boulton-aux-Bois - Tél. 03 24 30 01 30  
Site : [www.lahulotte.fr](http://www.lahulotte.fr) (5,50 €, port compris)

## Lu pour vous

**11 000 conteneurs de déchets** ont été transportés par voie fluviale en 2006, soit 17 % du trafic total sur les voies d'eau franciliennes. Une augmentation est prévue après la future mise en service du centre de tri d'Issy-les-Moulineaux (92). *Revue Ile-de-France*, avril-mai 2007.

**190 espèces d'oiseaux** fréquentent les 400 parcs et jardins de Paris, parmi lesquelles 75 s'arrêtent pour y nicher. *Revue Ile-de-France*, avril-mai 2007

**Convention sur la diversité biologique** établie à Rio de Janeiro en juin 1992. 188 pays sont signataires : on peut avoir le texte de cette convention sur [www.biodiv.org](http://www.biodiv.org)

## Désertification

2006 a marqué le dixième anniversaire de la Convention des Nations Unies sur la lutte contre la désertification. Fléaux affectant les cultures, le bétail et les habitats, les déserts couvrent maintenant 28 % de la surface de la Terre. Si rien ne change, dans 25 ans, deux milliards d'êtres humains seront touchés, dont la subsistance dépend directement des ressources naturelles. *L'Ami de la nature*, n° 132, décembre 2006.

PHOTO MOURARET



Le désert de Namibie, un des plus vieux du monde, poursuit son extension.

Annick Mouraret

# L'Écho des Sentiers et de l'Environnement

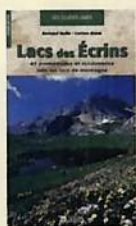
« Si l'abeille disparaissait de la surface du globe, l'homme n'aurait plus que quatre années à vivre ; plus d'abeille, plus de pollinisation, plus d'herbe, plus d'animaux, plus d'hommes. »

Albert Einstein

## TOPOS... CARTES... GUIDES...

## ■ Nouveautés

**Lacs des Écrins**, Bertrand Bodin et Corinne Bruno, guides Libris, 1<sup>re</sup> éd. 6/2007



67 promenades et randonnées vers les lacs de montagne. La région des Écrins est vaste, ici les itinéraires se répartissent de Bourg-d'Oisans à Embrun ; les lacs y sont nombreux, dont certains aux noms peu familiers indiquent qu'il reste des découvertes à faire. La plupart sont accessibles à tous, variables en dénivellée et souvent réalisables à la demi-journée.

**Au cœur des monts d'Ardèche**, FFR réf. 702, 1<sup>re</sup> éd. 6/2007



C'est le GRP de la Haute Cévenne d'Ardèche, réalisable en 4-5 jours (76 km) qui permet à la fois la remontée de vallées sauvages et la découverte de succs volcaniques sur le plateau ardéchois (pas sur tout le plateau car cet itinéraire n'empiète pas sur le tour Mézenc/Gerbier-de-Jonc). L'intérêt est d'y accéder par ses flancs sud, creusés par des rivières encaissées : la Bourges, la Volane, la Bésorgues, là où sont décrites 4 boucles de week-end complémentaires pour mieux connaître cette attachante cévenne (vieux chemins, chèvres, ruisseaux et canaux dans les prairies, châtaignes...). Il n'y a pas que Jean Ferrat qui dit que cette montagne est belle !

**Les Calanques à pied**, FFR, réf. P132, 1<sup>re</sup> éd. 4/2007



28 PR, de Marseille à Cassis, dont 6 demandent de 4 h 30 à 6 h : tour du mont Puget, tour du massif de Marseilleveyre, sommet de l'Homme-mort, falaises du Devenson et traversée Cassis-Luminy/Luminy-Marseille. *Quid* du GR 98-51 qui a tant fait connaître les Calanques ? Il n'est plus décrit, mais il est toujours balisé et plusieurs PR se greffent sur lui, ce qui fait l'intérêt de ce topo. À savoir : les grimpeurs disposent du topo de la FFME sur les Calanques, mais il faut être prudent dans ce massif splendide et fragile. Attention donc au vent, aux feux potentiels et aux sentiers escarpés dont certains passages ont pu être déséquipés.

**La montagne Sainte-Victoire à pied**, FFR, réf. P131, 1<sup>re</sup> éd. 12/2006



28 itinéraires, dont seulement un tiers sont faciles car, même courts, ils sont en terrain accidenté. La Croix de Provence, par exemple, qui fait l'objet de 5 circuits avec escalade. Les rédacteurs du topo sont des spécialistes et font explorer l'intégralité du massif. Un regret cependant : le GR 9, emprunté et décrit dans les divers itinéraires, ne figure pas sur la carte générale... alors même que le topo *Massifs provençaux* (Sainte-Victoire, Sainte-Baume, Maures, Calanques) n'est plus édité. Rappel : c'est un massif fragile, d'accès réglementé. S'informer sur [www.grandsitesaintevictoire.com](http://www.grandsitesaintevictoire.com)

**Le Haut Bugéy à pied**, FFR, réf. P011, 1<sup>re</sup> éd. 4/2007

24 PR au sud du massif jurassien ; le Haut Bugéy est un pays de moyenne montagne (entre 500 et 1000 m d'altitude), c'est vert entre plateaux, cluses, lacs et rivières. C'est varié et parfois même avec de la dénivellée.

(A signaler qu'il existe par ailleurs un tour du Bugéy décrit à pied en quatre à huit jours de marche, VTT et équestre : s'informer auprès du Pays d'accueil du Bugéy, BP 77, 01302 Belley Cedex - Tél. 04 79 81 40 82 ou au Comité Départemental du Tourisme - Tél. 04 74 32 31 30)

## ■ Rééditions

**L'Hérault à pied**, FFR, 3<sup>e</sup> éd., 3/2007

54 PR (40 auparavant), du Haut Languedoc à la Méditerranée : de la mer au pied de l'Aigoual, des monts de Lacaune et dans le Caroux, c'est un département contrasté.

**Le Loiret à pied**, FFR, 3<sup>e</sup> éd. 2/2007

45 PR, situées pour la plupart non loin de l'eau : le Loing, l'Essonne, la Loire et leurs canaux.

**Poitiers et ses environs à pied**, FFR, 2<sup>e</sup> éd., 5/2007

23 PR, au lieu de 19 auparavant.

## ■ Cartes IGN

• **La Carte à la carte** : ce nouveau service de l'IGN est désormais disponible sur [www.ign.fr](http://www.ign.fr). À partir d'un fond au 1/25000<sup>e</sup>, le client choisit la zone qu'il désire. Il peut ensuite personnaliser le titre, sa présentation pliée ou à plat. Commandée et payée sur le site, la carte est imprimée et envoyée en quelques jours. C'est la solution aux découpages parfois mal placées des cartes habituelles.

• **Escalade en France** : l'IGN et la FFME se sont associés pour réaliser la nouvelle édition de la carte 909 au 1/1 000 000<sup>e</sup> : blocs, falaises, via ferrata, terrains d'aventure, recommandations et informations pratiques.

• **Itinéraires de grande randonnée en France (IGN)** : réédition de la carte 903. La France au 1/1 000 000<sup>e</sup> avec tous les itinéraires de grande randonnée et de pays en surcharge. Gros plan sur les GR de la région parisienne.



• **La France de Vauban (IGN)** : 1<sup>re</sup> éd. de la carte 923. Avec ses forteresses, ses citadelles, Vauban a façonné plusieurs villes et paysages de France. Ces œuvres d'art jalonnent certains itinéraires de randonnée (Franche-Comté, Vosges, Hautes-Alpes, Alpes-de-Haute-Provence, Pyrénées-Orientales...) et se visitent. Toutes figurent sur la nouvelle carte 923 au 1/1 000 000<sup>e</sup>.

## ■ Cartes et guides Grand Air

Éditions Libris / Didier Richard

• **Écrins et Grandes Rousses-Cercès-Clarée** : réédition de la carte au 1/60 000<sup>e</sup>, n° 5, randonnée et patrimoine, avec en plus la photo aérienne du massif au verso et dans le cartoguide le guide avec 196 itinéraires de randonnée pédestre.

• **Vercors** : réédition de la carte au 1/60 000<sup>e</sup> n° 10 : en plus de l'actualisation, photo aérienne du massif au verso.

## AGENDA

8-14 OCTOBRE

Fête de la Science - [www.fetedelascience-idf.fr](http://www.fetedelascience-idf.fr)

31 OCTOBRE AU 4 NOVEMBRE

23<sup>e</sup> Festival du film ornithologique à Ménigoute

Mainate, BP 5, 79340 Ménigoute - [www.menigoute-festival.org](http://www.menigoute-festival.org)  
Tél. 05 49 69 90 09 -

21-27 NOVEMBRE

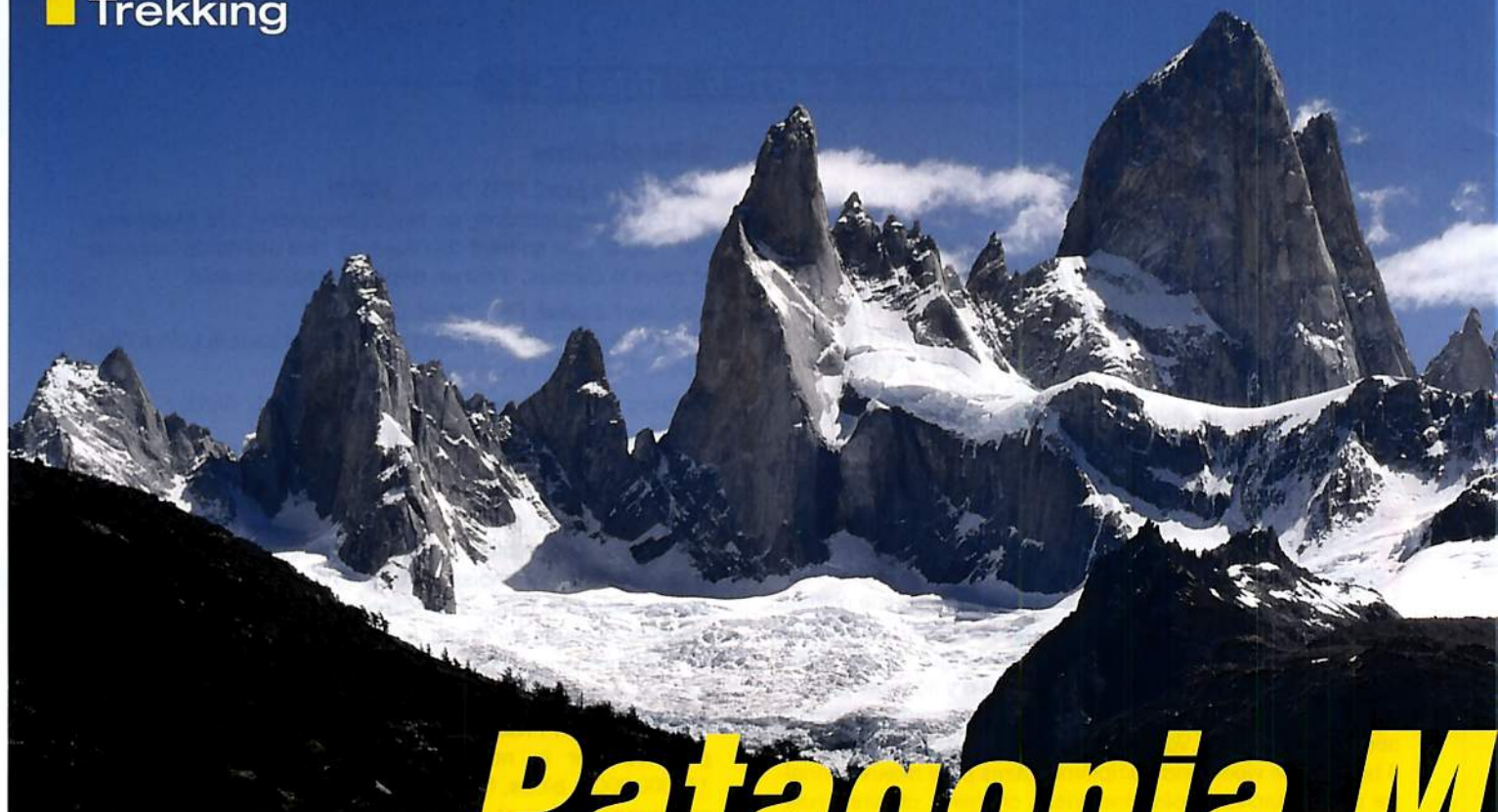
Festival international du film d'environnement

Cinéma La Pagode, 57 bis rue de Babylone, 75007 Paris  
[www.festivalenvironnement.com](http://www.festivalenvironnement.com) - Gratuit

24-25 NOVEMBRE

31<sup>e</sup> Bourse internationale des minéraux et fossiles

À Jouy-en-Josas (Yvelines), salle du Vieux Marché, 10 h à 19 h.  
Tél. 01 39 56 12 26



# Patagonia M

Textes et photos

**Gilles Caldor**

*La troisième réserve d'eau douce de la planète, après les pôles et le Groenland, se trouve en Patagonie. Elle est constituée par deux calottes glaciaires : le Campo Hielo Norte et l'immense Campo Hielo Sur qui couvre une superficie de 13 000 km<sup>2</sup> sur une longueur de 350 km du nord au sud. Le Chili possède 80 % de la superficie de cet « inlandsis », et du fait de cette barrière naturelle, ne dispose pas de route propre sur son territoire pour rallier sa grande ville du sud, Punta Arenas ; le passage par l'Argentine est obligatoire. Le Campo Hielo Sur se divise en 48 langues glaciaires dont la largeur peut atteindre dix kilomètres.*

Après s'être frottés aux altitudes extrêmes himalayennes, les meilleurs grimpeurs viennent s'offrir « le grand frisson » dans les *big walls* patagons, avec des vents d'une intensité qu'ils n'auront probablement pas l'occasion de connaître ailleurs. Pour eux, la Patagonie est restée une terre d'aventure, mais hélas plus pour les trekkers. Hormis Ushuaïa rendu célèbre par « l'autre Nicolas » par le biais de son émission à succès, l'autre grand pôle touristique pour la Patagonie argentine est le Fitz Roy et, pour la Patagonie chilienne, les Torres del Paine.

## À la mode

Sans parler de tourisme de masse dans cette contrée au climat ingrat (quand il ne pleut pas, il vente, et souvent les deux à la fois !), on peut dire que la Patagonie est à la mode. Un bel aéroport a été reconstruit pour desservir El Calafate, petite ville bâtie au milieu d'un immense désert de steppe. À raison de plusieurs vols par jour, il draine des touristes venus du monde entier ; pour l'instant ces derniers sont éduqués, plutôt écolos, mais pour combien de temps encore ?

