

PARIS CHAMONIX

bulletin des Clubs alpins français d'Ile-de-France

décembre 2011 janvier 2012 // numéro 213 // 5 euros

ski de montagne
**L'Alta Via n°1
des Dolomites**

alpinisme
Alpinisme hivernal en Auvergne
Les monts Dore

randonnée pédestre
Trois jours sur la côte amalfitaine

escalade
Calanques : Traversées au fil de l'eau

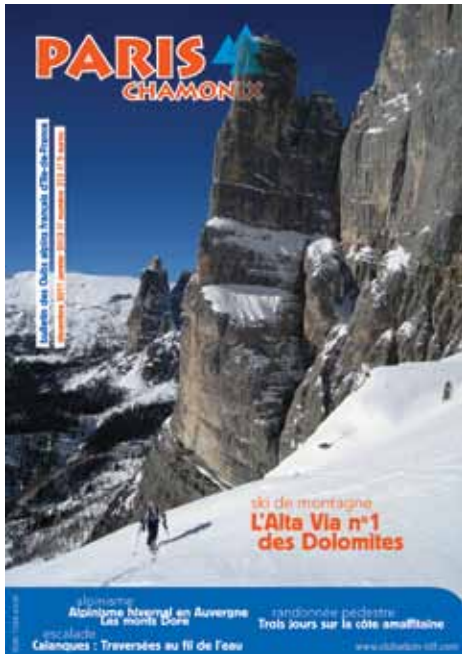
www.clubalpin-idf.com

agenda

Foire au matériel de montagne Samedi 26 novembre, dans les locaux du club de 11h à 17h.

Ski, raquettes, alpinisme, escalade, randonnée pédestre, VTT : Achetez ou vendez du matériel de montagne : chaussures, chaussons d'escalade, sacs à dos, tentes, duvets, piolets, crampons, raquettes, skis, cartes, vêtements non démodés et propres. Prix raisonnables.

- Dépose du matériel à vendre : jeudi 24 novembre de 16h à 18h30 et vendredi 25 novembre de 16h à 19h30. Aucun dépôt ne sera accepté le jour de la vente. ▲



Soirée comptes

Mercredi 30 novembre à 19h au club.
Avec Jean-Jacques Liabastre, trésorier du Caf Ile-de-France. ▲

Assemblée générale du Caf Ile-de-France

Samedi 3 décembre à 14h à la maison des associations, 22 rue Deparcieux Paris 14. ▲



photo de une : montée sous la Torre Trieste, dans les Dolomites
(photo : François Renard).

Club Alpin Français Ile-de-France

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

12 rue Boissonnade 75014 // Métro : Port-Royal, Raspail, Vavin
Adresse postale : 5 rue Campagne-Première 75014 Paris
Tél. + répondeur : 01.42.18.20.00 // Télécopie : 01.42.18.19.29
Site Internet : www.clubalpin-idf.com // Courriel : accueil@clubalpin-idf.com



Horaires d'ouverture : mardi de 16h à 19h ; jeudi de 12h à 14h et de 16h à 19h ; vendredi de 16h à 19h ; samedi de 13h à 17h ; fermeture le lundi et le mercredi.
Fermeture des bureaux : du samedi 24 décembre au mardi 2 janvier.

Le Club alpin français d'Ile-de-France (Caf IdF) est affilié à la Fédération française des Clubs alpins et de montagne (FFCAM). Celle-ci bénéficie de l'Agrément tourisme n° AG 075.95.0054, ce qui autorise tout club affilié à proposer à ses membres et à réaliser avec eux, dans le respect des dispositions de la loi du 13 juillet 1992 et du décret du 15 juin 1994, des voyages et des séjours collectifs à caractère sportif ou sportif et culturel. Garantie financière : fonds mutuel de solidarité de l'Unat. Assurance responsabilité civile souscrite auprès de la compagnie Commercial Union Assurances.



Découvrez Action Dolpo,
association parrainée par le Club Alpin Français.
Samedi 3 Décembre 2011, de 14h30 à 18h30
C.A.F. Ile de France - 24 avenue Laumière - Paris 19^{ème}

Voyagez le temps d'un après-midi dans l'une des dernières vallées himalayennes de culture tibétaine :

- Films documentaires, diaporama, musique tibétaine, objets et tissages du Dolpo, échanges avec les responsables de l'association
- Vente de bijoux en argent et d'artisanat népalais pour préparer vos cadeaux de Noël, au profit de l'association.



Présentée depuis 1993, dans cette vallée située à plus de 4000 m d'altitude, Action Dolpo y assure la scolarisation de 150 enfants et la gestion d'un centre de soins, pour lequel elle construit actuellement un nouveau bâtiment totalement chauffé à l'énergie solaire. L'association permet aussi aux jeunes les plus doués de suivre des études supérieures à Kathmandu. Les premiers étudiants formés par Action Dolpo sont ainsi déjà revenus dans leur vallée comme instituteurs, et bientôt comme médecin ou infirmière, prenant en main le développement de leur vallée tout en préservant sa culture.

www.actiondolpo.com



Neiges 2012 est paru !
Le programme des activités hivernales et printanières 2011-2012 est présenté dans la brochure **Neiges 2012** disponible au Club.

Important

La garantie d'assurance liée à votre adhésion 2011 expire le 31 octobre. Pensez à renouveler votre adhésion afin de profiter de tous les avantages liés à votre appartenance au Caf Ile-de-France. La garantie est acquise dès réception de votre règlement à notre siège parisien. Aucune inscription à une sortie se déroulant en 2012 ne peut être prise en considération avant le règlement de la cotisation.

En cas d'accident

Une déclaration est à faire par écrit dans les cinq jours à :

Gras Savoye Montagne
Parc Sud Galaxie
3B, rue de L'Octant BP 279
38433 Échirolles cedex

Pour un rapatriement, contacter :
Intermutuelle Assistance
En France, au 0.800.75.75.75

- À l'étranger, au 33.5.49.75.75.75
- N° de contrat : 2.857.150.R

Sommaire du numéro 213

Paris Chamonix

Bulletin
des Clubs alpins français
d'Ile-de-France

Directeur de la publication :
Claude Boitard.

Responsable de la
rédaction :

Monique Rebiffé.

Secrétaire de rédaction-
maquettiste :

Hervé Brezot.

Comité de rédaction :

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

Administration :

Club alpin français
d'Ile-de-France
12 rue Boissonade
75 014 Paris

Abonnement

pour 5 numéros (1 an)

Membres du Caf IdF :

15 euros

Non membres : 24 euros

Réalisation : Mama Kette
(mamakette@free.fr)

Impression : Imprimerie
Causses & Cévenne
12100 St-Georges-de-
Luzençon.

Tél. 05.65.58.41.41

Dépôt légal : décembre 2011
CPPAP n° 0114 G 84108

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



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

page 6 // Ski de montagne : L'ALTA VIA N°1 DES DOLOMITES

page 10 // Alpinisme ALPINISME HIVERNAL EN AUVERGNE : LES MONTS DORE

page 13 // Randonnée pédestre TROIS JOURS SUR LA CÔTE AMALFITAINE

page 16 // Escalade CALANQUES : TRAVERSÉES AU FIL DE L'EAU

page 18 // Chronique des livres et du multimédia

page 19 // Activités des Clubs alpins d'Ile-de-France

*Calanques, sortie
de la Traversée au fil de l'eau.
(photo : François Renard)*

par Annick Mouraret

« Les arbres, les arbrisseaux, les plantes sont la parure et le vêtement de la terre. » J.J. Rousseau

Hébergements en Seine et Marne

LE ROCHETON À LA ROCHETTE

Le Centre international de séjour « Le Rocheton » est situé à La Rochette, entre Melun et Bois-le-Roi. Sa fonction est d'accueillir tous les publics, mais comme il est situé non loin du GR 2 qui longe la Seine, en limite de la forêt de Fontainebleau, il peut être une adresse intéressante aussi pour les randonneurs. Ouvert toute l'année avec 146 lits en chambres de 3 ou 4, pas de cuisine à disposition mais un self-service. ▲ Le Rocheton, service réservation, rue du Rocheton 77000 La Rochette. Tél. 01.64.37.29.37. Courriel : reservation@rocheton.asso.fr. Site : www.rocheton.asso.fr

(photo : Amis de la Nature)



LA FERME DE COQUIBUS

Elle est située en forêt de Fontainebleau, sur le GR 11, à proximité des sites des Trois Pignons et de la Dame Joanne. Depuis Milly-la-Forêt, prendre la rue de la Plaine, traverser la rocade et emprunter le chemin de terre vers la forêt. Cet hébergement des Amis de la Nature vient de rouvrir après travaux, avec maintenant un éclairage par groupe

électrogène, 2 salles de séjour, cuisine équipée, 46 places en dortoirs de 4 à 6 lits, sanitaires complets, douches chaudes payantes, location de draps. Parking 25 places, 1 car, code d'accès à la barrière. ▲ Ouvert toute l'année, réservation obligatoire au 01.64.96.94.05. Tél. du gîte : 01.64.98.87.40. Site : www.amis-nature.org



Hôtel à abeilles au Museum

Tous les insectes pollinisateurs, notamment les abeilles sauvages, peuvent désormais faire une pause dans les deux hôtels à abeilles installés dans le jardin écologique et dans le petit labyrinthe du Jardin des plantes. Conçus également pour d'autres sites par l'ONF pour les insectes et leur environnement, ces ouvrages à la fois esthétiques

et pédagogiques permettent aux visiteurs de découvrir ces petites bêtes méconnues. Cette initiative au Jardin des Plantes découle de l'inventaire de la biodiversité réalisé à l'aide notamment de Vigie-Nature qui est un programme de sciences participatives au travers de plusieurs observatoires actifs créé en 1989. En 2008 est né l'Observatoire des bourdons et en 2010 le Suivi Photographique des Insectes POLLinisateurs (SPIPOLL) : en une année 13 000 photos ont été déposées sur le site www.spipoll.fr ! ▲

(photo : MNHN)

www.abeillesentinelles.net

Les premières abeilles auraient vécu il y a plus de 60 millions d'années. 140 000 milliards d'abeilles sont mortes prématurément en 10 ans : elles sont en danger. Voici une charte, à signer sur le site abeillesentinelles.net pour la sauver : « abeille, sentinelle de l'environnement ». ▲



La biodiversité c'est la vie

Il n'y a rien d'impossible à l'enfant qui sait : ce livre de Denis Cheissoux et Frédéric Denhez (Hoëbeke) s'adresse à lui qui doit commencer à soigner la planète dont nous avons dérégulé le thermostat, chamboulé la nature des sols, de l'eau, du vivant. Nous savons maintenant que nous ferons toujours partie de la biodiversité que nous devons protéger. La biodiversité, c'est la vie, c'est nous : comment ça fonctionne,

avec quels moteurs, quels grands écosystèmes, comment on la mesure, où est-elle, près de chez nous et qu'est-ce qui la menace ? 30 rubriques avec photos et planches en 64 pages pour voir, sous forme ludique, la beauté et la complexité de la vie qu'avec un peu d'effort nous pouvons préserver. D. Cheissoux anime le samedi après-midi sur France-Inter la seule émission radio sur l'environnement : CO² mon amour. F. Denhez, ingénieur écologue, fait des livres sur le climat et pour les enfants. Deux auteurs bien ancrés dans la biodiversité. ▲



Vers la sobriété heureuse

Pierre Rabhi, agriculteur, écrivain et penseur français d'origine algérienne, est un des pionniers de l'agriculture biologique et l'initiateur de l'agro-écologie. Il défend un mode de société plus respectueux des hommes et de la terre, des pratiques agricoles accessibles à tous, aux plus démunis, tout en préservant les patrimoines

nourriciers. Face à la société de surabondance, son livre, « la sobriété heureuse » (Actes Sud), représente une alternative réaliste. « Désormais, la plus haute, la plus belle performance que devra réaliser l'humanité sera de répondre à ses besoins vitaux avec les moyens les plus simples et les plus sains. » 144 pages vers la sobriété, en tout, partout avec la responsabilité de chacun. ▲

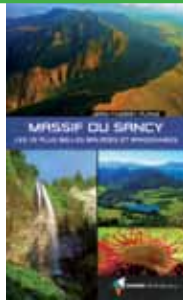
La catastrophe de Fukushima

QUELLES SONT SES CAUSES ET SES CONSÉQUENCES RADIOÉCOLOGIQUES ?

François Ramade (*) fait en 21 pages un bilan très documenté avec tableaux et graphiques dans *Le courrier de la Nature* (n° 258 janvier-février 2011, paru il y a peu). Il montre que l'accident en lui-même a des conséquences bien inférieures à celles de Tchernobyl et que « ses causes sont essentiellement liées à l'impéritie humaine et non à la technologie en tant que telle, car elle est la seule conséquence de graves négligences en matière de sûreté nucléaire, certaines se situant très en amont, au moment de la conception de la centrale, auxquelles s'est ajoutée une succession d'erreurs dans la gestion de la crise provoquée par le tsunami ». Dans ses 4 pages de conclusion, sans nier l'ampleur de la catastrophe ni les dommages causés, F. Ramade plaide pour le maintien du nucléaire, son faible bilan carbone et le fait qu'il ne produise pas de CO². Les autres sources d'énergie sont comparées. Cela permet de réfléchir, sur le nucléaire et sur les installations, mais n'interdit pas de trouver des avis inverses sur www.sortirdunucleaire.org. ▲

(*) Professeur d'Écologie et de Zoologie à l'université de Paris-Sud, Membre honoraire du Conseil scientifique de l'Institut de protection et de sûreté nucléaire (IRSN).

l'écho des sentiers et de l'environnement



Topos

Nouveautés

Agenda montagne 2012

Glénat.

