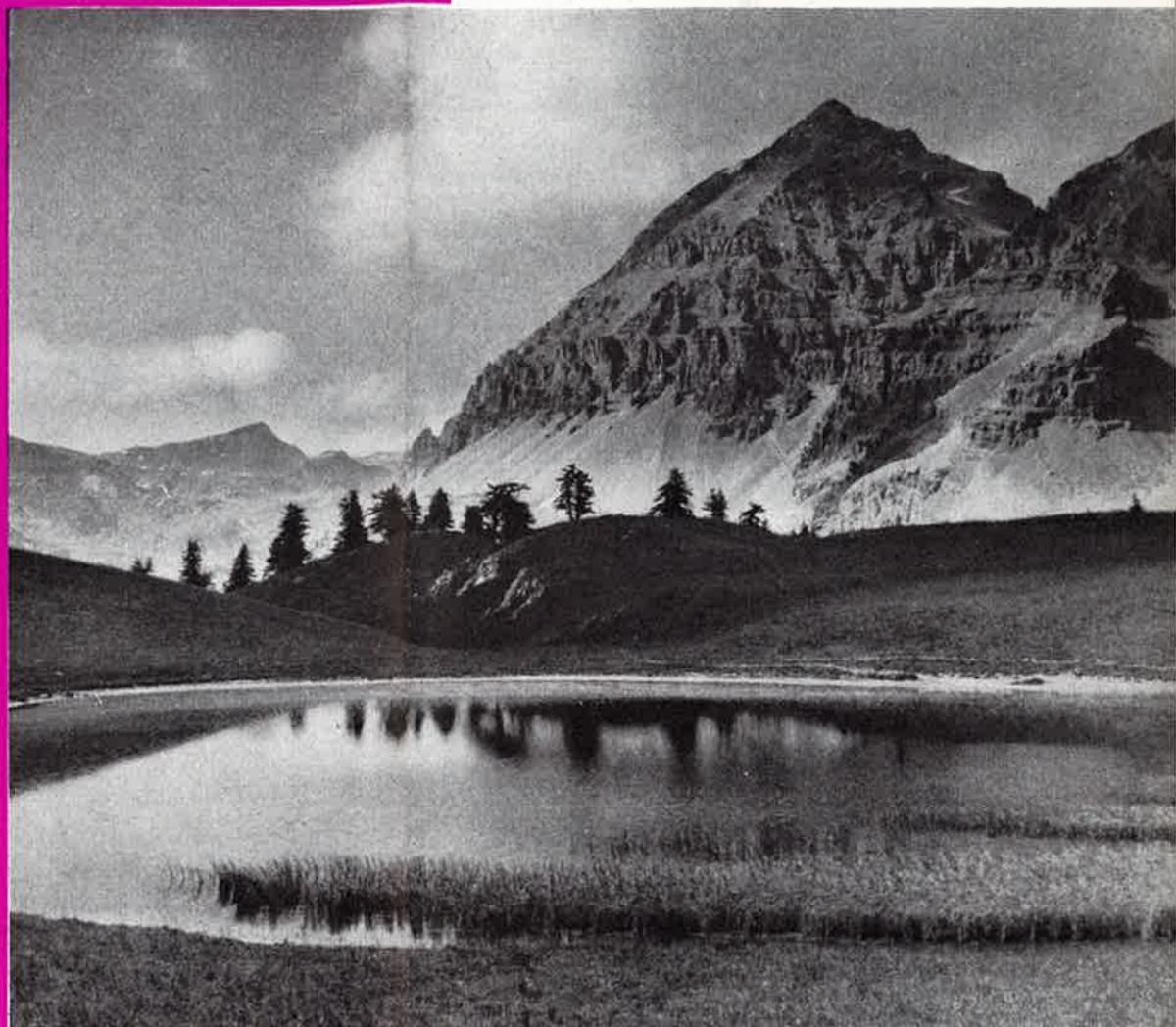


CLUB ALPIN FRANÇAIS 7 rue La Boétie Paris



JUIN 1961



PARIS CHAMONIX

Sommaire

ÉDITORIAL	Jean-Paul GARDINIER	2
L'ŒUVRE "MONTAGARDE" DE VINCENT D'INDY	Monique GARDONI	3
ARDÈCHE PASCALE	Huguette ECOLE	5
L'ALIMENTATION EN MONTAGNE	Docteur LE BIDEAU	6
POURQUOI VAIS-JE EN MONTAGNE ?	Colette RICHARD	10
NOTES TECHNIQUES		11
NOS SOIRÉES		12
NOS CONCOURS		13
ÉCHOS DE BLEAU		14
CAMPS D'ÉTÉ		15
LA VIE DES GROUPES		16
ESCALADES - RANDONNÉES		17
BIBLIOTHÈQUE - ANNONCES		20

NOTRE COUVERTURE :

Qu'ils fréquentent les environs de Névache (photo du haut) ou qu'ils cherchent leur chemin dans les barres de Sérocs de la Jonction (photo du bas), c'est toujours le même amour de la montagne qui les unit.

PHOTOGRAPHIES ET CROQUIS :

Paulette DESVAGES : couverture haut. — Jean FEULLIE : couverture bas. — Henri GODDE : p.p. 3-5. — Jean PETITALOT : p. 8. — Georges PRUDON : p. 6. — Georges TEOULE : p. 11.

éditorial

CHAMONIX ENTRE DEUX AGES

EN 1908, l'inauguration du chemin de fer du Montenvers fit crier au sacrilège. Le Mont Blanc entrait dans le siècle. Inutile de pleurer un âge qui n'est plus. Si les clarines tintent encore à Charamillon (et pour combien de temps encore?), les mulets ont disparu des sentiers de la montagne.

Les jeunes générations ne peuvent comprendre les regrets des anciens alpinistes qui, là comme ailleurs, voient peu à peu mourir les témoins d'une jeunesse qui, par essence même, ne put être qu'heureuse.

La montagne s'équipe, et les refuges sont reconstruits par notre Club : Albert 1^{er}, Couvercle, Grands Mulets, Goûter. Demain, Leschaux, Argentière seront rebâtis. L'ambiance pratiquement inconfortable et parfois doucement « crasseuse » n'est plus de rigueur. Il y a des douches et des lavabos à 4.000 mètres !

Le déploiement grandiose des remontées mécaniques fait du « Toit de l'Europe » une montagne cernée par le progrès des hommes :

Après le Brévent, la Flégère, Charamillon, le col de Voza, l'Aiguille du Midi, le télécabine Midi-Géant, voilà le cirque d'Argentière qui aura son accès facilité par un magnifique téléphérique qui mènera les skieurs en quelques minutes au sommet de l'Aiguille des Grands Montets.

Et le tunnel ! Dans 2 ans il sera terminé. La « Route Blanche » déroulera son ruban de 12 kilomètres de macadam à travers la Vallée de Chamonix.

Les terrains déjà se font rares dans la vallée. Les chalets neufs pullulent. Bientôt la campagne aura complètement disparu et la vallée apparaîtra comme une coquette banlieue, sans ville et sans usine (Dieu merci !) à l'exception des captages de l'E.D.F. sous les glaciers.

Chamonix a changé d'âge. Brusquement, en quelques années, la vallée et la montagne se sont donné une nouvelle vocation : le tourisme. Chamonix se devait de vivre le XX^e siècle quels que soient les regrets que nous éprouvions et qu'éprouvent beaucoup de nos amis chamoniards.

Des centaines d'avions, chaque jour, survolent le Mont Blanc à 10.000 mètres d'altitude.

Et, pendant ce temps, pas à pas, des cordées s'étirent sur les glaciers, et mètre par mètre les grimpeurs s'accrochent aux parois.

De vastes espaces de solitude s'offrent cependant encore aux alpinistes. Mais leurs jambes d'hommes du XX^e siècle ne les engagent que rarement à des courses lointaines : des centaines de cordées au Peigne et à l'Aiguille du Midi, à quelques minutes du téléphérique. Par contre, pas une cordée au Doient, à 10 heures de marche d'approche.

Que les uns espèrent, et que les autres se rassurent ! Selon le mot de notre ami Frison Roche « C'est toujours l'alpinisme qui impose sa loi à Chamonix ». Mais aussi quel alpinisme ?

Jean-Paul GARDINIER



St-Guilhem-le-Désert.

L'œuvre " montagnarde " de

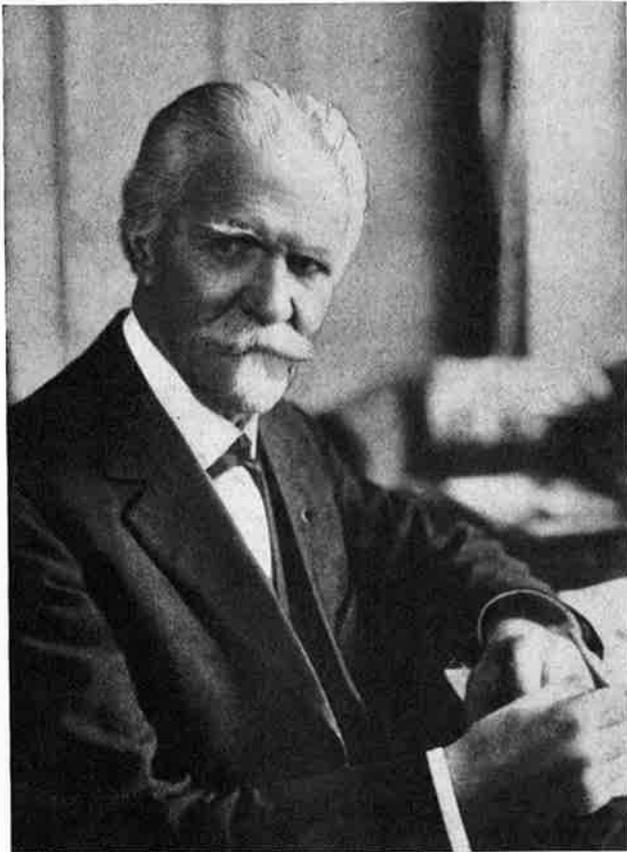
Vincent d'Indy

MARIE GARDONI

ENNEIGÉE ou verdoyante, calme ou tourmentée, la montagne, qu'elle soit pic du Midi ou Mont Aigoual, attire toujours les hommes épris de liberté. Elle ne déçoit pas ceux qui cherchent leur plaisir dans la lutte, dans la joie de vaincre un corps qui retrouve force et entrain devant les merveilles qu'elle leur offre. Si elle est l'amie des sportifs, elle compte aussi un grand nombre d'admirateurs qui ne s'attachent pas aux sommets mais aiment à les chanter. On peut trouver maints vers et romans à la gloire de la Montagne. Elle y est tout à tour cadre ou héroïne. Les compositeurs, eux aussi, ont voulu célébrer l'attrait de la montagne. Parmi eux Vincent d'Indy, l'amoureux des Monts cévennois. Bien que né à Paris, Vincent d'Indy eut très jeune le culte de la Montagne, principalement des Cévennes. Il était d'une famille d'ancienne noblesse; dès 1589 ses ancêtres étaient fixés dans les Cévennes. Vincent d'Indy connaissait fort bien l'histoire de ses aïeux dont il découvrit le berceau à l'âge de quatorze ans. Ce berceau, le manoir de Chabret (Ardèche), impres-

sionna vivement le jeune d'Indy qui lui est toujours resté très attaché. Charmé par ces lieux pleins de souvenirs, le jeune compositeur fit construire un château Renaissance aux Faugs, près de Chabret. Les travaux débutèrent aux alentours de l'année 1880; dès l'année suivante, d'Indy terminait son Poème des Montagnes. Ce poème symphonique pour piano est la première de ses œuvres où il chante ses chères Cévennes; nous assistons à la promenade sous les pins et les hêtres du jeune compositeur qui veut unir dans son œuvre la montagne et la musique qui la décrit si bien. Cet admirateur de la montagne cévenole passe de longs moments en promenade dans ces lieux qui l'enchantent. Ces lieux deviennent bien vite pour lui une riche source d'inspiration; devant cette Montagne, celui que l'on a qualifié d'austère et de grave, s'émeut. Ainsi naquirent des pages pleines d'une merveilleuse sincérité dans lesquelles d'Indy met tout son cœur de montagnard. Parlant de Jour d'Été à la Montagne, le compositeur déclare qu'il évoque là des impressions; dans ce tryptique pour orchestre,

il décrit successivement trois moments de la journée, une journée ensoleillée dans les Cévennes. Si la forme de cette œuvre n'est pas rigoureusement celle de la symphonie, on a coutume de penser qu'elle est la « pastorale » de d'Indy; en effet, on peut y retrouver les oiseaux, la danse des paysans, l'orage, l'action de grâces. Il est curieux de noter les lieux où l'on situe habituellement ses deux œuvres; pour Beethoven, il est convenu de songer aux environs de Vienne en Autriche, mais rien ne vient confirmer ces suppositions. Pour d'Indy, le problème est tout autre, même si le compositeur français n'avait pas proclamé son attachement au pays cévenol; les thèmes et tous autres matériaux signent la source à laquelle a largement puisé d'Indy. En effet, d'Indy n'a jamais cherché à nier qu'il employait des « matériaux empruntés ». Dans Jour d'Été à la Montagne il utilise une antienne grégorienne et le chant des oiseaux qu'il a noté dans les montagnes qui entourent son château. Dans cette page, le compositeur décrit ces montagnes qu'il connaît si bien.



Vincent D'INDY.

Comme la plupart des œuvres de cette époque, Jour d'Été se ressent de l'influence de Debussy; elle reste de coupes traditionnelles, car d'Indy voulait éviter à ses auditeurs l'inquiétude qu'il ressentait à l'écoute de certaines œuvres.

La description commence au moment où la nuit s'achève et ne prend fin que lorsque le jour cède à la nuit. A son éveil, d'Indy aimait être le témoin de la naissance du jour; c'est au cours d'une de ses promenades matinales qu'il trouva les éléments de ses premières pages : par les traits des bois, les trilles du piano, les trémolos du quatuor, la masse de l'orchestre évoque les frémissements de la nature qui s'éveille. Puis les instruments à vent, les trompettes en particulier, éclatent : la nature a atteint son plein épanouissement, le promeneur l'admire, médite, c'est le second volet du tryptique. Les échos d'une fête populaire parviennent aux oreilles du promeneur; pour l'évoquer, d'Indy a utilisé les chansons folkloriques qui égayaient les fêtes du 15 août, en particulier « La belle se promène ». Mais voici le soir, la méditation du promeneur se transforme en prière symbolisée par la reprise du thème de plain-chant, mais exposé en un large développement. Le rythme a la souplesse des pensées du promeneur; le si majeur devient do mineur et évoque parfaitement la nuit. Cette œuvre est avant tout descriptive et sa plus grande qualité réside dans sa sincérité, la véracité de chaque paysage évoqué.

Si ces deux œuvres ne sont que rarement jouées, la Symphonie sur un Chant Montagnard Français est connue de tous plus encore sous le nom de Symphonie cévenole. Elle est un chant à la gloire des Cévennes, chant vivant éclatant. Le compositeur avait un véritable besoin d'écrire cette œuvre,

cri de vérité. Commencée à la fin du printemps 1886, les Concerts Lamoureux en donnaient les premières auditions les 20 et 27 mars 1887. Cette rapidité parle en faveur de la sincérité de d'Indy; trait dominant de ce grand maître qui, à l'âge de soixante ans, enthousiasmait les élèves du Conservatoire qui, pourtant, avaient relevé certaines fautes de détail, par d'éblouissantes interprétations de ses œuvres.

L'âme de l'œuvre, un chant populaire de l'Ardèche, se trouve plusieurs fois transformée par les combinaisons rythmiques qui la laissent pourtant toujours reconnaissable. Ces pages à la composition solide, à la maîtrise éclatante, sont l'image des rudes paysans dont elle restitue par instant les pas lourds, mais solides.

Cette œuvre pour orchestre et piano est sans doute le chef-d'œuvre de d'Indy; extrêmement cloisonnée, elle garde pourtant une magnifique unité grâce à la reprise du même thème au début de chacune de ses parties. D'Indy avait entendu cette belle mélodie au cours d'une de ses promenades à Fauqs chantée par une voix lointaine, elle le séduisit et il la nota. Sa richesse autant que le vif désir du compositeur de chanter ces grandes montagnes, entraîna d'Indy à écrire rapidement cette œuvre qui devait être jouée six mois après avoir reçu sa dernière note. Elle fut acclamée, mais devait attendre 9 mois avant d'être reçue très froidement par un public méfiant, dans l'enceinte du Conservatoire. D'Indy avait une préférence pour la dernière partie où l'atmosphère paysanne est parfaitement rendue. On retrouve dans cet aveu le plus cher désir du compositeur : faire connaître à tous son amour, son admiration pour ces Cévennes si chères à son cœur.

MARIE GARDONI.

ARDECHE! Ce nom chaud, sauvage nous attirait depuis longtemps et pour notre traditionnelle randonnée de Pâques dans le Midi, nous avions décidé de voir jusqu'à quel point il était évocateur...

C'est ainsi que la collective au grand complet se retrouva, au petit matin, sur les grèves de Saint-Martin, pour contempler dans les eaux de l'Ardèche, le reflet d'Aigues, à cette heure doré comme un pain chaud. Juché au balcon au-dessus de la rivière, le village doit son nom à la lame de roc aiguë de son donjon.

Un temps de fiânerie moyennageuse et déjà nous nous hâtons d'aller verser notre tribut aux curiosités touristiques dûment homologuées. Sur les panneaux que nous rencontrons, nous pouvons lire non pas « Orgnac », ses salles, ses stalagmites... », mais « Orgnac : ses trois étoiles Michelin ».

Le célèbre aven mérite d'ailleurs entièrement sa réputation. Ses concrétions y sont fort variées de taille, de forme, de couleur.

Quant au Bois de Païolive dont le nom exhale un fumet de cuisine provençale, on n'y trouve point d'oliviers mais un maquis de buis et de chênes verts masquant souvent les rochers calcaires qui sont parfois d'assez petit format, il faut bien l'avouer.

La partie la plus intéressante du Bois est incontestablement la Corniche de Chassezac : le GR 4 y domine d'une centaine de mètres la rivière qui semble flotter dans son canyon comme dans un vêtement trop grand.

De la faille assez spectaculaire de la Gleyzasse, nous cherchons vainement à rejoindre l'Ermitage Saint-Eugène, à l'autre extrémité du Bois de Païolive, mais les sentiers numérotés n'existent que sur les cartes du Syndicat d'Initiative ou se perdent dans des broussailles inextricables. Nous continuons donc à suivre le G.R. 4 qui se donne des airs « d'auto-pédestre » et nous ramène assez vite à la route.

Une belle descente nous conduit aux Vans, tapis au pied de la Serre de Barry.