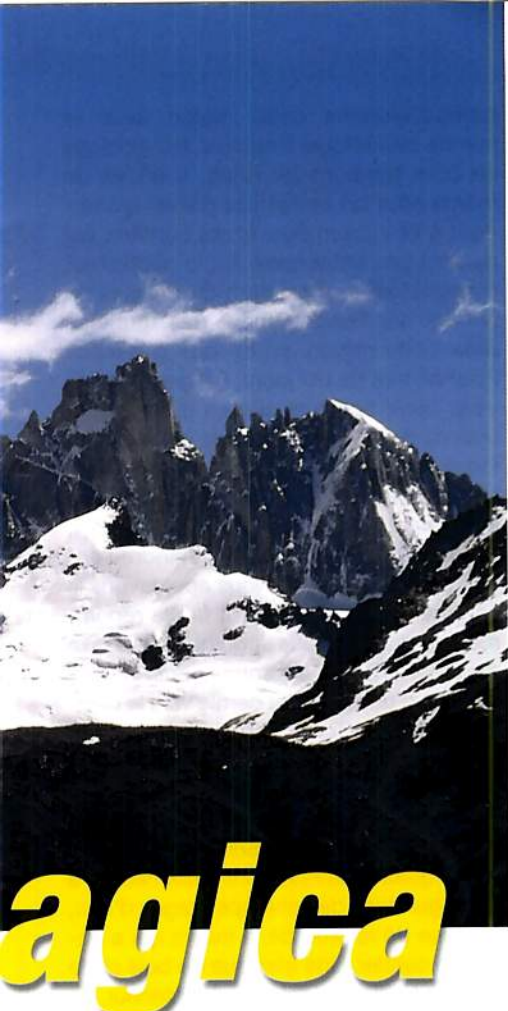
El Calafate est le camp de base du Fitz Roy, et El Chalten le camp de base avancé. Vision de Fort Alamo que celle du petit village d'El Chalten, lorsque nous arrivons ce 8 janvier. Le vent souffle en tempête, et comme aucune rue n'est asphaltée, le déplacement des Peugeot 504 reliftées *made in Argentina* et autres Renault 12 antiques, occasionnent des

nuages de poussières. Les maisons, tantôt en bois, tantôt en ciment, sont disséminées sur plusieurs km<sup>2</sup> et ne font pas l'objet de beaucoup d'attention. Les touristes-trekkers, nombreux, se terrent dans les bistrotts, restaurants ou commerces pour s'exposer le moins possible au déluge. Malgré cette apparence de tiers-monde, le village est on ne peut plus prospère. Je passe une heure et demie à trouver un logement pour le groupe ; la vingtaine d'*hostels* (auberges de jeunesse privées) est prise d'assaut ; je suis obligé de répartir notre groupe de 11 personnes dans deux lieux différents.

En plus des tarifs prohibitifs pratiqués par les hôteliers et transporteurs (sachant que le litre de gasole est à 0,30 € !), les autorités suivant la mode américaine, surréglementent l'accès à leurs Parcs nationaux. Pas de camping en dehors des rares emplacements officiels, plus de mules ou chevaux pour transporter des bagages (désormais réservés à l'avitaillement des refuges), obligation de prendre un guide si le groupe atteint une certaine importance (notion subjective...), pas de feux, etc. Nous serons donc amenés à limiter les bivouacs. Mais on est encore autorisé à faire des photos, alors on va en profiter !

## Peu d'espoir

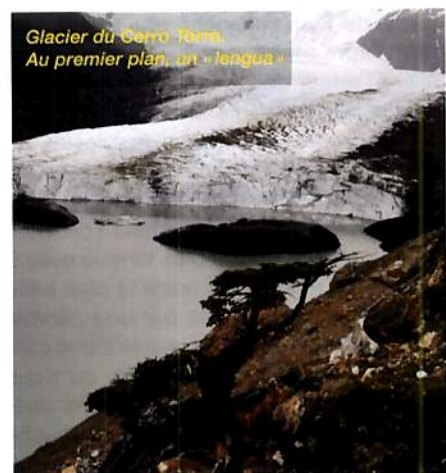
Le lendemain, nous attaquons le premier objectif, le Mirador Maestri qui devrait nous permettre d'observer le Cerro Torre. Le Cerro Torre peut concourir pour le titre de plus belle montagne du monde. C'est



# agica

une aiguille granitique de 3102 m, cha-  
peauté de glace, dont 1500 m de verti-  
calité absolue. À ses pied, un immense  
cube taillé à la serpe et recouvert d'un  
névé.

Dès notre départ d'El Chalten, le temps  
peu engageant nous laisse peu d'espoir  
quant à son observation. Comme toujours  
pour ce genre de destination peu acces-  
sible, les jours sont comptés et on dis-  
pose de peu de marge pour reporter des  
étapes. Nous monterons donc quand  
même, souvent sous la pluie à l'aller, avec  
quelques rayons de soleil sur le retour, et  
une étape au camp Agostini situé en  
contrebas du Lago Torre, avant d'arriver  
au bivouac Maestri en quatre heures.  
Nous aurions dû voir le Cerro Torre face à  
nous, il n'en fut rien. Toutefois les *lenguas*,  
petits arbres très âgés, aux branches tor-



Glacier du Cerro Torre.  
Au premier plan, un « *lengua* »

turées ressemblant étrangement à des  
bonzaïs, sur fond de glacier finissant dans  
le lac, nous permettent quelques clichés  
intéressants.

### À prix d'or

Pour les quatre jours à venir, je loue les  
services de deux porteurs pour transpor-  
ter les tentes et duvets de mon groupe.  
Pour arriver à notre première étape, Los  
Troncos, unique refuge du secteur, les 17  
premiers kilomètres de piste seront faits  
à prix d'or en minibus. Effet venturi résult-  
ant de l'étroitesse de la vallée à cet en-  
droit, le vent est un véritable ouragan  
lorsque l'on quitte le véhicule. Il se cal-  
mera durant les deux heures de marche  
sur un petit sentier à l'apparence peu fré-  
quentée qui suit le Rio Electrico, avant  
d'arriver au refuge.

L'Argentine, comme le Brésil, est morce-  
lée en territoires appartenant à de grands  
propriétaires terriens. En l'occurrence, ce  
refuge situé en dehors du Parc national  
appartient à l'un d'entre eux, qui possède  
aussi quelques montagnes et glaciers...  
C'est une petite cabane en bois, similaire  
aux refuges que l'on trouvera au Chili.  
Nous logerons sous nos tentes, mais  
prendrons les repas servis par la tenan-  
cière des lieux. Malgré la météo qui ne  
nous fera pas de cadeaux, il y a foule.  
L'enclos a du mal à contenir le chapelet  
de tentes multicolores, et il y a la queue  
pour la douche chaude !

Nous sommes au pied du versant ouest  
du Cerro Fitz Roy, point culminant du  
massif à 3405 m. Le lendemain matin sera  
consacré à monter sous la pluie au pied  
du petit glacier du Cerro Electrico, balcon  
du Fitz Roy, puis à en redescendre.  
L'après-midi, nous irons au pied du gla-  
cier des Polonais, en passant par le vaste  
Lago Electrico. Ce lac est le point de dé-  
part du tour du Fitz Roy qui débute par le  
glacier Marconi, pour finir par le glacier  
Torre. Cette mini-expédition s'effectue en  
plusieurs jours avec l'aide de lugas (pul-

kas) à tirer. Les abords du lac étant parti-  
culièrement tourmentés, cette expé im-  
pose au préalable un portage de ce  
matériel assez exténuant.

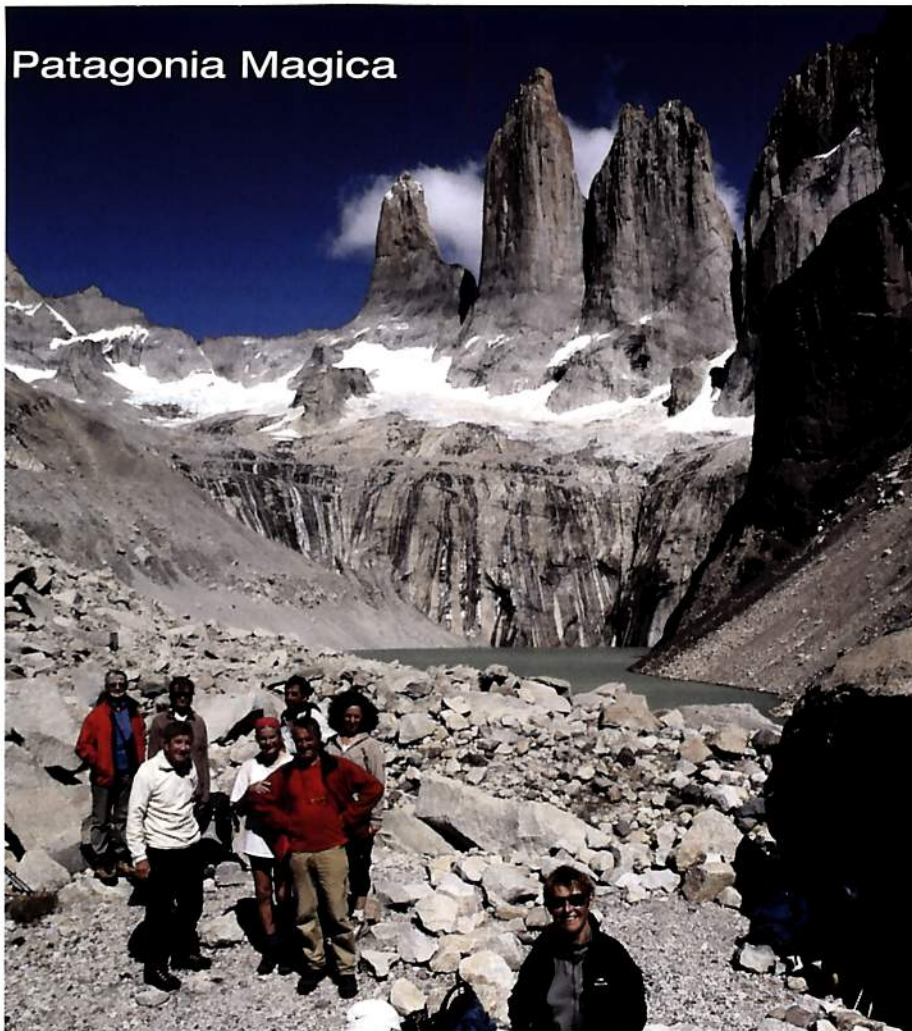
Le jour 3 nous gratifiera d'un temps en-  
core désastreux avec vent et pluie, mais  
sans froid, car le thermomètre descendra  
rarement en dessous de 10°. Nous mon-  
terons en 4 heures au camp Poincenot.

### Majestueuse Poincenot

Au jour 4, saint météo a enfin pitié de  
nous ! C'est la première journée de vrai  
beau temps. Du camp, nous apercevons  
les extraordinaires aiguilles de la chaîne  
du Fitz Roy, dont la plus majestueuse :  
l'aiguille Poincenot, 3002 m, du nom du  
Français qui conquit le Fitz Roy en 1952.  
Nous monterons au Lago de Los Tres, le  
plus beau belvédère du massif, situé au  
pied de ces incroyables tours. De là, l'as-  
cension d'une bosse excentrée nous per-  
mettra d'avoir une vue plongeante sur le  
beau Lago Sucia entouré de falaises, des-  
quelles plongent d'innombrables casca-  
des provenant du glacier de Rio Blanco.  
Ce temps providentiel a inspiré nombre  
de promeneurs venus d'El Chalten ; à la  
descente, nous croiserons un défilé qua-  
siment ininterrompu. Nous opérons pour  
une nouvelle tentative au belvédère du  
Cerro Torre, avant de revenir à El Chalten ;  
cela ne nous rallongera que de 2 heures.  
Après le démontage des tentes, confiées  
à nos porteurs, nous partons pour le beau  
lac Capri qui, abrité du vent omniprésent,  
inspire des baigneuses ! Arrivé dans la  
vallée du Rio Fitz Roy que nous avons  
empruntée le premier jour pour accéder  
au bivouac Maestri, le Cerro Torre ne se  
dévoile pas. Malgré le temps toujours en-  
soleillé, un nuage de chapeau dû à l'effet  
de fœhn reste accroché à son sommet.  
D'ailleurs, il était écrit que le Cerro Torre  
ne voulait pas de nous ! En effet, le len-  
demain, suite à un problème de fuite d'air  
comprimé, le car nous rapatriant vers El  
Calafate s'arrêtera une première fois en



Du Lago Sucia, l'aiguille Poincenot (à droite)



Torres del Paine - De g. à dr. : Torre Sur (2850 m), Torre Central (2800 m), Torre Norte (2600 m), Cerro Nido de Convergencia (2240 m)



vue du pic ; l'Apollon, pudique comme à l'accoutumée, reste emmailloté dans sa gangue nuageuse ; le car s'arrêtera 80 km plus loin suite au même problème. Là, nous aperçûmes enfin le Cerro Torre à l'autre bout de l'immense lac Viedma, mais distance oblige, en tout petit !

## Croisière

Retour obligé à El Calafate avant de mettre le cap au sud pour le massif du Paine. La journée de repos sera mise à profit pour effectuer une jolie croisière sur le Lago Argentino. Le contour de ce lac ressemble à celui d'une pieuvre ; la tête ayant la superficie du lac Léman, les tentacules étant de profonds fjords au fond desquels se déversent les langues glaciaires provenant de la calotte du Campo Hielo Sur.

Le classique incontournable des touristes étant la visite du glacier Moreno, nous serons assurés d'y retrouver les foules d'El Calafate durant la courte navigation d'une heure. Nous choisissons donc une autre option. Une croisière de 10 heures organisée par la compagnie Fernandez Campbell au départ de Puerto Banderas (à 40 km d'El Calafate), qui nous permettra d'explorer ces fjords et de voir deux glaciers spectaculaires : le Spegazzini, assez étroit mais très tourmenté, et l'énorme Upsala. Ambiance antarctique avec ces icebergs aux formes surprenantes, de plus en plus nombreux à l'approche du

glacier. La magie des pôles est là, on s'y croirait... Ce glacier est un monstre : 60 km de longueur (du Hielo Sur jusqu'au lac), sur 7 km de large. Nous longeons la longue muraille de glace de laquelle se détache les blocs formant ces icebergs. Et là, on s'interroge sur la présence d'un tel volume de glace sous ces latitudes, sachant que la distance nous séparant de l'équateur, n'est qu'à peine supérieure à celle qui le sépare de Paris ; et nous n'avons pas d'inlandsis sur les Champs-Élysées !

## Une escale sans port

Après cet interlude de navigation polaire, cap sur la ville chilienne de Puerto Natales. Contrairement à El Calafate, celle-ci est située au bord de la mer ; certains paquebots de croisière y font escale au large, car il n'y a pas de port. C'est naturellement le point de départ pour les Torres del Paine. Le Chili est devenu le pays d'Amérique du Sud le plus riche, et



Croisière au bord du glacier Upsala

particulièrement cette région avec la manne touristique. Pourtant, les maisons en bois tombent en ruine. Il en va de même pour les routes (les pistes) qui tardent à être bitumées, et les sentiers qui ne sont pas entretenus. Ici, la priorité est d'engranger le maximum de devises en surfant sur l'engouement des touristes pour cette région, plutôt que d'investir. Pour ce trek de dix jours, j'engage à nouveau deux porteurs auprès d'une petite agence de la ville. Claudio, le jeune patron lassé de rester dans son bureau et souhaitant prendre l'air, nous accompagnera et aidera au portage.