Les plus belles montagnes du monde. ▲

La Voie de Rocamadour vers Compostelle

Rando Éditions, 6/2011.

Un chemin de Saint-Jacques de Bénévent-l'Abbaye (chemin de Vézelay) à Rocamadour (variante du chemin du Puy) : cet itinéraire secondaire remonte aux années 1150, parcourt 280 km en *Limousin* et *Haut-Quercy*. Son intérêt est de traverser des régions moins fréquentées, calmes, paisibles, avec des paysages insoupçonnés : la Creuse, le pays de Vassivière, le plateau de Millevaches, les Monédières, la vallée de la Dordogne. 27 étapes modulables sont proposées, qui font aussi découvrir de beaux villages : Collonges-la-Rouge, Martel, Aubazine, Rocamadour. ▲

Loudenvielle et la Vallée du Louron... à pied

FFR, réf. ST06, 1^{ère} éd. 6/2011.

Cols de Val Louron-Azet et de Peyresourde.

20 PR, dont 6 de 4h à 8h15. ▲

Lacs et sommets du Pays Toy... à pied

FFR, réf. ST04, 1^{ère} éd. 6/2011.

Barèges/Luz-St-Sauveur/Gavarnie, Parc national des Pyrénées.

24 PR, de 3h30 à 8h30, des itinéraires intéressants, avec des dénivellées importantes, pour une découverte approfondie des montagnes ; pour les vallées et de petites balades (moins de 4h) voir :

Vallées du Pays Toy... à pied,

FFR, réf. ST05, 1^{ère} éd. 6/2011.

22 PR de 1h30 à 4h. ▲

Agenda

- 11/12. **Journée internationale de la montagne**, initiée par l'Onu, axée sur les forêts. www.fao.org.
- 18/12. **Oiseaux d'eau à Jablines**, base de loisirs, le matin observations d'oiseaux hivernants : fuligules, canards, harles... Rendez-vous à la gare RER du Vert-Galant (93). Inscription : SNPN 9 rue Cels, 75014. Tél. 01.43.20.15.39.
- 11/12. **Ornithologie aux étangs de Saint-Hubert**. Randonnée d'une dizaine de km autour des étangs en forêt de Rambouillet, oiseaux migrateurs et sédentaires : canards colvert, fuligules morillon et milouin, héron cendré, grand cormoran... Rendez-vous à la gare du Perray-en-Yvelines. Inscription à la SNPN.

Massif du Sancy

Jean-Thierry Plane, Rando Éditions, 5/2011.

Les 15 plus belles balades et randonnées, dont 5 grandes randonnées, de 5 à 7h. ▲

Le Pays de La Chaise-Dieu... à pied

FFR, réf. P43C, 1^{ère} éd. 5/2011. 18 PR dont 3 de 5h. ▲

Rééditions

Écrins Jean-Marc Roux et Xavier Buffet, Glénat, 5/2011.

Massif. Parc national. Grandes Rousses. Cerces. Clarée.

196 itinéraires de randonnée pédestre présentés auparavant en guide Libris/Didier Richard, mis à jour et agrémenté d'un cahier photos. Informations, description, difficultés, durée, accès ; pas de schéma. Conçu pour être utilisé avec la carte Grand Air n° 5. 256 p. format 10,5 x 16,5. ▲

Haute-Savoie Glénat Multi-Evasion, 5/2011.

120 randonnées à pied et à VTT, Pays du Léman, Chablais, Faucigny, Pays du Mont-Blanc, Bornes, Aravis, Avant pays : remise à jour du guide IGN antérieur. ▲

Vosges Glénat Multi-Evasion, 5/2011.

90 randonnées à pied et à VTT, Vosges du nord, Vosges centrales, Vosges du sud, Plateau des Mille-étangs : remise à jour du guide IGN antérieur. ▲

Tours et traversées de Chartreuse

FFR, réf. 903, 4^e éd. 6/2011.

GR 9, de Culoz à Grenoble, 125 km, 9-10 jours.

GR 9/96/GRP Traversée de Chartreuse, de Grenoble à Chambéry, 100 km, 5-6 jours.

GRP Tour de Chartreuse, 120 km, 6-7 jours

GRP Tour des Petites Roches, 40 km, 2-3 jours. ▲

Tour du Larzac Templier-Hospitalier

FFR, réf. 710, 4^e éd. 6/2011.

GR 71C, Templier-Hospitalier, en boucle au départ de La Couvertorade, 83 km, 4 jours.

GR 71D, Tour du Larzac, au départ de Millau, 112 km, 6 jours. 13 PR en Aveyron. ▲

Le tour des Monts d'Arrée

et la presqu'île de Crozon

FFR, réf. 380, 3^e éd. 8/2011.

GR 380, en boucle au départ de Morlaix, 165 km, 8 jours.

GR 34, du Faou à Douarnenez, 123 km, 7-8 jours.

GR 37, de Carhaix à Huelgoat, 45 km, 2 jours ; de la D 42 au Faou, 14 km ; de Saint-Nic au pont de Térénez, 17 jours. ▲

L'Alta Via n°1 des Dolomites

La traversée sans sommet

Texte et photos : François Renard

Réussir à la première tentative une traversée difficile programmée un an à l'avance et à une période – le mois de janvier – où les conditions nivologiques sont très aléatoires, est suffisamment exceptionnel pour mériter d'être signalé ! C'est pourtant bien ce qui nous est arrivé avec cette Haute Route des Dolomites, traversant intégralement le massif du sud au nord, de Belluno, petite ville de Vénétie au charme méditerranéen, à Villabassa, alias Niederdorf, dans le Haut-Adige, où on ne sait plus bien si l'on se trouve encore en Italie ou déjà en Autriche.

J1 : Casera Bortot, bivouac Lussato, +960 m, 2h20

Lorsque nous débarquons à Belluno, ce 23 janvier 2011, sous un soleil resplendissant éclairant l'impressionnante face sud de la Schiara, nous nous demandons si nous n'avons pas fait erreur. Doute qui s'amplifiera en montant au bivouac Lussato par le sentier d'été déneigé, skis sur le sac, lorsque nous croiserons le regard incrédule d'Italiens descendant à pied du refuge.

Nous pensions éviter cette épreuve en nous faisant déposer plus haut, à l'est du massif, à Pian di Cjada, pour traverser la Forcella Caneva et la Forcella Pilon et réaliser une première étape en partie skis aux pieds. C'était sans compter sur une route malencontreusement barrée dès Faé et un chauffeur de taxi peu téméraire. La neige apparaît enfin aux abords du bivouac Lussato, qui constitue le local d'hiver du refuge VII Alpini, où nous avons séjourné trois années auparavant, à l'occasion de notre ascension de la face sud de la Schiara (1).

Le bivouac Lussato est une petite cabane en pierre équipée au rez-de-chaussée de quatre couchages en lits superposés, d'une table et de tabourets, et à l'étage de quatre lits supplémentaires. De nombreuses couvertures permettent de ne pas avoir trop froid, le poêle ayant disparu, comme, malheureusement, dans la plupart des refuges d'hiver.

J2 : Forcella del Marmol, bivouac Dal Mas, +1200 m, 6h20

La partie sud de l'Alta Via n°1 est certainement la plus technique, en été comme en hiver, et l'étape qui nous mène du bivouac Lussato au bivouac Dal Mas exige en hiver des conditions parfaites. Elle commence par un couloir raide et encaissé entre les formidables parois du Pelf et de la Schiara, couloir que l'on remonte en crampons jusqu'à la Forcella del Marmol. De là, il est possible de suivre l'arête est de la Schiara jusqu'à proximité du sommet, mais nous nous heurtons à un ressaut englacé, et préférons renoncer à poursuivre jusqu'au sommet.

En face nord, un raide couloir au pied du Pelf nous mène au Plan de Nerville, où nous découvrons les



restes d'une gigantesque avalanche. Par une traversée malaisée nous rejoignons ensuite le vallon Scalon au pied de la Cima de la Scala. De là, nous remontons une centaine de mètres pour entamer une longue traversée particulièrement exposée au dessus de barres rocheuses, le long du sentier d'été, que nous effectuons en partie en crampons. Nous atteignons ainsi un alpage agréable et enfin la Forcella La Vareta.

Du col, nous descendons au nord-est par un cheminement délicat et exposé le long du sentier d'été, et rejoignons le fond du vallon en rive gauche. Il ne reste plus que 150 mètres à remonter pour atteindre le bivouac Dal Mas, magnifiquement installé sur un replat à 1632 m.

Le bivouac dispose de 6 places et 12 couvertures. Il est constitué d'une grande salle où sont disposés un poêle à bois, une grande table et des bancs.

J3 : Forcella de Zita sud, Cima Balanzole, Forcella Moschesin, Passo Duran, rifugio Carestiato, +1500 m, 9h30

L'étape suivante est longue et complexe, avec de nombreux cols à traverser, mais moins difficile. Du bivouac Dal Mas, nous suivons au nord le sentier d'été de l'Alta Via n°1, et franchissons en crampons deux ressauts raides. Nous nous engageons ensuite dans un beau vallon au doux nom de « Van de Zita de Entro », qui nous conduit au pied des Cime de Zita, que l'on traverse à la Forcella de Zita sud, entre le sommet sud et le sommet central.

On descend ensuite un vallon à l'ouest, puis on traverse au nord-ouest des pentes raides au dessus de barres rocheuses, pour franchir la crête à l'ouest de la Cima de Zita di Mezzo. Par un couloir raide, on rejoint en contrebas les pentes douces du vaste alpage de Piazedei. La neige n'est pas fameuse, soufflée et croûtée, mais la descente est courte, jusqu'au pied de la face sud du Balanzole, dont on atteint le sommet par un raide couloir en crampons. C'est un large dôme qui offre une belle vue sur le Talvena au sud, le Moschesin à l'ouest et le Pelmo plus loin au nord. Ce modeste sommet est le seul que nous foulerons tout au long de notre traversée !

*Photo page ci-contre :
arrivée à la Forcella
del Marmol
(J2, photo : Pierre Dava).
Ci-dessous de gauche à
droite : traversée vers
la Forcella La Vareta (J2) ;
montée au Balanzole
(J3, photo : Pierre Dava).*

Par une courte descente, nous rejoignons la Forcella Moschesin, au sud de la chaîne Moschesin-Tamer. Suit une longue traversée, à l'ouest, puis au nord, sous les Moschesin et le Tamer, dans un terrain chaotique au milieu de blocs recouverts de neige. On atteint enfin la Forcella Dagarei, et la route du Passo Duran, où nous nous étions hébergés en été, mais qui est désert en hiver. Il nous faut donc encore monter au refuge Carestiato, que nous atteignons finalement à la nuit. Le local d'hiver est une pièce étroite où sont disposés deux lits à trois niveaux superposés, sans table ni chaises. Nous pouvons à peine tenir debout tous les quatre, et nous nous relayons donc pour faire fondre la neige sur le réchaud placé sur la bordure de la fenêtre. Heureusement, le refuge ayant été entièrement refait récemment, le local est bien isolé et les lits confortables : nous y passerons une bonne nuit !

J4 : Forcella del Camp, Forcella delle Sasse, Pecol di Zoldo, +1800 m, 8h30

La quatrième étape permet de traverser le massif de la Civetta, et la montée au pied de la Torre Trieste est sans conteste un moment d'anthologie de ce périple. Cette étape marque aussi la fin de l'inconfort, puisque nous quittons définitivement les refuges d'hiver, pour nous héberger désormais dans des hôtels ou refuges gardés et confortables.

Toutefois, il reste un dernier obstacle à franchir, constitué par ces enchevêtrements de blocs et rochers enneigés dont nous découvrons qu'ils semblent faire partie des spécialités des Dolomites hivernales. Ainsi, après une première traversée au pied de la face sud de la Moiazza, nous atteignons tout d'abord la Forcella del Camp, non sans une pensée pour le dièdre de Nardin à la Prima Torre del Camp, que nous avons gravi il y a trois ans, au cours de notre découverte des Dolomites estivales (2). En versant ouest, nous attend une longue et laborieuse traversée au nord, franchissant le col d'Ors et le col Palanzin, pour enfin rejoindre la large piste n°555 qui mène de Listolade au refuge Vazzoler.

C'est à ce moment que les nuages élevés daignent disparaître et laisser le soleil éclairer les magnifiques





*Ci-dessus de haut en bas :
montée à la Forcella delle
Sasse (J4) ; massif
de la Civetta (J5).
Photo page suivante :
descente en versant nord
de la Forcella del Lago (J6).*

parois de la Torre Venezia et de la Torre Trieste, nous laissant découvrir un paysage somptueux. Nous quittons la piste forestière pour nous diriger au pied de la Torre Trieste, que nous contournons par une vire aérienne finalement moins impressionnante qu'on ne l'imaginait de loin. Nous pouvons ensuite nous élever skis aux pieds sous l'impressionnante paroi est de la Torre Trieste, pour gagner l'immense replat « Van delle Sasse », au pied de la Civetta : les mots ne suffisent plus à traduire la beauté de cette ascension ! Nous traversons ce replat et gagnons la Forcella delle Sasse, qui donne accès, par de belles pentes soutenues, aux pistes de ski de Pecol di Zoldo, où nous nous hébergeons dans un hôtel confortable. Nous aurons même l'agréable surprise de découvrir un petit déjeuner pantagruélique, aux antipodes des petits déjeuners qui nous sont habituellement servis en Italie !