Le paysage a changé brusquement : le calcaire a fait place au grès et le chêne vert au pin. La route serpente entre de beaux villages roses à toits de lauzes brunes : Les Sielves, Seyras. Puis, à mesure qu'elle s'élève, offrant des vues lointaines sur des successions de « serres » mauves au profil aigu, la solitude reprend ses droits et nous débouchons enfin sur un plateau désertique.

A un croisement de routes, deux maisons de granit sombre surgissent, aussi trapues, bourruës et austères l'une que l'autre. C'est le « hameau » de Peyre où s'amorce le sentier de Thines, l'étape de ce soir du groupe campeur.

« Pour descendre à Thines? c'est facile, vous n'avez qu'à suivre les poteaux » nous déclare un berger. Mais justement, il n'y a que ça, des poteaux, sur ce plateau désert : électriques, téléphoniques..., si bien que le groupe commence à descendre allègrement dans une autre vallée que celle de Thines! Enfin, voilà les bons poteaux, le sentier... qui se perd bientôt dans la roncaille et la broussaille. Obscurité totale, descente au jugé. Thines se laisse désirer! « Depuis le temps, on devrait distinguer des lumières! — Peut-être que le village est complètement abandonné? — Je t'assure que nous nous sommes trompés de ravin ». Bref, l'optimisme règne.

Enfin, des murs fantomatiques. Un volet claqué « Qui va là? ». Depuis les Camisards, la confiance ne règne pas dans les villages cévenols. Lorsqu'on s'est assuré que nous n'étions pas des Dragons du Roy, elle renaît tout de même : « Ah! vous voulez aller à l'Artisanat? C'est plus bas, en dessous de l'église. Entrez et servez-vous! ».

Et c'est ainsi que nous découvrons le Centre Artisanal de Thines, installé dans une maison cévenole caractéristique, avec ses murs de granit sombre, ses petites ouvertures, son porche, son toit bas de pierres plates. L'intérieur est une sorte de musée ethnographique vivant où se mêlent meubles et objets anciens dont un curieux modèle de « crampons » à longues pointes (sans doute utilisés jadis par les gens du pays) et aussi créations récentes du Centre Artisanal.

ARDÈCHE PASCALE

HUGUETTE ÉCOLE

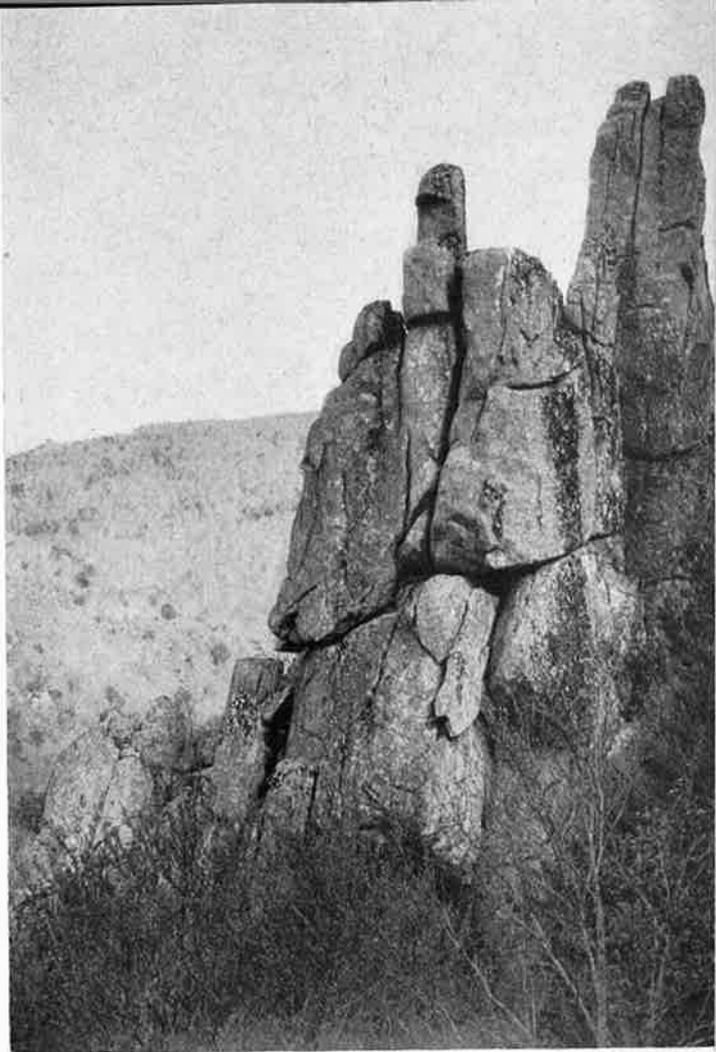
Nous sommes seuls, ce soir, au Centre Artisanal et notre veillée toute intime autour de l'âtre restera l'un de nos meilleurs souvenirs de Thines.

Le matin suivant est consacré à une longue flânerie dans le village d'où se dégage une extraordinaire « atmosphère ». Certes, le paysage est rude, austère, malgré le soleil : une vallée aux pentes grises, quelques maisons de granit foncé, plus ou moins en ruines, juchées sur un éperon...; quant à l'église romane qui les domine, les puristes feront peut-être la fine bouche devant son linteau érodé et son tympan trop neuf. Un site, une atmosphère... Thines est pourtant plus encore que cela. Thines, c'est aussi un drame humain, celui du dépeuplement, du manque de ressources. Le village ne compte plus que sept habitants, accrochés à leur roc et à leurs traditions. Un peu de seigle, des châtaignes, du lait de chèvre ? Comment vivre avec si peu de moyens dans une vallée aussi perdue ?

Cependant, si Thines n'est pas triste, c'est qu'il est aussi un acte de foi, celui d'Huguette Nicolas, l'animatrice du Centre Artisanal, qui empêchera sans doute le village de se vider de ses derniers habitants : par exemple, ce vieux paysan plein d'esprit, qui vient bavarder longuement avec nous : « Vous autres, Parisiens, vous voulez tout avaler en trois jours... ». « Il fait la bête, ce téléphone... ». Car le téléphone, celui-là même dont les fils nous ont permis d'atteindre Thines hier soir, vient de sonner. A Loubaresse, M. Gleyze (conseiller général de l'Ardèche et... randonneur infatigable) nous attend pour nous accompagner sur le chemin du Tanargue et se demande ce que nous faisons... Nous lui avouons que nous avons succombé aux charmes de Thines et lui promettons de le rejoindre rapidement. Mais, tout en remontant vers Peyre, nous ne cessons de jeter des regards derrière nous, vers la petite plate-forme rocheuse où le village s'amenuise peu à peu...

Ayant atteint le plateau, nous poursuivons vers le nord et traversons d'immenses déserts, parsemés çà et là de chaos granitiques, presque bretons d'aspect. Un unique village bâti sur l'un de ces chaos : c'est le Petit Paris ! Pourtant, quelques toitures neuves nous montrent que ces étendues sauvages sont moins pauvres qu'il n'y paraît. L'élevage du mouton est d'un bon rapport et les problèmes qui se posent ici sont plus sociaux qu'économiques : les hommes célibataires ne trouvent pas de femmes qui acceptent de partager leur vie !

Mais voici que toutes ces constatations vont bientôt s'animer pour nous : pour quelques heures, l'Ardèche ne sera pas seulement cette carte en relief, cette succession de « serres » aiguës et de vallées ravonnées que nous contempions depuis le Col de Meyrand, mais elle va s'incarner dans un homme, M. Gleyze. Grand marcheur malgré ses 85 ans, il nous accompagne sans effort au Signal de Coucoulude, en regrettant que les nuages nous empêchent de voir les Alpes, au-delà de la Vallée du Rhône. Connaissant admirablement tous les itinéraires pédestres de la région, il nous a préparé une carte détaillée du Tanargue dont il arpente encore il y a quelques années la longue crête, trop longue pour que nous la parcourions tout entière aujourd'hui.



Monolithes Cévenols.

Sur le beau chemin de corniche qui nous mène à Coucoulude, ce n'est pas seulement le passé de l'Ardèche que M. Gleyze ressuscite pour nous, mais aussi son présent. Edile soucieux de la modernisation de son département, il nous fait part des difficultés de l'économie ardéchoise et surtout cévenole : la fermeture de mines, la disparition de l'élevage du ver à soie et le déclin consécutif des petites usines textiles de la région, mais aussi de ses aspects positifs : le développement de l'élevage du mouton, le boisement (parfois cependant entrepris d'une façon un peu hâtive, nous dit-il), et de ses espoirs : les progrès du tourisme et la création du Parc National des Cévennes qui a pour but non seulement de protéger la flore, la faune de la région, mais aussi de rénover l'artisanat et l'agriculture, tout en maintenant les traditions, les types d'habitat, etc... Et ainsi, tout en devisant au milieu des hêtres et des sapins, il nous semble pénétrer toute la richesse humaine de l'Ardèche.

Mais déjà, il nous faut abandonner la « Cévenne » pour notre second rendez-vous avec l'Ardèche calcaire. Le groupe hôtel s'arrête à Vogüe et le groupe campeur poursuit jusqu'à Balazuc, où une grange l'accueille.

Balazuc est un vieux bourg où tout respire le moyen-âge, les restes de remparts, les ruelles voûtées..., mais qui est surtout extraordinaire par son site : le village s'enroule en quelque sorte autour d'une falaise qui porte quelques maisons, tandis que les autres se laissent glisser jusqu'à l'Ardèche. Puis, nous gagnons Pont d'Arc, le célèbre jambage qui se montre digne de sa réputation, sous un soleil radieux, malgré la présence de quelques transistors... A pied, nous atteignons Chames, dernier village avant le canyon. L'atmosphère est bucolique :

prairies vertes, peupliers, arbres en fleurs, et l'Ardèche a des allures de rivière normande, un peu plus frétilleuse seulement par endroits. Puis, des escarpements surgissent : l'Aiguille, le Rocher des cinq fenêtres, autour duquel se love la rivière, et sur l'autre rive, la grande paroi rousse de Charmassonet. A leurs pieds s'étendent de grandes plages de sable et où pousse une végétation étrange, mi-méditerranéenne avec ses genévriers, son thym et sa lavande en fleurs, mi-atlantique avec ses roseaux géants et son herbe verte. Après Charmassonet, nous rencontrons un bassin tout aimable où nous flânons, sur des bancs de sable. Gouquette, l'Ardèche se fait douce et tendre, avant de nous opposer un peu plus tard une fin de non-recevoir sous la forme d'une falaise tombant à pic sur l'eau. Les plus courageux franchissent une barre rocheuse, pour remonter sur les crêtes, tandis que le gros de la troupe revient sur ses pas et trouve un chemin qui, après avoir musardé dans un vallon assez monotone, émerge enfin sur le plateau aux maigres cultures, curieusement appelé « gras ». Et nous atteignons ainsi, Saint-Remèze-Cathédrale, ainsi nommé non point à cause de la présence d'un chef-d'œuvre de l'art gothique, mais parce qu'à 6 kms de là se dresse le rocher de la Cathédrale ! Vallon ayant annexé le Pont-d'Arc, Saint-Remèze, jaloux, n'a pas voulu être de reste. Petite querelle de... clocher, évidemment ! Sentant l'écurie, notre car traverse en trombe le bois de Laoul, dévale vers Bourg-St-Andéol et, emporté par l'élan, dépasse Orange, où nous devons reprendre le train, de quelques kilomètres ! Mais, c'est pour nous réserver la surprise d'un dîner impromptu et légèrement farfelu chez le « routier » de l'endroit qui se trouve aussi être un relais de Châteauneuf-du-Pape.



Docteur
Georges
LE BIDEAU

Glaciers du Tour et de Trient. L'Aiguille du Tour.

LA pratique des sports de montagne, sous ses aspects les plus divers -- marches d'approche et courses, raids à ski, randonnées d'été, voire activités spéléologiques -- soulève maintes questions de physiologie et de nutrition (*). Vous savez, mieux que personne, comment votre organisme est soumis à de rudes épreuves : la marche et le portage, la tension nerveuse que nécessite l'escalade, les variations subites de la température extérieure et, dans certains cas, une raréfaction notable de l'oxygène atmosphérique, ne vont pas sans provoquer de sérieuses réactions de défense et d'adaptation qui, en définitive, seront favorables à la santé si vous avez pris soin de doser judicieusement votre effort en fonction de votre degré d'entraînement; et, dans ces conditions, vous comprenez comment il faut songer à fournir à la machine humaine le combustible nécessaire, et ceci d'une manière appropriée, en quantité et en qualité. L'alimentation, dans les sports de montagne, constitue d'ailleurs un problème aisément surmontable. Chacun de vous le résoudra facilement à condition d'observer, de réfléchir, de ne pas souscrire aux idées toutes faites et, bien entendu, de se documenter. Deux catégories de conseillers vous compliqueront singulièrement la tâche : le théoricien intransigeant, enclin à instaurer une manière de « dirigisme alimentaire » et qui veut distribuer en fonction de « formules » aussi rigides que discutables, les éléments nutritifs. A l'opposé, l'empiriste forcené qui n'a foi que dans ses recettes personnelles et tient pour inutile toute base théorique. Evitez ces deux tendances. En joignant judicieusement à beaucoup de pratique quelques indispensables notions de diététique,

(*). J. Rivolier, Médecine et Montagne. Arthaud, éditeur.

vous obtiendrez d'excellents résultats, qu'il s'agisse de préparer les rations alimentaires d'une cordée, le ravitaillement de tout un camp, voire d'une expédition à l'Himalaya ou bien ailleurs...

Une alimentation judicieusement conçue constitue une prévention sérieuse contre certains incidents ou accidents.

De nombreuses recherches réalisées dans le cadre de la médecine aéronautique ont montré qu'une quantité substantielle de glucides et de sucre dans la ration alimentaire permettait de mieux supporter la raréfaction de l'oxygène atmosphérique, consécutive à l'altitude.

Une invitamination adéquate (vitamine C et complexe vitaminique B) s'avère être une prévention efficace contre la fatigue musculaire et ses manifestations (crampes, courbatures).

Un apport calorique approprié limite la fréquence des états d'épuisement (dont les ports de montagne ont malheureusement l'apanage).

Les corps gras alimentaires, précieux pour les sports de fond, aident, cela est bien connu, à lutter contre le froid.

Une ration suffisante d'eau et de sels minéraux (chlorure de sodium) est le moyen le plus facile et le plus efficace de prévenir à la fois les crampes, le coup de chaleur et la déshydratation, le mal des montagnes.

Nous pouvons donc affirmer que, jointe à des mesures générales d'hygiène sportive (sommeil, entraînement), une diététique rationnelle, en contribuant à maintenir la forme physique, apparaît comme un indispensable facteur de sécurité.

APPRENEZ A DEFINIR
VOS BESOINS

De même que la consommation d'une automobile se chiffre par litres d'essence aux 100 kms, la dépense d'énergie de l'organisme s'exprime en calories par 24 heures.

Pour fixer un ordre de grandeur, on admet que sous nos climats un adulte dit « de référence » consomme chaque jour un peu moins de 3.000 calories.

I. — LA DEPENSE ENERGETIQUE
S'EXPRIME EN CALORIES

La dépense énergétique est d'abord fonction des « frais généraux de l'organisme », c'est-à-dire les calories nécessaires pour la digestion, le maintien d'une température constante qui correspondent à la dépense de base; elle dépend ensuite de la nature du travail effectué. Dans les sports de montagne par exemple, elle est fonction :

- de la difficulté d'une course;
- de la température extérieure (le froid augmente la dépense);
- de l'entraînement physique (un sujet bien entraîné a un bon rendement et, de ce fait, consomme moins);
- du poids corporel (pour un même travail, la dépense d'un sujet de 50 kg ne saurait se comparer à celle d'un sujet de 85 kg),
- de nombreux autres facteurs individuels. Il est, bien entendu, impossible en dehors de certaines conditions expérimentales, de chiffrer exactement la dépense calorique sur le terrain; on ne peut que l'évaluer très grossièrement.

L'ALIMENTATION

EN

MONTAGNE

II. — LES RESERVES ENERGETIQUES

L'organisme humain possède des réserves d'énergie dont il faudra, de toute façon, tenir compte dans l'établissement des rations alimentaires. Les réserves de sucre (glycogène du foie et des muscles) représentent une masse immédiatement utilisable de 2.000 calories environ. Quant aux réserves de lipides (masse grasse corporelle), elles peuvent représenter plusieurs milliers de calories (une réserve de graisses de 8 kg, par exemple, équivaut à plus de 70.000 calories).

On peut d'ailleurs actuellement, à l'aide de techniques relativement simples, donner une évaluation suffisamment précise de l'adiposité d'un sujet, donc de ses réserves énergétiques théoriquement utilisables.

III. — LA VALEUR ENERGETIQUE DES ALIMENTS SE CHIFFRE EN CALORIES

En annexe à ce texte, vous trouverez une table de composition des aliments qui vous donnera toutes précisions sur leurs valeurs caloriques; nous avons d'ailleurs fait figurer dans cette table les aliments que vous aurez plus fréquemment l'occasion d'emporter en montagne, à savoir les produits industriellement élaborés.

IV. — COMMENT FIXER LA TENEUR CALORIQUE DES RATIONS?

De tout ce qui vient d'être dit, il ressort que pour fixer la valeur calorique des rations de montagne, il est nécessaire de tenir compte, non seulement de la dépense supposée, mais aussi des réserves. Ceci explique que l'on peut, durant quelques jours, établir un bilan calorique déficitaire. Par exemple pour une dépense supposée de 4.500 calories par 24 heures, on peut prévoir sans aucun inconvénient 2.800 calories; le reste sera prélevé sur les réserves. L'expérience prouve que, en de nombreux cas, cette formule est même préférable : la digestion d'une grande quantité d'aliments et une activité musculaire intense sont deux fonctions que l'organisme peut difficilement mener de front.

Le tableau ci-dessous indique, en fonction de la durée de « l'opération », le nombre de calories que l'on peut prévoir pour des rations alimentaires :

	Teneur calorique des rations	
	Jours	
Solutions extrêmes (survie)	1 à 3	1.000 à 1.500 calories par 24 heures.
	7 à 9	2.000 à 2.500 » » »
Solutions optimum	1 à 3	2.500 à 3.000 » » »
	7 à 9	3.000 à 3.500 » » »

Il est bien évident que le tableau ci-dessous tient compte des besoins moyens; il est très important de savoir que certains individus ont des besoins alimentaires considérables et il faudra savoir respecter cet appétit particulier par des rations caloriques appropriées, sous peine d'incidents parfois graves (hypoglycémie).