Deux heures de bus pour atteindre l'entrée du Parc national. Nous apercevons le sommet des tours qui ont fait la renommée du massif. Nous acquittons une taxe de 30 \$ US par personne, puis courte montée d'une heure et demie vers le camping de Las Torres où l'on trouve au choix : un camping, un refuge, et deux hôtels. De là, nous opterons pour le tour du massif à l'inverse du sens horaire. Première étape : le camp Seron qui s'atteint après quatre heures, dont deux heures à patauger dans des champs gorgés d'eau, à cause de la crue de la rivière qui a envahi le sentier. Une baraque de bois et de tôles fait office de refuge ; à l'intérieur, on ne peut qu'y prendre des repas. Une cinquantaine de scouts arrivent, et ce sont quelques dizaines de petites tentes dômes multicolores qui se montent autour de la cabane. Nous tentons une balade hors sentier pour finir la journée, mais la végétation est agressive, avec piquants et « Kram Kram » qui imposeraient des bottes que nous n'avons pas. Voilà la garantie de conserver encore vierge quelque temps les terres non parcourues par les rares sentiers ! Le temps se maintient avec un ciel couvert et quelques petites apparitions du soleil.

## En forme de T

Etape suivante : Lago Dickson. Le refuge Dickson est merveilleusement situé au bord du lac, dans lequel se jette un beau glacier. Ensuite, montée au camp Los Perros. Situé dans une forêt, il est dominé par un spectaculaire glacier suspendu en forme de T, au sommet d'une falaise. Durant l'après-midi, après une balade en aller et retour de 2 h 30 sur un minuscule sentier peu emprunté se faufilant entre les arbres, nous atteindrons le glacier du Puma qui possède une superbe grotte dans laquelle on peut pénétrer.

Cette journée qui nous permettra de rallier le refuge Grey sera la plus longue avec 9 heures de marche, et aussi la plus belle de ce tour. Elle débute par une pénible montée dans la gadoue, suivie d'une cailasse jusqu'au col à 1200 m, où nous trouverons le brouillard. Et dès la descente, lorsque nous sortons de la couche nuageuse, c'est la stupeur : en contrebas,



une immensité blanche court jusqu'à l'horizon. C'est le glacier Grey. Plusieurs autres petits glaciers adjacents viennent s'y jeter en amont. Jusqu'à présent, nous avons pu découvrir ces masses glaciaires d'en bas, et pour la première fois nous avons une vue dominante, qui nous permet de constater l'absence de moraine. Sa largeur atteint 7 km, les grands glaciers du Karakoram himalayen sont battus à plate couture ! Nous le longerons durant une partie de la journée. Et c'est maintenant que cela devient fatigant, car le sentier agrippé à la pente est ponctué d'incessantes montées et descentes, avec de fréquentes traversées de torrents. L'arrivée au lac Grey marque le retour de l'afflux des touristes amenés par le bateau et débarqués au refuge, après avoir visité le glacier.

Au lac Pehoe, des pluies ininterrompues nous obligeront à perdre une journée entière. Et le lendemain, suite à ces pluies, aux crues des rivières qui en résultent, au non entretien des ouvrages rudimentaires par le Parc national (qui, il faut bien le dire, se contente essentiellement d'encaisser les droits d'entrée !), nous devons prendre le bateau qui traverse le lac Pehoe



Glacier Grey (Paine)

jusqu'aux belles chutes d'eau de Salto Grande. Ensuite, un car nous mènera jusqu'à Laguna Amarga, puis Las Torres, notre point de départ. Nous aurons été privés de la vue sur les Cuernos, ces tours massives carrées si caractéristiques de ce massif. Mais nous nous rattrapons le lendemain, avec les Torres.

**Croisière**

Le soleil est généreux pour notre avant-dernier jour. Le sentier qui suit le torrent se perd dans une caillasse désagréable avant l'apothéose de l'arrivée au lac au pied des quatre tours. Un ouragan nous y

attend. L'endroit ressemble étrangement au Fitz Roy : le cirque glaciaire dominé par les tours rigoureusement verticales, le lac avec les cascades qui s'y précipitent, et même l'orientation vers l'est, nous donnant une lumière équivalente pour les photos ! Deux grimpeurs sont dans la face de la Torre Central (2800 m), au dessus de leurs tentes de paroi, en train de défier la cotation 7... Après les journées de pluie, avec l'apparition du soleil, ils doivent braver maintenant un vent violent qui n'affecte en rien la précision de leurs gestes, ce qui donne toute la dimension des escalades en Patagonie. ■

# Visiter la Patagonie

● **COMMENT S'Y RENDRE**

1. La solution la plus économique passe par l'Argentine : jusqu'à Buenos-Aires, il y a le choix entre plusieurs compagnies. Par contre, pour bénéficier de la réduction de 50 % sur le vol intérieur (de la compagnie Austral) Buenos-Aires – El Calafate, ainsi que d'un dépassement de poids de 15 kg pour les bagages de soute, il faudra choisir le vol international avec Aérolíneas Argentinas, et faire l'impasse sur des plateaux repas de qualité et sur le respect des horaires, car cette compagnie est loin d'être exemplaire en la matière. Compter entre 1100 et 1200 € pour un A-R. Ensuite, il suffit de prendre un car de ligne pour se rendre d'El Calafate à Puerto Natales (20 à 30 € suivant la compagnie, aller simple - 5 h 30 de trajet), puis un autre car pour joindre Puerto Natales à Torres del Paine (Cie Gomez : 30 € A-R).

2. Par le Chili : choix des compagnies jusqu'à Santiago, puis vol intérieur avec Lan Chile (un cran au-dessus au niveau de la qualité, comparée à sa concurrente argentine) de Santiago à Punta Arenas ; ensuite Punta Arenas – Puerto Natales – Torres del Paine, voire Punta Arenas – Torres del Paine direct en car.

● **LES TREKS**

Dans le massif du Fitz Roy, il n'y a véritablement qu'un refuge ouvert aux trekkers : Los Troncos à Piedra del Fraile. Dans le Paine, il y en a pratiquement à chaque étape du grand tour du massif. Il ne faut pas trop compter y loger, car ils disposent de très peu de places réservées longtemps à l'avance et hors de prix. Il faut donc prévoir sa tente et son duvet. Ces emplacements de camping étant obligatoires (interdit ailleurs), une taxe de 6 € par personne est prélevée (incluant parfois une douche chaude). Pour ceux qui ne souhaitent pas transporter



Hostería Las Torres (Paine)

leur tente, deux possibilités : soit en louer une à chaque étape (11 €), soit faire appel aux services d'un porteur (50 € par jour tout compris, pour une charge de 20 kg maximum).

Deux agences (où l'on parle anglais) pour prendre un porteur ou un guide :

- à El Chaltén (Fitz Roy) : info@mountaineeringpatagonia.com
- à Puerto Natales (Paine) : agencia@verde-patagonia.cl

● **LES REPAS**

Les courageux (fauchés !) transporteront l'essentiel de la nourriture sur leur dos pendant 10 jours (avec possibilité de compléter en achetant des bricoles hors de prix dans les refuges). Pour les autres, il faut compter 35 € par jour pour une « pension completa » comprenant les trois repas (dont sandwich le midi).

● **L'HÉBERGEMENT EN VILLE**

El Calafate est devenu « la Chamonix » de la région, avec un fort afflux touristique, des boutiques huppées, quantité de restaurants, des prix élevés, et trouver un hôtel est franchement problématique en janvier et février. On est réduit à s'orienter vers des

hostels ou *hostals*, genre d'auberges de jeunesse privées, avec des chambres de 4 ou 6. J'avais réussi à trouver un sympathique petit hôtel pas trop cher, refait à neuf avec vue dégagée sur le Lago Argentino : l'hôtel Austral, qui a l'avantage d'être situé près de la gare routière... Il faut compter 40 € pour une chambre double, et 10 € pour un lit dans les hostels. Puerto Natales est restée plus authentique, l'offre en hostels y est supérieure en nombre avec plus de places disponibles, et ils s'apparentent plus à de petits hôtels pour des prix moins élevés qu'à El Calafate.

Pour les restaurants, dans les deux villes on fait un repas à partir de 4 €, et un excellent repas pour 7 € ! La restauration citadine est ainsi restée le seul secteur économiquement attractif en Patagonie, surprenant lorsque l'on découvre les étiquettes en supermarchés (prix similaires à ceux de la France)...

**Conseil important** : si on passe par le dollar pour changer des pesos argentins et chiliens (ce qui n'est pas idiot, du fait de la grande stabilité de change entre ces monnaies, et du cours réel connu de tous les commerçants et prestataires), bien prendre soin d'amener de France des billets non griffonnés ou marqués, au risque de se les voir refuser.

● **CARTES ET GUIDES**

• Nos deux librairies parisiennes spécialisées « voyages » sont bien mal achalandées sur cette destination en proposant des cartes chères et « qui ne tiennent pas la route ». Mieux vaut acheter, à El Calafate, les cartes Zagier et Urruty pour les deux massifs.

• Côté guides : Lonely Planet a sorti un spécial trekking en Patagonie, mais seulement en anglais. Dans la langue de Molière, nous avons Le petit Futé et le Guide des peuples du monde ; alors que dans le Rou-tard, la destination, intégrée aux guides Argentine et Chili, n'est que survolée.



Ski dans le Val Roseg (Engadine)

# En Suisse, sur les « loïpe » de Haute Engadine

Texte et photos  
Serge Mouraret

**A**près un parcours audacieux et quelques spirales dans la montagne, le petit train rouge des Chemins de Fer Rhétiques parti de Chur débouche dans le Val Bever et l'étincelante vallée de l'Inn dominée par le massif de la Bernina. De novembre à avril, sous un ciel le plus souvent bleu, dans l'air vif et limpide, la neige est là, poudreuse comme il le faut et comme il se doit à 1800 m. En Haute Engadine, on peut aller plus haut, mais rarement plus bas.

## Patins et curling

Il y a deux cents ans on se déplaçait vers St-Moritz pour les eaux thermales, voici un siècle c'était déjà pour bronzer et se livrer aux plaisirs du tourisme hivernal naissant, patins, curling, etc. Bien après le ski alpin et ses pistes réputées, le ski de fond est une révélation récente et maintenant un atout majeur de cette région. Plus de 210 km de pistes, entretenues avec l'irréprochable minutie suisse, se faufilent dans la large vallée de l'Inn ponctuée de lacs, dans celle où se niche Pontresina et dans quelques « Val » adjacents qui s'arrêtent sous la langue des glaciers. Pour un ski sportif ou simplement de promenade, pour le loisir tranquille ou une préparation forcenée au marathon, voici un terrain d'entraînement excellent, une vérité exprimée partout, en allemand, en italien ou en romanche.

**Après plus d'un siècle de célébrité, Saint-Moritz et Pontresina demeurent forcément synonymes de tourisme de luxe. Pourtant, il est possible de laisser le Badrutt's Palace et tous les grands hôtels aux têtes couronnées, s'il en reste, ou aux stars fortunées, les pentes du Corvatsch ou du Piz Nair aux skieurs alpins exigeants. A l'écart de tout le faste et des remontées mécaniques, autour des deux grandes stations suisses de la Haute Engadine, il y a aussi place pour le paradis du skieur de fond, fait de neige et de silence. Chaque année, les 12 000 coureurs du marathon d'Engadine viennent s'y délecter et grossir pour un jour les rangs des skieurs.**

Tous les skieurs, hôtes respectés, savoureront la trace parfaite et les délices d'un mode de vie fait de sport et de détente. Souvent, une auberge est là, non par hasard, et sa terrasse les attend tous pour quelque écart à la diététique, sévère c'est bien connu, du skieur de fond.

## D'un clocher à l'autre

Passés les petits effets de l'altitude lors des premiers efforts, il est bien vite facile de se laisser glisser sur les lacs gelés, d'un clocher à l'autre et d'un village à l'autre, Maloja, Sils, Zuoz, Zernez, etc. Tous sont remarquables avec leurs vastes maisons pleines de fantaisie, peintes et décorées : avec la technique du « sgraffito », le maçon est devenu artiste, grattant, égratignant les tons pas-

sement pour obtenir dessins, motifs héraldiques ou devises.

La remontée des vallons qui s'infiltrent dans le massif est plus ardue et souvent les clochettes d'un traîneau ou d'une calèche qui promène quelques touristes donnent la cadence. De toutes façons, quel retour grisant pour le skieur après avoir touché le glacier !

Les citoyens des Grisons se sont longtemps opposés à toute circulation automobile. Pour cela sans doute, certains recoins sont encore bien tranquilles. Cet avantage conservé pour un temps encore, le train et les cars postaux sont là où il faut pour pallier les défaillances du skieur trop ambitieux et le ramener ou plus simplement pour laisser à chacun le soin d'organiser ses raccourcis et ses étapes. \*

## Les « loïpe » d'Engadine

- **Le parcours du marathon** (42 km)

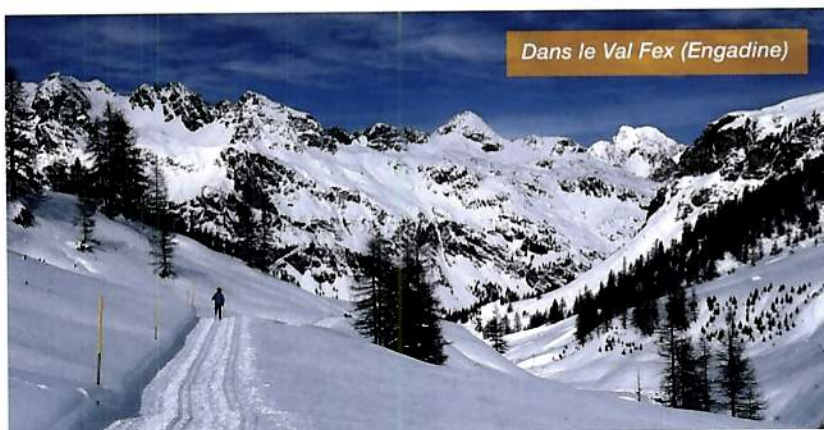
Il est facile de répéter tous les jours, en partie ou en totalité, le parcours de la course, tracé en permanence de Maloja à Zuoz. Le jour de la course, la trace traverse directement les lacs (gelés!) de Sils et Silvaplana. En temps normal, une piste suit la rive. Sur ce tracé facile qui permet de bonnes performances, le détour par Pontresina (km 22) est le seul petit accident de terrain dans un joli décor forestier. La montée après St-Moritz et la fameuse descente des « matelas » (sont-ils là pour protéger le skieur ou l'arbre?) apporte un peu de variété et de divertissement (pour les spectateurs). Après quoi, c'est à nouveau un profil tranquille jusqu'à Chamues et Zuoz.

- **Zuoz - Zernez** (14 km)

Le marathon s'arrête à Zuoz mais la piste continue sur 14 km dans la vallée de l'Inn. Quand elle se retrécit, commence une longue et agréable descente en forêt sur Zernez (1474 m). Le train permet un retour facile. Au-delà, c'est la Basse Engadine avec Scuol et d'autres pistes.