J5 : Forca Rossa, Forcella Col Duro, Forcella Giau, Passo Giau, +2400 m, 10h30

Lorsque nous voyons Anne-Françoise démarrer tout doucement le matin, en souffrant dans ses nou-

velles chaussures, nous avons de réelles inquiétudes sur le bon déroulement de cette étape, qui cumule 2400 mètres de dénivellée positive, mais c'est faire peu de cas de son incroyable volonté...

Dans un style assez différent, l'étape a peu à envier à la précédente quant à la beauté des paysages. Nous commençons à nous élever dans une belle forêt de sapins au pied de la formidable face sud du Pelmo, avec vue panoramique sur le massif de la Civetta. Puis nous traversons sous la face sud du Pelmo au milieu d'énormes débris d'avalanches, rejoignons le refuge Venezia, puis nous élevons par des pentes de plus en plus raides se réduisant en un couloir en direction de la Forca Rossa, que nous atteignons en crampons. La Forca Rossa est une brèche suspendue sur l'arête nord du Pelmo, qui permet de rejoindre le Val d'Arcia au nord par un beau couloir large et facile. Nous skions en face nord du Pelmo dans un cadre très sauvage, jusque vers 1800 m, altitude où nous chaussons à nouveau les peaux pour entamer une très longue traversée ascendante vers le nord, par le refuge Citta di Fiume, la Forcella de la Puina, la Forcella Roan, Malga Prendera, la Forcella Col Duro, où nous arrivons pour admirer un splendide coucher de soleil sur la face nord du Pelmo, le Becco di Mezzodi et la Croda da Lago.

Nous profitons des derniers rayons du soleil pour rejoindre l'immense alpage de Mondeval, puis la Forcella Giau. Nous descendons encore au nord et commettons l'erreur de vouloir suivre l'Alta Via n°1, au lieu de descendre plus en aval pour remonter directement au Passo Giau. Or, la traversée au sud du Col Piombin s'avère compliquée, d'autant que l'obscurité est maintenant complète, mais surtout la traversée jusqu'au Passo Giau par la Forcella di Zonia est beaucoup plus délicate que prévue, dans des pentes très raides en neige déjà regelée. Après cet ultime obstacle imprévu, nous atterrissons finalement vers 18h30 devant le luxueux hôtel du Passo Giau, où nous fêtons la réussite de cette longue étape par un excellent repas.

J6 : Forcella Averau, Passo Falzarego, Forcella del Lago, rifugio Fanes. +800 m, 6h

Le lendemain, un vent glacial nous cueille au sortir de l'hôtel, mais le temps est toujours au beau, et nous sommes même gratifiés d'un somptueux lever de soleil sur la Marmolada. Nous gagnons rapidement la Forcella Averau, en traversant les pistes de ski encore peu fréquentées, basculons versant nord et rejoignons le Passo di Falzarego, où nous prenons le téléphérique du Lagazuoi Piccolo, seule entorse à notre éthique tout au long de cette traversée !

Après une courte descente sur la piste de ski, nous quittons rapidement le monde civilisé pour gagner la rive droite de l'Alpe di Lagazuoi, sous la Cima Scotoni et le Lagazuoi Grande, où nous avons réalisé il y a deux ans l'ascension d'une très belle voie, la Via del Drago. Une courte montée nous mène à la Forcella

del Lago, étroite brèche encaissée entre la Torre del Lago et la Cima Scotoni. De là, nous nous laissons glisser dans une excellente neige poudreuse jusqu'au Piano Grande, avant une longue remontée par le Passo Tadege, Malga Fanes Grande et le Passo di Limo. Une courte descente nous dépose au refuge Fanes, gardé et tout confort, où l'on s'imagine déjà en Autriche.

J7 : Rifugio Pederu, rifugio Senes, Passo Sora Forno, Lago di Braies, San Vito. +1000 m, 5h

À partir de la Forcella del Lago, le paysage change et le caractère dolomitique s'estompe : les vallées s'ouvrent, les parois verticales s'éloignent, de doux vallonnements se substituent aux pentes abruptes. Ainsi, cette dernière étape s'étire en longueur, au travers du Parc naturel de Fanes-Senes-Braies. Nous descendons d'abord au fond de la vallée jusqu'au refuge Pederu, terminus de la route du Val di Rudo (Rautal), puis entamons une longue remontée jusqu'au Passo Sora Forno, en passant par le refuge Senes, splendidement situé dans un univers de douces collines enneigées, malheureusement fort bien desservi par de bruyants engins motorisés.

Du col Sora Forno, nous souhaitons atteindre en aller-retour le sommet du Croda del Beco, mais les incertitudes pesant sur le transfert en vallée jusqu'à la gare la plus proche nous font renoncer, et nous entamons une longue descente en neige poudreuse dans le vallon au nord, qui nous dépose bientôt sur le lac de Braies, que nous traversons sur son épaisse couverture de glace.

Bien que des bus desservent le lac, nous préférons continuer à descendre à ski en rive droite pour atteindre San Vito, où leur fréquence est plus élevée. En effet, nous n'attendons pas dix minutes avant de monter dans un bus qui nous dépose à Villabassa, et par un enchaînement parfait de connexions, nous arrivons vers 18h à Vérone, ce qui nous donne toute latitude pour dîner tranquillement avant notre train de nuit jusqu'à Paris.

Ainsi, après 10 000 m de dénivellée positive et 48 heures de marche effective, s'achève une des plus belles traver-

sées qu'il nous ait été donné de réaliser, et, chose rarissime, en tous points conforme au programme imaginé. Les contrastes entre les pentes enneigées et les hautes parois dolomitiques sont saisissants, et cette traversée nous a permis de mieux comprendre l'architecture d'un massif complexe et de relier entre eux plusieurs secteurs que nous avions explorés l'été isolément. ▲

(1) *Paris Chamonix* n°205, août-septembre 2010.

(2) Ibidem.

Informations

Cartes

Tabacco 1/25 000 n° 24, 25, 3 et 31 (du sud au nord).

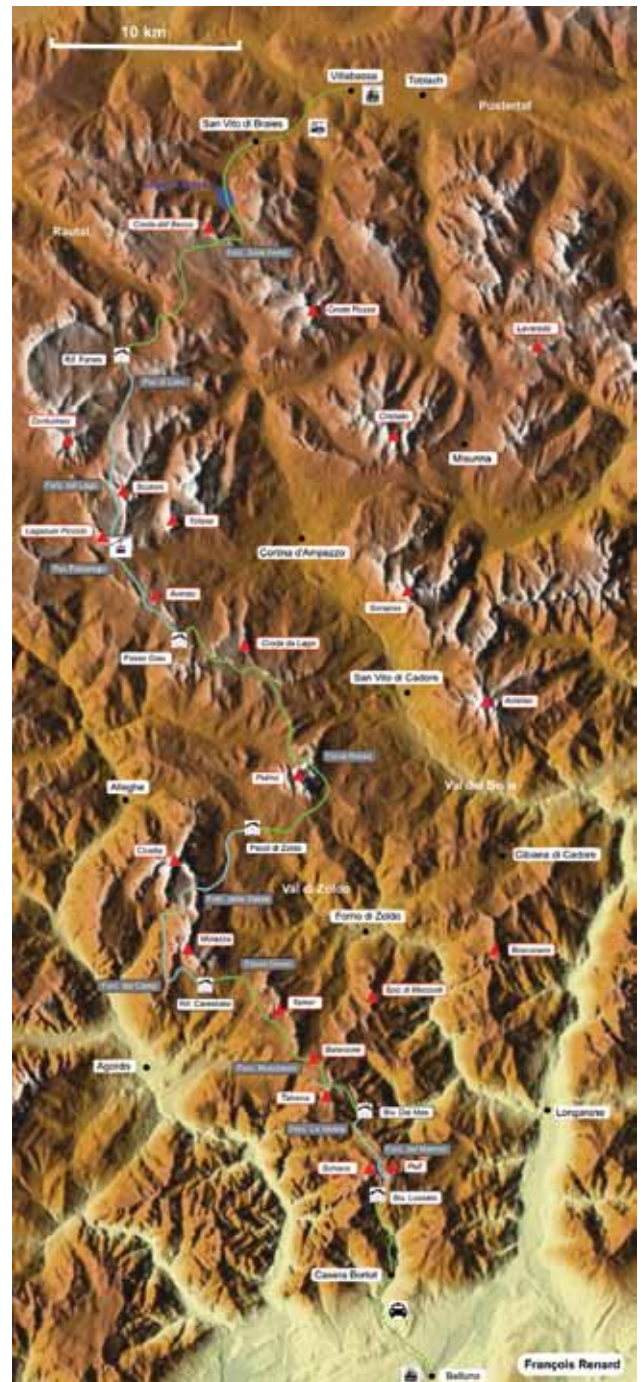
Topos

Dolomiti d'inverno, Gianpaolo Sani, Tamari edizioni (2005).

Photos sur <http://franval.renard.free.fr/>
Compte-rendus sur www.camptocamp.org

Hébergements

- Bivouacs Lussato et Dal Mas, refuge Carestiato : local d'hiver 6 places avec couvertures (poêle à bois au bivouac Dal Mas)
- Pecol di Zoldo : Hôtel garni Pecol, nuit avec petit-déjeuner (copieux) autour de 30 euros. Restaurants à proximité. www.val-zoldana.com/pecol
- Passo Giau : Albergo Passo Giau, luxueux, 100 euros la demi-pension. www.passogiau.it
- Refuge Fanes : gardé tout confort (avec douches). www.rifugiofanes.com



Alpinisme hivernal en Auvergne

Les monts Dore

Par Serge Mouraret

Volcans démantelés et grands massifs d'Auvergne, les monts Dore (1885 m) et les monts du Cantal (1855 m) n'offrent pas vraiment d'envolées rocheuses en altitude ; l'été, la randonnée suffit à la conquête des cimes. C'est donc avec la neige, et dans la discrétion, que les Auvergnats eux-mêmes se sont lancés dans un alpinisme très accessible voici plus d'un siècle. Sur les monts Dore, en 1886, l'abbé Faure, vicaire de Chastreix, réalisa la première ascension hivernale du Puy de Sancy. Il faut attendre 1897 pour y voir une collective du Caf et 1910 pour une première à skis. De nos jours, gravir les raides et élégants couloirs en neige ou en glace qui griffent les versants fait le succès de cet alpinisme hivernal qui peut être une préparation aux courses de l'été en d'autres lieux. D'ailleurs, quatre guides de montagne opèrent sur le Sancy. Voici déjà la meilleure sélection des monts Dore.

Le Puy Ferrand

par les couloirs du Moine

Le Puy Ferrand (1854 m), deuxième sommet des monts Dore, ferme la vallée de Chaudefour à l'E du massif. Les ravins qui strient sa raide face E, rébarbatifs l'été, deviennent l'hiver d'élégants couloirs immaculés, accès directs vers la crête ourlée de corniches. L'aiguille du Moine, simple épine fichée en son flanc, désigne les deux grandes voies, celle de droite à la pente modérée et l'autre, plus impressionnante à l'aplomb du sommet. La course de neige au matin ne fait peut-être que précéder quelques escalades sur la Rancune ou la crête de Coq ; quand le soleil a réchauffé le rocher, c'est l'alliance rêvée et le plaisir prolongé dans cette vallée silencieuse, univers de pureté encore épargné grâce au classement du site. Les mouffons l'ont bien compris.

Accès : sur la D 36, route du Mont-Dore à Besse, la piste qui s'amorce à la Maison de la Réserve naturelle (parc à voitures) pénètre dans la vallée de Chaudefour. Au-delà du chalet Sainte-Anne, par le fond du vallon, passer sous la Rancune et la crête de Coq pour rejoindre, par une trouée dans la hêtraie, le pied du couloir choisi vers 1500 m. 1 heure de la route.

Descente : du sommet, par le Puy de la Perdrix (station supérieure de la télécabine), rejoindre la bordure S de la vallée. Du Puy de Champgourdeix, par le promontoire de Rondaire, descente sur le chalet Sainte-Anne.

Période et précautions : praticables de janvier à mai, les couloirs sont à éviter après les fortes chutes de neige, possibilités de plaques à vent par vent du sud.

Horaire : 1h30 à 3h pour la montée suivant les conditions, 1h30 pour le retour.

Dénivellation : M=D=720 m.

Couloir de droite

Longueur : 300 m. **Difficulté :** pente de 35 à 45°.

▶ Monter dans l'axe, passer à hauteur du Moine puis dévier doucement vers les rochers R.G. Sortir sur la droite du couloir en évitant ainsi la partie la plus redressée et une crête souvent « cornichée » (1680 m). Vers le S, la suivre jusqu'au sommet.

Couloir de gauche

Longueur : 500 m. **Difficulté :** pente de 40 à 50°.

Précautions : la cascade qui coupe le couloir à hauteur du Moine n'est pas toujours estompée par la neige, surtout en début de saison. L'éviter en passant au plus près du Moine.

▶ Prendre par l'axe le couloir qui monte à gauche du Moine. Passer au pied de l'aiguille pour contourner la cascade. Au-dessus, poursuivre dans la face. Par le passage le plus large à gauche de deux rognons rocheux, monter droit vers le sommet, très redressé et souvent « corniché ». Possibilité de toucher la crête en contrebas au N.