V. — REPARTITION DES CALORIES ALIMENTAIRES

Pourquoi évaluer l'alimentation en calories plutôt qu'en grammes? La réponse est assez simple; tous les aliments n'ont pas une valeur calorique identique; d'abord parce qu'ils contiennent plus ou moins d'eau, en second lieu parce que les nutriments qui entrent dans leur constitution ne dégagent pas dans l'organisme la même quantité de calories.

La table de composition des aliments jointe à ce texte vous donnera toutes précisions sur ce sujet.

Les protides, encore appelés albuminoïdes ou aliments azotés, donnent 4 calories par gramme, comme du reste les glucides (appelés aussi sucres ou hydrates de carbone); les lipides, nutriments que l'on trouve dans les corps gras, ont la valeur calorique la plus forte, puisqu'ils dégagent 9 calories par gramme.

L'organisme a des besoins spécifiques et l'on concevra aisément que protides, lipides ou glucides ne sauraient sans danger être substitués les uns aux autres dans la proportion des calories qu'ils dégagent. Ainsi, par exemple, les protides restent toujours indispensables dans la ration car, outre leur rôle énergétique, ils servent de « matériaux de construction ou de réparation » en contribuant à maintenir en bon état la masse musculaire de l'organisme.

On sait très schématiquement d'autre part que, du point de vue de la digestion ou de l'assimilation et de l'utilisation énergétique, l'énergie des lipides et des glucides ne se dégage pas avec la même vitesse.

VI. — LE BESOIN EN EAU

Assurer en montagne une quantité d'eau suffisante constitue un impératif fondamental. On sait que, du fait de la sécheresse de l'air en altitude et de l'hyperventilation pulmonaire résultant de l'effort physique, la déshydratation peut devenir extrêmement importante. Cette déshydratation est peut-être un des éléments dans l'opération du mal de montagne; aussi peut-on considérer qu'un apport suffisant en eau constitue une prévention très réelle entre ce syndrome. Mais ici encore l'organisme possède des réserves d'eau, et ce qui compte surtout, c'est la quantité globale d'eau ingérée en 24 heures. Sauf cas particulier, il n'y a pas d'inconvénient à rester 2 ou 3 heures sans boire; l'expérience prouve même que l'ingestion d'eau fraîche au cours des marches d'approche en plein soleil « coupe littéralement les jambes », et ceci s'explique d'ailleurs très facilement du point de vue physiologique.

Ceci posé, 4 à 5 litres d'eau par 24 heures sont parfois nécessaires en montagne, et souvent il ne faudra pas hésiter à exiger de vos compagnons qu'ils ne descendent pas au-dessous de ce chiffre, quitte à les obliger à évaluer par un moyen ou par un autre la quantité de liquide qu'ils absorbent.

CHOISISSEZ VOS ALIMENTS

Les conditions de déplacement en montagne font qu'il n'est pas toujours possible d'établir son alimentation en fonction de ses goûts personnels. Surtout en cas de déplacement prolongé, des problèmes, tels que le poids et le volume, la conservation des aliments, doivent être résolus.

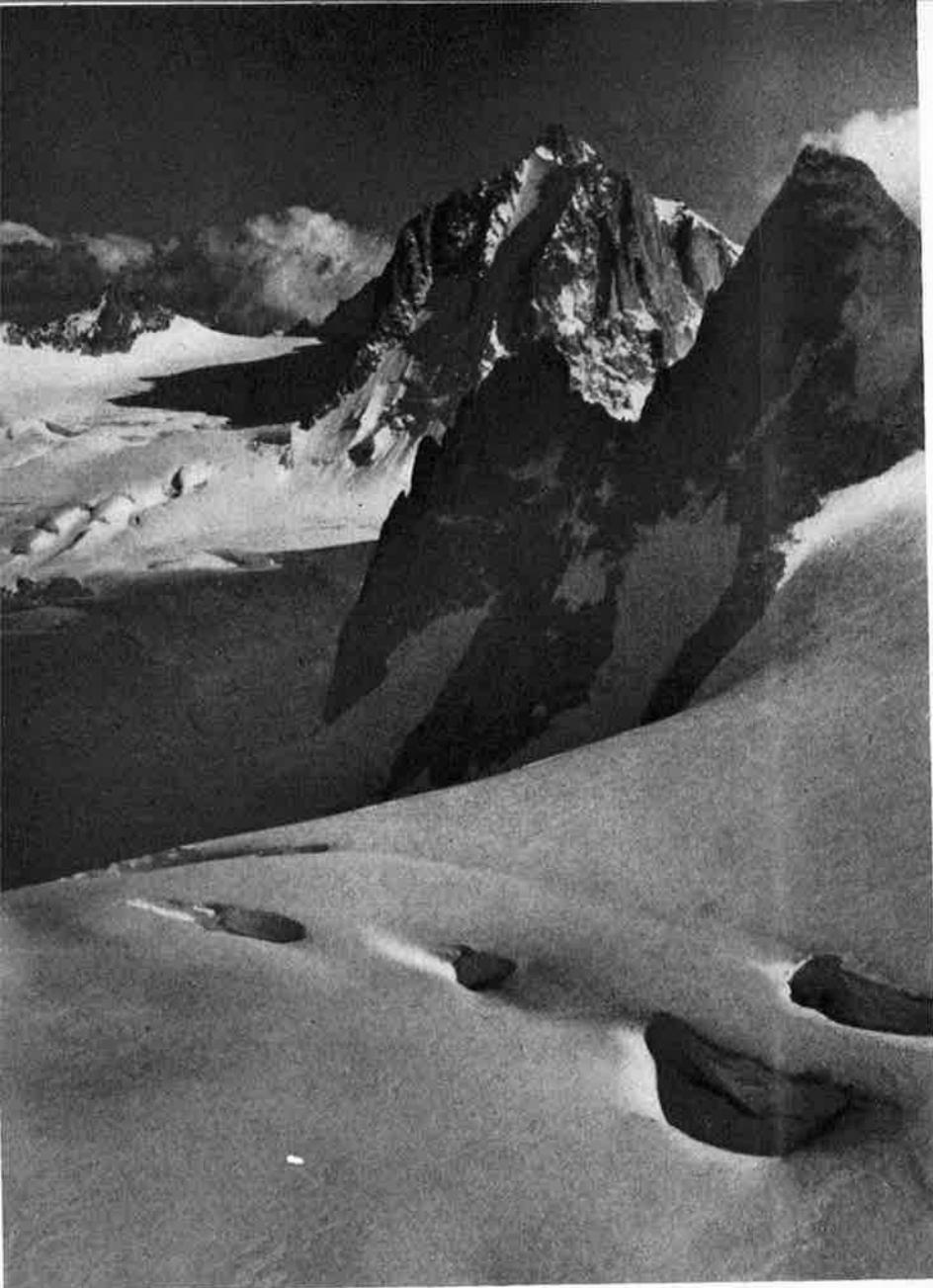
I. — LES IMPERATIFS MATERIELS

Il est donc nécessaire de tenir compte grandement de la place disponible dans le sac, compte tenu que l'on a bien d'autres choses à transporter (matériel de montagne, vêtements de rechange, etc...). Dans le cas où, du fait d'un déplacement prolongé ou encore d'une côte difficile pour laquelle vous devez vous alléger au maximum, on peut être amené à réaliser des rations alimentaires les moins encombrantes possible en jouant véritablement sur 3 éléments :

-- la teneur en eau : sous forme déshydratée, un aliment pèse moins tout en apportant le même nombre de calories; pour donner un exemple, 12 g. de lait en poudre ont la même valeur calorique que 100 g. de lait frais;

-- la richesse en graisses : les lipides apportant pour un même poids 2 fois plus de calories que les autres nutriments, leur emploi en assez grande quantité s'avérera infiniment précieux;

-- l'ajustement calorique : nous avons vu précédemment comment une légère restriction calorique pouvait, compte tenu des réserves de l'organisme, être parfaitement supportée.



La Tour Ronde.

Pour vous donner un exemple de ce que l'on peut faire dans ce domaine, nous avons vécu pendant 9 jours avec des rations quotidiennes pesant 400 g., chiffrant 2.000 calories et dont l'encombrement n'excédait pas la valeur de 3 grandes boîtes d'allumettes de cuisine. Au cours de ce raid, en mauvaise saison, dont une grande partie s'est faite sans skis dans la neige fraîche, nous devions transporter en tout des sacs de 15 kg permettant de vivre pratiquement en autonomie.

Cet exemple n'est sans doute pas à rééditer, mais vous montre que l'on peut attendre beaucoup de la machine humaine.

On ne saurait toutefois trop vous recommander, dans une évaluation de vos propres besoins, de procéder prudemment, en évitant de choisir des solutions trop excessives.

II. — LE MAINTIEN DE L'EQUILIBRE ALIMENTAIRE

Même si vous êtes appelé à confectionner des rations en tenant compte, d'une manière très serrée, des impératifs poids et volume, il vous faudra respecter certaines données relatives à l'équilibre alimentaire : Pour des rations de 24 heures :
 -- la teneur en protides ne doit pas être inférieure à 60 g ;
 -- la teneur en lipides sera en moyenne de 120 g, mais lorsque la température est froide, on pourra l'augmenter jusqu'à 150-160 g ;
 -- La teneur en glucides pourra être considérablement augmentée si vous devez vous déplacer à très haute altitude. Dans ce cas, le sucre et les aliments sucrés devront avoir une place prédominante dans la ration.

Quelles que soient les solutions que vous serez amené à adopter pour le choix de vos rations alimentaires, vous devez toujours avoir présente à l'esprit la nécessité de diversifier vos aliments; la diversité est, en effet, le premier pas vers l'équilibre. Pour la confection des rations de montagne, cette variété dans les aliments est rendue possible grâce aux produits élaborés par l'industrie alimentaire, qu'il s'agisse des conserves, des corps gras ou des aliments déshydratés. Ces industries ont fait de tels progrès techniques que leurs produits offrent absolument toute garantie : valeur nutritive, hygiène et, ce qui n'est pas négligeable, gastronomie. En choisissant, pour une ration alimentaire de 24 heures, au moins un représentant parmi les 6 groupes de la classification de la S.S.H.A. (*), ou plus exactement son équivalent, vous êtes pratiquement sûr de respecter un certain équilibre.

GRUPE I	Produits animaux riches en protides de haute valeur biologique.	Conserves de viande, de poisson, charcuterie, bouillon déshydraté.
GRUPE II	Produits laitiers.	Laits concentrés, laits en poudre, fromages.
GRUPE III	Corps gras riches en calories lipidoques.	Margarine, lard, fruits oléagineux (amandes, arachides...).
GRUPE IV	Céréales, féculents, et tous aliments riches en calories glucidiques.	Biscuits salés et sucrés, pâtes, riz, flocons d'avoine...
GRUPE V	Légumes et fruits crus.	Difficile à représenter dans une ration de montagne.
GRUPE VI	Légumes et fruits crus.	Conserves de légumes et de fruits, potages deshydratés.
GRUPE DIVERS	Produits maltés et chocolats, sucres.	

III. — LES VITAMINES

Les produits industriellement élaborés sont préparés de façon telle que leur teneur en vitamines soit satisfaisante. Toutefois, le manque de crudités risque d'entraîner un certain déficit en vitamines C. Ces dernières années, une très grande quantité d'alpinistes a pris l'habitude de s'invitaminer très largement, non seulement pendant la saison de montagne, mais bien souvent aussi quelques jours avant le départ. Bien que ces questions soient assez controversées, une telle invitamination nous paraît, en définitive, assez importante. Elle pourra être réalisée en pratique en faisant appel aux spécialités suivantes :

- Vitamine C : Vitascorbol (tamponné ou non). Laroscorbine.
- Complexe vitaminique B : Pentavit.

IV. — LES SELS MINERAUX

On sait qu'une sudation excessive peut provoquer une perte de sodium; ce fait est bien connu dans les pays chauds où se trouve ainsi justifiée l'ingestion de comprimés dragifiés de chlorure de sodium.

V. — PROBLEME SPECIAL DE L'ALIMENTATION PENDANT L'EFFORT

Il peut être intéressant, dans certains cas, d'ingérer au moment même de l'effort ou pendant les courtes poses une quantité d'aliments plus ou moins grande. Il est préférable à ce moment-là d'utiliser des produits sucrés, des oléagineux ou des fruits séchés.

(*) Société Scientifique d'Hygiène Alimentaire.

TABLEAU DE COMPOSITION DES ALIMENTS INDUSTRIELLEMENT ELABORES (*)

(conserves, corps gras, aliments déshydratés)

POUVANT ENTRER DANS LA COMPOSITION DES RATIONS DE MONTAGNE

(cette composition est donnée pour 100 g. de produit)

Groupes	Aliments	Protides	Lipides	Glucides	Calories	
I	Corned beef	25	12	—	208	
	Bœuf en gelée	21	7	—	147	
	Poulet en gelée	30	8	—	192	
	Jambon	16	19	—	235	
	Pâté de foie en boîte	16	22	—	266	
	Saucisson	29	41	1	488	
II	Thon à l'huile	24	17	—	249	
	Sardines à l'huile	20	33	—	377	
II	Laits concentrés sucrés	9	10	54	342	
	Lait en poudre entier « France-Lait »	27	26	39	510	
	Crème de gruyère	18	22	2	278	
	Gruyère	29	30	1	390	
	Hollande	29	25	3	353	
III	Lard gras salé	4	85	—	781	
	Margarine	1	—	83	760	
III bis	Amandes décortiquées	19	54	20	642	
	Noix, noisettes décortiquées	16	63	16	688	
	Arachides décortiquées	26	43	23	582	
divers	Moyenne :	20	55	20	637	
	Chocolat à croquer	5	53	18	571	
	Chocolat au lait	6	33	54	541	
	Cacao	21	28	38	488	
	IV	Pain blanc	7	1	55	257
		Pain concentré	9,5	8	74	406
		Biscuits secs (moy.)	11	9	72	410
		Pain d'épices	9	3	72	354
		Flocons d'avoine	14	5	66	367
		Riz	7	0,5	77	340
Pâtes alimentaires		12	1,5	73	354	
Pommes de terre déshydratées		7	1	82	365	
Ovomaltine		13	9	71	412	
Tonimalt		13	4	83	418	
Chocovo		8	21	60	461	
Nougat lacté		8	16	64	427	
Concrète de fruits		—	—	85	340	
Crème de marrons		1	—	70	284	
Confiture (moy.)		0,5	—	72	291	
Sucre - bonbons	—	—	100	400		
V	Jus de fruit	—	—	9	36	
	Fruits au naturel	—	—	21	84	
	Fruits au sirop	—	—	12	48	
VI	Petits pois en boîte	3,5	0,5	13	71	
	Haricots verts en boîte	1	—	4	21	
	Macédoine de légumes en boîte	2	—	6	30	
	Flageolets en boîte	6	0,5	19	104	
	Tomate concentrée	5	1	18	101	
VI bis	Figues sèches	5	1	62	275	
	Dattes	2	0,5	73	305	
	Pruneaux	3	0,5	66	306	
	Raisins secs	2	—	71	292	
divers	Moyenne :	3	0,5	68	294	
	Potages en sachets « Royco » :					
	— Bœuf	27,5	22,1	8	356	
	— Poulet	23,5	14,6	22	343	
	— Poulet vermicelle	26,5	6,6	43,8	423	
	— Six légumes	24,4	9	48,4	406	
	— Poireaux - pommes de terre	25,6	5	44,8	392	
	— Champignons	24,2	19,4	38,8	392	
	— Oignons	19,4	9	44	389	
	Moyenne :	24,4	12,2	36,6	388	

(*) Avec quelques règles de trois faciles, vous pouvez établir en quelques minutes la teneur calorique de vos rations, à partir des aliments que vous aurez choisis.

POUR RAID A SKI (SANTAMARIA)

Groupes	Aliments	Poids net gr.	Protides gr.	Lipides gr.	Glucides gr.	valeur en calories
I	Thon-sardines ...	60	12,5	16	—	200
	Saucisson	35	8	12	—	140
	Jambon	50	8	9	—	115
II	Lait en poudre ..	40	11	10	15	210
	Gruyère — Hol- lande	100	27	28	—	370
III	Lard	15	1	7	—	70
	Planta	40	—	34	—	305
	Beurre	15	—	13	—	115
III bis	Chocolat au lait .	40	2,5	13	22	215
IV	Pain de seigle ..	100	7	1	51	230
	Biscuits sucrés ..	80	9	7	58	330
	Soma, pâtes, riz .	80	5,5	—	62	270
IV bis	Ovomaltine	30	3,5	2	21	125
	Caramels, dragées.	20	1,5	3	13	85
	Miel - Confiture,	50	—	—	35	140
	Sucre	80	—	—	80	320
VI	Tomate concen- trée	15	0,5	—	3	15
VII	Mélange autri- chien	40	1	—	28	115
divers	Kub	20	3,5	—	9	50
	Lithinés	10	—	—	—	—
	Sel - Thé - Tilleul.	15	—	—	—	—
Poids totaux		935	101,5	155	397	
Calories par principes énergétiques						
		net	conditionné	chiffres arrondis		
				grs	%	
Poids total gr.		935		H O et cendres	280	30
Volume total cm3				Protides	100	10,7
				Lipides	150	16
				Glucides	400	43,3
Calories p. 100 g. .		365				
Calories p. 100 cc. .				Calories		3.400

Cette ration (ou des versions très semblables) a été utilisée ces dernières années par différents groupes d'alpinistes au cours de raids à ski en haute montagne (2.000 à 4.500 m).

UTILISATION

Ces raids étaient effectués par des citadins sans entraînement poussé. Ils s'étaient sur des périodes de 15 jours environ, comportant 4 à 5 jours consécutifs en haute montagne (4 à 10 heures de course par jour), alternant avec des retours en vallée.

ETABLISSEMENT

La ration a été mise au point d'une manière empirique, tenant compte de différentes expériences. Prévue largement, elle a toujours été très appréciée et complètement consommée. Bien que l'occasion s'en soit présentée, ses utilisateurs ne l'ont ni complétée, ni modifiée par des apports extérieurs.

La ration est supplémentée avec 500 mg. de vitamine C.

CONDITIONNEMENT

Un groupe de 4 rations est réparti en 3 paquets : « petit déjeuner » - « dîner » - « course ». Les deux premiers sont consommés en refuge et contiennent les éléments de 3 plats ou boissons chaudes au moins, de préparation rapide. Pour le paquet « course », les aliments répartis en sacs individuels sont consommés pendant la montée et les poses. La conservation de ces paquets est d'environ 15 jours.

REMARQUES

En 1958, cette ration revenait à 850 francs anciens, par homme et par jour (prix demi-gros). Son auteur la considère comme une « ration de luxe, très confortable » assurant une pleine efficacité physique.



Pourquoi vais-je en montagne ?