- **Val Fex** (16 km aller-retour). Trace pour style classique.

À Sils-Maria s'amorce le val Fex. Après un ressaut franchi en forêt, le skieur est dans la longue vallée dénudée. Passé le restaurant de Curtins (1960 m), la pente se raidit mais la trace continue et s'arrête à la cabane de Plaun Vadret (2070 m) face au glacier de Fex descendu de la frontière italienne.



- **Val Roseg** (16 km aller-retour). Trace pour style classique.

À partir de Pontresina, la trace du Val Roseg mène dans un vaste cirque de montagnes à la jonction des glaciers Roseg et Tschierva. De la terrasse de l'hôtel Roseggletscher à 2000 m, le regard s'attarde sur de majestueux sommets, Piz Roseg et Piz Bernina.

- **Val Bever** (8 km aller-retour)

C'est dans ce vallon, accessible de Bever, que débouche le petit train rouge venu de Chur. Il y a aussi la place pour une piste de ski qui se faufile en forêt jusqu'à Spinass (1810 m, gare et restaurant).

- **Val Morteratsch** (16 km aller-retour de Pontresina)

De Pontresina, une très belle piste remonte facilement la vallée de la rivière Bernina. À l'hôtel Morteratsch (1896 m, gare), après 6 km, le skieur s'arrête sous le verrou que franchissent seuls la route et le train de la Bernina. Belle compensation, face à l'hôtel s'ouvre le splendide val Morteratsch fermé par le Piz Bernina et le Piz Palu, l'occasion d'une petite boucle (3 km aller-retour) jusqu'au glacier (1951 m).

- **Col de la Bernina** (boucle de 12 km au départ de Bernina Suot)

Le col de la Bernina marqué par le lac Blanc et l'Ospizio Bernina (2256 m, buffet de la gare, dortoirs) est le point le plus haut accessible au skieur de fond. On rejoint facilement le lac et l'Ospizio sans piste tracée au départ de Bernina Suot (2046 m, gare) : il est possible en effet de faire à ski un trajet simple d'une gare à l'autre. C'est de Bernina Suot que part le téléphérique de la Diavolezza. Très fréquenté par les skieurs alpins, il mène aussi le simple touriste à un fabuleux belvédère à 2973 m : panorama sur les sommets du Piz Palu et sur le glacier Morteratsch à ne pas manquer.

- **Val Forno** (8 km aller-retour)

Le sauvage Val Forno s'amorce à Maloja (1815 m). Il s'agit plutôt d'une petite balade que de ski de fond car l'itinéraire n'est pas tracé jusqu'au bout. L'aventure se termine après le lac de Cavloc (1907 m) près d'une cabane, en avant du glacier de Forno. \*



### LE MARATHON D'ENGADINE

L'idée d'un marathon à ski de fond est née en 1965 mais ne se concrétise qu'en 1969 et cette première course rassemble 945 skieurs. Le succès vint très vite et ils sont maintenant 12 000 au départ sur le lac de Maloja. 80 % sont suisses et les 20 % restant correspondent à 30 nations différentes. Cette participation étrangère est bien faible pour une course aussi attrayante. Compte tenu du profil, elle est très facile et très rapide. Pour tous les skieurs, c'est l'occasion assurée d'améliorer son temps sur cette distance (record à battre, celui de Hervé Baland, vainqueur en 1994 : 1 h 16' 10" !).

Dans la vallée de l'Inn, le parcours est vraiment horizontal et seul le détour par Pontresina est l'occasion de toute la dénivelée, 130 m ! Seuls les 1800 m d'altitude, un record pour une course, peut entamer le souffle des skieurs non acclimatés. La foule des skieurs n'est en rien une gêne, vue la bonne organisation, le nombre de traces pour le style classique et la largeur damée pour les patineurs, sur les lacs gelés. Les deux « entassements » de skieurs à l'approche et à la sortie de St-Moritz sont brefs et vite oubliés.

La grande course suisse, inscrite à la Worldloppet et à l'Alpentris, rassemble 12 000 skieurs dans les deux styles, le deuxième dimanche de mars (9 mars 2008).

**Inscriptions :** Sekretariat Engadin Marathon, Haus Swisscom, CH-7503 Samedan. Tél. (0)81.850.55.55. Fax : (0)81.850.55.56 Site : [www.engadin-skimarathon.ch](http://www.engadin-skimarathon.ch). Courriel : [info@engadin-skimarathon.ch](mailto:info@engadin-skimarathon.ch) >>>



# L'Engadine pratique

● **S'INFORMER**

- À Paris : Office Suisse du Tourisme, 11 bis rue Scribe, 75009 Paris (fermé au public)  
Tél. 00 800 1002 0030.  
Courriel : info@myswitzerland.com  
Site : www.myswitzerland.com
- À St-Moritz : Office de Tourisme, CH-7500  
Tél. 081/837 37 33
- À Pontresina : Office de Tourisme, CH-7504

Pontresina. Tél. 081/842 64 88  
Site : www.pontresina.ch

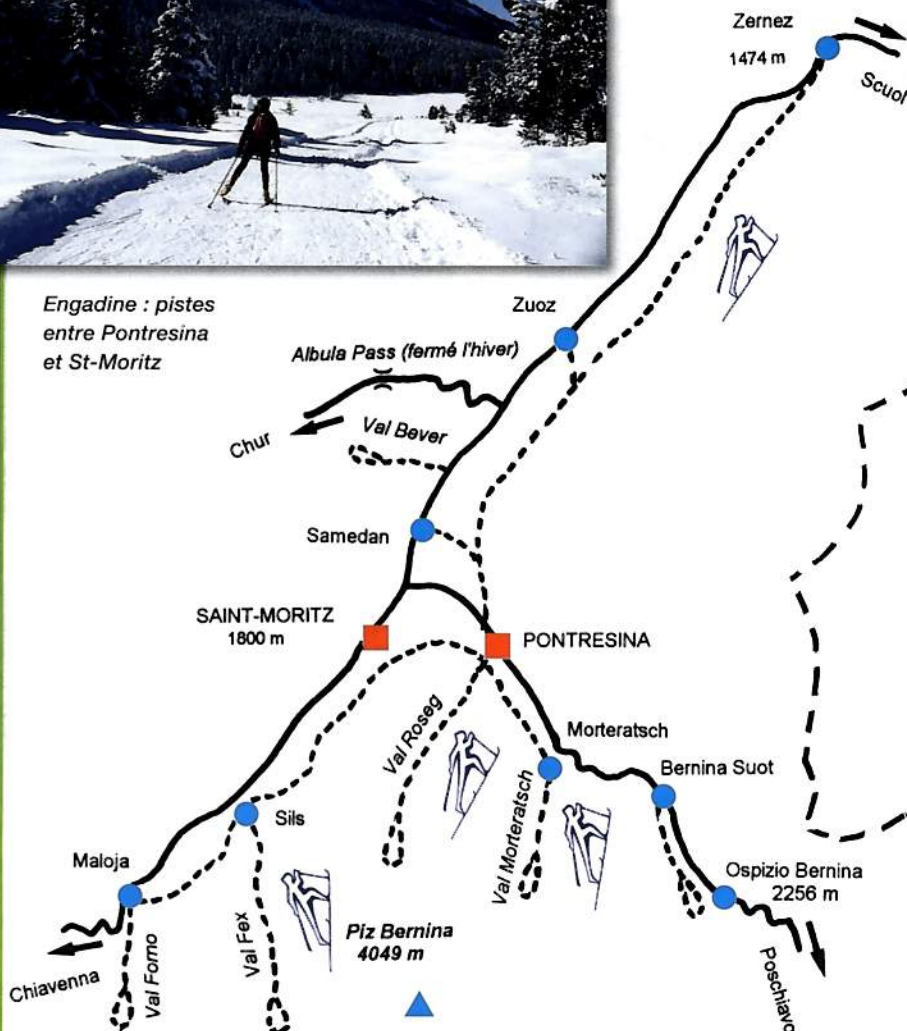
● **REJOINDRE L'ENGADINE**

L'accès chemin de fer est le plus pratique. De France, train de nuit jusqu'à Chur (Coire), puis de Chur à Samedan, St Moritz ou Pontresina. Pour les groupes, billet auprès de DB France, 47 av. de l'Opéra, 75002 Paris. Tél. 01.44.58.95.51.

Par la route, l'accès par l'Italie est conseillé : Milan, Chiavenna et Maloja Pass (l'Albula Pass est fermé l'hiver). Par Chur, transfert ferroviaire des voitures.



Engadine : pistes entre Pontresina et St-Moritz



● **CIRCULER**

Grâce à la bonne cadence des sportbus, des cars postaux, des trains de St-Moritz à Zernez et de Samedan à la Bernina, tous les recueils et déposes sont possibles, tout le domaine skiable facilement accessible. Un document récapitulatif est disponible dans toutes les gares.

● **SE LOGER**

Hormis l'hôtellerie « classique », les pensions de famille et les appartements, quelques établissements avec dortoirs et des auberges de jeunesse sont parfaitement adaptés aux séjours sportifs et plus économiques. Le lieu de séjour idéal à tous points de vues reste l'Auberge de Jeunesse de Pontresina, à 20 m de la gare et des pistes de ski !

● **Pontresina :**

Jugendherberge Tolais (Auberge de Jeunesse), CH-7504 Pontresina.  
Tél. 081/842 72 23. Fax. 081/842 70 31  
Courriel : pontresina@youthhostel.ch  
Site : www.youthhostel.ch  
130 places, 27 chambres, 2,4 et 6 lits, demi-pension, restaurant le midi. Salle de fartage, école de ski dans le bâtiment (location, matériel). Une réservation précoce est recommandée car la demande est forte.

Landgasthof Morteratsch (hôtel-restaurant avec dortoirs), CH-7504 Pontresina  
Tél. 081/842 63 13. Fax. 081/842 72 58  
Courriel : mail@morteratsch.ch  
Site : www.morteratsch.ch

● **Val Roseg :** Hôtel Roseggletscher (dortoirs), CH-7504 Pontresina. Tél. 081/842 64 45

● **Samedan :** Chalet des Amis de la Nature Cristolais. Réservations : M. Peter Florin, Via Veglia 5, CH-7503 Samedan  
Tél. (0)81.852.54.28  
30 places. Dortoirs, 4, 8 et 10 lits.

● **Maloja :** Jugendherberge (Auberge de Jeunesse), Hauptstrasse, CH-7516 Maloja  
Tél. (0)81.824 32 58. Fax : (0)81.824 35 71  
36 places, chambres 2, 6 et 8 lits.  
Courriel : maloja@youthhostel.ch  
Site : www.youthhostel.ch

● **SKIER**

Un dépliant, « Loipenkarte Engadin », est en vente à peu près partout et donne toutes les ressources de la région en pistes de ski de fond.

Pour l'état des pistes se renseigner auprès des Offices de Tourisme ou sur www.pontresina.ch. Pour la redevance ski nordique, la participation est volontaire.

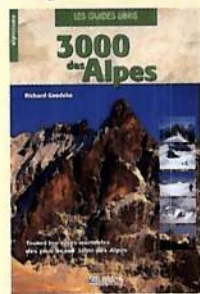
● **MÉTÉO SUISSE** (depuis la France) :

00 41 848 800 162 : prévisions à 5 jours pour toute la Suisse  
Site : www.meteosuisse.ch

Engadine : Chamues en hiver

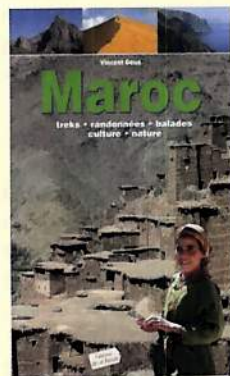


**3000 des Alpes**, Richard Goedeke,  
les guides Libris



Après les 4000, voici du même auteur les 3000 des Alpes de l'Ouest. Du Valais aux Alpes-Maritimes en passant par les massifs du Grand Paradis et du Mont-Blanc, l'ouvrage regroupe les voies normales avec variantes des 135 plus beaux sommets, des plus faciles aux plus ambitieux. Chaque fois, une fiche technique sobre et précise avec schéma donne les clés pour le choix et la préparation de l'ascension. Les sommets sont décrits par massifs, mais en fin d'ouvrage on trouve trois classements intéressants : par altitude, dénivelée et difficulté. Ainsi, parmi les plus faciles, le mont Pelat et le mont Clapier, parmi les plus difficiles, le Grand Dru et le Corno Stella. Format 13 x 19 cm, 192 pages.

**Maroc, treks, randonnées, balades, culture, nature**, Vincent Geus,  
Éditions La Boussole



Proche de la France, le Maroc offre un fascinant dépaysement. Sommets accessibles de plus de 4000 m, canyons sauvages, champs de dunes, villages traditionnels, jardins, hospitalité légendaire... Comme le veut cette collection, il s'agit de découvrir

cette richesse naturelle et culturelle par la marche à pied. La plupart des 35 randonnées sont consacrées tout logiquement à la grande chaîne montagneuse de l'Atlas, avec petits et grands itinéraires, tels la traversée du Haut Atlas et l'ascension de tous les sommets remarquables dont le Toubkal, bien sûr (4167 m). La côte encore sauvage du parc d'Hoceima au nord ou celle de l'Atlantique au sud d'Essaouira, le désert avec les ergs Chebbi et Chegaga, d'autres djebels par-ci, par-là ne sont pas oubliés et complètent parfaitement l'ouvrage. En préliminaires, géographie, géologie, flore, faune, histoire et traditions permettent de mieux comprendre et connaître le pays. Format 14 x 23 cm, 192 pages.

**La Longue Marche**, Bernard Ollivier, Phebus libretto

Un long récit en trois tomes (*Traverser l'Anatolie, Vers Samarcande, Le Vent des steppes*), qui n'est pas récent mais demeure très intéressant aujourd'hui où l'on parle beaucoup d'Asie centrale. A pied, en suivant la route de la soie d'Istamboul à Xian, B. Ollivier raconte au jour le jour son cheminement à la rencontre des hommes. Rien à voir avec l'aperçu qu'on a en voyage organisé, aseptisé, en Turquie, Iran, Ouzbekistan et autres pays en « stan » ou dans l'ouest de la Chine en territoire Oighour repeuplé par les Hans. Un état des lieux sans parti pris ni philosophie, mais réaliste au fil de 12 000 km accidentés, à pied à travers campagnes, villes et déserts, parcourus en quatre épisodes de 1999 à 2002. Ni fastidieux, ni ennuyeux ; cependant le 3<sup>e</sup> tome est « affadi » par des contacts limités, moins spontanés et d'emblée intéressés des Chinois dont la langue est de plus une réelle muraille. Et puis c'était l'aboutissement, mais de quoi ? « *Je me suis lancé sur la Route de la soie comme on lance une bouteille à la mer. Pour exister. On me demandait ce que j'allais chercher si loin... Mes chances de parvenir au but étaient, pensais-je, à peu près nulles. ... Il fallait que j'aie. Car tant qu'il vit, un homme doit aller.* »



**Celui qui vivait comme un rhinocéros**, Sylvain Jouty, Fayard



Ancien journaliste de montagne, écrivain-voyageur, Sylvain Jouty ne pouvait que s'intéresser à Alexandre Csoma de Körös (1784-1842), le vagabond de l'Himalaya. Croyant découvrir en Asie sur la terre des Huns d'Attila les origines de son peuple et de la langue hongroise, Csoma qui n'était pas voyageur, partit sans un sou en 1819 pour le plus inimaginable des périple. Avec le seul but de retrouver ses racines, visant la Petite Boukharie (région chinoise maintenant), il parcourut des dizaines de milliers de kilomètres à travers l'Asie et l'Inde. Au passage, il apprit des dizaines de langues et surtout rédigea, reclus plusieurs années dans un monastère du Zanskar, le premier dictionnaire raisonné du tibétain. Ce fut finalement sa grande œuvre. Il mourut à Darjeeling, en 1842, sans avoir atteint la Petite Boukharie qui de toute façon n'était pas la terre de ses ancêtres. Avec méthode, érudition, enthousiasme et non sans humour, l'auteur retrace les péripéties et les aventures de cette histoire extravagante mais authentique. Format 15,5 x 23,5 cm. 340 pages.