Ci-contre, en haut :
dans le couloir de droite
du Moine ;

en bas : itinéraires des Couloirs
du Moine (photos : Mouraret).



Le Puy de Sancy

par les couloirs du val d'Enfer

Au nord du massif, le Sancy (1885 m) ferme la vallée de la Dordogne. Ses pentes deviennent l'hiver pistes de ski et le téléphérique, inlassable, rapproche des cimes. Tout à côté, deux vallons préservés, diverticules étroits et discrets, ignorent toute cette agitation. Séparés par le Puy Redon, le val d'Enfer et le val de Courre échancrent le versant et s'achèvent sous les dentelles d'une crête étroite. Retrouvant avec la neige toutes les apparences de la haute montagne, ils permettent le plus bel et le plus sérieux accès hivernal ou printanier au puy de Sancy. Le val de Courre, assez débonnaire, assure un retour facile à la station. Le fond du val d'Enfer est, lui, une conque où quatre longs couloirs désignent une gerbe de voies plus ou moins raides, toutes élégantes. Ce choix est utile car les conditions si changeantes de la neige ou de la glace auvergnate fixent la cotation du moment et sans doute la voie de montée. La course serait incomplète sans le dernier effort vers le « toit » du Massif central, irréel sous le givre qui plâtre les chicots de lave, face O. Si la cascade de la Dore, à l'E du Sancy, est en condition, voilà un joli complément glaciaire (voies de 50 m, à 70 ou 80°).

Accès : par Mont-Dore, aller à la station de ski. Du départ du téléphérique, s'engouffrer dans le val d'Enfer, passer à droite de l'arête rocheuse qui le partage et choisir alors le couloir convoité. Descente par le val de Courre ou par le téléphérique.

Période et précautions : janvier à mai. Conditions de neige très changeantes, risques d'avalanches partout dans le val d'Enfer et sous les rochers de l'Hor dans le val de Courre, surtout après de fortes chutes de neige (plaques à vent).

Horaire : 1 à 3h pour la montée, 1 à 2h pour la descente.

Dénivellation : M=D=580 m.

Couloir du val d'Enfer (itinéraire 2)

Longueur : 350 m. **Difficulté :** pente à 30-35°

► Le plus à droite au fond du val d'Enfer, c'est le couloir le plus facile pour rejoindre la crête. Monter dans son axe et atteindre celle-ci à 1750 m, immédiatement au sud du Puy Redon.

Couloir de l'Y (itinéraire 1)

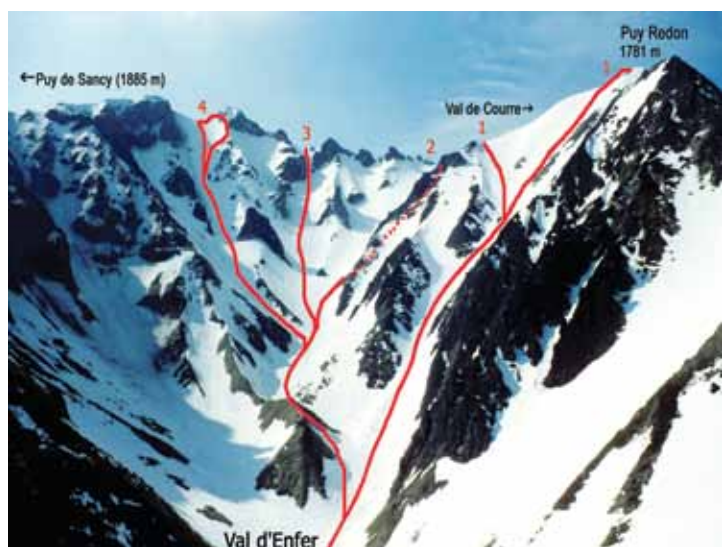
Longueur : 350 m. **Difficulté :** pente à 40°, se relevant à 47° pour la sortie directe au Puy Redon ou s'abaissant à 37° pour la sortie de gauche.

► C'est le couloir qui strie tout le versant du Puy Redon, R.G. du val d'Enfer. Entamer la montée dans l'axe peu après le début de l'arête rocheuse qui partage le val. Dépasser la mi-parcours pour voir s'élargir le couloir. Par la gauche, on peut rejoindre la crête plus facilement, sinon, par la pente qui se raidit, monter directement au Puy Redon (1781 m) et redescendre rapidement vers la crête.

Couloir de l'entonnoir (itinéraire 3)

Longueur : 320 m. **Difficulté :** pente à 45°

► C'est le couloir médian, bien repéré par l'étranglement rocheux dans sa partie supérieure. Monter par l'axe du couloir et franchir l'entonnoir pour prendre pied peu après sur la crête à 1800 m.



Couloir du pas de l'âne (itinéraire 4)

Longueur : 350 m. **Difficulté :** pente à 40°, se relevant à 55° et même à 60° suivant la sortie.

► C'est le couloir le plus à gauche au fond du val, le plus raide et le plus soutenu. Monter dans l'axe et sortir directement à la crête (55°) ou, mieux, immédiatement après les rochers qui parsèment la R.G. et rétrécissent le passage, rejoindre la crête secondaire sur cette rive et terminer l'ascension par une arête aérienne très relevée (60°). On retrouve la crête principale à 1820 m.

*Ci-dessus, en haut :
au pas de l'âne ;
en bas : itinéraires
du Val d'Enfer
(photos : Mouraret).*



Crêtes givrées du Sancy
(photo : Mouraret).

Massif du Sancy

les trois vallées

Malgré l'exiguïté du massif, grâce aux trois vallées qui rayonnent autour du puy de Sancy et en compliquant un peu l'itinéraire, ce circuit qui évite au mieux le domaine skiable permet de réaliser une course d'envergure qui enchaîne les plus belles faces et les plus séduisants couloirs décrits ci-dessus.

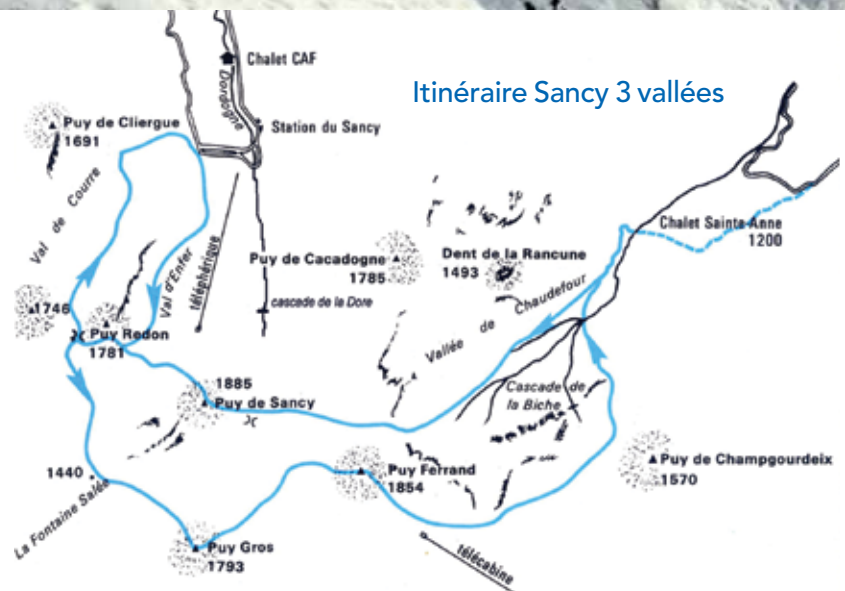
Longueur : 15 km. **Dénivellation** : M=D=1600 m.

Horaire : 6 à 10h suivant conditions.

Difficulté : PD à AD. Longue course de neige (possibilité de glace dans les couloirs) facile à écourter. Pente jusqu'à 45°, forte dénivellée.

Période-précautions : janvier à mai, mars et avril très favorables. Après de fortes chutes de neige, risques d'avalanches et formation possible de plaques à vent dans la vallée de Chaudefour, le val d'Enfer et la face E du Sancy.

► Du chalet Sainte-Anne (voir accès couloirs du Moine), remonter toute la vallée de Chaudefour, gravir le couloir de droite du Moine et en sortir au nord du Puy Ferrand sur un vallon suspendu (1680 m). Vers l'O, viser le Sancy (1885 m) et gagner son sommet par la face E (300 m, pente à 45°). Descendre à la crête au NO et la suivre au-dessus du val d'Enfer jusqu'au col de Courre (1722 m) en passant au S du Puy Redon. Le val de Courre ramène à la vallée de la Dordogne. De la station, plein S, s'engager dans le val d'Enfer et en sortir par le couloir du val d'Enfer. À la crête (1750 m), revenir au col de Courre pour descendre dans la vallée de la Fontaine Salée en obliquant vers la rive gauche. Par la bordure de la hêtraie, venir au pied du Puy Gros et attaquer directement dans son versant O. Du sommet (1793 m), suivre l'arête NE et gagner la crête principale légèrement à l'O du puy Ferrand (1854 m). Par le puy de la Perdrix (télécabine), continuer par la bordure S de la vallée de Chaudefour. Du Puy de Champgourdeix, descente sur le promontoire de Rondaire et le chalet Sainte-Anne. ▲



Pratique

Accès général

- Clermont-Ferrand et Mont-Dore (ligne SNCF).

Matériel

- Celui des courses neigeuses et glaciaires. Matériel spécifique pour la cascade de la Dore.

Cartographie

- IGN TOP 25 IGN 2432.ET.

Bibliographie

- L'Auvergne en hiver et en photos : Portfolio de Jean-Pierre Frachon, La Montagne et Alpinisme (déc. 2010, janv. et fév. 2011).
- Pour mémoire, « Les 100 plus belles courses et randonnées dans le Massif central », A. et S. Mouraret, Éd. Denoël (épuisé).

Hébergements

Vallée de Chaudefour :

- Gîte d'étape Volcafllore à Courbanges, 63790 Saint-Victor-la-Rivière. Tél. 04.73.88.66.59. Email : courbanges.volcafllore@wanadoo.fr. Site : www.volcafllore.com

Vallée de la Dordogne :

- Au pied du Sancy
- Chalet Caf du Sancy, route du Sancy, 63240 Mont-Dore. Tél. 04.73.65.07.05. Email : caf-sancy@ffcam.fr. Site : www.ffcam.fr/sancy-montdore-gite-chalet-refuge.html
- Auberge de Jeunesse Le Grand Volcan, route du Sancy, 63240 Mont-Dore. Tél. 04.73.65.03.53. Fax. 04.73.65.26.39. E-mail : le-mont-dore@fuaj.org. Site : www.mont-dore.fuaj.org

À Mont-Dore

- Gîte d'étape des Hautes-Pierres (tél. 04.73.65.25.65) et gîte d'étape Artense (tél. 04.73.65.03.43).

Trois jours sur la côte amalfitaine

« Quand on a à la fois une chemise et un cœur, il faut vendre sa chemise pour aller voir l'Italie », disait Stendhal. Suivant cet ambitieux précepte, dix randonneurs décidèrent un beau soir de novembre 2010 de « vendre leur chemise » pour aller voir le golfe de Naples et la côte amalfitaine au printemps suivant. La côte amalfitaine est la face sud de la presqu'île de Sorrente, grosso modo entre Sorrente et Salerne, à une soixantaine de kilomètres au sud de Naples.

Texte et photos :
Martine Cante

J eudi 14 avril :

Après quelques jours passés à visiter Naples et les villes de l'Antiquité romaine situées sur les pentes du Vésuve, nous prenons le bus pour la côte amalfitaine.

En arrivant à Atrani, le soir tombe et les lumières de la côte s'allument déjà. Nous tombons nez à nez avec un des deux patrons de l'auberge A'Scalinatella qui est venu à notre rencontre sur la route enjambant la plage.



Ci-dessus : l'église d'Atrani (jeudi).

Ci-contre : Positano vu du chemin des dieux (samedi).



Au temps des républiques maritimes, Atrani, à une volée de marches de sa glorieuse jumelle Amalfi, était habitée par les familles les plus nobles. Imaginez un village coincé entre deux parois rocheuses, à l'embouchure d'un torrent de montagne, des maisons accrochées à la falaise, les une sur les autres, comme dans une crèche provençale. C'est l'endroit où, d'après la poétesse Maria Orsini Natale, « la terre tombe en s'écroulant dans un ciel à l'envers ».

Vendredi 15 avril : (+500 m ; -500 m ; 5h de marche)

Aujourd'hui, le temps est gris et pluvieux. Nous nous enfilons à travers les passages couverts appelés ici « supportico » pour rejoindre Amalfi. Au fond de la rue principale, face au petit musée du papier, une ruelle monte sur la rive gauche du ruisseau, passe sous des arches, devant de petits oratoires, et arrive enfin à un bon sentier qui chemine à flanc de la Vallée des Moulins.

La tradition célèbre les Amalfitains comme étant de grands navigateurs. Ils introduisirent la boussole en Europe au Moyen-Âge ainsi que l'art de la fabrication du papier. C'est ainsi que nous longeons de grandes bâtisses en ruines qui sont d'anciens moulins à eau et dans lesquelles on broyait le coton importé d'Egypte pour en faire de la pâte à papier.



De nombreux itinéraires sont décrits dans le topo-guide Rother qui, malheureusement, n'existe qu'en allemand ou en italien.