COLETTE RICHARD

En 1960, après avoir gravi plusieurs 2.000, je décidai de faire de la haute montagne. C'est le 17 août de cette année 1960, qu'accompagnée de mon guide M. Piraly, de St-Gervais, et de l'Abbé Meynet, je foulai la neige du Tondu (3.196 m.), ma première grande victoire. Le 23 du même mois, nous fîmes le Col du Géant; j'ai rarement dans ma vie rencontré d'aussi grand bonheur que ce jour-là en traversant la Vallée-Blanche.

POURQUOI VAIS-JE EN MONTAGNE ?

Je serais tentée de répondre : parce que les montagnes existent, parce que je les aime, parce que moi aussi j'existe et qu'il fallait qu'un jour nous nous rencontrions. Très simplement, je vais en montagne pour mon plaisir, pour me vaincre moi-même, pour éprouver ma volonté, pour me surpasser. Je n'y vais pas pour battre des records de vitesse ou d'altitude, cela ne m'intéresse pas. J'y vais parce que j'aime cette vie merveilleusement belle ! J'y vais également d'un point de vue sportif, pour faire travailler mes muscles, pour prendre l'air, pour me régénérer, pour vivre enfin ! Je vais en montagne tout simplement pour réaliser un de mes rêves les plus chers.

COMMENT FAUT-IL PROCÉDER EN MONTAGNE QUAND ON NE VOIT PAS ?

La montagne est une grande dame avec laquelle il ne faut pas plaisanter; elle est toujours très difficile et très complexe pour une personne qui n'a pas ses yeux. Aussi, pour l'aborder, faut-il une grande patience, beaucoup de volonté, beaucoup d'aimer. Il faut se familiariser avec elle comme avec une personne; il ne faut pas avoir peur, il faut avoir confiance. Confiance en son guide, en ses compagnons de cordée, confiance en la corde, confiance en soi, apprendre à se dominer. Pour le Tondu et le Géant, nous sommes partis doucement, très doucement. Dans la neige, pas de problème; quand la pente se relève, il faut suivre la trace avec les mains (on se sert beaucoup des mains quand on ne voit pas). Dans les moraines, les roches branlantes font perdre beaucoup de temps, car on ne se sent pas en sécurité et à chaque instant l'équilibre est rompu. En école d'escalade, mes connaissances sont assez limitées, mais il faut surtout avoir confiance en la corde, surtout si l'impression du vide se fait sentir (mais cela se passe aussi bien que pour d'autres débutants).

EST-CE PLUS DIFFICILE QUE POUR UNE PERSONNE VOYANTE ? N'EST-CE PAS PLUS DANGEREUX ?

Indubitablement la montagne est plus difficile que pour une personne voyante; elle demande une plus grande dépense d'énergie et une tension nerveuse constante. Je ne pense pas que ce soit plus dangereux pour un non-voyant du moment que celui-ci est

Nous sommes heureux de publier ci-dessous quelques réflexions de notre jeune camarade Colette Richard, atteinte de cécité, qui n'a pas hésité malgré ce lourd handicap à aborder la montagne et l'alpinisme.

Au mois d'août dernier, sous la conduite du guide Piraly, de Saint-Gervais, elle a notamment pu mettre à son actif plusieurs 2000, la traversée de la Vallée Blanche et le « Tondu » (3196 m), celui-ci dans des conditions d'enneigement très défavorables.

Puisse tous ceux de nos jeunes amis qui se découragent trop facilement dans leurs premières années de montagne, comprendre toute la valeur de l'exemple que nous donne Colette Richard.

bien encadré; on prend davantage de précautions : encordé court, la main sur le sac du guide pour ne pas dévier si l'on se trouve sur une arête ou dans un passage difficile; on passe les ponts seuls, à corde tendue, pas de problème. Pour le piolet, les crampons, pas de problème non plus (ne pas craindre de se servir de ces derniers avec excès s'il y a lieu).

EST-CE QUE BEAUCOUP D'AVEUGLES PEUVENT FAIRE DE LA MONTAGNE ?

Cette question est très grave. Je pense que les aveugles doivent aller en montagne du point de vue sportif, pour leur développement physique et leur satisfaction morale. Mais ils devront toujours être accompagnés, très bien encadrés, et se borner aux sentiers muletiers vers les 2.000-2.500. Je pense que seule une très petite minorité peut avoir des chances d'aller plus haut, mais il lui faudra un entraînement intensif. De toute façon, il y a également beaucoup de voyants qui ne feront jamais de haute montagne.

COMMENT PEUT-ON AIMER LA MONTAGNE QUAND ON NE LA VOIT PAS ?

Pour aimer la montagne, il n'est pas nécessaire de la voir; quand on aime un être très cher, il n'est pas nécessaire qu'il parle, sa présence suffit. En montagne, c'est pareil, elle existe, cela suffit. Il y a l'air vif et frais que l'on respire et qui vous fouette le visage. Il y a aussi le suave parfum de la neige.

En montagne, quand on ne voit pas, je l'ai déjà dit, on se sert beaucoup des mains : dans les rochers ou la neige que l'on effleure, que l'on caresse.

Il y a la chaleur et la réverbération du soleil sur la neige (la seule chose que je puisse voir).

Il y a ce que l'on entend : les pas de la cordée dans la neige, les piolets qui crissent régulièrement en s'y enfonçant.

On entend aussi les pierres qui tombent, les petites avalanches, les bruits du glacier.

Il y a surtout l'ambiance exceptionnelle de la cordée ! sa merveilleuse camaraderie ! l'ambiance des refuges ! la poésie de la nuit en montagne quand la cordée s'ébranle avant que le jour ne soit levé. Il y a aussi le silence profond des hautes altitudes. Il y a ce que l'on y sent, ce que l'on y pressent, ce que l'on devine. La joie de vivre dans un élément (où je ne sens chez moi, où je suis reine); la joie de tenir un piolet dans sa main.

CONCLUSION

Mes connaissances très limitées et insuffisantes de la montagne ne me permettent pas de répondre plus longuement à ces questions, ni d'en traiter d'autres. L'alpinisme est un univers immense. Il y aura toujours les cimes infaisables pour les non-voyants, mais, pourquoi ne pas faire ce qui est possible.

QUEL nom merveilleux que ce mot « Alpinisme » ; jamais je ne pourrai dire combien il m'a fait rêver !

Je voudrais, dans ce court exposé, essayer d'analyser, le plus simplement et le plus loyalement possible, quelques-unes des questions qui m'ont été posées au sujet de mes ascensions en haute montagne.

— Qu'est-ce qui m'a donné l'idée de faire de la montagne ?

— Pourquoi vais-je en montagne ?

— Comment faut-il procéder en montagne quand on ne voit pas ?

— Est-ce plus difficile que pour une personne voyante ? N'est-ce pas plus dangereux ?

— Est-ce que beaucoup d'aveugles peuvent faire de la montagne ?

— Comment peut-on aimer la montagne quand on ne la voit pas ?

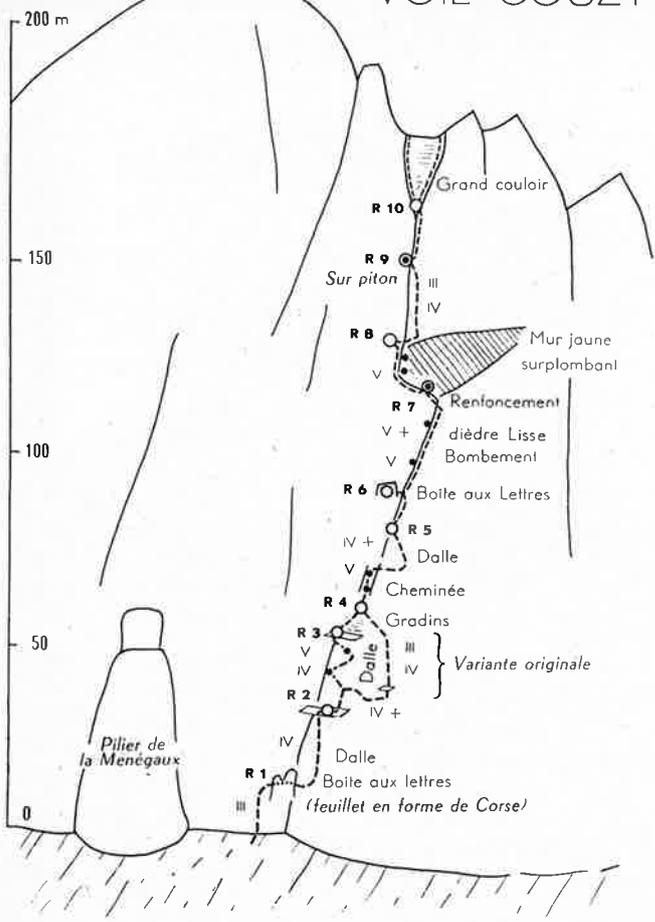
QU'EST-CE QUI M'A DONNÉ L'IDÉE DE FAIRE DE LA MONTAGNE ?

Depuis toujours, j'aime ce qui a trait à la nature et particulièrement aux montagnes. Ma vocation pour l'aventure remonte à mes toutes premières années; en effet, celles-ci se sont écoulées dans l'immense parc de Versailles ou dans ses dépendances. Je passais mes vacances scolaires dans un petit village de la Seine-et-Marne où les collines et les vallons d'une vieille carrière abandonnée me servaient de quartier général. Ecolière, je me passionnais pour la géologie et la géographie.

Plus tard, je vins en montagne pour m'y reposer ou y passer mes vacances; et, depuis ce jour d'août 1953, où en touriste, je posais pour la première fois le pied sur la Mer de Glace, mon rêve de faire de l'alpinisme « en vrai » ne m'a plus quittée. Chaque été, je revins à la montagne où je fis de grandes promenades, mais hélas, pas d'ascensions, pas de grandes randonnées. « Cela n'est pas pour toi » me disais-je parfois très émue lorsque j'entendais parler de courses, ou que des alpinistes passaient à côté de moi.

Alors, je me plongeais dans les relations des Grandes Premières des faces-nord; je devorais littéralement tous les ouvrages de montagne qui me tombaient sous la main; ceux qui n'étaient pas transcrits en braille, je me les faisais lire, et cela m'exaltait jusqu'au fond de l'âme.

En 1959, je fis avec des compagnes une balade au Mont Joly; cette modeste cime fut ma première victoire.



CHAMONIX — AIGUILLE DE L'M

Première : Couzy-Prost, 25 juillet 1952.

L'itinéraire décrit emprunte la variante maintenant classique inaugurée en juillet 1956 par Mlle N. Simandl et Guy Richard (plus élégante et directe).

Haute d'environ 180 m., la voie suit pendant 120 m. une ligne oblique de dièdres évidents qui commence 30 m. à droite du pilier de la Ménégaux et s'interrompt sous un grand mur jaune surplombant ; elle le contourne par la gauche et rejoint par un grand dièdre la brèche située à droite du sommet.

Course intéressante, délicate, très soutenue, TD. Rocher souvent humide.

ITINERAIRE

1° Après 10 m. faciles s'élever dans la face gauche du dièdre par des feuillets (III), jusqu'à une grande boîte aux lettres R1.

2° Escalader sur 20 m. (IV) la face de droite cannelée, jusqu'à une plate-forme R2.

3° Après quelques mètres dans la face de droite du dièdre, revenir au fond (piton) puis repartir à droite pour se rétablir sur une banquette (IV) ; par une fissure déversante rejoindre directement une bonne plate-forme R3 (1 piton, V, exposé).

4° Par des rochers brisés accéder à une petite terrasse R4.

Variante des premiers ascensionnistes

3° bis De la plate-forme R2 s'élever de quelques mètres sur la face de droite du dièdre jusqu'à une vire ; la suivre à droite sur 2 mètres puis

faire une traversée descendante en dalle ; continuer horizontalement jusqu'à un feuillet (IV sup) pour atteindre 2 m au-dessus un bon relais R'.

4° bis Poursuivre à gauche dans un vague dièdre (IV et III), puis par des rochers brisés accéder à la petite terrasse R4.

5° Escalader une cheminée ouverte (2 pitons), gagner une marche à droite par une enjambée, puis retraverser en diagonale dans le flanc de droite jusqu'à une terrasse de blocs (V puis IV sup.).

6° Remonter un petit couloir et faire relais dans une grande boîte aux lettres R6.

7° Pénétrer dans une courte cheminée formée par une lame, puis en sortir à droite en dalle (V) juste sous un bombement ; le franchir (1 piton ; V) puis continuer par un dièdre très lisse (exposé ; V sup. ; 1 piton à la sortie). Relais R7 dans le couloir qui suit, sous le grand mur surplombant.

8° Contourner ce mur par la gauche (1 piton ; V) puis franchir un petit surplomb (2 pitons ; V) et sortir par un petit couloir qui débouche sur une terrasse R8.

9° et 10° Traverser à droite et poursuivre vers le haut dans un grand dièdre de 40 m (III avec des pas de IV exposés), relais intermédiaire R9 sur piton et relais R10 ou début d'un grand couloir.

11° Le grand couloir encombré de blocs s'évase dans le haut. S'élever par sa branche de droite (ou par sa branche de gauche) jusqu'à la brèche.

Guy RICHARD.

ARDENNES - ROCHERS DE FREYER

massif du Pape

Départ entre les Tourtereaux et la voie du Pape (10 m à gauche de celle-ci), à l'aplomb d'une fissure oblique caractéristique située au milieu de la paroi.

S'élever au mieux pour atteindre une petite vire où se trouve le R1 de la Herman Buhl (III, V, A2, A1). Suivre une vague fissure inclinée vers la gauche et qui conduit à la niche du R2 des Tourtereaux (A1, V, IV, 35 m) R1

S'élever de deux mètres vers la gauche (communs avec les Tourtereaux, IV) puis obliquer à droite en utilisant une fissure surplombante (A1), puis traverser horizontalement (A3) pour pénétrer dans une fissure-cheminée (V) que l'on remonte (A1). Une nouvelle traversée (V+) permet d'atteindre un bloc fragile délicat à pitonner. Le contourner et traverser sous le petit toit noir (A2) jusqu'à ce qu'on puisse le franchir (A3). Un pas à gauche (V) permet

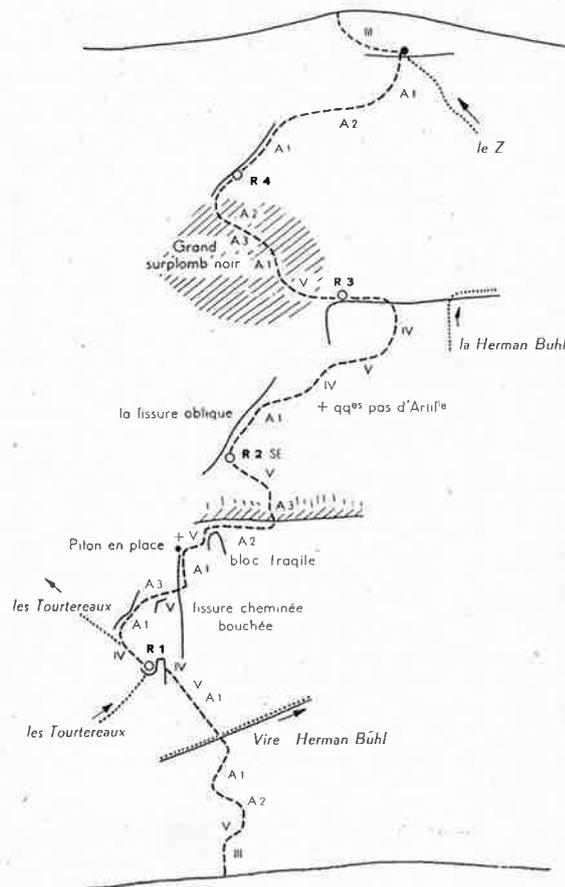
d'atteindre la fissure oblique bien visible du bas (R2 SE).

Suivre cette fissure (A1), puis par une grande traversée ascendante (IV, V, quelques pas d'artificielle), on atteint la vire du Pape, à 5 m. à gauche de la Herman Buhl. Il faut signaler la possibilité de progresser tout droit à partir de la fissure oblique dans un mauvais rocher imbriqué.

Suivre la vire vers la gauche jusqu'à ce qu'elle s'évanouisse, continuer encore 3 m (V), puis franchir le grand surplomb noir en appuyant à gauche, puis à droite (A1, A3, A2). Relais sur étrier au-dessus du toit, dans une fissure surplombante. Une dernière longueur dans une dalle raide que l'on prend en oblique à droite (A1, A2, A1) conduit au sommet. Les trois derniers mètres (III) sont communs avec la voie du Z (vieux piton en place).

Jean BOURGEOIS.

LA PHYSIQUE SOLAIRE



NAISSANCE ET EVOLUTION DU TAPIS VEGETAL

DANS le cycle des causeries scientifiques sur le thème « Connaissance de la Montagne » organisé par le Comité Scientifique du C.A.F., le premier exposé a été donné le 17 février 1961, à 21 h., au siège du C.A.F., par M. Pierre Chouard, professeur de Physiologie végétale à la Sorbonne, et répété huit jours plus tard, à l'amphithéâtre Cauchy, à la Sorbonne. D'abord, il s'agissait de prendre connaissance de la végétation de nos montagnes, principalement celles de l'Europe. On distingue ainsi l'étage collinéen, au pied des montagnes, comportant, avec les terres cultivées, des forêts de chênes rouvres, de Pins sylvestres ou de Pins laricio, ou de maquis montagneux, selon que la montagne s'élève au-dessus des plaines d'Europe moyennes ou des versants méditerranéens.

