



Le CHEVRIER

La Revue semestrielle
du Club Alpin Bassin Clusien

Programme des activités hivernales



Un Club multi activités

Alpinisme, Descente Canyon, Cascade de glace, Escalade, Handicaf, Ski de fond, Ski toute neige, Ski de Randonnée, Randonnée pédestre, Randonnée à raquettes, Vélo de montagne....



N° 38 - Novembre 2016
Agrément tourisme AG 075 95 005

Club Alpin Français Bassin Clusien
5 Avenue des lacs 74300 – Cluses

Tél : 04 50 96 33 60

Permanence le vendredi

De 19 h 30 à 21h

Courriel : cafbassinclusien@gmail.com

Site internet : bassinclusien.ffcam.fr

Coordonnées du Club + Sommaire	Page 2
Le mot de la présidente + Edito	Page 3, 4
Programme Raquette	Page 5
Programme Alpinisme	Page 6
Programme Ski Rando Nordique	Page 7
Programme STNTT	Page 8
Programme Ski de Rando	Page 9,10,11
Programme Sorties Tranquilles	Page 12
Traversée de Pyrénées	Page 13 à 17
QLMEB	Page 18
News du Gypaète	Page 19
Rubrique des livres	Page 20,21
Ecole d'aventure	Page 22
Argentera & Récit	Page 23,24
Val de Cogne & Récit	Page 25
Sortie Handicaf	Page 26
En Oisans & Récit	Page 27
Tour du Beaufortain & Récit	Page 28,29
Mots croisés	Page 30
Infos	Page 31



Le Chevrier -

Correction Orthographique :

Françoise Duclos, Marie-Renée Gontier

Annonceurs :

Marie-Renée Gontier, Bernard Genand

Tirage Papier : Cluses Copy

Composition : Bernard Genand,

Crédits Photos :

Les Encadrants

Les Participants

Photo de couverture :