**Terre de France, une histoire de 500 millions d'années**, Charles Frankel,  
Éditions du Seuil



Connaissez-vous l'histoire de la Terre que vous piétez à longueur d'année ? Voici cette histoire de 500 millions d'années racontée simplement sous la forme d'un parcours initiatique à travers ses paysages les plus spectaculaires.

Ce voyage débute en Bretagne, rend visite aux dinosaures du Jurassique en Bourgogne, à ceux du créacé en Provence, passe par le soulèvement des Alpes, la construction des volcans d'Auvergne et se termine par l'arrivée d'*Homo sapiens* (le premier randonneur), sur le littoral. Tout au long du parcours, on note les indices de ces aventures passées. Dans chaque chapitre, à souligner, des encadrés sur les monuments à visiter et des itinéraires pour explorer les sites les plus marquants de la région. Format 14,5 x 22 cm, 286 pages.

Collection « Rando pratique », Rando Éditions. Format 12 x 19 cm.

• **Savoir utiliser un GPS**, Francis de Richemond

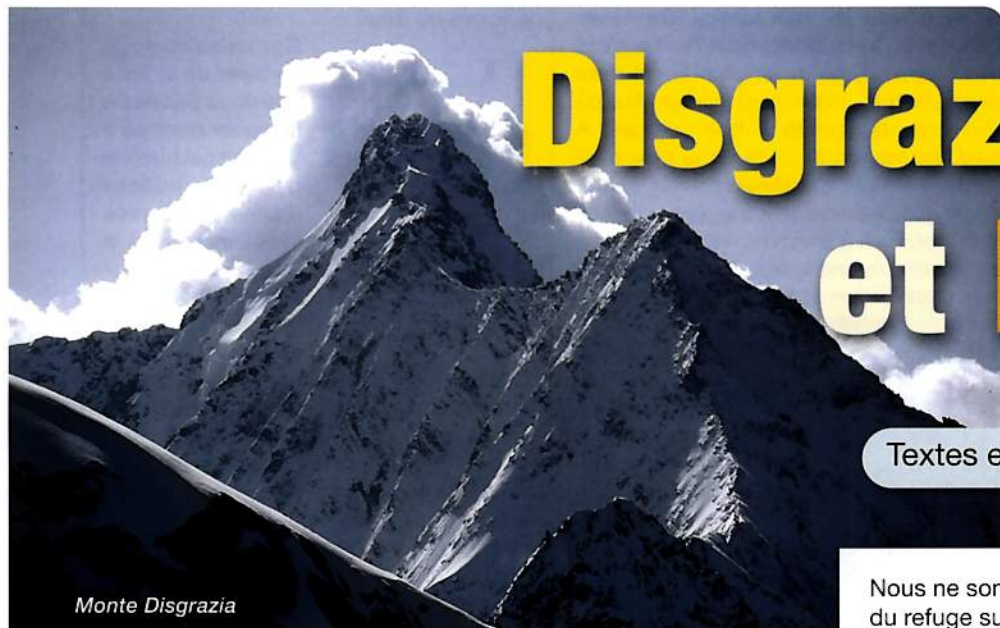
L'équipement GPS (Global Positioning System, système de positionnement par satellite) est maintenant partout, sa miniaturisation et son prix l'ont tellement banalisé qu'on en oublie son rôle essentiel et parfois vital : l'aide à la navigation. Les utilisateurs sérieux, sur mer (sa première vocation) ou sur terre (déserts de sable ou de neige par excellence), savent qu'il ne peut être qu'un complément de la carte et de la boussole. Dans ce nouveau guide d'utilisation, petit mais complet et précis, l'auteur prend soin de faire les rappels nécessaires, cartographiques et autres, avant de décrire les fonctions de base et toutes les manipulations du GPS. Les logiciels de cartographie téléchargeables facilitent la préparation « en chambre » des itinéraires et leur restitution, c'est l'objet d'un dernier chapitre.

• **Randonner avec des enfants**, Nathalie Magrou

Préparer le sac des enfants, les règles de sécurité, les préparer au bivouac, maintenir leur attention en éveil, les intéresser aux oiseaux, à la flore, aux animaux, tout est dit et bien illustré pour en faire des randonneurs enthousiastes et pour longtemps.

• **Petit dictionnaire de la randonnée**, José et Michèle Laplane

Environ 130 mots, une sélection, mais une page pour chacun. Ainsi, les mots simples qui parlent des paysages, de l'équipement, de la météo, des dangers, du bonheur de marcher (bivouac, aube, rencontres, sieste) sont expliqués pour satisfaire toutes les curiosités. Les textes sont émaillés de nombreuses citations. ■



Monte Disgrazia

# Disgrazia et Bergell

Textes et photos : **François Renard**

**A**vril 2003, 10 h, 3678 m. Nous voici au sommet de la Disgrazia, magnifique pyramide se dressant aux confins de la Suisse et de l'Italie, entre les massifs du Bergell et de la Bernina, et dominant au sud la profonde vallée de la Valtellina et la plaine du Pô dans le lointain. Dix années se sont donc écoulées depuis ma première tentative, réalisée au cours de ce qui était d'abord un tour de la Disgrazia. Mais la méconnaissance du massif et le manque d'informations nous avaient alors conduits à tenter notre chance vers le sommet par la face sud et nous avions rebroussé chemin après qu'une petite coulée de neige nous eut arrosés, au moment où nous envisagions encore de poursuivre en crampons, alors que les nuages s'épaississaient au-dessus de nous.

## Pas trace de bivouac

Pour cette seconde tentative, nous sommes cette fois mieux renseignés, et avons compris que le meilleur accès réside dans la voie normale par l'arête NW. Comme le sommet s'inscrit cette fois-ci dans le cadre d'une traversée du Bergell, nous venons directement du refuge Forno, versant suisse, et nous envisageons même de passer la nuit dans le bivouac Rauzi indiqué au sommet de la Disgrazia. Toutefois, compte tenu de l'heure tardive à laquelle nous sommes arrivés au Passo Cecilia, à proximité de l'arête, nous préférons finalement descendre au refuge Ponti, pour gravir la Disgrazia le lendemain. Bien nous en prend, car, une fois au sommet, nous ne trouvons pas la moindre trace de bivouac, et nous aurions été sans doute fort contrariés d'être montés au sommet la veille avec des sacs lourds, et l'obligation de redescendre très tardivement... (1)

L'ascension de l'arête NW est une jolie course cotée AD en été, avec pas de III. En hiver et au printemps, il s'agit avant tout d'une course de neige sans difficulté, qui nécessite seulement de prendre garde aux corniches.

Du sommet, il nous faut encore descendre l'arête, rejoindre et gravir la face sud du Monte Sissone qui se transforme l'après-midi en véritable fournaise, puis regagner le refuge Forno, installé 200 mètres au-dessus du glacier, soit une étape de près de 2000 m de dénivelée.

1. Il semblerait que le bivouac se trouve une quarantaine de mètres en contrebas du sommet, sur l'arête NE.

2. *Paris-Cham* n° 63, juillet 1985, « Le tour de la Disgrazia ».

Nous ne sommes pas mécontents de retrouver le confort du refuge suisse, après deux longues journées entrecoupées d'une soirée et d'une nuit dans le local d'hiver sommaire du refuge Ponti.

En avril 1993, nous étions partis sur les traces d'illustres cafistes parisiens, Jean-François Deshayes et Christian Petit, qui avaient gratifié le Club d'un article fort alléchant dans cette non moins illustre revue (2). Au lieu de partir du village de Chiareggio, peu commode d'accès depuis Paris, nous étions à nouveau partis de Maloja et du refuge Forno, qui constituait le point de départ de notre tour. De là, nous avons traversé le Passo di Val Bona, étions descendu jusqu'à Chiareggio, avant de monter au refuge Porro.

Nous avons fait halte à l'auberge de Chiareggio, où je me rappelle avoir déjeuné de civet de chamois accompagné, Italie oblige, de polenta ! Ainsi lestés, nous avons porté nos skis jusqu'au refuge Porro, qui fermait ses portes en cette fin de week-end, pour ne plus laisser qu'un modeste local d'hiver à l'arrière du bâtiment, néanmoins bien propre et équipé de lits et couvertures.

## Au pied du refuge Desio

Le lendemain, dans une solitude totale et une ambiance très sauvage au pied des raides parois glaciaires de la face est de la Disgrazia, nous avons remonté le glacier de la Ventina jusqu'au Passo Cassandra, d'où nous avons gravi le sommet homonyme, par son arête ouest, qui offrait un fort joli parcours alpin.

De retour au Passo Cassandra, nous étions descendus directement à skis en versant sud, pour traverser dès que possible vers l'ouest et rejoindre le bas du glacier de Cassandra, puis, vers le sud-ouest, le haut du val Airale, au pied du refuge Desio (cette description diffère notablement de celle de nos prédécesseurs, qui sont descendus au sud-est vers le refuge Bosio, que nous avons évité).

Une courte montée nous avait alors menés au refuge Desio, superbement installé au Passo di Corna Rossa, mais offrant en guise de local d'hiver, une médiocre salle encombrée d'un bric-à-brac peu utilisable. Heureusement, et à notre grand soulagement, Philippe était parvenu à tailler une clé pour ouvrir à l'étage une pièce équipée de lits et couvertures, ce qui nous permit de passer une nuit confortable.

C'est le lendemain que nous faisons notre tentative avortée en face sud de la Disgrazia, par le glacier de Cassandra. De retour au refuge, il nous avait fallu descendre la face ouest du Passo di Corna Rossa, raide et coupée de

petites barres et îlots rocheux. Nous l'avions descendue en crampons en aidant les moins à l'aise par la mise en place d'une corde fixe dans la partie inférieure. Du pied du col, nous avions rejoint rapidement le refuge Ponti, dont le local d'hiver a été modifié depuis, puisqu'il a été transféré de la façade sur le côté ouest du refuge, sans pour autant gagner en confort : pas de table, ni chaise, 3 ou 4 lits superposés (lits métalliques à ressorts qu'on trouve toujours en Italie), et quelques couvertures qui n'ont sans doute pas été lavées depuis des lustres...

Du refuge Ponti, nous avons enfin rejoint le refuge Forno par le Passo Cecilia et le Monte Sissone, sans envisager à l'époque l'arête NW de la Disgrazia, d'autant moins que le temps restait très instable et les nombreux nuages rendaient notre progression parfois délicate.

De retour au refuge Forno, le temps maussade, doux et humide, et les prévisions peu encourageantes nous avaient dissuadés de poursuivre vers l'ouest par une plus classique traversée du Bergell, et nous avons ainsi écourté notre séjour.

### Rencontre au sommet

Cette fois-ci les conditions demeurent excellentes, le temps reste au grand beau froid et sec, et seule la petite forme de Valérie, fatiguée par les deux journées précédentes, nous incite à retarder d'un jour notre traversée du Bergell. Nous laissons donc Valérie se reposer au refuge et partons gravir en aller-retour la Cima di Castello. Un passage en glace oblige la plupart à terminer l'ascension en crampons. Le sommet lui-même s'atteint à pied sur les derniers mètres. Je discute un peu au sommet avec un vieux Suisse solitaire, très fier d'être là et fort surpris d'y croiser des Français qui, de plus, sem-



Descente en face ouest du Passo Cassandra

blent bien reconnaître les sommets alentour ! De retour au Passo dal Cantun, nous nous offrons un aller-retour rapide à la Cima dal Cantun, avant de rejoindre le confort agréable du refuge Forno.

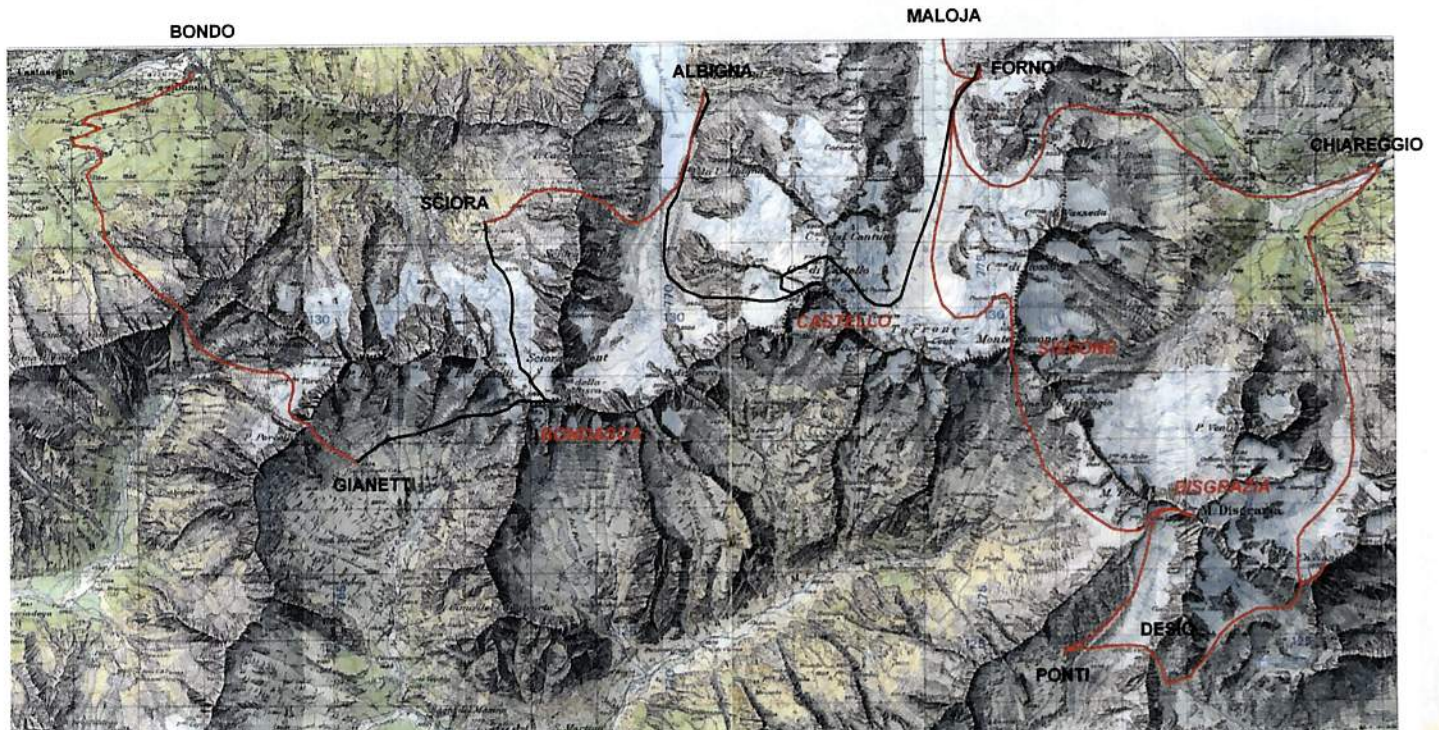
Le lendemain, nous quittons cette fois définitivement ce refuge et sa sympathique gardienne, pour traverser successivement le Passo da Casnil sud et le Passo Cacciabella sud, et gagner ainsi le refuge Sciora. Nous ne manquons pas de faire au passage une petite visite du refuge Albigna, non gardé mais tout confort, et qui peut constituer une étape intermédiaire après la Cima di Castello. La montée au Passo Cacciabella est un peu délicate, car les pentes est chauffent vite et la neige est déjà bien ramollie lorsque nous abordons le Passo Cacciabella sud. Nous franchissons ce col à l'aide d'une moulinette ou d'un rappel, puis nous descendons, à pied ou à ski, la raide pente ouest qui s'adoucit bientôt avant de rejoindre le refuge Sciora.