Le chemin passe maintenant au milieu des terrasses de citronniers qui sont encore, à cette saison, recouvertes de leurs mantilles noires ou vertes pour les protéger du froid. Le citronnier, avec l'oranger, a cette particularité d'être en fleurs et en fruits en même temps. En effet, les fruits que nous voyons en avril seront cueillis en août prochain, alors que les fleurs qui viennent de sortir formeront les fruits de l'année d'après.

Nous nous élevons progressivement et arrivons au « Ruder



Ci-dessus, de haut en bas : les citronniers d'Amalfi (vendredi) ; une belle croix dominant le paysage jusqu'à Capri (samedi).

La carte au 1/25 000, indispensable en randonnée, c'est Valentine qui me l'a procurée à l'avance pour que je puisse préparer mes itinéraires. Mais on peut l'acheter sur place dans les magasins de journaux. La difficulté pour la lire, c'est que toutes les informations sont portées dans une sorte de brun orangé uniforme et que l'on confond facilement un cours d'eau avec une route ou une courbe de niveau. Les sentiers répertoriés sont mis en évidence par un trait rouge ou vert très épais qui cache ce qui est dessous.

C'est pourquoi je suis venue ici seule à l'automne dernier pour faire quelques repérages. Je m'oriente donc assez bien aujourd'hui, mais ce ne sera pas toujours le cas les jours suivants où les randonnées que j'ai prévues n'auront pas toutes été testées.

delle Ferriere », ruines d'un ancien aqueduc. Là, le chemin vire brusquement à droite, continue jusqu'à Pontone et devient un escalier avant d'arriver à Scala. Dans ces villages perchés, on traverse un enchevêtrement incroyable de maisons, on passe sous des voûtes enjambant les ruelles et brusquement on débouche sur une terrasse au dessus du vide qui est la place de l'église. « *Le pays où fleurissent les citronniers* », « *la falaise qui se précipite et tombe dans les flots* », mais bien sûr, c'est cette côte qui a inspiré Goethe !

Bernadette nous trouve bien vite le pont par-dessus le Dragon pour atteindre Ravello, seul endroit de la journée où nous verrons des touristes. Dans la cathédrale, une remarquable chaire du XIII^e siècle : tout le bestiaire roman se trouve là, en délicates mosaïques de pierre incrustées dans le marbre. Les colonnes torsadées reposent sur des lions sculptés d'aspect tout à fait oriental.

Mais le crachin persistant nous pousse à hâter le pas (même la villa Cimbrone nous paraît morne !), à dégringoler les marches qui mènent aux maisons rouges de Castiglione et à la mignonne placette d'Atrani.

Ce soir au restaurant, Giorgio, avec son bagou italien à faire se damner une nonne, négociera encore pour nous un prix de groupe. Et nos spaghettis aux fruits de mer, notre tranche d'espadon et notre tarte poire-ricotta auront le goût des journées de randonnée bien remplies.

Samedi 16 avril : (+550 m ; -1160 m ; 6h30 de marche)

Dès 7h du matin, le soleil filtre à travers les volets. Le petit-déjeuner expédié, nous prenons le bus de 8h05 pour Agerola-Bomerano (altitude 600 m). C'est de là que part, bien fléché, le « Sentier des Dieux », en balcon au-dessus de la mer.

On aperçoit loin en bas l'amphithéâtre rocheux très photogénique de Positano. Ce village est le plus

touristique de la côte amalfitaine, regorgeant de boutiques de souvenirs, et il est plus prudent de rester sur les hauteurs. Notre ami Denis, « *un dio sul sentiero degli dei* », fier de son prénom, se sent pousser des ailes sur ce chemin olympien.

En 3h, nous arrivons à Nocelle et Bernadette, avec le sens de l'aventure qui la caractérise, prend la tête du groupe pour monter sur le Monte Luongo (altitude 875 m) où une belle croix en fer forgé dominant la mer et le paysage jusqu'à Capri constituera un lieu de pique-nique digne des dieux.

Retour ensuite sur Bomerano (le chemin devient goudronné vers la fin) et puis c'est la longue descente dans la vallon de Praiano au soleil couchant. Vignes, cultures en terrasse, escaliers séculaires, on imagine les efforts fournis pour transporter à dos d'homme poissons, raisins et autres marchandises à travers un réseau comptant certainement plusieurs milliers de marches.

Sur la route du bord de mer, le bus (un passage toutes les heures) nous ramène à Amalfi.

Dimanche 17 avril :

(+640 m ; -640 m ; 5h30 de marche)

À l'auberge A'Scalinatella, tous les paiements se font en liquide. C'est seulement ce matin que, réunissant toutes les économies du groupe, nous allons pouvoir nous acquitter de nos dettes. Comme le dit un proverbe napolitain : « *Pour payer et pour mourir, on a toujours le temps.* »

Le Duomo d'Amalfi, noir et blanc en haut de son grand escalier, est un monument roman imposant remanié à l'époque baroque. Sur son flanc gauche, le cloître du Paradis mérite bien son nom avec sa galerie toute blanche aux hautes arcades entrelacées. Au fond, l'ancienne cathédrale du VI^{ème} siècle conserve des fresques byzantines et une jolie Vierge de l'école siennoise du XIV^e siècle.

Au-dessus d'Amalfi et englobant la Vallée des Moulins, il existe une autre vallée plus haute et plus profonde : la Vallée des Ferrières. Pour y grimper, il nous faut repasser par Pontone où le cantonnier balaye les marches accompagné de son mulet.

Pendant que nous sirotons un bon petit café au Blu Bar, le patron nous montre un dessin de Pulcinella sur une plaque de céramique accrochée au mur. Ce célèbre personnage de la Comedia dell'Arte, représenté tout vêtu de blanc avec un demi masque noir qui lui cache le haut du visage, est considéré comme une métaphore du caractère napolitain. Rusé, hâbleur, perpétuellement affamé, il a de nombreux descendants à travers le monde dont, peut-être, notre Polichinelle français.

D'escalier en escalier, nous finissons par arriver à la Punta d'Aglio (676m) qui domine Amalfi et toute l'embouchure de la Vallée des Moulins. Situation enviable pour surveiller à la fois les envahisseurs venant de la terre et les pirates barbaresques venant de la mer. D'ailleurs, nous pique-niquons à côté des ruines d'un ancien fort qui a dû avoir son heure de

gloire au Moyen-Âge. Tout notre futur parcours est bien visible devant nous, sur un chemin en corniche, épousant les méandres de la montagne, traversant des cascades, pour arriver finalement à Pogerola, juste en face, sur l'autre versant de la Vallée des Ferrières. Quelques heures plus tard, à Pogerola, une promenade en balcon nous permet de faire un tour d'horizon : vue plongeante sur le campanile arabo-normand d'Amalfi, en céramique jaune et vert, la mer au loin qui paraît faite d'une substance solide et, côté montagne, Ravello qui découpe sur le ciel les tours carrées de la villa Rufolo et les pins parasols de la villa Cimbrone.

Ce soir, guidés par David, nous dînerons sur les hauteurs de Pogerola, pour le plaisir de voir s'allumer les lumières dans les villages perchés, pour le plaisir de voir la lune surgir derrière Ravello et de redescendre sur Amalfi à la lueur de nos lampes frontales. ▲

Ci-dessous, de haut en bas :
la cathédrale d'Amalfi
(dimanche) ; vers Pontone
(idem).



Traversées au fil de l'eau

Escalade

dans les Calanques

Texte et photos : François Renard

Lorsque les premières neiges nous chassent des hauts sommets, que les premiers frimas nous retiennent au coin du feu, les Calanques sont l'une des dernières solutions pour secouer notre torpeur et nous extraire de la grisaille parisienne. Il nous est ainsi arrivé de grimper au soleil et en T-shirt au bord de la mer, à l'approche de Noël, quand la région parisienne restait obstinément confinée sous une chape de nuages bas et glaciaux.



Ci-dessus : dans la traversée sans retour (à gauche, dernier rappel d'accès).

Parmi les innombrables possibilités d'escalade offertes par les Calanques, les traversées au bord de la mer ont un charme incomparable et délivrent un vrai parfum d'aventure, à quelques encablures de secteurs surfréquentés, comme Sormiou, Morgiou et surtout En Vau, point de départ des trois traversées évoquées ici, réalisées à l'occasion de différentes excursions automnales, souvent vers la Toussaint ou le 11 novembre. J'ai mis longtemps à aborder ces traversées, appréhendant l'impression d'isolement et d'engagement inévitablement ressentie lorsqu'on rappelle la corde qui nous a déposé au bord de l'eau, sans autre possibilité de sortie que par l'escalade ou à la nage : mieux vaut ne pas surestimer ses capacités ... ou être bon nageur !

Une traversée peu difficile ni engagée est la « Traversée au fil de l'eau », sur la face ouest du plateau

de Castelvieil. C'est une bonne façon d'aborder les traversées sans se faire peur, avec un accès en rappel pas trop impressionnant, et une sortie facile par la traversée Ramond (au nord par le Trou du Canon, ou au sud par le plateau), ou bien plus difficile par la voie des Dièdres, selon le temps à disposition, l'humeur du jour ou le niveau de la cordée. C'est aussi l'occasion de reconnaître l'accès à la « Traversée sans retour », autrement plus impressionnant, avec une escalade globalement nettement plus soutenue.

Seul impératif, la mer doit être calme

Le plateau de Castelvieil abrite sur ses flancs plusieurs traversées renommées. L'accès classique s'effectue par la « Traversée Ramond », peu difficile (AD, 5b, 3b obligatoire), qui démarre au « Trou du Canon » et sort sur le



Ci-dessus : dans la traversée Tabarly.



plateau de Castelvieil, en parcourant la grande vire intermédiaire de la face ouest. À son extrémité sud, avant de remonter sur le plateau, une vire étroite mène aux rappels

d'accès de la « Traversée au fil de l'eau » et de la « Traversée sans retour ». On peut accéder directement à ces rappels par un grand rappel depuis le sommet du plateau, sans faire la « Traversée Ramond ». Une manière agréable d'atteindre le plateau, sans passer par la voie normale et le Trou du Canon, consiste à suivre la « Vire du Grand Rappel » directement au départ de la calanque d'En Vau.

La « Traversée au fil de l'eau » longe le pied de la face ouest de Castelvieil vers le nord, en direction de la calanque de l'Oule et de la falaise du Belvédère, parcourue par la fameuse voie des « Futurs Croulants ». La voie est bien équipée, la difficulté ne dépasse pas le 5c (D+, 5b obligatoire), et l'escalade est agréable et ludique. Seul impératif, comme toujours pour ces traversées, la mer doit être très calme...

Le ramping, le boyau et la traversée du fjord

La « Traversée sans retour » (TD, 5c/A0) mène vers le sud, et son seul nom donne déjà des frissons ! Il est vrai que les rappels d'accès en sont l'une des difficultés principales, le dernier rappel nécessitant de penduler sur le côté, en mousquetonnant quelques spits, afin d'atteindre une bonne vire au bord de l'eau. Le ressac dans cette crique austère à l'abri du soleil ajoute à l'ambiance sauvage de ce départ. Mais rassurons-nous, après une fissure difficile protégée sur vieux pitons rouillés, on retrouve bien vite le soleil qui éclaire la face sud du plateau de Castelvieil, et l'ambiance devient plus avenante au fur et à mesure qu'on progresse le long de la face sud, avec quelques passages amusants : le ramping, puis le boyau de la cheminée peu avant la sortie, mais aussi quelques passages d'escalade soutenus et impressionnants, notamment la « traversée du fjord ». L'ensemble se

termine sur le plateau de Castelvieil, là où commence une autre traversée impressionnante et engagée, la « Grande Croisière », avec son fameux lancer de corde, en bout de rappel pendulaire...

Sept traversées au dessus de l'eau

Cette dernière traversée prend fin à la grande arche qui marque le début de l'ultime traversée autour de Castelvieil, la « Traversée Tabarly ». Très belle, bien ensoleillée sur le versant sud-est, pas trop difficile mais tout de même plus soutenue que la « Traversée au fil de l'eau » (TD-, 6a, 5c obligatoire), avec un équipement disparate, souvent à base de vieux pitons. Elle commence comme il se doit par un rappel de 25 m, puis vient une partie facile s'apparentant davantage à de la marche, puis une succession de longueurs en traversée ascendante, entrecoupées de courts rappels puis ou moins malcommodes. Le tout parfois au ras de la mer, qui doit donc, comme d'habitude, être très calme. La traversée s'achève à nouveau sur le plateau de Castelvieil, et il ne faut pas sous-estimer le long retour jusqu'au parking, d'abord par la voie normale du plateau (1 rappel avant le Trou du Canon), puis par la longue piste qui ramène au col de la Gardiole...

Toutes ces traversées sont assez longues, avec de nombreuses manœuvres de corde, et elles suffisent généralement à bien occuper une journée d'automne. Notons qu'elles s'inscrivent dans une série continue de sept traversées au dessus de l'eau, qui débute dans le cirque du Devenson : traversée du Baron, traversée du GEP (Eissadon), traversée des Écureuils (Belvédère), qui se termine au Trou du Canon, où débute la traversée Ramond, puis traversée sans retour, Grande Croisière, et enfin traversée Tabarly.