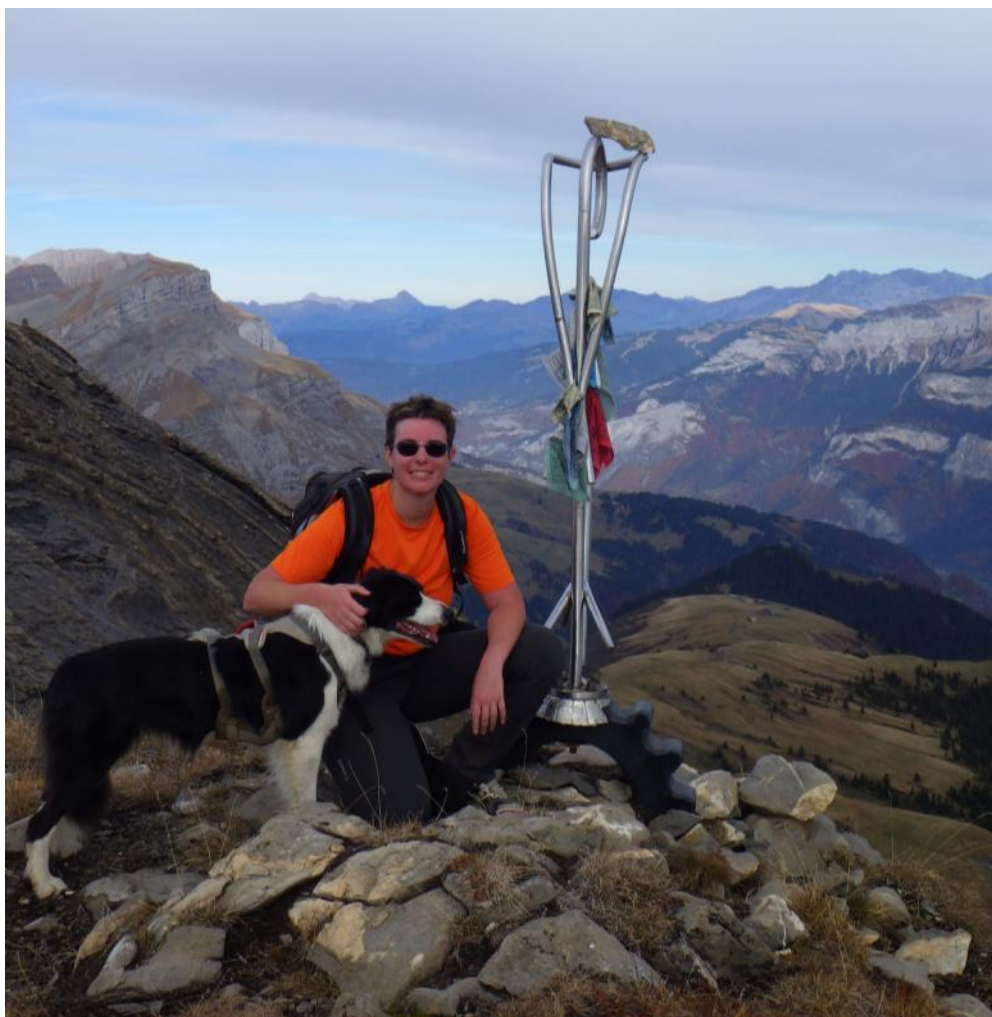
DOM de Mischabel

Cher(e)s Ami(e)s Cafistes,

“Rassembler pour mieux partager”.

Voilà c’est dit, pour ceux et celles qui ne se rappellent pas de ce qu’est le Caf. Le club permet de regrouper des personnes quelque-soit leur âge, leur sexe, leur origine, leur niveau social. Chacun a ses propres connaissances, et le fait de fédérer ce groupe, permet de partager ce savoir (montagnard, technique, environnemental, informatique, administratif).

Notre club a la vocation de faire découvrir la montagne sous tous ses aspects (sport, nature, environnement, sécurité), d’amener les adhérents vers l’autonomie, en toute convivialité et sécurité.



Arrêtons de croire que le Caf est synonyme de performance, voire d’excellence. Quelque soit le niveau de l’adhérent, tout le monde a sa place.

Pour cela, nous mettons au programme une formation alpinisme en hiver, des sorties tranquilles, des cours d’escalade, de ski toutes neiges mais aussi la formation DVA. Mais pas que :

Notre commission activité, présidée par Louis MATHIEU, après analyse des remontées positives ou négatives de nos encadrants et adhérents, met en place pour cette nouvelle année, un concept simple mais qui je pense sera efficace.

Sous l’impulsion de Marc et Louis, la mise en place de la coordination de toutes les activités d’hiver est en cours. Les sorties proposées par les encadrants étant très nombreuses, vous ne trouverez que des exemples sur le Chevrier. Par contre, sur le site internet du

club, toutes les sorties seront présentes dans l'agenda...

Depuis des années, les sorties sont le dimanche. Mais s'il pleut, on annule? Dorénavant, le site sera actualisé le jeudi avec des sorties possibles le samedi, ou un autre jour en fonction de la météo. Cela vous laissera le temps de louer le matériel nécessaire si besoin.

Vous aussi, êtes force de proposition. Cette année, une adhérente a souhaité nous faire partager sa région natale en organisant un week-end randonnée en Italie. Une autre, grimpeuse, a organisé une séance de yoga, afin de montrer le bienfait des étirements aux grimpeurs.

Je ne peux dire qu'une chose : proposer!! Nous sommes à votre écoute.

Avant de vous laisser lire ce nouveau Chevrier, que Bernard GENAND vous a concocté, je vous informe que l'AG aura lieu le 12 novembre à 17h au forum des lacs à Thyez. Il y a encore des sièges de libre au comité directeur, et nous serions ravis de vous compter parmi nous afin de faire avancer le club.