Le local d'hiver, bien équipé façon suisse, est malheureusement exigu (une dizaine de places), et déjà occupé par quelques Autrichiens, de sorte que la nuit est plutôt inconfortable. Cela décide Valérie à interrompre la tra-

>>>



Sur le glacier de Forno, montée à la Cima di Castello





Descente en face ouest du Passo Cacciabella

>>> versée et à accompagner François, qui souhaite regagner Paris pour des obligations familiales. Le groupe se sépare donc au matin, et tous deux descendent le Val Bondasca jusqu'à Bondo et Promontogno, où ils récupèrent un car postal.

L'équipe maintenant réduite à 4 poursuit la traversée en gravissant d'abord la Cima della Bondasca, par un magnifique itinéraire glaciaire au pied d'impressionnantes faces granitiques, véritables appels à l'escalade. A l'abri d'un ressaut rocheux, nous goûtons longuement au plaisir d'un panorama superbe, notamment sur le val Masino et la vallée di Mello, quelque 2000 mètres plus bas. Nous faisons aussi nos adieux à la Disgrazia qui se dresse majestueusement à l'est.

En général, les traversées classiques du Bergell s'arrêtent là, par une longue descente du val Bondasca jusqu'à Promontogno (3).

Nous avons choisi de poursuivre vers l'ouest en passant au pied de la face sud du Badile. Pour cela, il nous faut descendre la raide face sud-ouest du Passo di Bondo, où nous installons une main courante car la neige est encore très dure et les crampons enfoncent à peine.

Au pied du col, il ne nous reste plus qu'à chausser les skis pour une belle descente en neige transformée,

avant une grande traversée vers l'ouest jusqu'au refuge Gianetti, immense bâtisse complètement fermée en cette période. A l'arrière, ce qui était sans doute l'ancien refuge sert désormais de local d'hiver. La porte est restée ouverte, la neige s'est infiltrée un peu partout, des débris encombrant l'entrée, et le ménage n'a probablement pas été fait depuis des années. Heureusement, le soleil nous réchauffe agréablement, et nous disposons d'un long après-midi pour rendre notre séjour moins austère : évacuation des débris, balayage, séchage des couvertures, et même dégagement de la neige qui obstrue la fenêtre à l'ouest, pour laisser entrer les derniers rayons de soleil. Nous voilà prêts pour un dernier repas spartiate, et pour une dernière nuit loin du monde avant le retour à la civilisation prévu le lendemain.

### Conversions

Au petit matin, nous découvrons sans surprise un ciel encombré de nombreux nuages, que la chute de pression nous avait laissé présager. Deux cols et un itinéraire parfois complexe nous séparent encore de notre objectif, le village de Bondo sur le versant suisse. En cas d'échec, le retour par l'Italie, le val Masino ou le val Codera, certes toujours possible, serait cependant long et pénible, car ces vallées sont quasiment désertes, le val Codera n'étant même pas desservi par une route (4).

Nous nous hâtons donc de gagner le Passo Porcellizzo, par un raide couloir qui se gravit à l'aide de nombreuses conversions. Nous voyons tomber le plafond en attendant Isabelle, et sommes bientôt dans les nuages. De l'autre côté, la raide pente de neige se descend à ski, le plus souvent en dérapage pour certains. En descendant, la visibilité augmente peu à peu, et nous pouvons ainsi nous diriger dans le haut du val Codera, que nous descendons jusqu'au-dessus de l'Alpe Sivigia, en laissant de côté le Pizzo Trubinasca, que nous aurions gravi volontiers dans de meilleures conditions.

Après un peu de portage, nous rechaussons bientôt les skis pour atteindre la Bocchette della Tegiola, dans un brouillard complet. Une pancarte nous indique cependant que nous sommes au bon col, à la frontière de l'Italie et de la Suisse.

Versant NW, nous attendent mille mètres d'un magnifique couloir rectiligne, dénommé val Casnaggina, et matérialisant la frontière. Nous pouvons d'autant mieux en profiter que quelques rayons de soleil parviennent à percer au travers des nuages. Vers 1500 m, il faut abandonner le couloir pour rejoindre, à pied, le bon sentier qui mène à Bondo et Promontogno.

### Le raid idéal

Ainsi s'achève une magnifique traversée d'un massif très sauvage, au milieu de glaciers tourmentés et parois granitiques. La combinaison des deux raids réalisés permet de construire le raid idéal :

- J1** : montée au refuge Forno depuis le col de Maloja
- J2** : Passo di Val Bona, Chiareggio, refuge Porro
- J3** : Passo et Pizzo Cassandra, Passo di Corna Rossa, refuge Ponti
- J4** : Disgrazia, Monte Sissone, refuge Forno
- J5** : Cima di Castello, refuge Albigna
- J6** : Passo Cacciabella sud, Cima della Bondasca, Passo di Bondo, refuge Gianetti
- J7** : Passo Porcellizzo, Pizzo Trubinasca, Bocchette della Tegiola, Bondo

D'autres découpages sont bien sûr envisageables selon le temps disponible. ■

## Renseignements pratiques



Refuge Forno

### • ACCÈS

Avec la suppression au 10 juin 2007 du train de nuit Paris-Chur, l'accès à la Suisse et particulièrement à cette région va devenir problématique. La meilleure solution sera peut-être d'utiliser le train de nuit Paris-Milan, et d'arriver au col de Maloja par l'Italie, du moins tant que ce train de nuit subsistera, ce qui ne devrait pas durer !

### • CARTES

CNS 1/50 000° 268S et 278  
CNS 1/25 000° 1276, 1277, 1296

### • REFUGES

De tous les refuges utilisés, seul le refuge Forno est gardé au printemps (<http://www.fornohuette.ch/>). Les autres refuges disposent d'un local d'hiver, sommaire en Italie, confortable et bien équipé en Suisse. Pour le versant italien, prévoir réchaud et gamelles, mais le duvet n'est pas indispensable car on trouve, en principe, des couvertures.

3. Nombreuses descriptions dans diverses revues : *Paris-Cham* n° 66, mars 1986, *Alpi Rando* n° 119, 3/1989, etc.

4. Cf. *Paris-Chamonix* n° 185, avril-mai 2007



## ■ MASSIF DE FONTAINEBLEAU

# À la recherche d'une grotte disparue : l'abri des Cavachelins



Sœur Marie Casteret, fille du célèbre écrivain-spéléologue Norbert Casteret, m'a fait don de ce cliché ancien datant « d'avant 1916 » et représentant la grotte des Cavachelins. On y voit le docteur Martin, le personnage à la tonsure, père d'Éli-

sabeth, épouse de Norbert. La zone des Cavachelins, dans le massif de Fontainebleau, entre Arbonne et Achères, est aujourd'hui coupée en deux par l'autoroute du Sud. A dire la vérité, le bruit des voitures et des camions n'en fait pas un endroit des plus agréables. Selon certains de mes renseignements, l'abri des Cavachelins, certainement la plus grande cavité de ce groupe rocheux, aurait été détruit au cours de ce percement. Il s'agit vraisemblablement de la grotte de la photo. En effet, une première reconnaissance sur place, si elle m'a donné l'occasion de visiter plusieurs petites cavernes de grès en bordure de platière, ne m'a pas permis de retrouver l'abri de la photo.

Je suis donc actuellement à la recherche de tous les souvenirs, tous les documents, principalement des photos, qui auraient pu être conservés sur cette caverne et l'ensemble des Cavachelins. Je fais surtout appel aux anciens qui ont fréquenté le lieu



**NOUVEAU !**

**GÎTES d'ÉTAPE et REFUGES**  
en version imprimable à partir de  
**www.gites-refuges.com**

**4000 hébergements**  
pour vos randonnées  
et vos escapades en montagne

dans les années 1950, avant la construction de l'autoroute.

D'avance merci de votre aide.

**Jacques Chabert**

8, rue Crémieux - 75012 Paris

Tél. 01 46 28 57 45

jacques.chabert@noos.fr

## 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 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](http://www.multimania.com/cafstger)
  - Autres sorties possibles en escalade pour ceux qui habitent Roissy-en-France et les environs.
- Contact : Vincent Renault au 01 34 29 87 84

### Versailles

Les rendez-vous pour Fontainebleau sont le dimanche matin à 9 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](mailto:caf77@free.fr) - Site web : <http://caf77.free.fr>

**Pour tout renseignement :**

- Martine et Hervé Béranger : 01 64 22 67 18
- Elisabeth et Christian Chapirot : 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<sup>e</sup> 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.



# des Clubs Alpains d'Île-de-France

## Randonnée

Responsable de l'activité : Michel Gollac  
Tél.

01 45 66 62 59

### Mercredi 3 octobre

**DE L'ESSONNE À LA JUINE.** Christiane Mayenobe  
Gare de Lyon, RER D, 8 h 41 pour Ballancourt. Vallée Gommier.  
Retour de Lardy : 17 h. 18 km. F. Carte IGN 2316 ET



**US MARINES, GR1, ÉTAPE N° 5**  
Michel De France

Gare Saint-Lazare, 8 h 33 pour Us. Épiais-Rhus, Ennery. Retour de Pontoise : 18 h 30. 26 km. M. Cartes IGN 2212 E, 2212 O, 2213 O, 2313 OT

### Samedi 6 octobre

**OCTOBRE ROUGE.** Pierre Marc Genty  
Gare du Nord Banlieue, 8 h 44 pour Saint-Leu-la-Forêt. Retour de Taverny vers 18 h. 18 km. F. Carte IGN 2313 OT

### [M] RANDO ET CONCERT.

Annie Chevalier, Éliane Benaise  
Gare du Nord Grandes Lignes, 8 h 10 pour Presles. Polyphonies géorgiennes à Royaumont (15 €). Renseignements et inscriptions au 01 42 22 20 70 ou au 01 39 58 79 33. Retour de Viarmes : 18 h 30. 23 km. M. Cartes IGN 2313 OT, 2412 OT

### Dimanche 7 octobre

**[A] RANDO BATEAU PARIS.** Alain Bourgeois  
Métro «Trocadéro» devant le musée de l'Homme, 9 h (A-R). Tour de Paris en bateau et visite de sites. Inscription au 01 42 45 29 34. Prévoir 15 euros et sa carte Orange. Retour : 18 h. 15 km. F.

**[A] LONGPONT ET SON ABBAYE.** Michel Lohier  
Gare du Nord Grandes Lignes, 8 h 6 pour Longpont (A-R). Visite payante de l'abbaye, Corcy, forêt de Retz. Retour : 18 h 55. 24 km. M. Carte IGN 2612 O

**MARNE ET BOIS.** Luc Bonnard  
Gare de l'Est Grandes Lignes, 8 h 35 pour Château-Thierry (A-R). Domaine de Verdilly. Retour : 18 h 53. 26 km. M+. Carte IGN 2613 O, 2613 E

**ENTRE SEINE ET ROCHERS.** Claude Ramier  
Gare de Lyon, 8 h 27 pour Bois-le-Roi (A-R, R-V sur place). Fontaine-le-Port, Rocher Saint-Germain. Retour : 18 h 47. 26 km. M+. Carte IGN 2417 OT



**PAPA WAS A ROLLIN' STONE**  
Jean Dunaux

Gare de Lyon, 9 h 7 pour Bois-le-Roi. Retour de Fontainebleau : 18 h. 25 km. SO. Carte IGN 2417 OT

**UNE GRATINÉE EN GATINAIS.** Jean-Luc Lombard  
Gare de Lyon, 7 h 41 pour Boutigny. Retour de Bois-le-Roi : 18 h environ. 35 km. SO+.

### Lundi 8 octobre

**[AIN] CHÂTAIGNIERS ET IMPRESSIONNISTES.** François Degoul  
RER A, Auber, 9 h 16 pour Rueil-Malmaison (R-V à l'arrivée). Bougival. Retour de La Celle-Saint-Cloud à Paris Saint-Lazare : 16 h 14. 16 km. M. Cartes IGN 2214 ET, 2314 OT

### Mercredi 10 octobre

**BALADE POUR LE PLAISIR.** Pierre Marc Genty  
Gare du Nord Banlieue, 9 h 2 pour Presles-Courcelles (A-R). Retour vers 18 h. 18 km. F. Carte IGN 2313 OT



**GR 1, ÉTAPE N° 6**  
Michel De France

Gare Saint-Lazare, 8 h 28 pour Pontoise. Auvers-sur-Oise, Nesles-la-Vallée. Retour de Parmain à Paris Gare du Nord : 18 h 30. 24 km. M. Carte IGN 2313 OT

**CYCLOP ET COQUIBUS.** Alain Changenet  
Gare de Lyon, RER D, 7 h 37 pour Boutigny-sur-Essonne (A-R). Retour : 18 h 30. 31 km. SO. Carte IGN 2316 ET

### 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.*

### Samedi 13 octobre

**[A] DE LA MARNE AU DONJON.** Martine Cante  
Châtelet-les-Halles (R-V sur le quai du RER A), 8 h 27 pour Parc de Saint-Maur. Visite facultative du donjon de Vincennes (prévoir 7,50 euros). Retour de Château de Vincennes : 17 h. 18 km. F.



**GR 1, ÉTAPE N° 7**  
Michel De France

Gare du Nord Banlieue, 8 h 14 pour Parmain. Nerville-la-Forêt. Presles. Retour de Viarmes : 18 h 30. 24 km. M. Carte IGN 2313 OT

### Dimanche 14 octobre

**[A] LE BOIS DE PARIS.** Marylise Blanchet  
Gare Saint-Lazare, 7 h 57 pour Montgeroult. Visite de l'église de Corneilles-en-Vexin. Retour de Us : 18 h 25. 25 km environ. M. Cartes IGN 2313 OT et 2213 O.