Et comme ces traversées ne suffisent certainement pas à assouvir votre nouvel attrait pour ces aventures horizontales au fil de l'eau, vous vous tournerez bientôt vers les traversées des calanques de Sormiou et Morgiou, comme la « Traversée Face au Large » ou la traversée du Bec de Sormiou, pour ne citer que les plus connues. Bonnes traversées ! ▲

Informations

Carte
IGN 1/15 000 Les Calanques, de Marseille à Cassis (Collection cartes de loisirs de plein air)

Topos
• Calanques escalade, Jean-Louis Fenouil, Cédric Tassan, VTOPO
• Escalade, Les Calanques, A.&G. Bernard, P. Clarac, H. Guigliarelli, B. Privat, FFME, Editions Nota Bene

Photos sur <http://franval.renard.free.fr/>
Compte-rendus sur www.camptocamp.org

Chronique des Livres et du multimédia

par Serge Mouraret

Chef de cordée

Riccardo Cassin, Éditions Guérin



Riccardo Cassin est né dans la plaine en 1909 et les montagnes n'étaient qu'à l'horizon. Les hasards d'une vie laborieuse l'amènent, à 17 ans, au bord du lac de Côme, sous les sommets. Là, naît sa passion pour l'alpinisme qu'il illustre magnifiquement dans les années 30 par l'ouverture de trois grands itinéraires : la face N de la Cima Ovest di Lavaredo (Dolomites), la face NE du Piz Badile et l'éperon

de la pointe Walker, face N des Grandes Jorasses. Ayant créé sa propre marque de matériel de montagne après la guerre, Cassin est devenu un chef d'expédition avisé, avec notamment la conquête du Gasherbrum IV (1958) et de l'éperon S du Denali (Alaska) en 1961. Après le Caucase et les Andes, l'échec au Lothse en 1974 marque la fin des expéditions. Cassin a aussi participé à de nombreux sauvetages. Il est mort en 2009, presque centenaire. Dans cet ouvrage posthume, il relate sa vie exemplaire d'un chef de cordée attaché à une recherche simple : « *l'alpinisme c'est la fusion passionnelle de l'homme et de la nature* ». Format 23,5 x 23,5 cm, 400 p. ▲

Les 100 pas du Vercors Randonnées sur les passages d'antan

Bernard Jallifier-Ardent, Éditions Glénat



Inépuisable Vercors dans ses trois dimensions et ses mille replis. Après « Les plus belles randonnées », le même auteur nous amène sur 38 nouveaux itinéraires très particuliers. Tous empruntent un ou plusieurs « pas ». Avant les routes, il fallait bien traverser les crêtes et ces passages reliaient directement un village à l'autre, permettaient la transhumance de la Provence aux grands alpages du Vercors ou simplement la circulation d'une terre agricole à l'autre. Certains « pas » sont

familiers, mais combien sont à découvrir ? 160 ont été inventoriés mais seulement 80 sont réellement proposés et 25 sont vus d'en haut. Passages oui, mais parfois très sportifs, raides ou aériens, ils procurent de grandes sensations et celui de Serre-Brion est parmi les plus grandioses. Délaissés par l'homme, ils sont maintenant utilisés essentiellement par la faune sauvage, il ne reste plus que les randonneurs pour les partager. Format 20 x 26 cm, 144 p. ▲

La clé dans le parfum

François Labande, auto-édition



François Labande nous a habitués surtout à des ouvrages techniques sur la montagne, mais après *Traces écrites*, voici un autre roman. Profitant de son engagement pour l'environnement et plus particulièrement dans la région marseillaise depuis 15 ans, il avait sous la main le cadre idéal et tous les sujets pour alimenter une captivante histoire. S'il anticipe et situe l'action en 2010 + n, le lecteur perspicace retrouvera dans les thèmes tous les dossiers chauds inhérents à la région, les menaces qui persistent, des projets qui aboutissent, beaucoup

de rebondissements autour de l'écologie : incinérateur, gestion de l'eau, spéculation à l'Estaque, déchets industriels, etc. À Marseille, dans les Calanques et jusqu'à Fos et Martigues, cette promenade mouvementée de cinq semaines dans la cité phocéenne et alentour est aussi l'occasion de visiter quelques lieux historiques et culturels. Format 14 x 20,5 cm, 364 p. Site : www.francois-labande.com. ▲

La grande peur dans la montagne

Charles-Ferdinand Ramuz, Éditions Nevicata (2009)

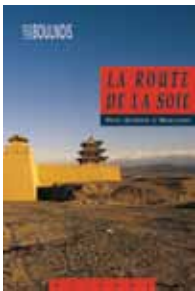
C'est une réédition du livre qui imposa Ramuz en France, agrémentée de 16 aquarelles inédites de Samivel. À l'alpage se succèdent des faits étranges : naturels ou surnaturels ? Une grande peur s'installe dans la montagne, tantôt belle ou méchante, réveillant des angoisses originelles, dans un monde inquiétant. Format 14 x 20,5 cm, 240 p. ▲



La Route de la soie Dieux, guerriers et marchands

Luce Boulnois (1931-2009), Éditions Olizane (2010)

Première édition en 1963 (Arthaud) alors que les régions étaient fermées aux étrangers pour cause de Guerre froide, réédition en 1996 et réécriture complète en 2001. Fin 2008, Luce Boulnois entame une refonte des chapitres traitant de la situation actuelle, qui paraît en 2010 d'après ses manuscrits. Ce monument de 568 pages est l'ouvrage de référence, le livre de toute une vie de spécialiste de la route de la soie et des échanges dans le monde himalayen. L'auteur fait le point sur les questions relatives à 2000 ans d'existence d'un réseau d'itinéraires commerciaux, terrestres et maritimes, reliant le monde méditerranéen et la Chine. Elle nous éclaire sur les rapports entre l'Orient et l'Occident et leurs influences réciproques à la lumière des dernières découvertes archéologiques et des bouleversements géopolitiques récents (développement des voies de communication et de nouvelles rivalités liées aux gisements de gaz, pétrole...). La route de la soie était un réseau de pistes alimentant notre imaginaire, ce livre nous introduit dans ses richesses et ses cultures jusqu'à sa modernité. Format 14 x 21 cm, 576 p. ▲



Collection « Nouvelles d'en Haut », JME Éditions

Deux titres inaugurent cette nouvelle collection de petits romans décalés ou récits iconoclastes qui puisent leur vérité au cœur des montagnes et du vécu des grimpeurs. Format poche 10 x 18 cm.



Un mois d'émois

Yves Exbrayat (Prix du Pays du Mont-Blanc au Salon du livre de montagne, Passy 2011).

Yann est intégré à une grande expédition himalayenne qui vise un beau sommet de 7000 m. Tout au long de l'ascension, Yann est partie mais aussi observateur de cette petite équipe menée par un guide spécialiste de la haute altitude. Une aventure humaine dans l'ambiance népalaise, avec toutes les péripéties, les humeurs, les travers et les contradictions de chacun. 184 p. ▲

Coup de cœur, coup de coke

Jean-Claude Legros

Jean-Claude et son guide gravissent le pilier Bonatti au Petit Dru, Catherine Destivelle termine sa voie dans la face ouest. Luc tente de vendre ses paquets de cocaïne depuis la maison de Jean-Claude perdue dans la campagne belge. Une tranche de vie pour l'une, une histoire d'ascension pour l'autre, un trafic de survie pour Luc. Ce roman mêle trois vies, trois chemins d'amitié. 104 p. ▲

Activités des Clubs alpins d'Ile-de-France

randonnée

Responsable de l'activité : Gérard Corthier,
tél. 01.30.55.14.02

D'autres sorties ont pu être ajoutées et sont disponibles sur le site Internet : www.clubalpin-idf.com.

Information utile

Tarif des billets de train en zone banlieue IdF

La SNCF a réduit ses zones à 5 au lieu de 6 en Ile-de-France. Il est possible que la carte Mobilis 5 zones à 14 euros soit moins chère que le billet aller et retour depuis Paris.

ATTENTION, le 11 décembre changement d'horaires ; se renseigner auprès de la SNCF.

Samedi 3 décembre

• **ENTRE DEUX PARCS** // Annie Chevalier // Gare St-Lazare Banlieue, 8h33 (à vérifier) pour Marly-le-Roi (RdV à l'arrivée). Retour de St-Cloud : 17h30 env. 22km. **M.** Carte 2214ET.

Dimanche 4 décembre



• **ENCHÂÎNONS LES SENTIERS BLEUS** // François Degoul // Gare de Lyon, 8h35 pour Bois-le-Roi. Serpents gaiement entre les blocs. Retour de Fontainebleau-Avon : 17h41. 22km. **M.**

• **SOUTENU SANS PLUS** // Claude Amagat // Gare du Nord Grandes Lignes, 8h01 pour Bornel belle église. Retour de Chars à Gare St-Lazare : 18h25. 32km. **SO.** Cartes 2212E, 2212O.

Mercredi 7 décembre

• **FORÊT** // Pierre Marc Genty // Gare de Lyon, 8h35 pour Moret-Veneux-les-Sablons. Retour de Fontainebleau vers 18h30. 18km. **F.** Carte 2417OT.

Dimanche 11 décembre

• **MARE AUX FAUX, SANS TREMBLER** // Alfred Wohlgroth // Gare de Lyon, 10h05 (à vérifier) pour Bourron-Marlotte-Grez. Carrefour des Forts de Marlotte, mare aux Fées. Retour de Moret-Veneux-Les Sablons : 17h41 (à confirmer). 14km. **F.** Carte 2417OT.

• **SANS BOUE NI CHASSEUR** // Claude Ramier // Gare de Lyon, 8h35 pour Bois le Roi (A-R) (RdV à l'arrivée). Mare aux Évées, mare aux Ligueurs, rocher Cassepot. Retour : 18h11. 22 km. **M.** Carte 2417 OT.

• **LA VAUCOULEURS EN AUTOMNE** // Georges Rivat // Gare St-Lazare Banlieue, 8h20 pour Mantes-la-Jolie. Vallée de la Vaucoeurs, bois de Souville et de Mézerolle. Retour de Epône-Mézières : 18h39. 30km env. **SO.** Cartes 2113E et 2114E.

• **LA CRÈME DES CRÈMES ?** // Jean Dunaux // Gare du Nord Grandes Lignes, 9h07 (à vérifier) pour Pont St-Maxence. Retour de Chantilly : 18h14. 33km env. **SO+.** Carte 2412OT.

Mercredi 14 décembre

• **TOUS AU FROMAGE** // Pierre Marc Genty // Gare du Nord Banlieue, 8h49 pour St-Leu-la-Forêt. Retour de Taverny vers 18h30. 18km. **F.** Carte 2313OT.

Samedi 17 décembre

• **QUELQUES SENTIERS BLEUS !** // Mustapha Bendib // Gare de Lyon, 8h35 pour Bois-le-Roi. Rocher Cassepot, rocher Canon, mont Ussy. Retour de Fontainebleau : 17h11. 30 à 33km. **SO+.**

Vous aimez la rando et vous appréciez aussi l'architecture, la gastronomie, la botanique... Pour vous aider à trouver vos activités favorites dans nos programmes, les randonnées à thème sont représentées par des initiales :

Codification des sorties à thèmes

A : architecture et histoire

B : bonne chère, petits (ou grands) vins, convivialité

C : cartographie, orientation (pour tous types de terrain)

D : dessin

M : ambiance musicale

N : nature (faune, flore, géologie)

P : poésie

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



Les sorties

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



Les sorties

« **Marche nordique** » sont indiquées dans ce programme par le logo ci-dessus.

Dimanche 18 décembre

• **OSEZ JOSÉPHINE** // Luc Bonnard // Châtelet-les-Halles RER A, 8h23 pour Rueil-Malmaison. Forêts de la Malmaison, de Fausses Reposes. Retour par le parc de St-Cloud et le bois de Boulogne. Retour de Paris intra muros à RER C av. Henri Martin ou Métro 9 Rue de la Pompe vers 17h. 29km. **M+.** Carte 2314OT.

Mercredi 28 décembre

• **BALLADE** // Pierre Marc Genty // Gare du Nord Banlieue, 8h40 pour Orry-la-ville-Coye (A-R). Retour vers 18h30. 18km. **F.** Carte 2412OT.

Mercredi 4 janvier

• **NOUVELLE ANNÉE** // Pierre Marc Genty // Gare de Lyon, 8h35 pour Bois-le-Roi. Retour de Fontainebleau vers 18h30. 18km. **F.** Carte 2417OT.

Samedi 7 janvier

• **TIRONS LES ROIS EN FORÊT** // Annie Chevalier // Gare de Lyon RER A, 8h27 à vérifier pour St-Germain-en-Laye (RdV à l'arrivée). Retour de Marly-le-Roi à St-Lazare : 17h30. 22km. **M.** Carte 2214ET.

• **CHARMANTES** // Claude Amagat // Gare St-Lazare Banlieue, 7h57 pour Chars. Retour de Mante-la-Jolie : 18h40. 35km. **SO.** Cartes 2113E, 2212O, 2213O.

Mercredi 11 janvier

• **DU COURAGE** // Pierre Marc Genty // Gare de Lyon RER D, 9h pour Évry. Retour de Boussy-St-Antoine vers 18h30. 18km. **F.** Carte 2415OT.

Samedi 14 janvier

• **SENTIERS BLEUS, SUITE !** // Mustapha Bendib // Gare de Lyon, 8h35 pour Fontainebleau (A-R). Mont Aigu, Long Boyau, rocher d'Avon. Retour : 17h41. 33 à 36km. **SO+.**

Dimanche 15 janvier

• **AB LES ROIS À DOURDAN** // Alfred Wohlgroth // Gare d'Austerlitz RER C, 8h43 pour Dourdan (A-R) (RdV à l'arrivée). Boucle en forêt de Dourdan, abbaye de l'Ouye (sans visite). Repas et tirage des rois au restaurant, 23 euros à régler sur place. Brève visite de Dourdan. Téléphoner obligatoirement au 01.48.71.18.01 (répondeur) avant le 9 janvier. Retour : 16h02 ou 16h33. 10km. **F.** Carte 2216ET.