Edito-Bernard GENAND

Le Chevrier est ce qu'en font les adhérents. Effectivement, je sais qu'organiser une sortie, un raid, un séjour est déjà une tâche énorme pour l'encadrant. Par contre, c'est bien de **faire** mais aussi, c'est bien de le **faire savoir**. C'est pourquoi, il faut toujours avoir cette notion en tête.

Cette tâche pourra incomber à l'un des participants, qui aura aussi le souci de collecter les centaines de photos qui se prennent sur le vif, qui ensuite se perdent dans le tréfonds des disques durs, des Cartes SD, ou des clés USB...

"L'alpiniste est un homme qui conduit son corps là où, un jour, ses yeux ont regardé..."

Gaston Rébuffat



Dates à retenir :
Festival de Films Montagne. Salle des Allobroges
11-12-13 Novembre
A.G. à THYEZ : Samedi 12 Novembre - 17 h
Sorties Handicaf 2017
Samedi 25 Mars
Samedi 10 Juin
Samedi 23 Septembre

Programme Raquette - Thierry BOBON - Page 5

Vos ENCADRANTS RAQUETTES cette saison :

Dimanche :

Thierry Bobon : 06.70.55.13.13

Jean-François Roux : 06.95.24.42.24

Geneviève Chalut : 06.73.35. 87.22

Mercredi :

Bernard Gontier : 06.83.51.29.77

Serge Cognard : 06.87.23.50.06

Fernando Yanez-Rey : 06.72.97.18.86

Un rapprochement avec le Caf La Roche-Bonneville est en cours de discussion. Il se peut qu'une ou deux sorties soient encadrées par l'un de leur membre

Le **Dimanche** et le **Mercredi** sont les jours habituels mais si les conditions ne sont pas bonnes, il se peut que des sorties se fassent le **Samedi**.

Rappel : Toute sortie se fait sur inscription par Mail ou au plus tard à la permanence du vendredi soir auprès de l'encadrant et en précisant si vous avez besoin de Matériel : DVA - Pelle-Sonde et Raquettes.

Vous trouverez ci-dessous une liste de randos qui vous seront proposées le dimanche et actualisées le jeudi soir avant la sortie. Puis en fonction des conditions météo pour le week-end, nous choisirons la sortie la mieux adaptée. Vous serez informé par Mail le jeudi soir, consultable sur le Site, annoncée le vendredi à la permanence et mise sur le panneau d'affichage. Pour ceux qui sortent le mercredi vous aurez également les infos et l'encadrant à contacter.

N'oublions pas que chaque sortie se fait avec DVA- PELLE- SONDE et qu'il est obligatoire de participer aux formations qui vous seront proposées.

Sorties Faciles : *Le tour des Chavannes *Signal des Voirons *Pointe de Méribel
*Les Charmettes *Chez le YAM

Sorties Peu Difficiles : *Chalet de Mottets *Les Chalets de la Loria *Chalet de Brion
*Lac de Darbon *Tour de la Pointe d'Uble *Col de Bassachaux *Tête de L'Ecutieux
*Lac de Gers

Sorties Assez Difficiles : * Lac de Flaine * La Chailla *Tour de la Pointe des Follys

Si la neige est là en quantité on espère aussi vous proposer :

Une journée sensibilisation aux diverses situations et risques liés aux avalanches

Une nocturne : Mercredi 11 Janvier

Une nocturne : Samedi 11 Février

Un week-end en Mars à définir

Une Sortie commune à définir

Cette année, l'objectif de la section alpinisme du club est de fédérer les nouveaux arrivants afin d'accroître le nombre de participants, de proposer plus de sorties et rendre l'activité pérenne. Actuellement l'alpinisme au club dépend de trop peu de personnes, il faut remédier à cela. Nous vous proposons donc trois axes différents qui se rejoignent.