**DES ÉGLISES ET DES NOIX.** Jean-Claude Duchemin  
Gare de l'Est Banlieue, 8 h 42 pour Longueville (A-R). Montramé, Paroy. Retour : 18 h 44. 27 km. M+. Cartes IGN 2616 O et 2516 E

**[A] FONTAINE DE JOUVENCE.** Dominique Renaut  
Gare de l'Est Banlieue, 9 h 22 pour Lizy-sur-Ourcq. Forêt domaniale de Monceaux, la Dhuis. Retour de La Ferté-sous-Jouarre : 18 h 32. 27 km. M+. Cartes IGN 2513 OT et 2541 E

**LE 2<sup>e</sup> MAILLON DU COLLIER.** Claude Amagat  
Gare de Lyon, 7 h 17 (à vérifier) pour Nemours. Larchant, Bois Minard. Retour de Boigneville : 18 h 37. 32 à 35 km. SO. Carte IGN 21

**FAIRE SUER LE BURNOUS ?** Jean Dunaux  
Gare Montparnasse Banlieue, 8 h 15 pour Épernon. Retour de Houdan : 19 h 10. 33 km environ. SO+. Cartes IGN 2214 O, 2115 O, 2115 E

### Mercredi 17 octobre

**LE LONG DE LA MARNE.** Henri Filiol De Raimond  
Gare de l'Est Banlieue, 8 h 25 pour Lagny (rendez-vous à l'arrivée). Esbly. Retour de Meaux : 16 h 30. 20 km. F. Carte IGN 2414 ET

**DES TROIS PIGNONS, NOUS N'EN VERRONS QU'UN SEUL.** Étienne Delbeke  
Gare de Lyon, RER D, 8 h 41 pour Maisse. Milly, Coquibus, Moigny-sur-Ecole, Boutigny-sur-Essonne. Retour Gare de Lyon : 18 h 8. 21 km. M. Carte IGN 2316 ET

### Samedi 20 octobre

**DOURDAN POIL AUX DENTS.** Pierre Marc Genty  
Gare d'Austerlitz Grandes Lignes, 8 h 24 pour Dourdan (A-R). En forêt. Retour vers 18 h. 20 km. F. Carte IGN 2216 ET

### L'OUEST, C'EST VERT ET BUCOLIQUE !

**Alain Changenet**  
Gare Saint-Lazare, 9 h 1 pour Saint-Cloud. Parc de Saint-Cloud, Fausses Reposes. Retour de Viroflay : 18 h. 24 km. M. Carte IGN 2314 OT

**RDV À L'ARRIVÉE !** Mustapha Bendib  
Gare de Lyon, 8 h 27 pour Moret-sur-Loing. Carrefour du Daim, route des Ténèbres. Retour de Fontainebleau : 18 h. 30 à 33 km. SO.

### Dimanche 21 octobre

**LA DAME JOUANNE.** Louis Travers  
Gare de Lyon, 9 h 6 pour Bourron-Marlotte (rendez-vous à l'arrivée, A-R). Villiers-sous-Grez. GR 13. Retour : 18 h 48. 20 km. M. Carte IGN 2417 OT

**JARDINS SECRETS DE LA FORÊT.** Jean Musnier  
Gare de Lyon, 9 h 6 pour Fontainebleau (rendez-vous à l'arrivée, A-R). Lent mais accidenté. Retour : 18 h 50. 15 km. M. Carte IGN 2417 OT

**[AID] RANDO DESSIN ET PINCEAUX (18) «SUR LES PAS DES IMPRESSIONNISTES».** Maxime Fulchiron  
RER A Châtelet, 8 h 40 pour Houilles/Carrières (R-V à l'arrivée).

Chatou, Croissy, Bougival. Visite guidée du musée Fournaise (prévoir 6 €). Retour de Rueil-Malmaison : 18 h. 17 km. **M.**

### Mercredi 24 octobre

**CANAL DE L'OURCQ.** Henri Filiol De Raimond  
Gare de l'Est Grandes Lignes, 8 h 15 (à vérifier) pour Trilport (rendez-vous à l'arrivée). Varredes. Retour de Meaux : 16 h 30. 20 km. **F.** Carte IGN 2513 ET

### Samedi 27 octobre

**SORTIE ACCUEIL.** Annie Chevalier  
Gare de Lyon, RER A, 8 h 39 pour Saint-Germain-en-Laye (A-R, rendez-vous à l'arrivée). Retour vers 17 h 30. 18 km. **F.**  
**BORDS DE SEINE ET AUTOMNE.** Jean Moutarde  
Gare de Lyon, RER D, 8 h 29 (à vérifier) pour Melun. Saint-Fargeau, Le Coudray : Montceaux. Retour de Corbeil : 18 h environ. 26 km env. **M+**. Carte IGN 2415 OT

### Dimanche 28 octobre

**LES BOIS DE PARIS (VINCENNES).**  
Nicole Voisin, Robert Flamme  
Rendez-vous à 9 h, métro « Porte Dorée » (sortie « Jardin zoologique », A-R). Le grand circuit. Possibilité de faire le bois de Boulogne l'après-midi. Retour vers 12 h. 10 à 12 km. **F.** Carte : topo-guide Paris à pied.

**LES BOIS DE PARIS (BOULOGNE).**  
Nicole Voisin, Robert Flamme  
Rendez-vous à 14 h Porte Maillot (devant gare RER C, A-R). Le grand circuit. Possibilité de faire le bois de Vincennes le matin. Retour vers 17 h. 12 km. **F.** Carte : topo-guide Paris à pied.

**COULEURS D'AUTOMNE.** Michel Sassier  
Gare de Lyon, 9 h 6 pour Montigny-sur-Loing. Rocher Boulain. Retour de Moret : 17 h 30. 16 km. **F.** Carte IGN 2417 OT

**ALLONS AU MAROC.** Gilles Montigny  
Gare Saint-Lazare, 9 h 14 pour Limay (A-R). Follainville, Saint-Martin-la-Garenne, Sandrancourt. Retour : 19 h. 22 km. **M.** Carte IGN 2113

**LA GOËLE.** Michel Lohier  
Gare de l'Est Banlieue, 8 h 58 pour Meaux. Montheyon, Montgé, Retour de Dammartin-Juilly-Saint-Mard à Gare du Nord : 17 h 53. 22 km. **M.**



**EMBARGO SUR LES BALTRINGUES.**  
Jean Dunaux

Denfert-Rochereau, 9 h 1 pour Saint-Rémy-les-Chevreuse (A-R). Retour : 17 h 54. 25 km. **SO.** Carte IGN 2215 OT

### Jeudi 1<sup>er</sup> novembre

**JOURS DE REPOS.** Pierre Marc Genty  
Gare d'Austerlitz Grandes Lignes, 8 h 24 pour Dourdan (A-R). Retour vers 18 h. 22 km. **M.** Carte IGN 2216 ET

### Dimanche 4 novembre

**AIR PUR.** Pierre Marc Genty  
Gare de Lyon, 8 h 27 pour Fontainebleau. En forêt. Retour de Bois-le-Roi : 18 h 44. 22 km. **M.** Carte IGN 2417 OT

**LE GATINAIS.** Claude Ramier  
Gare de Lyon, RER D, 8 h 41 pour Maisse (R-V sur place, A-R). Buno-Bonnevaux, La Crotte, rue Chaude. Retour : 18 h 38. 28 km. **M+**. Carte IGN 2316 ET

**RENDEZ-VOUS !** Claude Amagat  
Gare de Lyon, RER D, 7 h 41 (à vérifier) pour Boigneville. GR111 et variantes. Retour de Saint-Martin d'Étampes à Paris-Austerlitz : 18 h 30. 35 km. **SO.** Carte IGN 20

### Mercredi 7 novembre

**FIN D'AUTOMNE.** Christiane Mayenobe  
Gare de Lyon, 9 h 27 pour Bois-le-Roi. Retour de Fontainebleau : 17 h 30. 20 km. **F.** Carte IGN 2417 OT

**EN VAL-D'OISE.** Henri Filiol De Raimond  
Gare Saint-Lazare, 8 h 30 pour Pontoise. Auvers-sur-Oise. Retour de Parmain - L'Isle-Adam : 17 h 30. 20 km. **F.** Carte IGN 2313 OT

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 où une fiche technique est disponible.

## RAPPEL

Dimanche 23 septembre

### JOURNÉE F.F.C.A.M.

« QUE LA MONTAGNE EST BELLE 2007 »

Voir Paris-Chamonix n° 187, p. 23

Dimanche 30 septembre

« RENDEZ-VOUS D'AUTOMNE 2007 »

Voir Paris-Chamonix n° 187, p. 17

### Samedi 10 novembre

**L'AUTOMNE EN FORÊT.** Annie Chevalier  
Gare de Lyon, 8 h 26 (à vérifier) pour Bois-le-Roi (A-R). Retour : 17 h 30. 22 km environ. **M.** Carte IGN 2417 OT

### Dimanche 11 novembre

**[A] VAUX-LE-VICOMTE.** Martine Cante  
Gare de Lyon, 9 h 7 pour Melun (A-R). Visite du château de Vaux (audio-guide) et du parc. Prévoir 12,50 euros et des chaussons. Retour : 18 h 48. 18 km. **F.** Carte IGN 2415 OT, 2416 E.

**SONNEZ CLAIRON !** Pierre Marc Genty  
Gare de Lyon, RER D, 8 h 40 pour La Ferté-Alais (A-R). Retour vers 18 h 30. 22 km. **M.** Carte IGN 2316 ET

**LA FIN DE LA PREM' DES DER'S.** Jean Dunaux  
Gare du Nord Grandes Lignes, 8 h 37 pour Compiègne (A-R). Retour : 17 h 50. 33 km environ. **SO+**. Carte IGN 2511 OT

### Mercredi 14 novembre

**AU BOULOT.** Pierre Marc Genty  
Gare de Lyon, RER D, 8 h 41 pour La Ferté-Alais (A-R). Retour vers 18 h. 18 km. **F.** Carte IGN 2216 ET

**EN FORÊT DE RAMBOUILLET.** Alain Changenet  
Gare Montparnasse Grandes Lignes, 9 h 15 pour Rambouillet. Rochers d'Angennes, Poigny. Retour du Perray-en-Yvelines : 18 h 30. 25 km. **M.** Carte IGN 2215 OT

### Samedi 17 novembre

**LE BOIS DU ROI.** Éliane Benaise  
Gare du Nord Grandes Lignes, 8 h 6 pour Crépy-en-Valois (A-R). Rouville-Chaumont. Retour vers 18 h. 25 km env. **M.** Carte IGN 2512 OT

**TOUJOURS À L'ARRIVÉE !** Mustapha Bendib  
Gare de Lyon, 8 h 27 pour Moret-sur-Loing. Mont des Profondeurs, route des Héros. Retour de Fontainebleau : 18 h. 30 à 33 km. **SO.**

### Dimanche 18 novembre

**CHEZ MANU, SANS DOUTE.** Jean Lortsch  
Gare de Lyon, 9 h 7 pour Fontainebleau (rendez-vous à l'arrivée, A-R). Tour Denecourt, Cassepot. Retour : 17 h 30. 15 km. **F.** Carte IGN 2417 OT

## IMPORTANT

*Pour des raisons d'assurance, nos sorties sont réservées aux membres du C.A.F.*

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

*Les personnes souhaitant découvrir le Club peuvent passer au secrétariat pour acheter une adhésion temporaire (8 €) déductible de leur adhésion définitive.*

*Ces adhésions temporaires sont également en vente dans toutes les sorties de la journée intitulées « Accueil ».*

**ATTENTION**

Programmes  
détaillés au Club  
et sur le site.

Inscriptions  
obligatoires  
au Club.

# Randonnées de week-end et de plusieurs jours

Octobre à décembre 2007

Dates	Organisateurs	Niveau phys.	Niveau techn.	Code inscription	Destinations	Ouverture
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 <sup>er</sup> au 4 novembre	Michel Lohier	M		08-RW11	La Sainte-Baume et l'arrière-pays toulonnais	30/8/2007
1 <sup>er</sup> au 4 novembre	Pascal Baud	M+	▲	08-RC01	La vallée de la Vézère (randonnée camping)	30/8/2007
1 <sup>er</sup> 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
1 <sup>er</sup> -2 décembre	Alain Bourgeois	M		08-RW14	Charmant week end	2/10/2007
29 déc. au 1 <sup>er</sup> janvier 2008	Didier Roger	SO		08-RW17	Nouvel an à Vézelay la belle...	30/10/2007
30 déc. au 1 <sup>er</sup> janvier 2008	Gilles Montigny	M	▲	08-RW16	Randonnée de Nouvel An	14/11/2007

## 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** par un participant, les frais du C.A.F. et les frais engagés par l'organisateur seront conservés. Si le transport était prévu par car, le montant du transport aussi sera retenu sauf si le car est complet au départ.

## 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.

### >>> SORTIE ACCUEIL.

Jean-Maurice Artas, Maurice Picollet

Gare de Lyon, 9 h 6 pour Fontainebleau. Parcours en sous-bois dans la forêt. Retour de Bois-le-Roi : 18 h 45. 20 km. F. Carte IGN 2417 OT

**RANDO HENRI IV (POULE AU POT).** Louis Travers

Gare de Lyon, 8 h 27 pour Bois-le-Roi (rendez-vous à l'arrivée, A-R). Carrefour de l'Épine, Barbizon. Inscription obligatoire au 01 60 66 22 71 ou 01 60 66 41 29. Prix repas : 8,50 €. Retour : 17 h 30. 20 km. M. Carte IGN 2417 OT

**LES GRANDS CORBEAUX À L'AUTOMNE.**

Marylise Blanchet

Gare de l'Est Banlieue, 8 h 13 pour Mortcerf. Château de Beaumarchais. Bois des Grands Champs. Retour de Tournan-en-Brie : 17 h 42. 24 km environ. M. Carte IGN 2414 ET

**EN PAYS DE FRANCE.** Alfred Wohlgroth

Gare du Nord Banlieue, 8 h 40 pour Écouen-Ézanville. Le Mesnil-Aubry (église), Fontenay-en-Parisis (église). Retour de Survilliers-Fosses : 18 h 6. 19 km. M. Cartes IGN 2313 OT, 2413 OT

**[AID] RANDO DESSIN ET PINCEAUX (19) « SUR LES PAS DES IMPRESSIONNISTES ».** Maxime Fulchiron

Gare de Lyon, 8 h 27 pour Bois-le-Roi (A-R). En forêt, sur les pas des peintres et visite de Barbizon, de l'Auberge Ganne, des ateliers Millet et Rousseau. Prévoir 5,40 €. Retour : 18 h. 22 km. M. Carte IGN 2417 OT

**VERS LE BEAUVAIS DU SUD.** Jean-Claude Duchemin  
Gare de Lyon, RER D, 8 h 41 pour Ballancourt. Beauvais, Videlles. Retour de La Ferté-Alais : 18 h 37. 27 km. M+. Carte IGN 2316 ET



**MAINTENON LE RYTHME.**

Hervé Baylot

Gare Montparnasse Grandes Lignes, 8 h 15 (à vérifier) pour Maintenon (A-R). Organisateur à l'arrivée. Gas, Yermenonville. Retour : 18 h 30. 30 km. SO.