• **ON S'LA RETENTE** // Luc Bonnard // Gare du Nord Banlieue, 8h04 (à vérifier) pour La Borne Blanche. Forêts de Chantilly et d'Ermenonville. Retour de Senlis : 18h14. 28km. **M+.** Carte 2412OT.

• **L'HIVER C'EST BLEAU** // Claude Ramier // Gare de Lyon, 8h35 pour Fontainebleau (A-R) (RdV à l'arrivée). Mont Andart, rocher Boutigny, mont Ussy. Retour : 18h11. 22km. **M.** Carte 2417OT.

Mercredi 18 janvier

• **BALLADE** // Pierre Marc Genty // Gare St-Lazare Banlieue, 9h03 pour Marly-le-Roi. Retour de St-Germain-en-Laye à gare de Lyon RER A vers 18h30. 18km. **F.** Carte 2214ET.

Samedi 21 janvier

• **AU CHAUD, AU RESTAU** // Éliane Benaise // Gare St-Lazare Banlieue, 8h42 (à vérifier) pour Vaux-sur-Seine. Inscription obligatoire au 01.42.22.20.70 (répondeur) avant le 14 janvier. Prévoir 22 euros. Retour de Us : 18h25. 20km env. **M.** Carte 2213O.

activités des Clubs alpins d'Ile-de-France

Randonnées de week-end et plusieurs jours (*)

Dates	Organisateurs	Niveaux	Code (*)	Destinations	Ouv. insc.
3-4 décembre	Éliane Benaise, Valentine Muhlberger	M	12-RW19	Aix-la-Chapelle : la ville de Charlemagne et son marché de Noël	8 sept.
3-4 décembre	Marie Hélène Carré	M+	12-RW24	Les Monts de Blond	30 sept.
17-18 décembre	Alain Bourgeois	M	12-RW22	Week-end hivernal en forêt de Fontainebleau	16 sept.
21 au 29 avril	Jean-Claude Duchemin	M	12-RW25	Groix, Belle-Ile, Houat et Hoedic	12 janv.

(*) RW : randonnée pédestre de week-end ou de plusieurs jours
RC : randonnée camping.

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

enveloppe libellée à : Caf Ile-de-France (pas de réservation par téléphone).

- **En cas d'annulation** par un participant, les frais du Caf et les frais engagés par l'organisateur seront conservés. Si le transport était prévu par car, le montant du transport aussi sera retenu, sauf si le car est complet au départ.
- **Les « niveaux »** sont explicités dans la revue *Glace et Sentiers* et sur le site Internet www.clubalpin-idf.com

(*) Programmes détaillés au Club et sur le site Internet. Inscriptions obligatoires au Club

Gares

de rendez-vous

L'heure indiquée dans le descriptif des sorties est celle du départ du train et non celle du rendez-vous, fixé trente minutes avant le départ. La vérification de l'heure de départ doit s'effectuer auprès de la SNCF, seule en possession des horaires éventuellement modifiés.

LYON. Entre le point « Accueil Information » et la Voie A de la plateforme bleue.

AUSTERLITZ.

RER : hall des guichets au sous-sol. Grandes lignes : Salle des guichets du rez-de-chaussée.

MONTPARNASSE. Banlieue : Hall des guichets au rez-de-chaussée.

Grandes lignes : devant le guichet n°9 au 1^{er} étage.

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

EST. Devant les guichets marqués « Vente Ile-de-France ».

SAINT-LAZARE. Banlieue : devant la salle des guichets banlieue.

Grandes lignes : devant la salle des guichets grandes lignes, sur le quai.

DENFERT-ROCHEREAU.

Devant la gare du RER.

TOUS LES AUTRES RER.

Sur le quai de départ.

Inscriptions aux sorties

Nos sorties sont réservées aux adhérents. Mais les seules cotisations ne permettent pas de couvrir totalement la gestion des activités. À chaque inscription à une sortie, il sera donc prélevé 10 euros pour les deux premiers jours + 1,50 euros par jour supplémentaire, jusqu'à un maximum de 25 euros. Les cafistes membres des associations d'Ile-de-France peuvent participer à nos sorties aux mêmes conditions.

Pour les membres des autres Caf, voir les conditions spécifiques au secrétariat.

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

Consultez régulièrement le programme des activités sur le site Internet (Espace Membre).

Important :

Pour des raisons d'assurance, nos sorties sont réservées aux membres du Caf. Par conséquent, nous demandons aux adhérents de bien vouloir se munir de leur carte à chaque sortie. Les personnes souhaitant découvrir la randonnée au Club peuvent passer au secrétariat pour acheter une adhésion temporaire (4 euros). Ces adhésions temporaires sont également délivrées dans toutes les randonnées de la journée intitulées « accueil ».

La carte de Bleau IGN Top 25 2417OT

est en vente au Club au prix de 8,65 euros.

Dimanche 22 janvier

- **MA PREMIÈRE** // Valentine Muhlberger // Gare de Lyon, 8h49 (à vérifier) pour Bois-le-Roi. Petite viré tonique dans la forêt, en espérant que ça soit sous la neige. Retour de Fontainebleau : 18h13. 22km. **M.** Carte 2417OT.



- **BOSSES À MEUDON** // François Degoul // Métro, 8h30 pour Guichet des billets métro Pont-de-Sèvres (RdV à l'arrivée). Mille mètres de montées. Retour de Viroflay rive-gauche ou rive-droite à Montparnasse ou Pont de l'Alma ou la Défense vers 18h30. 28km. **M+.** Carte 2314OT.

Mercredi 25 janvier

- **QUELLE POISSE** // Pierre Marc Genty // Gare de Lyon RER A sous-sol, 8h49 pour Poissy. Retour de Maison-Laffite vers 18h30. 18km. **F.** Carte 2214ET.

Dimanche 29 janvier

- **LE CASSEPOT, BIEN SÛR** // Alfred Wohlgroth // Gare de Lyon, 9h05 (à vérifier) pour Fontainebleau-Avon (Arrêt en Forêt). Rocher Cassepot, mare aux Évées. Retour de Bois-le-Roi : 18h11 (à vérifier). 18km. **F.** Carte 2417OT. ▲

escalade

Rando-escalade

Responsable de l'activité :

Michel Clerget : 06.09.62.90.38

Responsable des programmes :

Philippe Chevanne : 07.46.08.17.55

Nos sorties sont destinés à ceux qui aiment randonner avant ou après l'escalade, à pied ou en VTT. Tous les niveaux sont abordés et les débutants sont les bienvenus. N'oubliez pas de vous munir de votre carte du Caf. Nos gares de rendez-vous sont la gare de Lyon (face au guichet 48), la gare de Lyon souterraine (RER D) sur le quai de départ et la gare d'Austerlitz (RER C), devant les guichets. Nous organisons aussi des sorties falaises (déplacement en covoiturage). Le détail de nos sorties est accessible depuis le site internet du Caf IdF.

Fontainebleau

Responsable de l'activité :

Carlos Altieri, tél. 06.06.92.97.77, carl.altieri@free.fr

activités des Clubs alpins d'Ile-de-France

Nos sorties sont exclusivement réservées aux membres du Caf, majeurs et en possession de leur carte d'adhérent. Les rendez-vous sur place se font une heure après le départ de la Porte d'Orléans (monument Leclerc, à 200 m au sud de la Porte). Répartition des grimpeurs dans les voitures et partage des frais.

Week-end

Le programme pour le mois en cours est désormais consultable par les adhérents uniquement sur le site web du Caf dans l'espace membre. Les sorties ont lieu tous les week-end de l'année et les jours fériés (dans la mesure de conditions météo favorables) et se déroulent toute la journée.

Certaines sorties sont encadrées par des bénévoles. Dans ce cas, le site ainsi que les niveaux des circuits parcourus sont précisés. Dans le cas contraire, il vous est possible de vous rendre sur le lieu de rendez-vous à Paris (précisé dans l'espace membre) afin de profiter de l'expérience des participants plus anciens. Le co-voiturage est privilégié (participation de 5 euro). Prévoir de prendre de l'eau, un casse-croûte ainsi que votre matériel (chausson, chiffon et paillasson).

Des circuits sont accessibles aux débutants et certains encadrants possèdent un crash-pad pour plus de sécurité. La convivialité est le maître mot. Mais la performance est aussi de la partie.

Mercredi

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

- 07/12 // JA MARTIN
- 14/12 // ROCHER FIN
- 21/12 // APREMONT (BLEU)
- 28/12 // BEAUVAIS TÉLÉGRAPHE
- 04/01 // 95.2
- 11/01 // CANCHE AUX MERCIERS
- 18/01 // DIPLODOCUS
- 25/01 // VALLÉE DE LA MÉE (POTALA)
- 01/02 // BOIS ROND
- 08/02 // 91.1

Pour plus de renseignements (fixer un RdV plus précis, partager un véhicule...), contacter Jean-Pierre Le Sert au 01.49.73.59.68 - jplesert@orange.fr ou Alain Le Meur au 01.64.58.94.41.

Escalade Seniors

Responsable de l'activité : Alfred Lanot
Tél. 06.33.32.10.16

Prochaines sorties

Renseignements auprès d'Alfred Lanot.

Falaise

Responsable de l'activité :
Touwfik Tabti, touwfik.tabti@faurecia.com

Des sorties sont prévues chaque week-end de début avril à fin octobre en Bourgogne, Normandie et dans la vallée de la Seine. Durant les week-ends prolongés, les congés scolaires et pendant les mois de juillet et août, des séjours dans les falaises du « sud » et en grandes voies seront organisés.

Connectez-vous le site du Club pour les mises à jour des sorties. Nous assurerons une permanence les jeudis à 19h au Club.

Exemples de falaises : autour de Buis-les-Baronnies, autour de Die, Seyne, les Dentelles, les Alpilles, Omblèze, Orpierre. Exemples de sites de Grandes Voies : Saint Julien à Buis, Presles, les Aravis, Ailefroide, les Cerces, les Calanques. ▲

alpinisme

Responsable de l'activité : Mathieu Rapin
Tél. 06.68.23.03.65, matrapin@gmail.com

Demandez la fiche-programme au secrétariat, notamment pour connaître les conditions d'inscription et de désistement.

Vendredi 16 au dimanche 18 décembre

• **CASCADE DE GLACE À LA GRAVE** // Frédéric Beyaert, Jean-Luc Marmion, Jérôme Blavignac // Glace 3 à 5. 6 pl. Gîte. 11,50 euros + Gîte et transport // 12-ALP04

• **CASCADE DE GLACE AUTOUR DE BOURG D'OISANS** // Ghislaine Cathenod, Nicolas Chamoux, Patrick Preux // Glace 3 à 5. 6 places. Gîte. 11,50 euros + gîte et transport // 12-ALP05

Vendredi 6 au dimanche 8 janvier

• **CASCADE DE GLACE AUTOUR DE BOURG D'OISANS** // Ghislaine Cathenod, Jérôme Blavignac, Mathieu Rapin // 3 à 5 glace. 6 places. Gîte. 11,50 euros + gîte et transport // 12-ALP06

Samedi 7-dimanche 8 janvier

• **COULOIRS ET CASCADE DANS LE CANTAL** // Arnaud Gauffier, Jean-Luc Marmion, Nicolas Chamoux, Thierry Losser // Neige AD, 3 glace. 8 places. Gîte. 10 euros + gîte et transport // 12-ALP07

Vendredi 13 au lundi 16 janvier

• **CASCADES À L'ARGENTIÈRE-LES-ÉCRINS** // Bruno Moreil, Frédéric Beyaert, Jean-François Bowen, Patrick Preux // 3 à 5 glace. 8 places. Gîte. 13 euros + transport et gîte // 12-ALP08

Samedi 14 au lundi 16 janvier

• **CASCADE DE GLACE EN ARAVIS** // Michel Tendil, Rémi Mongabure // 3 à 5 glace. 4 places. Gîte. 11,50 euros + transport et gîte // 12-ALP09

• **CASCADE DE GLACE À BESSANS** // Ghislaine Cathenod, Nicolas Chamoux // 3 à 5 glace. 4 places. Gîte. 11,50 + 50 euros arrhes pour l'hébergement + transport et gîte // 12-ALP10

Samedi 21-dimanche 22 janvier

• **CASCADES À AIGUILLES ET CEILLAC** // Arnaud Gauffier, Ghislaine Cathenod // Initiation cascade de glace. 4 places. Gîte. 10 + 50 euros arrhes pour l'hébergement + gîte et transport // 12-ALP11

Samedi 21 au lundi 23 janvier

• **CASCADE DE GLACE À COGNE** // Jérôme Blavignac, Jean-Luc Marmion, Mathieu Rapin, Nicolas Chamoux // 3 à 5 glace. 8 places. Hôtel. 11,5 euros + transport et gîte // 12-ALP12

Vendredi 27 au lundi 30 janvier

• **CASCADE DE GLACE EN VALSAVARENCHÉ** // Nicolas Chamoux // 3 à 5 glace. 2 places. Gîte. 13 euros + frais de transport et gîte // 12-ALP13