L'étage montagnard, généralement compris entre 1000 et 1800 mètres est caractérisé par la fréquente nébulosité et par le développement des forêts de hêtres et de sapins ou d'épicéas. L'étage sub-alpin est situé au-dessus, entre 1800 et 2400-2500 mètres en général, sous un climat plus froid mais plus lumineux; il comprend encore des arbres, tels que le pin à crochets, le pin arle, des bouleaux, et surtout des buissons de rhododendrons ou d'arbuscules raiains d'ours ou de Genévriers des Alpes. Enfin, l'étage alpin atteint la limite de la végétation aux confins des neiges perpétuelles; il est formé de pelouses rares, plantes en coussinets, ou végétaux isolés dans un sol squelettique. Ensuite, il s'agit de comprendre ces paysages végétaux:

a) l'histoire du peuplement végétal des montagnes commence par leur occupation, au cours de l'ère tertiaire, dans les chaînes d'âges alpin et pyrénéen; ce peuplement a été fortement éprouvé par la rude période glaciaire au quaternaire, et la végétation reprend place depuis lors, c'est-à-dire depuis 5 à 12.000 ans selon les lieux et l'altitude. On reconnaît ainsi un fond de végétation d'origine continentale lointaine provenant du vieux continent angarien en Sibirie, émergé depuis l'ère secondaire, ainsi que des plaines d'Europe émergées dans la suite; on trouve une trace d'un peuplement d'origine tropicale qui parvient jusqu'aux Alpes, à partir des racines que l'Himalaya plonge au sud vers l'Assam. La flore arctique et la flore propre aux Alpes se sont échangées mutuellement pendant les périodes glaciaires alors que ces deux flores étaient rapprochées entre les Alpes et la Scandinavie. Enfin, on rencontre des constituants montagnards d'éléments floristiques plus locaux, selon les montagnes, c'est-à-dire des éléments atlantiques, steppiques (sarmatique), méditerranéen, ibérique, etc...

b) La dynamique du peuplement végétal fait ressortir, particulièrement à l'étage sub-alpin, que le repeuplement des montagnes depuis leur dénudation par les périodes glaciaires n'est pas encore achevé et se poursuit de nos jours et sous nos yeux, mais, à ces altitudes, avec une grande lenteur, 1 cm par an, 1 m. par siècle environ, par exemple sur les éboulis où l'on assiste au phénomène de la « colonisation descendante ». Le pâturage peut entraîner des évolutions régressives (érosions). On trouve de même des évolutions régressives et progressives dans la végétation des fonds lacustres ou tourbeux. La végétation joue ainsi un rôle capital dans la protection et éventuellement l'évolution du relief des montagnes après l'achèvement des grands phénomènes géologiques qui en ont sculpté les traits principaux, tandis que les plantes contribuent dans l'évolution du détail.

c) L'évolution saisonnière de la végétation actuelle fait apparaître, après expérimentation de chaque plante dans le Phytotron, des combinaisons extrêmement diverses de mécanismes physiologiques internes qui assurent la régulation de la croissance et du développement de la plante et permettent, en particulier, sa floraison au moment le plus opportun de la saison favorable. Le tapis végétal qui égaye nos courses en montagne peut être ainsi l'objet de joutes plus profondes si nous comprenons mieux son rôle, son origine et son évolution.

Mes Soirées

LES SOIREEES SONT TERMINEES
POUR CETTE SAISON, MAIS RETENEZ BIEN LA DATE DE REPRISE
SALLE LA BOETIE : MERCREDI
25 OCTOBRE 1961.

Guimet

15 MARS 1961.

BIEN des appréhensions pour les finances de notre Section, se manifestaient en mon esprit, alors que je dirigeais mes pas vers Guimet ce soir du 15 mars. Un programme qui annonce « La Glaciologie du Chili » commentée par un éminent professeur de géophysique; il y avait de quoi « réfrigérer » par avance, un éventuel public non spécialisé, plus avide de « satisfactions des yeux », que de dissertations scientifiques sur les appareils glaciaires d'un hémisphère que la plupart d'entre nous ne verrons jamais. Eh bien, je m'étais trompé, et je fus rassuré lorsque je constatai que la salle était fort convenablement garnie de spectateurs.

Je m'installai donc dans un de ces confortables fauteuils auquel a droit tout un chacun, pour la modique somme de 1 NF.

Gil Dutoit, en première partie, nous introduit dans son domaine: l'exploration. Non pas la Grande Exploration de régions quasi-inconnues et toujours fort lointaines, qui conduit à coup sûr au Grand Public de la Grande Salle Pleyel, mais à l'exploration des itinéraires méconnus ou peu fréquentés des Alpes et des Pyrénées, à la recherche de « Monts Perdus » délaissés aussi bien par le tourisme classique que par l'alpinisme conformiste.

Le Tour du Mont Rose deviendra peut-être un jour, un « joyau » de la randonnée en montagne à l'exemple de son royal voisin le « Tour du Mont Blanc », mais Gil Dutoit nous démontre que ce « giro » au décor majestueux n'en est pas encore à ce stade, et qu'il demande pour celui qui l'entreprend une rude énergie, tant par le nombre des étapes à parcourir que par la multitude de cols à franchir. Les refuges et les hôtels y sont rares et la pratique du camping est presque obligatoire.

Ce décor majestueux, ce n'est rien moins que la plus grande série de « plus de 4000 » de la grande chaîne des Alpes, parmi lesquels les grands ténors qui dépassent 4500: Mont Rose, Dom des Mischabels, Weisshorn et à quelques mètres près le Cervin, dont nous pourrions admirer la face italienne au cours de cette splendide randonnée visuelle. Nous ne parlerons que pour mémoire de l'exploration, par Gil Dutoit, des pistes de ski d'été de Cervinia, exploration qui s'effectue dans le plus pur style de « Briançon » sous le slogan « Sécurité d'abord... prestige et dignité ensuite ».

Transporter instantanément le spectateur, des hautes cimes glaciaires du Valais aux Sierras des Pyrénées catalanes et aragonaises, aux formes moins spectaculaires, sans pour cela provoquer de déception, bien au contraire, est un tour de force que réussit pleinement Gil Dutoit. Dans les immenses sierras espagnoles, parsemées de mille lacs, dans ces hautes vallées à peu près vides d'humains, le voyageur ressent une impression de « grandiose », difficile à définir, mais qui est totalement différente du « grandiose » de nos Alpes. Un climat ardent, engendré par le soleil et le vent ibériques, accentue encore le contraste des formes et des couleurs.

Une série de tableaux chaudement colorés, enregistrés dans les grands cagnans aragonais, qui entaillent le revers Sud de la chaîne frontrière: Munia, Mont Perdu, Marboré, Brèche de Roland, termine « en beauté » ce long périple à travers la montagne désertique espagnole.

Avec M. Libouty, du Laboratoire de Géophysique et Glaciologie de la Faculté de Grenoble, nous n'assistons pas, pour cette deuxième partie, ainsi que je le prévoyais, à un exposé scientifique sur la glaciologie du Chili, par « Monsieur le Professeur » mais à une excellente « leçon de géographie andine » commentée en toute simplicité par un camarade alpiniste qui a beaucoup grimpé, aussi bien tout au long de la chaîne andine, que dans nos montagnes dauphinoises.

J'avoue bien sincèrement qu'avant cette réunion de Guimet, je ne m'étais jamais rendu compte que le Chili est la seule nation du monde (presque à égalité avec le Brésil) qui développe son territoire sur près de 40 degrés de parallèle, c'est-à-dire, à notre équivalence hémisphérique, de la Scandinavie à Tombouctou: 5.500 kms, ce qui est pour le moins effarant et explique l'extrême diversité des climats qui peuvent caractériser la chaîne des Andes dans sa seule partie chilienne.

Du Nord au Sud, nous parcourons ainsi les paysages les plus caractéristiques et les plus variés de la montagne andine, de l'Aconcagua au Fitz Roy, où nous retrouvons avec satisfaction les formes élanées d'un massif où s'est distinguée une des plus fécondes expéditions françaises, à laquelle participait, du reste, M. Libouty.

Mais la glaciologie était au programme, et de cette glaciologie nous aurons retenu des formes glaciaires auxquelles nous ne sommes pas habitués; ces formes sont compliquées d'effets de givre provoqués par les alternances de gel et d'humidité, qui rendent les glaciers à peu près infranchissables. En résumé, très belle séance éducative agrémentée de bons clichés originaux.

Mais un compte rendu ne peut être complet sans quelques critiques, critiques qui sont aisées lorsque l'on est de l'autre côté de la barricade qui sépare les conférenciers et organisateurs, d'une part, les spectateurs d'autre part.

Il nous a semblé que la fréquence des projections, durant la première partie, était trop rapide, ce qui ne permet pas toujours au public, d'assimiler convenablement la beauté des paysages projetés. Par contre, pour la deuxième partie, si la fréquence m'a semblé normale, le nombre de clichés était trop élevé et la projection n'aurait rien perdu de son intérêt, par une sélection plus poussée. Bien souvent en fin de réunion, de très bons clichés ne sont plus appréciés à leur juste valeur, parce que le spectateur est suralimenté et que ses facultés d'absorption oculaire sont dépassées. Mais ce ne sont là que détails à mettre au point vers la recherche de perfection. Ce qui m'a semblé plus grave, c'est la faible participation de cette jeunesse si enthousiaste, que l'on rencontre dans les collectives d'escalades de la Section. Pourquoi cette désaffection?

Henri GODDE.

12 AVRIL.

Il est toujours un plaisir, celui de retrouver un ami. Après trois ans d'absence, Gabriel Bonneton nous revient apportant avec lui sa récolte d'images.

Avec le même soin qu'il apporte à dresser sa tente sans un pli, sans un défaut, avec la même attention, il cadre ses photos, choisit l'angle agréable, la lumière favorable. Gabriel Bonneton aime la nature en ordre, la netteté du décor d'un bord de lac, celle d'une pente herbue qui s'étale au pied de la roche.

De Sixt à St-Etienne de Tinée par la Vanoise en suivant le G. R. 5, il entraîne sa petite troupe à travers de successives haltes qu'il sait choisir accueillantes, agréables; il s'attarde longtemps près des fleurs en images ravissantes.

Chacun revêt avec plaisir, au long de ce parcours le village qu'il aime, la piste qu'il a connue sous la neige, la course qu'il voudrait faire un jour.

Les campeurs redescendent dans la vallée, tenant à la main le bouquet panaché de fleurs délicates. C'est le retour, St-Etienne de Tinée, la tête pleine de souvenirs ébouriffants, et déjà la pensée de revenir...

RANDONNÉE AUX SOURCES

Que n'étiez-vous là mercredi 12 avril..., c'était inaccoutumé. Un vent de mysticisme soufflait dans les salons du C.A.F.

Derrière François Vélin, pieds nus, l'âme se-reine, nous partions « randonner aux sources », saluer Vischnou, Brahma et Shiva; avec ce dernier, couchés sur le serpent de l'éternité, nous avons vu défiler en images les villes de Khajuraho, Udaipur, Jaipur, Agra et d'autres.

Pas de pitons ni de cordes pour pénétrer dans la mosquée de perles et voir derrière ses arcades glisser trois silhouettes enveloppées, enturbannées, se rendant à la leçon du grand prêtre; c'est la gravure persane, mais ce sont aussi les ornements, incrustations de pierres semi-précieuses, fleurs gracieuses, peintures sur plâtre; et aux Indes, on sculpte franchement ce que l'on a à sculpter, témoins ces audacieuses variations amoureuses...

Sur une assemblée que ne rebute ni l'effort, ni la bavante marche d'approche, souriant, François laisse tomber ces mots: « L'Inde schématisée, c'est un lit de repos... ». Tranquille, il nous commente quelques images cruelles qu'il n'a pas craint de fixer. En si peu de temps, il ne nous dit pas tout, mais ce qu'il a vu l'a touché, nous le sentons...

Se détournant des palais, des mosquées, il engage pour 400 fr. par jour les coolies dont le contrat se signe par l'empreinte digitale, et à la saison de la mousson, dans la brume et la vapeur, à travers une végétation luxuriante, la petite troupe se met en marche; un enfant, vêtu du pyjama, serrant sous son bras l'énorme parapluie noir, s'attache gaiement à leurs pas. La corde qui retient la charge des coolies barre leur front et leurs pieds nus ne semblent pas souffrir des sentiers rocailleux; traversant les torrents qui bondissent, la petite colonne arrive à son but et contemple les sommets.

C'est la redescente vers la plaine, vers le petit marchand de thé à la halte, vers la foule en haillons mais à la cheville de laquelle brille le bracelet d'argent. Pour 5 roupies, la femme transporte les pierres, tandis que l'homme file la laine... L'eau du Gange les purifie, cette eau si sale que même les microbes ne peuvent y vivre dit l'Anglais ironique. C'est, opposé aux splendeurs du Tadj-Mahal, une multitude au sujet de laquelle on s'interroge: peuple intelligent, dort-il? Est-ce une nouvelle civilisation qui sommeille ou se prépare?

Mais assimilé par le pays, François termine sa conférence tout de blanc vêtu, abritant un front serein sous l'ombrelle légère qu'il tient entre le pouce et l'index; s'il te plaît, François, parle-nous encore de l'Inde.

Claudette DUPARC.

concours de récits

1° Le Concours 1961 est ouvert du 15 juin au 1^{er} novembre à tous les membres de la Section de Paris-Chamonix.

2° REGLEMENT

Les envois devront comporter :

- a) Une enveloppe **fermée** contenant les nom, prénom, adresse et n° de sociétaire;
- b) Le texte dactylographié.

Le tout dans une enveloppe adressée à

CONCOURS DE RECITS 1961

Section de Paris-Chamonix
du Club Alpin Français
7, rue La Boétie, Paris-8^e.

Aucun nom d'expéditeur ne devra apparaître sur l'enveloppe ou sur le texte. Tout envoi ne remplissant pas cette condition sera considéré comme nul.

3° THEME DU CONCOURS

Récit de courses, conte ou reportage ayant

pour sujet la montagne ou les activités qui s'y rapportent.

4° PRESENTATION

Le texte comportera au maximum 5 pages 21x27 dactylographiées à double interligne. Il sera tenu compte de la valeur littéraire, de l'intérêt technique et de l'originalité de l'œuvre.

La préférence sera accordée aux candidats faisant preuve de création personnelle et d'originalité.

Des points supplémentaires seront attribués aux envois comportant des photos noir et blanc illustrant le texte (avec légendes), ou des photos noir et blanc hors-texte, ou des dessins.

5° La Section de Paris-Chamonix se réserve le droit de publication pour les textes classés les premiers.

concours de photos

I. - Comme chaque année, le Club Alpin, Section de Paris, organise un concours de photos.

II. - Ce concours est ouvert à **tous les membres du Club** sans restriction.

III. - Les photographies devront **obligatoirement traiter d'un sujet montagnard**: paysages d'altitude ou d'école d'escalade, grimpeurs en action, à l'exclusion de sujets plus généraux comme les costumes régionaux qui ne sont pas spécifiques de la montagne ou de l'alpinisme.

IV. - Ce concours se décompose en plusieurs catégories :

a) **Concours de photos en noir et blanc.**

— Les clichés devront être présentés sur **papier blanc, glacé, sans marge**, le format minimum admis est le **18 x 18 cm.**

— Chaque concurrent pourra présenter un maximum de **10 clichés.**

— Les clichés **noir et blanc resteront acquis à la photothèque** de la Section.

— Les meilleurs clichés **seront exposés** dans les Salons du Club **au début de l'année 1962**, et seront imprimés dans le Bulletin.

— Chaque cliché devra avoir un titre **aussi bref que possible.**

b) **Concours de photos diapositives en couleurs.**

— Les clichés devront être du **type diapositives.**

Les formats acceptés allant du **24 x 24 mm au 60 x 60 mm**, donc, en particulier, le **24 x 36 mm.**

— Chaque concurrent pourra présenter un **maximum de 10 clichés.**

— Les meilleures diapositives feront l'objet d'une **projection** au cours d'une soirée organisée par le Club.

— Les diapositives **seront rendues** à leurs propriétaires après cette projection.

— Le titre est facultatif.

c) **Concours de récits en couleurs.**

— Ce concours de photos diapositives en couleurs est ouvert aux concurrents désirant décrire une course, une escalade, ou tout autre aspect de la montagne présentant **une certaine unité.**

— Les **formats acceptés** seront compris dans les limites suivantes : **24 x 24 mm à 60 x 60 mm.**

— La série devra comporter un **minimum de 4 clichés et un maximum de 8 clichés, chacun étant numéroté dans son ordre de passage.**

— Chaque cliché devra avoir un titre et un **titre général** devra coiffer l'ensemble.

— Les clichés seront rendus à leurs propriétaires après avoir fait l'objet d'une projection.

V. - Les photos devront être inédites et le fruit d'un travail personnel.

VI. - L'inscription au concours est **gratuite.**

VII. - Chaque concurrent devra préciser d'une manière lisible, ses nom, adresse et numéro de membre du Club.

VIII. - Le Jury décidera de l'**attribution des prix sur l'ensemble des trois catégories, chaque catégorie recevant un prix au minimum.** Ses décisions sont **sans appel.**

IX. - Les envois devront parvenir le **1^{er} décembre 1961 dernier délai** à Jean-François Becker, Concours Photo, Club Alpin Français, 7, rue La Boétie, Paris (VIII^e).

X. - Le fait de **participer** au concours **implique l'acceptation du présent règlement.**

Quelques précisions supplémentaires

Soignez **l'originalité des photos.** Lors du dernier concours, il a été présenté dix vues de la face Nord des Grandes Jorasses.

Les photos couleurs seront rendues à leurs propriétaires fin janvier - début février. Les photos noir et blanc seront exposées dans les salons du Club en janvier ou février. Ne vous croyez pas obligés d'envoyer le nombre maximum dans chaque catégorie. Une seule photo peut enlever le premier prix.

Vous pouvez augmenter vos chances en participant aux trois concours. A vos objectifs et bonne chance !

Jean-François BECKER.



Enseignement Alpin

Un éventail assez grand et très divers de petits camps de montagne est offert à nos membres pour cet été. Chacun de ces camps, d'une durée de 10 jours à 3 semaines, ne groupera qu'un petit nombre de participants, 8 à 12, afin de garder un caractère amical. Ces camps sont organisés par des Commissaires de la Section, habitués des sorties dominicales, qui désirent en faire le prolongement normal en montagne.

Ceux qui y participeront retrouveront donc la même ambiance sympathique, la même réconfortante camaraderie des sorties à Bleau.

Priorité sera donnée à ceux et à celles qui fréquentent assidûment les sorties du dimanche.

Chaque participant devra venir avec tout son matériel personnel, seules les cordes seront fournies par la Section.

Les Commissaires et principalement ceux se chargeant de l'organisation d'un camp, se feront un plaisir de vous renseigner.

Renseignements également au Club et auprès de moi-même. Mais faites vite, les places sont limitées !

Roger BEAUMONT,

CARNET DU MONDE

MARIAGES

Pierre CHARLOT et Sabine DUBOIS de la RUE, Epemay, 22 avril 1961.
André MAHUT et Arlette AUBERT, Ville-neuve-Saint-Georges, 25 mars 1961.
Jean-Paul BOBARD et Jeanne-Marie GRIMANELLI, à Paris, 29 avril 1961.

NAISSANCES

Pascal, fils de Roger et Huguette Saison, le 30 mars 1961.
Eric, fils de M. et Mme Claude Puget, le 29 mars 1961.

MILITAIRES

Chauffeur-zouave DISSARD Jean-Louis - C.C.A.S. S.P. 88 994. A.F.N.

COMPOSITION DES COMMISSIONS ENSEIGNEMENT ALPIN

Président : M. Roger Beaumont.
Membres : MM. Auchère Pierre, Bessière Paul, Boulevard Claude, Degois Léon, Heyner Jean-Pierre, Luksenberg Henri, Pillas René, Rouillard Jacques, Vincent Tony.
M. Ringuet assurera la liaison avec la Commission de Montagne et Tourisme Alpin dont il assure la présidence.