Le premier axe : les formations. Cette année, un plan daté et précis de formation est établi. Il commencera avant les vacances de la Toussaint : un groupe de 15 personnes maximum sera accueilli, une fois tous les 15 jours, soit au gymnase, soit à la maison de la montagne, pour faire des exercices pratiques sur les techniques d'encordement et manip en tout genre. Cette formation est une succession, il est nécessaire de pouvoir en suivre un maximum afin que l'ensemble soit cohérent.

Deuxième axe : comme l'année passée, un groupe sous réseaux sociaux permet aux membres de communiquer afin de proposer et présenter des sorties. Ce moyen reste souple et permet d'accueillir un public plus jeune.

Troisième et dernier axe : les sorties programmées, sujettes à modifications à cause de mauvaises conditions météo ou de terrain, ou encore d'indisposition des encadrants.

Ces trois axes ont le même but : sortir le plus souvent possible et ce, en toute sécurité. Pour la pratique de la cascade de glace, tout dépend des conditions, les sorties seront programmées en fonction de l'avancement de la saison. Le staff des encadrants est petit, si vous avez envie de proposer des sorties et faire de belles choses, venez nous rejoindre en me contactant directement.



Ski de randonnée nordique : qu'est-ce-que ça peut bien être !! C'est la version actuelle du ski tel qu'il a été inventé et pratiqué dès la préhistoire par les peuples nordiques : c'est un moyen pratique et efficace pour se déplacer dans des espaces naturels enneigés. La randonnée nordique se pratique avec des skis de largeur intermédiaire entre celle des skis de fond et des skis de randonnée, munis de carres métalliques et d'un système anti-recul (semelles à écailles ou fart de retenue) parfois complété par des peaux de phoque pour les grosses montées. Chaussures et fixations laissent le talon libre et permettent la flexion naturelle du pied.

Il se pratique hors des traces et hors des sentiers battus et permet de s'immerger en pleine nature, en alliant plaisir de la glisse et découverte de nos forêts et de nos plateaux.

Des sorties découvertes, et plus engagées pour les plus aguerris seront proposées cet hiver au Praz-de-Lys, sur les plateaux du Jura et du Retord (endroits où vous pourrez louer du matériel). Voir Louis, Claude ou Marc pour plus d'informations.



Mossière & Fils

BOULANGERIE

PÂTISSERIE

GLACIER

1071, rue des Iles

74950 SCIONZIER / CLUSES

Tél. 04.50.98.27.78 - Fax 04.50.89.66.03

Vous souhaitez vous perfectionner en ski ou en télémark, vous avez envie de skier dans toutes les conditions de neige et de pente afin d'acquérir de l'autonomie tout en approfondissant vos notions de sécurité, vous préférez simplement découvrir d'autres domaines skiables et prendre du plaisir en skiant en groupe, alors cette activité est pour vous.

Si vous êtes plutôt branché ski de randonnée et que vous voulez peaufiner votre technique de descente pour prendre encore plus de plaisir, ou si vous êtes plutôt « alpin » et que vous voulez pratiquer la glisse hors des pistes, dans les sapins, dans des combes ou sur des pentes plus raides, alors venez rejoindre le groupe ski toutes neiges.

Nous vous proposons :

Six sorties avec ou sans cours (cours ski et télémark à partir de la classe 2) dans des stations proches, choisies selon des critères d'enneigement, de prix mais aussi de domaine accessible au ski toutes neiges,

Des sorties ski de randonnée encadrées par les initiateurs ski toutes neiges,

Des formations en nivologie niveau 1 (débutant) et 2 (confirmé),

Pour les plus motivés, un week-end de mise en jambes mi-décembre à Val Thorens lors du recyclage interne des encadrants,

Une ou deux sorties mythiques à la journée, encadrées, en mars/avril,

Une préparation physique générale le samedi ou le dimanche d'octobre à mi-décembre.

Nous vous proposons un week-end en hébergement au centre UCPA, nombre de places limité
Inscriptions pour les cours et carte USCA les vendredis 2, 9, 16 et 23 décembre au local pendant la permanence.