Samedi 28-dimanche 29 janvier

• **COULOIRS DE NEIGE EN CANTAL** // Jean Pierre Both, Mathieu Rapin, Patrick Preux, Thierry Losser // Neige AD, 3 glace. 8 places. Gîte. 10 euros + gîte et transport // 12-ALP14

Samedi 28 au lundi 30 janvier

• **CASCADE DE GLACE EN MAURIENNE** // Rémi Mongabure // 3 à 5 glace. 2 places. Gîte. 11,5 euros + transport et gîte // 12-ALP15

Samedi 4 au lundi 6 février

• **CASCADE DE GLACE À ST-CHRISTOPHE EN OISANS** // Frédéric Beyaert, Jérôme Blavignac, Jean-Luc Marmion, Michel Tendil // 3 à 5 glace. 8 places. Gîte. 11,5 euros + transport et gîte // 12-ALP16

• **CASCADES À MOLINES EN CHAMPSAUR** // Ghislaine Cathenod, Mathieu Rapin, Nicolas Chamoux, Patrick Preux // 3 à 5 glace. 8 places. Gîte. 11,5 euros + transport et gîte // 12-ALP17

activités des Clubs alpins d'Ile-de-France

Vendredi 10 au dimanche 12 février

• **CASCADE DE GLACE EN VALAIS** // Bruno Moreil, Rémi Mongabure // 3 à 5 glace. 4 places. Gîte. 11,5 euros + transport et gîte // 12-ALP18

Samedi 11 au lundi 13 février

• **CASCADE DE GLACE EN BRIANÇONNAIS** // Ghislaine Cathenod, Mathieu Rapin // 3 à 5 glace. 4 places. Gîte. 11,50 + 50 euros arrhes pour l'hébergement + transport et gîte // 12-ALP19

Vendredi 17 au dimanche 19 février

• **CASCADE DE GLACE EN MAURIENNE** // Ghislaine Cathenod, Jérôme Blavignac, Mathieu Rapin, Patrick Preux // 3 à 5 glace. 8 places. Gîte. 11,50 euros + gîte et transport // 12-ALP20

Samedi 18-dimanche 19 février

• **COULOIRS DE NEIGE DANS LES VOSGES** // Arnaud Gauffier, Jean-Luc Marmion, Nicolas Chamoux, Thierry Losser // Neige AD à D. 8 places. Gîte. 10 euros + gîte et transport // 12-ALP21 ▲

ski nordique

Responsable : Dominique Rousseau
sk.rousseau@wanadoo.fr

10-11 décembre

SUISSE - Car couchettes - 200 euros

- **PROGRESSION PATINAGE** // Franck Rabourg // 12-F01
- **SKI SPORT** // Autonomes avec coordinateur // 12-F02
- **INITIATION PATINAGE** // Farida Rabourg // 12-F03
- **DÉCOUVERTE TOUTES TECHNIQUES** // Christian Kieffer // 12-F04

26 décembre au 1^{er} janvier

• **GRANDE TRAVERSÉE DU JURA (GTJ)** // Bernadette Parmain, Christian Kieffer // Ski loisir // Train - Prix à définir // 12-F05

7-8 janvier

• **SKI DE FOND DANS LES BAUGES (LA FÉCLAZ)** // Emmanuel Klein // Ski loisir // Train - Prix à définir // 12-F06

14-15 janvier

BESSANS - Car couchettes - Prix à définir

- **SKI LOISIR CLASSIQUE** // Olivier Renault // Ski loisir // 12-F07
- **DÉCOUVERTE TOUTES TECHNIQUES** // Farida Rabourg // 12-F08
- **SKI SPORT** // Autonomes avec coordinateur // 12-F09
- **INITIATION PATINAGE** // Christian Kieffer // 12-F10
- **PERFECTIONNEMENT PATINAGE** // Franck Rabourg // 12-F11

21 au 28 janvier

• **STAGE « PREMIÈRES GLISSES NORDIQUES »** // Christian Kieffer, Dominique Rousseau // Initiation et progression toutes techniques. 350 euros. Transport libre // 12-F22

30 janvier au 5 février

• **À LA DÉCOUVERTE DES PAYSAGES DU JURA AU DÉPART DES ROUSSES** // Philippe Connille // Ski loisir. 90 euros hors transport, nourriture et frais Caf. Transport libre // 12-F12

4-5 février

AUTRANS - Car couchettes - Prix à définir

- **SKI LOISIR CLASSIQUE** // Olivier Renault // 12-F13
- **SKI SPORT** // Autonomes avec coordinateur // 12-F14
- **PERFECTIONNEMENT CLASSIQUE** // Emmanuel Klein // 12-F15
- **INITIATION PATINAGE** // Félix Chambert // 12-F16
- **DÉCOUVERTE TOUTES TECHNIQUES** // Béatrice Coutant // 12-F17

11-12 février

• **TRAVERSÉE DE LA FORÊT NOIRE (ALLEMAGNE)** // Emmanuel Klein // Ski loisir. Prix à définir. Voiture // 12-F18

18 au 25 février

• **UNE SEMAINE POUR PROGRESSER (CHAPELLE-DES-BOIS)** // Bernadette Parmain, Dominique Rousseau // Progression patinage et classique. Prix à définir. Transport libre // 12-F19

10-11 mars

VAL D'AOSTE - Car couchettes - Prix à définir

- **SKI LOISIR CLASSIQUE** // Olivier Renault // 12-F20
- **SKI PATINAGE (VAL D'AOSTE)** // Emmanuel Klein // Ski loisir // 12-F21 ▲

ski hors piste

Responsable : mmanuel Gutman

Contact par le « kifaikoi », www.clubalpin-idf.com

• Samedi 14-dimanche 15 janvier

TIGNES // Emmanuel Gutman // Hors piste découverte. Participation aux frais : 180 euros. Nb places : 7 // 12-FD01

• Samedi 21-dimanche 22 janvier

ALPE D'HUEZ // Emmanuel Gutman // Hors piste passion. Participation aux frais : 225 euros. Nb places : 7 // 12-FP01

• Vendredi 10 au dimanche 12 février

BONNEVAL-SUR-ARC // Emmanuel Gutman // Hors piste passion. Participation aux frais : 330 euros. Nb places : 7 // 12-FP02

• Vendredi 9 au dimanche 11 mars

LA GRAVE // Emmanuel Gutman // Hors piste passion. Participation aux frais : 290 euros. Nb places : 7 // 12-FP03

• Vendredi 23 au dimanche 25 mars

CHAMONIX // Emmanuel Gutman // Hors piste passion. Participation aux frais : 180 euros. Nb places : 7 // 12-FP04 ▲

ski de montagne

Responsable : Jean-François Deshayes

Tél. 06.70.75.12.61

De début décembre à mi-juin, plus d'une centaine de sorties vous sont proposées dans tous les massifs, pour tous niveaux. Programme détaillé dans la brochure Neiges 2012.

Inscriptions : 6 semaines avant pour les sorties en car, 2 mois avant pour les sorties en train ou en voiture, mais toujours après avoir pris connaissance de la fiche technique.

14-15/01 • **CAR POUR LA TARENTEISE ET LE BEAUFORTAIN** // 135 euros.

21-22/01 • **CAR POUR LE DÉVOLUY** // 135 euros.

28-29/01 • **CAR POUR COURMAYEUR ET ÉTROUBLES** // 135 euros.

4-6/02 • **CAR POUR LE QUEYRAS (3J, RTT)** // 150 euros.

11-12/02 • **CAR POUR LES ALPES VAUDOISES** // 130 euros.

3-4/03 • **CAR POUR LE VAL FORMAZZA** // 140 euros.

10-11/03 • **CAR POUR NÉVACHE** // 135 euros.

24-26/03 • **CAR POUR L'UBAYE (3J, RTT)** // 150 euros.

Et un cycle complet pour découvrir et vous initier à la pratique du ski de montagne réparti sur 3 week-ends. ▲

formations

Mercredi 7 décembre

- **MÉTÉOROLOGIE EN MONTAGNE** // Hugues Nolle // 19h30 au club

activités des Clubs alpins d'Ile-de-France

raquettes

Randonnées à raquettes

Dates	Organisateurs	Niveaux	Terrain	Code	Destinations	Ouv. insc.
29 déc. au 1 ^{er} janvier	Jean-Charles Ricaud	M ▲▲	Alpin	12-RQ01	Du fromage blanc chez les petits Suisses (Alpes vaudoises)	13 sept.
7-8 janvier	Alain Bourgeois	F ▲	Nordiq	12-RQ08	Raquettes sur le plateau des Glières	11 oct.
14-15 janvier	Gilles Deloustal	F ▲	Alpin	12-RQ06	Initiation raquette en Belledonne	15 sept.
14 au 16 janvier	Jean Dunaux	M ▲▲	Alpin	12-RQ07	Raquettes en Jura	18 oct.
21-22 janvier	Alain Bourgeois	M ▲▲	Nordiq	12-RQ05	Week-end à la fondue savoyarde	20 sept.
3 au 5 février	Alain Bourgeois	M ▲▲	Nordiq	12-RQ03	Raquettes sur le plateau du Vercors	27 oct.
4-5 février	Gilles Deloustal	F ▲	Alpin	12-RQ09	Initiation raquette en Belledonne	15 sept.
11 au 13 février	Jean Dunaux	M ▲▲	Alpin	12-RQ10	Raquettes en Champsaur-Valgaudemar	8 nov.
18 au 22 février	Martine Cante, Maxime Fulchiron	M ▲▲	Nordiq	12-RQ11	Cinq jours en Vercors	4 nov.
24 au 26 février	Alain Bourgeois	M ▲▲	Nordiq	12-RQ04	Raquettes en Jura suisse	11 nov.
17 au 23 mars	Gilles Deloustal	F ▲	Alpin	12-RQ12	Découverte de la Chartreuse	15 sept.
7 au 9 avril	Jean-Charles Ricaud	M ▲▲▲	Alpin	12-RQ02	Randonnée fruitée (massif de Gébroulaz)	6 déc.

Programmes (tarifs, conditions d'hébergement, transport) détaillés au Club et sur le site Internet. Inscriptions obligatoires au Club.

Les « niveaux » sont explicités dans la revue *Neiges 2012* et sur le site Internet www.clubalpin-idf.com

Mercredi 14 décembre

- INITIATION À LA NIVOLOGIE // Christophe De Faily // 19h30 au club

Mercredi 11 janvier

- NŒUDS ET ENCORDEMENT SUR GLACIER // Michel Havard, Pierre-Yves Boulay // 19h30 au club

Jeudi 19 janvier

- NIVOLOGIE ET MÉTHODES DE RÉDUCTION DE RISQUE // Christophe De Faily // 19h30 au club

Dimanche 22 au vendredi 27 janvier

- BREVET FFCAM D'INITIATEUR SKI DE FOND // Dominique Rousseau // Participation aux frais : 310 euros. Nb places : 8 // 12-FOR02

Mardi 31 janvier

- CARTOGRAPHIE ET ORIENTATION EN MONTAGNE // Jean-François Deshayes // 12-FOR03 ▲

jeunes

Responsable : François Henrion
 Rép./fax 01.48.65.84.43 ou 04.92.45.82.95
frhenrion@wanadoo.fr

L'offre du Caf pour les 10-18 ans pour les vacances est présentée dans la brochure *Neiges 2012*. ▲

destinations lointaines

Mercredi 1^{er} au samedi 25 août

INDE DU NORD - LA GRANDE TRAVERSÉE DU ZANSKAR // Thomain Michel // Hébergement : Tentes et hôtels à Delhi et à Leh. Engagement physique : marcheurs entraînés, passages à plus de 4000 m. Participation aux frais : à l'étude. Nb places : 10 // 12-IND02 ▲

Autres associations Caf en IdF

● Val-de-Marne

2, rue Tirard 94000 Créteil

- Escalade au « Mur de Vitry » chaque mercredi de 19h à 22h. Gymnase du Port-à-l'Anglais rue Charles-Fourier à Vitry-sur-Seine.
- Contacts : Par téléphone : Alain au 06.73.48.49.94 ou Patrice au 06.71.20.58.93 // Par courriel : clubalpin94@free.fr // Site : www.clubalpin94.org

● Pays de Fontainebleau

Maison des Associations, 6 rue du Mont Ussy, 77300 Fontainebleau

Site : <http://caf77.free.fr>, vous pouvez joindre le club sur caf77@free.fr ou son président sur christian.chapirot@free.fr

Les activités locales, les réunions de proximité sont conçues avant tout pour les Seine-et-Marnais avec des rendez vous sur place en escalade et randonnée tous les dimanches après midi, qui sont ouverts à tous les membres des différents Caf, voyez notre site. Nous organisons aussi des sorties de montagne, parfois en cars couchettes. Nous pouvons proposer des places dans nos sorties plus lointaines (nous contacter à l'avance).

Rendez-vous d'automne 2011

Le 2 octobre a eu lieu le 30^e Rendez-vous d'automne de l'activité « randonnée ». Ce fut une réussite totale :

- 250 randonneurs encadrés par 13 animateurs de tous niveaux, facile à soutenu, et marche nordique, en forêt de Fontainebleau, lieu mythique du club.
- Température estivale, 30° l'après-midi et surtout le tonneau et les amuse-bouche apportés par Jean Lortsch.

Après le pique-nique partagé, « changement de vitesse » pour certains et retour vers différentes gares où les « Transiliens » nous ramenaient à Paris.

Pour 2012, Rendez-vous de printemps le 15 avril et Rendez-vous d'automne fin septembre ou début octobre. ▲ **Christiane Mayenobe**