PROPAGANDE

Président : M. J.-M. Colombier.
Membres : Milles Baron Mireille, Mayenobe Christiane; MM. Batisse Georges, Becker Jean-François, Bessière Paul, Millecamps Roland, Moreaux Claude, Nebon Raymond, Téoulé Georges, Thomas Guy, Vincent Tony.

MONTAGNE ET TOURISME ALPIN

Président : M. Armand Ringuet.
Membres : Mlle Boisseau Jeannie, Mmes Ecole Huguette, Robert Ghislaine, MM. Beaumont Roger, Cote-Colisson Marius, de Gouvenain André, Fragny Maurice, Godde Henri, Petit Pierre.

REFUGES

Président : M. Claude Guignot.
Membres : Mlle Escande Denise, M. Furon Bernard, M. George René, Mme Jussiane Monique, M. Laloue Maurice, M. Lhoste Jean-Marc, M. Pharisien Maurice, M. Santamaria Guy, M. Tarentola Auguste, M. Vignier Jean.

PARIS-CHAMONIX

Rédacteur : M. Jacques Meynieu.
Membres : MM. Beaumont Roger, Becker Jean-François, Bessière Paul, Boulevard Claude, Moreaux Claude, Ringuet Armand, Téoulé Georges, Vincent Tony.

CAMP D'ALPINISME de la Vallée de CHAMONIX

Ce camp, organisé par la Section Paris-Chamonix, est réservé aux non-débutants. Il aura lieu en 2 périodes, du 14 au 31 juillet et du 1^{er} au 15 août, à Argentière. Nombre de participants limité à 20. Chef de camp : René PILLAS. Les candidatures sont reçues à la Section pour être soumises au Comité de sélection. Il reste encore quelques places. Les candidats qui le désirent pourront y subir les épreuves d'aptitude pour la délivrance du brevet d'initiateur. Le terrain proprement dit sera également ouvert à tous les campeurs individuels membres du C.A.F., de passage ou séjournant dans la vallée de Chamonix.

CAMP DE PERFECTIONNEMENT INTERSECTION 1961

Ce camp, organisé par la Section du Jura, ne recevra pas les débutants. Il aura lieu du 23 juillet au 6 août et aura pour base le refuge de la Pilatte, un des plus beaux de l'Oisans, au-dessus de la Bérarde. Les candidats au brevet d'initiateur bénévole d'alpinisme de la F.F.M. seront examinés en fin de stage, s'ils en ont fait préalablement la demande. Les stagiaires se présentant à l'examen d'initiateur bénévole pourront bénéficier de certains avantages : réduction du prix de journée et remboursement d'une partie des frais de voyage. Des demandes d'inscription sont à votre disposition. Le nombre de places étant très limité, ces demandes devront nous être demandées et retournées dans le plus bref délai.

STAGE D'INITIATION EN MONTAGNE

Ces stages, organisés par la Section en chalets U.N.C.M. sont actuellement TOUS COMPLETS. Des défections peuvent se produire et laisser quelques places libres. Se renseigner au bureau de la Section.

ECOLE NATIONALE DE SKI ET D'ALPINISME

STAGE D'INSTRUCTEUR D'ALPINISME

L'E.N.S.A. organise un stage de 3 semaines, du 17 juillet au 5 août, pour la formation d'instructeurs d'alpinisme. Les deux premières semaines seront consacrées à un complément de formation, la dernière semaine sera seule consacrée à l'examen. L'admission est réservée aux initiateurs d'alpinisme qui remplissent les conditions de l'article 17 du règlement F.F.M. des initiateurs et instructeurs d'alpinisme. Des conditions financières très intéressantes sont faites pour ce stage. Les frais de voyage seront pris en charge du domicile de l'intéressé à Chamonix aller et retour, dans la limite de 70 % du tarif S.N.C.F. 2^e classe. D'autre part, une pension alimentaire journalière sera attribuée à chaque candidat laissant seulement à leur charge un prix de pension de l'ordre de 3 à 4 NF par jour, tout compris.

NOS CAMPS D'ÉTÉ

STAGE DE PERFECTIONNEMENT

A L'ENSA

Il est réservé aux alpinistes capables d'accomplir au moins des courses classiques A - D en tête de cordée. Il ne sera demandé par la F.F.M. que si nous pouvons justifier d'un nombre de demandes suffisant (minimum 15 places). Conditions : pas de limite d'âge. Durée : deux semaines, probablement fin août - début septembre. Prix de pension : 7 NF par jour tout compris. But : perfectionnement du degré technique et de la sécurité.

Vallée de CHAMONIX

Du 14 juillet au 6 août.
Sous tentes personnelles.
Nombre de participants limité à 10.
Niveau : courses D.
Commissaire : TAUPIN.
Moniteurs : Serge Claveau, Jacques Jabaudon.

Vallée de CHAMONIX (Les Bossons)

Du 21 juillet au 3 août.
Sous tentes personnelles, en terrain privé.
Nombre de participants limité à 8.
Niveau : courses PD et AD.
Commissaire : Marcel BROT.
Sorties préparatoires : 11 juin. Train de 8 h. 36 pour Malesherbes. 17 et 18 juin à Clecy, par train ou voitures. Prendre contact avec le commissaire, pour cette sortie, le 11 juin.

HAUTE-ROUTE CHAMONIX-ZERMATT

C'est le plus prestigieux des itinéraires de Haute Montagne qui conduit de la Vallée de Chamonix au Valais par les cols du Tour, du Sonadon et de Valpelline, dans le plus beau des décors.

Du 1^{er} au 15 août.
3 cordées de 3 seront constituées.
Coucher en refuges.
Niveau : débutant.
Commissaire : Léon DEGOIS.

Une sortie d'entraînement de 3 jours, dans le massif de Chamonix est prévue pour le 14 juillet. Voir programme aux sorties lointaines pour ceux que cette sortie intéresse.

En OISANS, à AILEFROIDE

Oasis des Alpes dauphinoises, Ailefroide est située au pied des plus hautes cimes de l'Oisans, sur le revers méridional du massif. De ce parc naturel, au milieu des mélèzes, toute une gamme d'ascensions vous attend.

Du 12 au 26 juillet inclus.
Camp sous tentes individuelles et refuges.
Randonnées et courses faciles en haute montagne dans le massif des Ecrins.

Nombre de participants limité à 10.
Commissaire : Pierre BONTEMPS.
Moniteur : Robert Guerbet.
Sortie spéciale d'entraînement le 25 juin, sur le parcours montagne. R.V. à 8 h. 34, gare de Fontainebleau, à l'arrivée du train de Paris de 8 h.

Renseignements : M. Pierre Bontemps, 3, rue Gabriel Mondart, à Melun (S.-et-M.).

En OISANS, au Plan du Carrelet

Proche de la Bérarde, le Plan du Carrelet, dans la vallée du Vénéon, est l'un des lieux les plus propices pour un camp de base en montagne.

Du 6 au 17 août.
Sous tentes personnelles et en refuges.
Nombre limité à 12 participants.
Niveau fort : IV à V.
Commissaire : Christian BAERT.
Moniteur : Jean Broust.

Les participants seront sélectionnés lors des collectives de juin et juillet.

VALAIS (Suisse) Massif de Zinal

Du 23 juillet au 12 août.
Nombre de participants limité à 10.
Sous tentes personnelles.
Commissaire : Jacques ROUILLARD.
Le voir le jeudi soir au C.A.F.

VALAIS et DOLOMITES

Quelques courses « choisies » dans deux régions fort belles, et très différentes.

Nombre limité à 9 (3 cordées de 3).
Niveau : IV maximum.
Première quinzaine d'août.
Commissaire : Paul BESSIERE.

Les DOLOMITES : Massif de la Brenta

Circuit touristique et escalades. Hôtels et refuges.
Rendez-vous à la gare de Trento (Trente), le mercredi 16 août à 18 h.

Avant toute inscription, prendre contact avec le Commissaire le jeudi soir au Club, avant le 10 juillet.
Commissaire : André de GOUVENAIN.

PYRÉNÉES Massif du Balaïtous

Le massif du Balaïtous, par la fierté et l'harmonie de ses formes, par l'ampleur de ses parois et de ses arêtes, par le charme de ses lacs et de ses vallons sauvages, représente peut-être le plus beau massif granitique des Pyrénées (R. Ollivier).

Du 15 au 30 juillet.
Séjour en baraques, avec lits de camp.
10 places réservées aux Parisiens.
Niveau : moyen et fort.
Ce camp, établi en liaison avec la Section de Bordeaux, sera situé au Plan d'Aste, dans la verte et belle région de la vallée d'Azun, à 10 km. d'Aruns.

Commissaire : Tony VINCENT.
Réunion préparatoire le 23 juin pour les participants dont la candidature a été retenue.

CORSE " Ile de Beauté "

Joie des yeux dans une nature qui procure un dépaysement total... Joie du corps avec l'escalade et la randonnée... Joie de la détente sous un ciel toujours bleu, voilà ce que vous trouverez en Corse.

Les montagnes y sont belles car, écrit Jean Hureau dans son guide « Corse », la Corse est d'abord une montagne... où, « partout sans ordre apparent, des draperies de pierres, des dards par milliers, déchirent le ciel ».

Du 10 au 30 septembre. Départ le 9 sept. (Nice ou Marseille).
Camping itinérant et sommets faciles.
Nombre limité à 12 participants.
Niveau : Bons marcheurs. Courses F. et P.D.

Aller et retour en bateau. Pour ceux qui préfèrent le voyage en avion, un rendez-vous sera précisé.
Commissaire : Mlle Denise ESCANDE.

CLUB ALPIN ITALIEN

La Section de Milan du Club Alpin Italien organise son camp d'été du 16 juillet au 20 août dans le Val Furva, région du Cevedale à 1850 m.
Ce camp est ouvert à tous. Se renseigner auprès de M. Ringuet, le jeudi de 18 à 19 h.

NOS COLLECTIVES DE RANDONNÉES

UN MOIS EN TURQUIE. (Cappadoce - Taurus, Anti Taurus, Kurdistan).

Commissaire : Henri GODDE.
Du 15 août au 15 septembre (dates approximatives). Ce voyage s'adresse à des randonneurs ou montagnards ayant la pratique du camping et s'intéressant à l'aventure en régions non prospectées par le tourisme. (Voir précédent Bulletin).

ITALIE.

Commissaire : Dr. DUPOUY.
En août : Quelques beaux sites et villes d'art italiens en août, en commençant par les sommets panoramiques qui entourent le Lac de Come et la ville de Come. Se renseigner à la Section.

LA VIE

NORMANDIE

SIÈGE SOCIAL

Siège social : 44, rue Philibert-Caux, à Bihorel-les-Rouen (Seine-Maritime).
Trésorier : Mlle Barbier, 32, rue Stanislas-Girardin, Rouen.
Permanence : les 2^e et 4^e jeudi de chaque mois, à 20 h. 45, au Muséum d'Histoire Naturelle, rue Beauvoisine, 198, à Rouen.
Bibliothèque : s'adresser à M. Mainpiot au cours des permanences.

COLLECTIVES REGIONALES

En principe le dimanche qui suit chaque permanence où tous renseignements sont fournis à leur sujet.

Sorties prévues

10-11 juin. Commissaire M. Prudon : Forêt de Bratonne (camping).
25 juin. Commissaire M. André : la côte et les vallées de Berneval à Criel.
9 juillet. Commissaire M. Lepasteur : Connelles.
17 septembre : forêt de Rouvray, escalade au pignon d'Orival.
1^{er} octobre : forêt de Roumare. Commissaire M. Lepesteur.
15 octobre : forêt d'Eawy, commissaire M. Durand.
29 octobre : Forêt de Lyons, commissaire M. Prudon.
La première permanence du cycle 1961-1962 aura lieu au Muséum d'Histoire Naturelle le 15 septembre à 20 h. 45.

COLLECTIVES D'ETE

Ces collectives auront lieu pendant la deuxième quinzaine du mois de juillet pour le groupe de Caen et au début du mois d'août pour le groupe de Rouen. Une circulaire précisera sous peu le programme et les conditions de participation.
A noter toutefois que les participants à la collective de Rouen devront obligatoirement prendre part à la collective de marche du 25 juin : Berneval - Criel - Berneval, qui constitue à la fois un entraînement et un test de bonne forme physique.

DELEGUES

Au Havre : M. R. Grelaud, 184, rue du Maréchal-Joffre.
A Caen : M. A. Gosset, 1, rue Maison-Neuve, à Caen.
A Evreux : M. R. Paris, Les Quinconces, Evreux.
A Elbeuf : M. G. Prudon, 47, rue Jean-Jaurès, Elbeuf.

ORLÉANAIS

La préparation à la saison 1961 s'achève par des sorties d'école d'escalade toujours aussi suivies.
Tour à tour Apremont, le Puiset, Malesherbes, La Dame Jeanne, le parcours montagne de Franchard ont reçu la visite des Orléanais. Mais le « clou » de la seconde saison du Groupe a été sans conteste sa première collective au Saussois.
A l'occasion des 30 avril - 1^{er} mai les Orléanais — ayant la même idée que leurs voisins bellifontains — envahirent à trente le Saussois. On en vit — et on en entendit !... — dans toutes les voies classiques de la Dame de Mailly à la face de l'Etrave, en passant par la Roche percée et son rappel à faire frémir les petites filles...
Il est surtout remarquable que sur un si grand nombre de participants, certains



DES GROUPES

Pour commémorer cet anniversaire, le Comité fait appel à tous ses anciens présidents et animateurs et leur demandera d'évoquer, en paroles et en images, les principales étapes et réalisations de ces 25 années d'activité : Vercors, Jura, Henne-Morte, Padirac, Marguareis, Sardaigne, Yougoslavie.

Nous ne pouvons donner ici la liste de tous les membres fondateurs et animateurs du S. C. P. ; souhaitons seulement que nous les retrouvions, le plus nombreux possible, avec ceux de la nouvelle génération, au rendez-vous de Beaune, point de rassemblement des premières équipes sur la route du Vercors ou du Jura.

CONFERENCES

La réunion de juin est réservée à la commémoration du 25^e anniversaire du S. C. P. qui aura lieu à Beaune (Côte-d'Or), les 24 et 25 juin.

SORTIES

De nombreuses sorties ont été effectuées, à l'occasion de Pâques, 1^{er} Mai, Pentecôte, dans le Jura, les Alpes, les Pyrénées. Ont été visitées : les rivières souterraines de Chauveroch, de l'Olliou, la grotte préhistorique de Montespan ; dans la région de Moulis (Ariège), un nouveau gouffre de 150 m. de verticale a été exploré.

EXPEDITIONS D'ETE

En projet. Renseignements auprès du secrétariat général du S. C. P.

EXPOSITION

Le S. C. P. a collaboré activement à la réalisation du stand « Spéléologie », au Salon de la Nature, qui s'est tenu du 18 au 28 mai, dans l'enceinte de la Foire de Paris.

S. C. A. P.

QUELQUES sorties ont encore eu lieu pour le 1^{er} mai, malgré des conditions de neige assez défavorables. Une collective de 19 personnes est partie à Chamonix passer les 3 jours du « pont » du 1^{er} mai. L'objectif principal étant pour tous de descendre une fois de plus la Vallée Blanche.

A la même époque, Jeannie Boisseau emmenait 10 personnes faire le Grand Paradis, tandis que Jacques Rouillard, à la tête de 29 participants (!!), regardait tomber la neige à Arolla et essayait en vain de percer un brouillard empêchant toute visibilité. Par contre, pour Pâques, Jacques Rouillard avait réussi, en dépit de mauvaises conditions, les Agneaux par le Glacier du Casset et la brèche au sud du point 3.268. Malgré deux mois de beau temps, cette course n'avait pas été réalisée cette année.
A la Pentecôte, le même organisateur espère conduire quelques skieurs pour un raid inédit qui débute de Linthal (canton de Glarus) pour se terminer au col de Grimsel en traversant deux grands massifs ignorés (à tort) par les alpinistes français et étrangers.
Enfin, pour clôturer la saison, le Vélan en week-end (dimanche et lundi 11 et 12 juin).

Cet été, notre Equipe de Course s'entraînera à Courmayeur sous la direction de Jean Berthet, du 28 août au 10 septembre, afin de rester en bonne condition tout au long de l'année.

Avant de terminer ce petit compte rendu, signalons le passage que Guy Périllat venu saluer en compagnie d'Emile Allais, Mon-

dont c'était la première sortie au Saussois, ont pu faire des voies telles que « La Paragot ». Le benjamin du Groupe — « Aux âmes bien nées »... — a même fait, à 15 ans, « l'Echelle à Poisson ». Ces bons résultats confirment la qualité du travail de l'année, non seulement à Bleau, mais aussi à l'Ecole d'escalade des digues de la Loire, qui permet seule des manœuvres de cordes et de mousquetons analogues à celles du Saussois.

La saison 1961 s'annonce bien : une vingtaine de jeunes sont déjà inscrits dans divers stages. Les moins jeunes vont se retrouver à Pelvoux au mois d'août. Quant aux « sextogradistes », ils hésitent encore entre divers projets très séduisants dont vous pourrez lire les échos ici-même, dans la livraison de septembre.

FONTAINEBLEAU

Le Groupe de Fontainebleau a vu l'effectif de ses sorties dominicales croître dans une large mesure ces dernières semaines. Le lundi 13 mars, le Groupe donnait à la salle Le Rex, à Fontainebleau, sa deuxième grande soirée avec Gaston Rébuffat qui présentait sa remarquable conférence : « Etoiles et Tempêtes ». La salle était remplie et le spectacle très apprécié du public bellifontain.

Sorties dominicales régulières groupant ces derniers mois de 20 à 30 participants à chaque séance. Le niveau technique est en nette progression et à l'occasion du 1^{er} mai une sortie au Saussois était prévue. Une grande randonnée en Haut Marvon satisfiera les amateurs de marche en terrain varié, également nombreux.

Pour l'été 1961 deux camps sont prévus, l'un dirigé par Pierre Bontemps de Melun, aura lieu à Ailefroide du 12 au 28 juillet. Il groupera de préférence ceux qui désirent s'initier à la haute-montagne. La première quinzaine d'août, Pierre Mercier et Robert Ranguaux dirigeront un camp de perfectionnement à Soas-Fee.

11 juin - Escalades au Rocher Maunoury - R. Benoist.

25 juin - parcours bleu de Franchard - J.-L. Raffin.

2 juillet - Escalades à l'Eléphant - P. Mercier.

9 juillet - Parcours montagne de Franchard - J. Evrat.

1^{er} octobre - Escalades à Malesherbes.

8 octobre - Escalades aux Trois Pignons.

15 octobre - Escalades à Apremont.

22 octobre - Parcours montagne de Franchard.

29 octobre - Escalades à Chamarande.