**Lundi 19 novembre**

SENTES. François Degoul

Gare du Nord Banlieue, 9 h 2 pour Groslay. Forêt de Montmoency. Retour de Domont : 16 h. 17 km. **M.** Carte IGN 2313 OT**Mercredi 21 novembre**

EN FORÊT DE FONTAINEBLEAU.

Henri Filiol De Raimond

Gare de Lyon, 9 h 27 pour Bois-le-Roi. Retour de Fontainebleau : 17 h 30. 20 km. **F.** Carte IGN 2417 OT**Samedi 24 novembre**

UN TOUR RAPIDE. Pierre Marc Genty

Gare Montparnasse Banlieue, 8 h 32 pour Saint-Cyr (A-R). Retour vers 15 h 30. 16 km. **M.** Carte IGN 2214 ET**Dimanche 25 novembre****[N]** Y'EN A MARRE ! Philippe MosnierMétro « Pont de Sèvres », 9 h 30. Rendez-vous sur le quai pour étangs et mares des forêts de Fausses Reposes et Meudon. Retour de Meudon Val Fleury à Paris-Austerlitz RER C : 18 h 15. 22 km. **M.** Carte IGN 2314 OT**[N]** ÉTANGS ET PARC ANIMALIER. Pascal BaudGare Montparnasse Banlieue, 8 h 39 (rendez-vous à l'arrivée) pour Le Perray-en-Yvelines. Étangs du Perray, de la Tour, visite du Parc animalier (prévoir 7 €), étang d'Or, Rambouillet. Retour de Rambouillet : 17 h 57. 20 km. **M+**. Carte IGN 2215 OT

PLEIN SUD. Claude Ramier

Gare de Lyon, 8 h 27 pour Moret (R-V sur place). Long Rocher, Gretz-sur-Loing. Retour de Nemours : 18 h 48. 26 km. **M+**. Carte IGN 2417 OT**Mercredi 28 novembre**

TU VIENS VOIR LE LOUP ? Pierre Marc Genty

Gare de Lyon, 9 h 7 pour Fontainebleau. Retour de Moret-sur-Loing vers 18 h. 18 km. **F.** Carte IGN 2417 OT

EN PAYS DE FRANCE. Alain Changenet

Châtelet les Halles, RER D, 8 h 39 pour Surveilliers-Fosses. Forêt de Chantilly, Châtenay-en-France. Retour de Louvres : 18 h. 27 km. **M+**. Carte IGN 2413 OT

## 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.**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 7 octobre**

APREMONT. Philippe Chevanne

Gare de Lyon, 9 h 6 pour Bois-le-Roi. Bois-le-Roi. Arrivée à Paris vers 18 h 45. Rando M.

**Samedi 13 octobre**

SORTIE FALAISE À VERTU. Bernard Salmon

Déplacement en voiture. Contacter Bernard au 06 73 89 07 16 (entre 19 et 21 heures).

**Dimanche 28 octobre**

MONT AIGU. Michel Clerget, Philippe Chevanne

Gare de Lyon, 9 h 6 pour Fontainebleau (A-R). Retour à Paris vers 18 h 45. Rando M.

Rando

**DIMANCHE 25 NOVEMBRE**

### Rendez-vous du Beaujolais (7<sup>e</sup> édition)

L'ÉVÉNEMENT DE L'AUTOMNE !

Trois groupes convergeront au Planet pour le repas (comptez 1 h 30) et la grande et légendaire Tombola gratuite.

Venez nombreux. Bouteilles, gâteaux, déguisements bienvenus. Sérieux s'abstenir !

Départ en commun pour Rambouillet l'après-midi.

**[B]** VIVE LE BEAUJOLAIS MORVANDIAU ! Didier Roger

Gare Montparnasse Banlieue, 8 h 15 pour Gazeran. Retour de Rambouillet à Paris-Montparnasse : 19 h 6. 30 km environ (peut-être). SO.

**[B]** ROCK AROUND THE BEAUJOLAIS ! Jean-Luc Lombard

Gare Montparnasse Banlieue, 8 h 15 pour Gazeran. Tout-terrain le matin ! Retour de Rambouillet à Paris-Montparnasse : 19 h 6. 30 km. SO.

**[B]** OUI, LE BEAUJOLAIS BRETON EXISTE ! Adrien Autret

Gare Montparnasse Banlieue, 8 h 15 pour Gazeran. Retour de Rambouillet à Paris-Montparnasse : 19 h 6. 30 km. SO.

**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)**

**Dimanche 11 novembre**

MALHESERBES. Michel Clerget

Gare de Lyon, RER D, 8 h 41. Retour à 18 h 37. Rando **M.** Pas de circuit Jaune. Cette sortie ne convient pas à des débutants.**Dimanche 18 novembre**

VIDELLES. Deke Dusinger

Gare de Lyon, RER D, 8 h 41. A définir. Rando **SO.****Dimanche 25 novembre**

ROCHER SAINT-GERMAIN. Philippe Chevanne

Gare de Lyon, 9 h 6 pour halte en forêt. A définir. Arrivée à Paris vers 18 h 45. Rando **M.**

## Fontainebleau

Responsable de l'activité :

**Francis Decroix** - Tél. 01 47 93 99 03

Responsable du programme :

**Isabelle Bréant** - Tél. 01 60 34 04 86*Nos sorties sont exclusivement réservées aux membres du Club Alpin, majeurs et en possession de leur carte d'adhérent. Les rendez-vous sur place se font une heure 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 :

- 3 octobre : BEAUVAIS (CHEVANNE)
- 10 octobre : GRANDE MONTAGNE
- 17 octobre : JEAN DES VIGNES
- 24 octobre : BOIS ROND
- 31 octobre : ROCHER FIN
- 7 novembre : MONT D'USSY
- 14 novembre : VALLÉE DE LA MÉE (POTALA)
- 21 novembre : J.A. MARTIN
- 28 novembre : ISATIS
- 5 décembre : CANCHE AUX MERCIERS

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.

Escalade

### En cas d'accident

Une déclaration est à faire par écrit **dans les CINQ jours** :  
**MAIF**200, avenue Salvador-Allende  
79038 Niort Cedex 9Pour 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

## 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.

- 6 octobre : BUTHIER MALESHERBES - Francis Decroix
- 13 octobre : CATHÉDRALE-POTALA - Richard Laval
- 20 octobre : L'ÉLÉPHANT - Isabelle Bréant
- 27 octobre : ROCHER GUICHOT - Francis Decroix
- 3 novembre : CHAMARANDE
- 10 novembre : ROCHER CANON
- 17 novembre : DIPLODOCUS-POTALA - Richard Laval
- 24 novembre : SPOT TRÈS SECRET - David Hutin  
95,2 - Alain Le Meur

## DIMANCHE ET JOUR FÉRIÉ

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.

- 7 octobre : 91,1 - Alain Le Meur
- 14 octobre : J.A. MARTIN - Emmanuel Bertran
- 21 octobre : LE ROCHER FIN - Mathieu Rapin
- 28 octobre : FRANCHARD ISATIS - Antoine Drapeau
- Jeudi 1<sup>er</sup> novembre : BAS CUVIER
- 4 novembre : LA ROCHE AUX SABOTS
- 11 novembre : LES GORGES D'APREMONT  
Isabelle Bréant
- 18 novembre : BEAUVAIS HAMEAU, d'est en ouest  
(nouveau secteur) - Thai-An Tran

## 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 7 octobre

FRANCHARD CUISINIÈRE. Christian Bonnet  
Pour Fontainebleau, les départs s'effectuent à 9 h 30, en covoiturage avec partage des frais, du monument Leclerc à la porte d'Orléans. Participants avec ou sans voitures, contactez A.Lanot pour l'organisation de la sortie.

### Samedi 13 octobre

MUR D'ESCALADE DES POISSONNIERS.  
Christian Bonnet  
Escalade et manœuvres de cordes.  
Pour les sorties au mur du gymnase des Poissonniers, 2 rue Jean Cocteau, 75018 Paris, rendez-vous sur place à 14 heures. Prévoir carte FFCAM.

### Dimanche 21 octobre

SAINT-MAXIMIN (60). Christian Bonnet  
Les départs des sorties d'escalade en falaise s'effectuent en covoiturage avec partage des frais, à 9 heures depuis le monument Leclerc à la porte d'Orléans.  
Participants avec ou sans voiture, contactez A.Lanot pour l'organisation de la sortie.

### Samedi 10 novembre

MUR D'ESCALADE DES POISSONNIERS.  
Christian Bonnet

### Dimanche 18 novembre

91,1. Christian Bonnet

### Dimanche 25 novembre

SAINT-MAXIMIN (60). Christian Bonnet

## 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.

## La carte de Bleau IGN Top 25 2417 OT

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

## Inscriptions aux sorties

Nos sorties sont réservées aux adhérents. Mais les seules cotisations ne permettent pas de couvrir totalement la gestion des activités. A chaque inscription à une sortie, il sera donc prélevé 10 € pour les deux premiers jours + 1,50 € par jour supplémentaire, jusqu'à un maximum de 25 €.

Les Cafistes membres des associations d'Île-de-France peuvent participer à nos sorties aux mêmes conditions. Pour les membres des autres C.A.F., voir les conditions spécifiques au secrétariat.

## 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/cafvtt/inscriptioncaf.htm>

## Destinations lointaines

Coordinatrice de l'activité : Jeannine Illien

Les propositions du C.A.F. Ile-de-France concernent maintenant l'année 2008. Elles vous seront présentées dans le prochain numéro de *Paris-Chamonix*.

## 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.decrecy@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 premier et troisième jeudis du mois, hors vacances scolaires, à partir de 19 h 45.
- **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, [speiaion@free.fr](mailto:speiaion@free.fr)
- **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.

- 13-14 octobre - XVII<sup>es</sup> rencontres d'octobre - Aven d'Orgnac.
- 20 octobre - Fontenay-sous-Bois (94) - Journée de formation sur la gestion des EPI (équipements de protection individuelle). Françoise Lidonne (CDS 93 et 94, sous l'égide du COSIF).
- 13 décembre - Célébration du 50<sup>e</sup> anniversaire du bulletin du SCP, *Grottes et gouffres*.

## 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.

## Ski nordique



### • Cycle d'initiation

Cyclistes, rollers, joggeurs et autres : vous êtes motivés, en bonne condition physique... Renouvelez votre espace de pratique nature, venez découvrir et mieux connaître le ski de fond !

A Bessans (Savoie)	15 et 16 décembre 2007	Sortie 08-F01
A Lamoura (Jura)	26 et 27 janvier 2008	Sortie 08-F08
A Autrans (Vercors)	16 et 17 février 2008	Sortie 08-F13
Aux Saisies (Haute-Savoie)	15 et 16 mars 2008	Sortie 08-F20

### • Stage de ski de fond - 23 février au 2 mars 2008

« Une semaine pour progresser »

Au cœur du Doubs, la célèbre station nordique de Chapelle-des-Bois, entre massif du Risoux et Mont Noir, bénéficie d'un réseau très varié de pistes et d'un bon enneigement, dans une ambiance typique du Haut Jura. Nous vous y accueillons dans un chaleureux gîte d'étape, à 1100 m d'altitude.

Venez perfectionner votre technique et découvrir de nouveaux horizons !

**Niveaux :** Progression patinage et classique Classe 2 FFS et ski distance en alternance. Nota : pas de cours débutants/découverte dans ce stage

**Prix :** 325 € en demi-pension - Transport non compris

Fiche technique disponible au Club - **Inscriptions à partir du 11 décembre 2007**

### CYCLE D'INITIATION A L'ESCALADE

Session d'automne

(Voir *Paris-Chamonix* n° 187, p. 21)

**Il reste encore quelques places pour ce cycle qui débute fin septembre**

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS  
AUPRÈS DU SECRÉTARIAT

## Randonnées à raquettes

Décembre 2007 à mars 2008

Dates	Organisateurs	Niveau phys.	Niveau tech.	Terrain	Code sortie	Destinations	Ouv. inscr.
29 déc. au 1 <sup>er</sup> janvier	Michel Lohier	M	▲▲	N	RQ01	Réveillon dans le Jura	25.9
29 déc. au 1 <sup>er</sup> janvier	Jean Dunaux	M	▲▲	A	RQ012	En Haute Ubaye	2.10
5-6 janvier	Bruno Reboul	M	▲▲▲	A	RQ02	Simmental	6.11
12-13 janvier	Gilles Deloustal	M	▲▲	A	RQ03	Belledonne	9.10
18-19 janvier	Martine Cante	F	▲	N	RQ15	Week-end raquettes en Vercors	16.10
19 au 21 janvier	Jean Dunaux	M	▲▲	A	RQ013	Bauges	16.10
26 au 28 janvier	Frédéric Duthel	SO	▲	A	RQ04	Queyras	20.11
1 <sup>er</sup> au 4 février	Annie Chevalier, Ph. Mosnier	M	▲▲	A	RQ11	Alpes (à définir)	26.10
2-3 février	Martine Cante	M	▲▲	N	RQ05	Week-end raquettes en Vercors	23.10
9-10 février	Gilles Deloustal	M	▲▲	N	RQ06	Bauges	11.12
16-17 février	Pascal Baud, Gilles Deloustal	M	▲▲	N	RQ07	Balcon de la Belledonne	13.11
23 au 25 février	Jean Dunaux	M	▲▲	A	RQ14	Belledonne	6.11
23 au 28 février	Jean-Charles Ricaud	M	▲▲▲	A	RQ08	Autour du mont Aiguille (Sud Vercors)	13.11
29 février au 3 mars	Eliane Benaise, M. Picollet	M	▲▲	A	RQ16	Dans les Alpes françaises	28.12
1 <sup>er</sup> au 8 mars	Michel Durand-Gasselin	M	▲▲	A	RQ09	En Chartreuse	20.11
8-9 mars	Gilles Deloustal	F	▲▲	A	RQ10	Belledonne	22.11

### NIVEAUX DES RANDONNÉES À RAQUETTES

#### NIVEAU PHYSIQUE

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

#### NIVEAU TECHNIQUE

: Itinéraire facile, en terrain vallonné. Idéales pour l'initiation, ces sorties sont accessibles à toute personne ayant le niveau physique requis (F, M, SO ou SP).

: Itinéraire peu difficile, empruntant des pentes parfois raides, mais peu exposées. Courses « classiques », accessibles avec un peu d'expérience de la montagne, et à condition d'avoir le niveau physique requis (F, M, SO ou SP).

: Itinéraire assez difficile, empruntant des passages délicats et exposés : pentes raides, passages en dévers, franchissement de cor-

niche, crêtes aériennes. Courses un peu techniques, demandant de l'attention et de la sûreté, ne s'adressant pas aux débutants.

: Itinéraire difficile, en terrain accidenté, ou sur glacier. Courses de grande envergure, recourant éventuellement à quelques techniques de base de l'alpinisme, réservées à des personnes expérimentées.

La  
Montagne offre  
plus d'un plaisir.

Nous vous  
équipons pour  
chacun d'eux !



**Au Vieux Campeur**

**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](http://www.auvieuxcampeur.fr)