Renseignements concernant les activités auprès de P. Mercier, 34, rue A. Briand, à Fontainebleau, par lettre avec timbre pour réponse.

SPÉLÉO

Le Groupe spéléologique de la Section Paris-Chamonix (Spéleo Club de Paris) a 25 ans.

sieur Klein au S.C.A.P. Nous avons été frappés par sa gentillesse, sa modestie, et conservons de lui le souvenir d'un champion qu'une gloire pourtant écrasante n'a pas gâté.

N'oubliez pas que nous rouvrons le 1^{er} octobre. Dès ce jour-là, nous commencerons à prendre les inscriptions pour Noël : U.N. C.M., Méribel-les-Allues, Villeneuve-la-Salle, Val d'Isère, La Flégère, le Mont d'Arbois en France, Galtur et Solden en Autriche, Montana, Davos, Champéry et Saas-Fee en Suisse.

COUPE DES AMETHYSTES

La XXIV^e Coupe des Améthystes s'est disputée à Lognan, le dimanche 14 mai, dans des conditions exceptionnellement bonnes : le temps était radieux et la neige excellente. La veille au soir, un peu avant le tirage au sort, devant le chalet joyeusement décoré pour accueillir les coureurs, eut lieu un feu d'artifice qui mit un peu de piquant et d'originalité à la soirée.

La course tracée au bas du glacier de Lognan comportait 40 portes pour un dénivelé d'environ 400 mètres.

Une centaine de skieurs y participaient, venus non seulement de différentes régions de France, mais encore d'Allemagne, de Suisse et d'Italie.

Le premier départ fut donné à 10 h. du matin.

L'épreuve fut gagnée, pour les Hommes, par Léo Lacroix, avec 1'11", suivi de Jean Béranget 1'12"2, tandis qu'Arlette Grosso se classait 1^{re} des Dames avec 1'20" devant Pia Riva 1'21".

La distribution des prix eut lieu au chalet de Lognan. Citons parmi les nombreuses personnalités qui y assistaient la présence de M. Jacquet, préfet de la Haute-Savoie et de Mme Jacquet, de M. Frison-Roche, accompagné de sa fille, de M. J.-P. Gardinier, président de la Section Paris-Chamonix du C.A.F., de MM. J.-P. Payot et Max Michel, directeurs du téléphérique des Grands-Montets, de M. Jacques Payot, directeur de banque à Chamonix, de M. Edgard Couttaz, président du Club des Sports de Chamonix, de M. Honoré Bonnet, directeur de l'Equipe de France, etc...

Le champagne fut abondamment servi comme de coutume et l'ambiance très cordiale.

M. Klein, président du S.C.A.P., était entouré de M. Tuot, vice-président du S.C.A.P. et de M. Tricart, secrétaire général. A l'occasion du départ de Roger et d'Irène Simond qui quittent Lognan, puisqu'une nouvelle organisation va intervenir par suite de la construction du téléphérique, il les remercia très chaleureusement pour le concours qu'ils ont apporté au C.A.F. et au S.C.A.P. tant au refuge d'Argentière qu'ils ont tenu de nombreuses années avec beaucoup de dévouement et de compétence qu'à Lognan où ils ont toujours été des hôtes très consciencieux pour les collectives du S.C.A.P. et les différentes manifestations sportives, en particulier la Course des Améthystes.

M. Klein remercia également les coureurs et les officiels de leur présence.

RESULTATS

Dames :

- GROSSO Arlette, S. (Antibes) 1'20" ;
- Riva Pia, S. (Pirovano) 1'21" ;
- Prince Cécile, S. (Guc) 1'26"3 ;
- Frisk Kathika, S. (Dir-Suède) 1'27"3... 11. Dalle Guyonne, 1^{re} M. (S.C.A.P.) 1'38"... 14. Dujarric Isabelle, 1^{re} B. (S.C.A.P.) 1'57"3...

Messieurs :

- LACROIX Léo, S. (Douanes) 1'11" ;
- Béranger Jean, S. (Douanes) 1'12"2 ;
- Arpin Michel, S. (Ste-Foy-Tar.) 1'13" ;
- Killy Jean-Claude, J. (Val d'Isère) 1'13"3 ;
- Bazon Charles, S. (C.S. Chamonix) 1'14"... 12. Couttett James, 1^{er} V. (C.S. Chamonix) 1'18... 21. Dujarric Patrick, 1^{er} M. (S.C.A.P.) 1'30"2...

RESULTATS PAR EQUIPES

- DOUANES 3'41"2 ;
- C.S. Chamonix 3'49" ;
- Alpe d'Huez 4'03"1 ;
- Munich 4'53"1 ;
- S.C.A.P. 5'06"0 ;
- S. C. Monza 5'21"1.

COUPE DES AMETHYSTES

S.C.A.P.

COLLECTIVES ESCALADES

SAMEDI 10 ET DIMANCHE 11 JUIN

Les boucles de la Marne.

Marie-Thérèse BOILLOT.
Dép. sam. Est 14 h. 48, La Ferté-sous-Jouarre 16 h. 03, Chamigny, Caumont (baign.), bivouac), Grouettes, Charly-s.-Marne, Romeny, Essonnes, Château-Thierry 17 h. 43, Paris 18 h. 59. Cartes : Coulommiers, Meaux, Château-Thierry. 10 à 25 kms. Poss. de rejoindre le dim. : dép. Est 7 h. 10 pour Nanteuil-Saacy 8 h. 35. R.-V. dev. égl. de Croutes 9 h. Fin de sem. ou Bon dim. Zone 3 + suppl. au ret.

Côte de Grâce et Pays d'Auge.

Henri GODDE.
Sam. 10 : R.-V. St-Laz. 7 h. 15, dép. 7 h. 47, Lisieux 10 h. 31 (vis. anc. cath. St-Pierre, basil. Ste-Thérèse, égl. St-Jacques), Coteaux de la vallée de la Touques, Roques (égl. XIII^e), Norrolles (égl. goth.), Le Breuil-en-Auge (égl. XIII^e et château), Les Parcs Fontaine, Manneville, St-Julien-sur-Colorine (égl. et château), Launay, Pont-l'Évêque (égl. et maisons typiques). Dîner et coucher à l'hôtel.
Dim. 11 : Train à 7 h. 54, Honfleur 8 h. 29 (vis. maisons, vieux port, égl. Ste-Cath. goth. tout en bois), La Côte de Grâce (chap. Vasouy (égl.), Pennedepie (égl. des Templiers), Cricquebeuf (égl. XII^e), de Villerville à Trouville par les plages (baign.). Train à 19 h. 10. Dîner dans le train. Paris 22 h. 29. Inscr. av. le lundi préc. Coll. 25 NF.

DIMANCHE 11 JUIN

Initiation à l'escalade : Parcours-montagne à Franchard.

Tony VINCENT.
Dép. car Concorde 8 h.
Pour les voitures : R.-V. Maison forest. de Boisrond, C.D.N. 64, à 2 kms 500 après Arbonne, à 9 h. 30.

Ecole d'escalade au Rocher Fin.

Pierre BONTEMPS.
Dép. car Concorde 8 h.

Au Pays de Diane.

Huguette ECOLE.
Dép. St-Lazare 7 h. 47, Bueil 8 h. 48 (ch.), Ezy-Anet 9 h. 16, St-Germain-la-Truite (égl. souterr. XIII^e), Anet (château), Forêt de Dreux, Coteaux de l'Eure, Abbaye du Breuil Benoist (XII^e), Gué des Cures, Dreux 18 h. 41, Paris Montp. 20 h. 23. Cartes : St-André de l'Eure, Dreux. 20 kms. Zone 5.

SAMEDI 17 ET DIMANCHE 18 JUIN

Escalades à Saffres.

Henri LUKSENBERG.
Départ Porte d'Italie vendredi 16 juin à 20 heures. Inscriptions au car obligatoires.

DIMANCHE 18 JUIN

Initiation à l'escalade à l'Eléphant.

Roger BEAUMONT.
Dép. car Concorde 8 h.

Ecole d'escalade au Puisselet.

Léon DEGOIS.
Dép. car Concorde 8 h.

Les sentiers de grande randonnée de Mantes à Vernon par le G. R. 2.

Jacques LEMOINE.
Dép. St-Laz. 7 h. 47, Mantes 8 h. 25, Vétheuil, Haute-Isle, La Roche Guyon, Vernon 18 h. 11 ou 18 h. 44, Paris 19 h. 10 ou 19 h. 52. Carte : I.G.N. 1/50.000^e coul. Mantes XXI-13. 30 kms. Zone 2 + suppl. au ret.

Haute Vallée de l'Epte et Pays de Bray.

José STIERS.
Dép. St-Laz. 8 h. 15, Gournay-Ferrières 9 h. 34, Vallée de l'Epte, St-Clair, Cuy, St-Fiacre, Ménéval, Forêt de Bray, Forges-les-Eaux 20 h. 13, Paris 22 h. 08. Cartes : Gournay et Forges-les-Eaux. 27 kms. Zone 5 + suppl. au ret.

Forêt de Retz.

Jacques MOINS.
Dép. Nord 7 h. 30, Crépy-en-Valois 9 h. 08, Gondreville, Boursonnes, La Ferté-Milon 18 h. 28, Paris Est 20 h. 20. Carte : Villers-Cotterets. 25 kms. Zone 2 + suppl. au retour.

SAMEDI 24 ET DIMANCHE 25 JUIN

Auxerre et l'Avallonnais pittoresque.

Henri GODDE.
Sam. 24 : R.-V. P.-L.-M. 7 h. 40, dép. 8 h. 10, Auxerre 10 h. 08 (vis. cath. et ses trésors artist., Anc. Pal. Episc., Anc. Abbaye St-Germain et ses cryptes, peint. mur. du XI^e), déj. à vol. Train 14 h. 31, Arcy-sur-Cure 15 h. 22, les Grottes d'Arcy et Rochers St-Moré. Train pour Sermizelles, Vézelay (din., couch.). Le soir, spect. Son et Lum. à la Basilique.
Dim. 25 : Vis. de la Basilique et de la Cité, St-Père-sous-Vézelay (égl. joyau de l'art gothique). A pied : traversée du Grand Mont et du Montmartre, Vault de Lugny (égl. peint. mur. XVI^e), Pontaubert (égl. Templiers XII^e), Les gorges du Cousin et ses rochers, Avallon remparts, collégiale St-Lazare (roman). Train à 18 h. 47, Paris 22 h. 30.
Prix du coll. app. 26 NF. Log. dortoir à l'Assoc. Pax Christi à Vézelay (2 NF). S'inscrire si poss. dès parution du Bull. Rens. compl. seront donnés en temps voulu.

Au pays des corsaires et des peintres.

Huguette ECOLE.
Week-end à Honfleur.
St-Lazare (avec chang. à Lisieux). Premier dép. 9 h. ; deuxième dép. 13 h. 30, Honfleur 12 h. 15 ou 17 h. 15. Flânerie dans les vieux quartiers (quai Ste-Cath. Lieutenant), Point de vue du Mont Tolé, Cote de Grâce (camp. ou hôtel). Le dim. : bords de mer et forêt de St-Gatien (vieilles égl., Cricquebeuf, et manoirs normands, Canapville), Pont-l'Évêque 19 h. 27. Changement à Lisieux, Paris 22 h. 48. 20 kms. S'inscrire dès par. du Bull. pour coll. et hôtel. Coll.

COLLECTIVES

ESCALADES

DIMANCHE 25 JUIN

Initiation à l'escalade à Malesherbes.

Dép. Car Concorde 8 h. (R.-V. à la Mandarine).

Tony VINCENT.

École d'escalade à Malesherbes.

Dép. Car Concorde 8 h. (R.-V. Dalle C.C.D.F.).

Gilbert BLOCH.

En Valois.

Dép. Nord 7 h. 30, Vaumoise 9 h. 18, Vallée de l'Automne, Morienvall, St-Jean-aux-Bois, Compiègne 18 h. 47, Paris 19 h. 34. 27 kms. Zone 3 + suppl. au ret.

Pierre PETIT.

DU VENDREDI 30 JUIN AU 2 JUILLET

Escalades au Saussois (Rochers du Parc).

Départ Porte d'Italie, vendredi 20 h. Inscriptions au car obligatoires.

Henri LUKSEMBERG.

DIMANCHE 2 JUILLET

Initiation à l'escalade à l'Eléphant.

Dép. car Concorde 8 h.

Jacques MEYNEU.

École d'escalade à la Dame Jeanne.

Dép. Car Concorde 8 h.

Léon DEGOIS.

Sud de la Forêt de Fontainebleau.

Dép. P.-L.-M. 8 h. 30, Fontainebleau, Demoiselles, Long Rocher, marche et petites escalades. Nombreux trains de retour. 22 kms. Carte de la forêt. Zone 2.

Henri GODDE.

Vallée de la Seine.

Dép. St-Laz. 7 h. 12, Bonnières 8 h. 08, La Roche-Guyon, Vétheuil, Tour de Follainville, Limay, Mantes 19 h. 16, Paris 19 h. 55. Cartes : Mantes coul. 26 kms. Zone 3.

Pierre PETIT.

DIMANCHE 9 JUILLET

Initiation à l'escalade : Parcours-montagne à Franchard.

Dép. P.-L.-M. 8 h. 30 pour Fontainebleau.
Pour les voitures : R.-V. 9 h. 45 au carr. de la Libération.

J.-P. HEYNER.

École d'escalade au Rocher Fin.

Dép. car Concorde 8 h.

Jean BROUST.

Un jour à la mer par train spécial.

R.-V. St-Laz. 6 h. 40. Dép. 6 h. 55, Dieppe 9 h. 18, vis. de Dieppe et bords de mer à Ruys. Dép. Dieppe 20 h. 30, Paris 22 h. 59. S'inscr. avant le 30 juin pour bénéficier du billet spécial : 15 NF.

André DE GOUVENAIN.

Forêts de Saint-Arnoult et de Rambouillet.

Dép. Aust. 9 h., Dourdan 10 h. 10, Le Plessis-Mornay, Rochefort-en-Yvelines, Moutiers, La Celle-les-Bordes, Etangs de la Tour, Etang Neuf (baign.), Rambouillet 19 h. 15, Paris Montp. 20 h. 02. Cartes : Dourdan, Rambouillet. 26 kms. Zone 2.

Armand RINGUET.

SAMEDI 29 ET DIMANCHE 30 JUILLET

De la Seine à l'Eure.

Sam. dép. St-Laz. 13 h. 25, Vernon 14 h. 24, Forêt de Bizy, Bois de St-Just, La Chapelle (biv.), Rouvray, Menilles, Vallée de l'Eure par la rive gauche, Bueil 18 h. 10, Paris 19 h. 14. Cartes Mantes, Evreux. 42 kms. Fin de sem. Zone 4.

Marie-Thérèse BOILLOT.

DIMANCHE 6 AOUT

Autour de la Voise.

Dép. Montp. 7 h. 35, Gazeran 8 h. 27, Bois de Battonceau, Sauvage, Gallardon, Vallée de la Voise, Maintenon 18 h. 11, Paris 19 h. 02. Carte : Chartres S.-E. 26 kms. Zone 2 + suppl. au retour.

Pierre PETIT.

DIMANCHE 20 AOUT

Randonnée tous terrains.

Dép. Aust. 9 h. 16, Lardy 9 h. 57, Le Lièvre d'Or, Chamaronde, Gillevoisin, La Grange des Bois, Petit Boinveau, Dolmen de la Pierre Levée, Tour de Pocancy, Lardy 17 h. 48, Paris 18 h. 27. Carte : I.G.N. Etampes. 20 kms. Zone 1.

Roger GUTTIN.

DIMANCHE 27 AOUT

Escalades au Sanglier.

Dép. P.-L.-M. 8 h. 36 pour La Ferté-Allais. Zone 2.

Jacques ROUILLARD.

Vallée de la Maule.

Dép. Montp. 7 h. 08, Villiers-Neauphle 7 h. 54, Montainville, Maule, Epône-Mézières 18 h. 48, Paris St-Laz. 19 h. 49. Cartes : Versailles, Pontoise. 25 kms. Zone 2.

Jacques MOINS.

DIMANCHE 3 SEPTEMBRE

Escalades à Franchard.

Dép. P.-L.-M. 8 h. 30 pour Fontainebleau. Zone 2.

Jacques ROUILLARD.

De l'Oise au Thérain.

Dép. Nord 9 h. 15 (ch. à Persan), Précy-sur-Oise 10 h. 23, Bois de St-Michel et de Melo, Uilly-St-Georges, Vallon du Ruisseau de Cires, Cires-les-Mello 19 h. 08, Paris 20 h. Carte : Creil. 20 kms. Zone 2.

Maurice FRAGNY.

PARCOURS-MONTAGNE

● **LES COLLECTIVES ANNONCÉES SOUS CETTE RUBRIQUE SONT EXCLUSIVEMENT RÉSERVÉES :**
1° aux débutants à l'escalade (classe initiation) ;

2° aux montagnards moyens dont le niveau technique est inférieur au 3° degré Bleau.

Il est donc inutile que les varappeurs de niveau supérieur au 3° degré, assidus à l'École d'Escalade se présentent à cette collective. (Le Parcours-Montagne est un itinéraire qu'ils peuvent faire seuls, sans encadrement, et qui, s'il peut servir utilement d'entraînement physique, ne permet pas d'études techniques poussées).

● **FONCTIONNEMENT DE CETTE COLLECTIVE.**

-- Le car, pris à la Concorde, rejoint les voitures particulières au point indiqué dans le calendrier.

-- A partir de ce point de rendez-vous la collective effectue une randonnée pédestre d'une heure à une heure trente environ et rejoint le Parcours-Montagne tracé de Franchard en un point quelconque du circuit.

-- L'escalade proprement dite commence alors sans qu'il soit procédé à un quelconque dépôt de sacs, chaussures ou vêtement.

-- Le repas est pris en cours de circuit.

-- La journée se termine par une marche d'une heure qui permet de regagner car et voitures.

● **MATERIEL.**

-- Sac avec provisions de bouche (aussi léger que possible).

-- Tenue d'escalade, avec **chaussures de marche** (vibrans), vêtement de pluie.

-- cordes fournies par les moniteurs.

-- Tous les rendez-vous fixés se retrouvent facilement en consultant la carte de la Forêt de Fontainebleau du C.A.F. au 1/30.000* (éditée par Girard et Barrère).

RENDEZ-VOUS

Horaires et détails seront affichés au Club le jeudi précédant la sortie.
Pour les sorties en car, inscription obligatoire le jeudi précédant la sortie avec versement du prix du voyage.

ESCALADES

GARE DE LYON, CROISEMENT DES DEUX GALERIES.

SUR PLACE.

FRANCHARD : Au pied de la Cuisinière.

BAS CUVIER : Place du Cuvier.

REMPART : Au pied du Rempart.

APREMONT : Départ du Circuit Rouge.

MALESHERBES : Dalle du C.C.D.F.

DAME JEANNE : Devant chalet Jobert.

PUISELET : Sommet du pignon Ouest.

Se munir de chaussons d'escalade, petit tapis, résine pilée, corde de 10 à 15 m.

RANDONNÉES

GARES : R.-V. 20 min. av. départ du train.

EST : Banlieue, hall guichets.

Gr. lignes, devant bureau renseignements.

LYON : Croisement des galeries.

MONTFARNASSE : 1^{er} étage, horloge, côté location.

NORD : Grande gare : Croisement des galeries. Gare annexe : devant les guichets.

AUSTERLITZ : Horloge intérieure.

ORSAY : Devant buffet.

INVALIDES : Guichets billets.

DENFERT-ROCHEREAU : Guichet.

SAINT-LAZARE : Horloge centrale, salle Pas-Perdus.

Billets du dimanche : Zone I, 3,70 NF. ;

Zone II, 5,50 NF. ; Zone III, 6,40 NF. ;

Zone IV, 7,90 NF. ; Zone V, 9,30 NF.

RANDONNÉES

EXCURSIONS

PENDANT LA PERIODE DES GRANDES VACANCES, DES SORTIES POURRONT ETRE ORGANISEES QUI NE FIGURERONT PAS A CE BULLETIN. ELLES SERONT AFFICHEES AU CLUB LE JEUDI PRECEDENT. ON POURRA SE RENSEIGNER PAR TELEPHONE LES VENDREDI ET SAMEDI POUR LE DIMANCHE SUIVANT.

FÊTES DU 14 JUILLET

Trois jours en moyenne montagne : Traversée Sixt-Chamonix par le Buet et un ou deux sommets dans les Aiguilles Rouges. Départ Paris jeudi 13 au soir. Retour lundi 17 au matin.

Nombre limité à 9.

Commissaire Léon Degois.

VARAPPE-CADET

Tous renseignements concernant ces sorties sont fournis au Secrétariat. Devant l'intérêt qu'elles suscitent auprès de nos jeunes amis, il serait nécessaire de multiplier leur fréquence. Pour cela nous serions heureux de connaître ceux de nos collègues qui seraient intéressés par l'encadrement de cette école.

SORTIES LOINTAINES

Afin d'aider au perfectionnement de tous ceux qui, de plus en plus nombreux, fréquentent nos sorties d'escalade dans la région parisienne, un programme de sorties lointaines a été établi pour la saison d'été, en fonction des souhaits exprimés par nos membres.

Le transport se fera en car. Le prix du transport sera perçu lors de l'inscription et ne pourra être remboursé.

La Commission de l'enseignement alpin compte sur tous les Commissaires et Moniteurs afin qu'ils renseignent les participants de leurs collectives sur ces sorties en grandes écoles.

Elle compte aussi sur les habitués du Saussois et de Saffres pour faire toute la publicité nécessaire auprès de leurs camarades afin de recruter un nombre toujours plus grand de participants à ces collectives et d'aider à leurs bonnes réalisations.

Sur le plan financier, cela nous aidera car, lorsqu'un car part non complet, c'est votre section qui paie le déficit.

Sur le plan pratique, il importe de faire connaître nos grandes écoles du Saussois, du Dijonnais, des Ardennes à ceux que la haute montagne attire, car c'est dans ces écoles, beaucoup plus et mieux qu'à Fontainebleau, qui n'est qu'un premier apprentissage, qu'ils apprendront à l'habituer au vide, à manœuvrer les cordes, à s'assurer.

Et aussi à constituer les petites équipes qui, les grandes vacances venues, iront vers d'autres « terrains de jeux » dans les Alpes.

SAMEDI 9 ET DIMANCHE 10 SEPTEMBRE

Les sentiers de grande randonnée de Dourdan à Montfort-l'Amaury par le G.R.1.

Jacques LEMOINE.
Sam. 9. Dép. Aust. 13 h. 01, Dourdan 14 h. 02. Forêts de Dourdan et de Rambouillet (camping), Montfort l'Amaury 19 h. 22, Paris Montp. 20 h. 23. Cartes I.G.N. 1/50.000^e coul. Dourdan XXII-16, Rambouillet XXII-16, Nogent-le-Roi XXI-15. 45 kms env. en 2 jours. Zone 2. (Week-end).

DIMANCHE 10 SEPTEMBRE

Initiation à l'escalade au Rocher Canon.

Dép. P.-L.-M. 8 h. 30 pour Bois-le-Roi. Zone 2.

André LACASSAGNE.

Ecole d'escalade au Bas-Cuvier.

Dép. P.-L.-M. 8 h. 30 pour Bois-le-Roi. Zone 2.

Jacques GRANDJEAN.

SAMEDI 16 ET DIMANCHE 17 SEPTEMBRE

Montagnes champenoises et vendanges.

Huguette ECOLE.
Sam. Dép. Est 12 h. 25 ou 18 h. 52, Epernay 14 h. 08 ou 20 h. 45, vign. de Moussy, Mt-Félix, égl. perchée de Chavot-Monthelon, Montagne d'Avize, Gramont, égl. romanes d'Avize, Oger, Vertus, Rochers de Faloise, car à Vertus 18 h. 25, Epernay 19 h. 05-21 h. 15, Paris 23 h. 10. Cartes : I.G.N. Epernay, Avize, Vertus 1/50.000^e coul. 35 kms env. en 2 jours. Camping ou hôtel. S'inscrire le plus tôt pos. Coll. 16 NF.

DIMANCHE 17 SEPTEMBRE

Initiation à l'escalade au Cuvier-Merveille.

Dép. P.-L.-M. 8 h. 30 pour Bois-le-Roi. Zone 2.

Roger BEAUMONT.

Ecole d'escalade au Bas-Cuvier.

Dép. P.-L.-M. 8 h. 30 pour Bois-le-Roi. Zone 2

René PILLAS.

Randonnées tous terrains.

Dép. P.-L.-M. 8 h. Fontainebleau 8 h. 33, Gorges de Franchard, Bois-le-Roi 18 h. 08, Paris 18 h. 49. Carte de la forêt. 20 kms. Zone 2.

Roger GUTTIN.

Les bruyères en fleurs en Forêt de Rambouillet.

José STIERS.
Dép. Montp. 7 h. 08, Orgerus-Behoust 8 h. 11, forêt des Quatre Piliers, Les Hauzettes, Les Bois de l'Epert, Bois de la Charmoie, Le Gros Taillis, Rambouillet 19 h. 15, Paris 20 h. 02. Cartes : Houdan et Nogent-le-Roi. 27 kms. Zone 2.

SAMEDI 23 ET DIMANCHE 24 SEPTEMBRE

Forêt de Fontainebleau et basse école.

Marie-Thérèse BOILLOT.
Sam. 23. Dép. P.-L.-M. 18 h. 30, Fontainebleau 19 h. 03, Long Boyau, Gorges du Houx (biv.), Gorges de Franchard, Arbonne, Fleury-en-Bière, Cély-en-Bière, St-Sauveur-sur-Ecole, Ponthierry-Pringy 17 h. 43, Paris 18 h. 39. Carte : Fontainebleau et Melun. 33 kms. Fin de sem. Zone 2.

DIMANCHE 24 SEPTEMBRE

Initiation à l'escalade aux rochers J.-A. Martin.

Dép. car Concorde 8 h.

Tony VINCENT.

Ecole d'escalade au Rocher Fin.

Dép. car Concorde 8 h.

Maurice ALLARD.

Randonnée à Bléau.

Dép. P.-L.-M. 8 h. 30, Bois-le-Roi, traversée du Cuvier, Gorges d'Apremont, Mont-Ussy, Fontainebleau, retour ad libitum.

Henri GODDE.

Circuit parisien dans le sens des aiguilles d'une montre.

Jacques MOINS.
Première étape : Forêt de Compiègne et de Villers-Cotterets.
Dép. Nord 7 h., Compiègne 8 h. 12, Vieux Moulin, Pierrefonds, Rétheuil, Villers-Cotterets 19 h. 11, Paris 20 h. 12. Cartes : Compiègne, Attilly, Villers-Cotterets.

SAMEDI 30 SEPTEMBRE ET DIMANCHE 1^{er} OCTOBRE

Escalades au Saussois (Rochers du Pare).

Départ vendredi 29 sept. à 20 h. Porte d'Italie.

Henri LUKSENBERG.

DIMANCHE 1^{er} OCTOBRE

Initiation à l'escalade : Parcours-montagne à Franchard.

Jacques GRANDJEAN.
Dép. car Concorde 8 h.
Pour les voitures : R.-V. à 9 h. 30 carrefour du Milan sur la route de Sully, à 2 kms 500 env. de Barbizon.

Ecole d'escalade au Bas-Cuvier.

Dép. P.-L.-M. 8 h. 30 pour Bois-le-Roi. Zone 2.

Maurice ALLARD.

Forêt de Fontainebleau.

Pierre CLÉMENTCET.
Dép. P.-L.-M. 8 h. 30, Fontainebleau 9 h. 14, Grands Feuillards, Vallée Chaude, Boisron, Rochers de la Reine, Fontainebleau 18 h. Paris 18 h. 42. 28 kms. Zone 2.

De la Brèche à l'Oise.

Maurice FRAGNY.
Dép. Nord 9 h. 03, Liancourt 9 h. 53, Béthancourt, Gueule du Val, Ozoy, Rieux-Angicourt 17 h. 55, Paris 18 h. 57. 20 kms. Zone 2

ESCALADES RANDONNÉES

DIMANCHE 8 OCTOBRE

Initiation à l'escalade aux rochers de Saint-Germain.

Gilbert BLOCH.

Dép. P.-L.-M. 8 h. 30 pour Bois-le-Roi. Zone 2.

Ecole d'escalade au Puisetlet.

Paul BESSIÈRE.

Dép. P.-L.-M. 8 h. pour Nemours. Zone 4.

Promenons-nous le long du bois... de la Commanderie. Marie-Thérèse BOILLOT.

Dép. P.-L.-M. 8 h., Nemours 9 h. 06, Chaintreuilville, Ormesson, Le Puisetlet, Lorchant, Busseau, Villiers-sous-Grez, Bourron 18 h. 52. Paris 20 h. 16. Carte : Fontainebleau. 35 kms. Zone 4.

Forêt de Lyons et Vallée de l'Andelle.

Henri GODDE.

En car spécial. R.-V. Concorde 7 h. 45. Dép. 8 h. pour Lyons-la-Forêt, Chapelle St-Jean, Rosay (château et égl. du XIII^e), Ménesqueville (égl. rustique), Charleval (égl. et château), Fleury-s.-Andelle, Radepont (vieux château, égl.), Abbaye de Fontaine-Guérard (ruines intéressantes). Retour vers 20 h. à Paris.

En lisière des Forêts d'Halatte et de Compiègne.

Jacques POLLE-DEVIÈRES.

Dép. Nord 7 h., Pont-Ste-Maxence 7 h. 54, St-Pierre de Ponrpoint, Roberval, Noël St-Martin, St-Vast de Longmont, Saintines, Saint-Sauveur, Le Meux-la-Croix St-Ouen 17 h. 30, Paris 18 h. 57. Carte : 1/50.000^e Senlis. 27 kms. Zone 3.

Le paquebot « Liberté » au Havre par train spécial.

André DE GOUVENAIN.

R.-V. St-Laz. 9 h. 15, dép. 9 h. 33, Le Havre 12 h. 15, visite du Havre et du paquebot « Liberté », Le Havre dép. 17 h. 50, Paris 20 h. 34. S'inscr. av. le 1^{er} oct. pour bénéf. du billet spécial.

DIMANCHE 15 OCTOBRE

Initiation à l'escalade à la Padole.

Jacques ROUILLARD.

Dép. Car Vert 8 h. (descendre au Saut du Postillon).

Ecole d'escalade à Franchard.

Roger BEAUMONT.

Dép. P.-L.-M. 8 h. 30 pour Fontainebleau. Zone 2.

Varappe-Cadets.

Robert LATOUR.

Dép. P.-L.-M. 8 h. 30. Se renseigner à la Section.

Forêt d'Halatte.

Edgard BOUILLON.

Dép. Nord 9 h. 03. voir au Club). Retour par Pont-Ste-Maxence, Paris vers 19 h.

Trois forêts en automne.

José STIERS.

Dép. Nord 8 h. 25, Orry-la-Ville 8 h. 54, Carrefour et route de la Verrerie, Poteau de Lamarlaye, Royaumont, Vallée de la Thères, Voye, Etang de la Reine Blanche, Chantilly, Carrefour de la Table, Orry 18 h. 23, Paris 18 h. 53. Carte : Creil. 28 kms. Zone 2.

Les sentiers de grande randonnée de Verneuil-l'Etang à la Forêt de Fontainebleau par le G. R. 1.

Jacques LEMOINE.

Dép. Est 7 h. 55, Verneuil-l'Etang 8 h. 36. Retour par Héricy 18 h. 30, Paris 19 h. 28. Carte I.G.N. 1/50.000^e coul. Brie-Comte-Robert XXIV-15 et Melun XXIV-16. 30 kms. Zone 2.

BIBLIOTHÈQUE

Fermeture annuelle, du 1^{er} au 31 août.

NOUVEAUTES

Tricentenaire de la Paix des Pyrénées (plaque) — F.F.C.C., guide des terrains aménagés — les explorations au XX^e siècle — Morgiou - Sormiou - Sugiton — Expédition Française 1956 au Groënland, par C. Mailard — Carte de la Brenta et Adamello — Les Aiguilles de Bavella (guide).

LIRE

— Camping-Voyages - Mars 1961. — Trois itinéraires faciles et une grande classique autour de Val d'Isère (R. Beaumont) — L'Oberland et la Bernina, par J. Rouillard — Dévoluy : un article intéressant le randonneur — Nouveau départ du ski en Auvergne (F.F.S.).

— Camping-Voyages - Avril 1961. — Rochers de Connelles — 126 voies équipées aux rochers de Connelles — Les sentiers de Samoïs — L'autoroute et les 3 Pignons.

DONS

Mademoiselle Cristaux et M. J.-M. Lhoste ont remis des dons très appréciés. MARCHAND.

POUR L'ALPINISTE : UN NOUVEAU GUIDE L'UNITE FOLDEX « RHONE-ALPES »

Pour les alpinistes qui, de plus en plus nombreux gagnent les Alpes par la route, comme pour tous les autres, l'unité « Rhône-Alpes » éditée par les Editions Foldex, leur deviendra bientôt tout aussi familière que les « Vallot » ou les « Devies ».

D'un format pratique (« in the pocket »), d'une présentation attrayante, ce guide se présente sous la forme d'un « triplex ». D'abord, une carte routière au 1/250.000^e où sont même figurés les sentiers G.R. En-

suite un guide hôtelier (avec indication des prix) et une sélection de terrains de camping.

Enfin, il comporte un guide proprement dit, dû à nos amis Cote Colisson et Roger Beaumont, comportant des itinéraires routiers descriptifs, des projets d'excursions, des idées de distractions ou de visites. En somme, un excellent guide pour d'excellentes vacances.

Tony VINCENT.

ANNONCES

Il a été trouvé, à Malesherbes, le 30 avril : 1 montre. A la section.

A VENDRE, à 200 kms de Paris, MAISON bon état, entr. 4 p. cuis. W.C., Eau, el., gar., dép., jard., pêche, chasse, 32.000 NF à déb. — Mme HALIMBOURG, Châtel-Censoir (Yonne).

Un alpiniste tchèque désire, avec un camarade, venir l'été prochain dans les Alpes françaises. Il souhaiterait faire la connaissance d'un alpiniste français pouvant l'accompagner en montagne avec courses sans grande difficulté. Pour remerciement de ses bons offices l'alpiniste français se verrait offrir pour 2 personnes un séjour gratuit de 15 jours en Tchécoslovaquie. — Ecrire à William Kubinec, HROBY DUCHCOVA, Konevova 270 CSSR.

Entraînement et courses : Du 1^{er} au 15 juin, j'aimerais connaître un ou une jeune alpiniste capable de passer en tête (IV montagne). — Ecrire d'urgence à M. PONCET Alix, guide de haute montagne, moniteur de ski à Courchevel 1850 (Savoie).

A. V. 1 Paire chaus. esc. Bernard, pointure 37. — Tél. VAU. 07.94.

Au C.A.F.

7, rue La Boétie, PARIS-8^e

SECTION DE PARIS BUREAUX ET CAISSE :

Ouvert de 9 h. à 19 h., sauf dimanches et fêtes (fermé le lundi entre 12 h. et 14 h.). Réunion tous les jeudis jusqu'à 20 h. Pendant la période de vacances : fermé le lundi du 14 juillet au 3 octobre. Fermé entre 12 et 14 h. du 15 août au 15 septembre.

SECRETARIAT GENERAL :

Le Secrétaire général est à la disposition des membres tous les mardis ouvrables à partir de 18 heures.

BIBLIOTHEQUE :

Mardi, vendredi, de 16 h. à 19 h., jeudi, de 14 h. à 19 h. 30. Consultation fermée à 18 h. le jeudi. Samedi, de 14 h. à 19 h. Fermé pendant le mois d'août.

S. C. A. P. :

Réouverture en octobre. Permanence le jeudi à 18 h. 30.

CULTURE PHYSIQUE :

Académie de Culture Physique, 26, rue Buffault (métro Cadet), Paris (9^e). Trudaine : 00-83. Mercredi, jeudi, vendredi, de 20 h. à 21 h.

Juillet et septembre le jeudi de 20 h. à 21 h. En août : mardi, mercredi et vendredi, de 7 h. à 13 h. et de 16 h. à 20 h.

JUDO

Judo-Club de la Salle Pleyel, studio 33, 252, Fg Saint-Honoré mardi, à 20 h. 30.

SPELEO-CLUB :

Reprise des soirées en octobre.

PHOTOGRAPHIE :

En juin, réunion le 2^e et 4^e jeudi à 20 h. 30. Les réunions reprendront le jeudi 6 octobre.

1 alliance avec initiales et date a été trouvée vers la piste jaune orange du Rocher Fin. La réclamer à Mlle Noëlla GUERIN, Enset 511, Cochon (Seine).

Il a été trouvé à Clecy une carte d'escalade. — Ecrire C. LECANU, 399, av. Jean-Jaurès, Le Havre.

Il a été trouvé à Clecy, au pied de la Noire, le 19-3-1961, du matériel d'escalade. Le réclamer à la Section.

PÉRIODICITÉ : 5 numéros par an

PRIX DU NUMÉRO : 1 NF.

Abonnement France et Etranger : 4 NF.

Tél. ANJ. : 54-45 - C.C.P. 2358.04

Métro : St Augustin - Bus 28, 32, 43, 49, 80, 84, 94