Les cours sont proposés et encadrés le matin de 9h00 à 12h30, par une équipe d'initiateurs bénévoles motivés du club, diplômés FFCAM ski toutes neiges tous terrains ou télémark.

L'après midi, ski libre ou en groupes avec encadrement selon les motivations de chacun. Possibilité de participer aux journées sans prendre la formule avec cours, mais en bénéficiant du tarif de groupe pour l'achat du forfait.

Cette année sera tournée vers un ski encore plus « montagne »...

Plaisir et bonne humeur garantis !

Les tarifs pour la saison 2016 /2017 :

Vous aurez la possibilité de régler par chèque ou par carte bancaire (très conseillé), éventuelle-

Carte USCA	Cours – 12 ans	Cours + 12 ans	Forfait – 14 ans	Forfait + 14 ans
5 € (oblig.)	Gratuit	20 € les 6 cours	16 € / journée	20 € / journée

ment en espèces.

Nous vous rappelons qu'il est obligatoire de venir s'inscrire le vendredi soir de 19h30 à 21h00 à la permanence du club.

Coline, Alexandre, David, Guy, Marc, Olivier, Philippe, Romain et Laurent vous attendent...

Nous vous proposons pour cette saison, dès que les conditions s'y prêteront, des sorties régulières, encadrées par des bénévoles qualifiés, pour différentes pratiques.

Ces sorties auront lieu :

- le samedi ou (et) le dimanche, soit en demi-journée (retour au plus tard à 13h), soit en journée avec casse-croûte
- les samedi-dimanche pour les sorties week-end
- le mercredi
- en semaine pour les raids.

Chacun devrait y trouver son compte entre :

Les sorties « découverte » : découvrir le matériel, un nouvel environnement, une nouvelle façon de monter mais aussi de descendre à skis. Accessibles avec un minimum de physique et de technique en descente, ces sorties sont courtes et faciles techniquement. . Quelques exemples pour situer ces sorties : Vernant, Mt Saxonnex, Mt Caly...

Les sorties « initiation » : apprendre les bases techniques du ski de rando, que ce soit à la montée mais aussi à la descente, aller plus loin dans la connaissance du matériel, la nivologie, l'environnement et la sécurité, lors de sorties d'environ 700 m de dénivelé, sans passages techniques. Un niveau physique ainsi qu'un niveau ski à la descente corrects sont nécessaires afin de profiter pleinement de ces sorties. Quelques exemples pour situer ces sorties : Andey, Col Ratti, Chalet de Véry...

Perfectionnement à ski : *Pour ceux d'entre vous qui souhaitent se perfectionner en descente « toutes neiges » afin de prendre encore plus de plaisir, des cours sont proposés les 6 premiers dimanches de l'année par le [groupe ski toutes neiges](#). Enseignements complémentaires et inscriptions à la réunion du vendredi soir.*

Les sorties « traditionnelles » : la pratique qui rassemble le plus de sorties de différentes difficultés* pour le plus grand nombre d'entre nous.

*Voir tableau des cotations

Camptocamp => <http://www.camptocamp.org/articles/107675/fr/aide-topoguide-cotations-en-ski-et-surf-de-montagne>

Skitour => http://www.skitour.fr/articles/read_64.html

Les sorties ski de montagne : associant le ski de rando à l'environnement plus « Alpinisme » avec à la montée du portage, du cramponnage sur neige, de l'encordement ... ou dans un environnement glaciaire. Ex : courses dans le massif style Les 3 Cols, col de Tour Noir, ...allant jusqu'au ski alpinisme correspondant au ski de montagne avec en plus des descentes en pentes plus raides, des rappels, du cramponnage sur rochers ...Ex Brèche Puiseux, Les Miages...

Sans oublier les raids : Sorties sur plusieurs jours, soit en étoile (en partant chaque jour d'un même point), soit en itinérant.

Selon les conditions une course peut vite changer de catégorie.

Le **plaisir** mais surtout la **sécurité** passent par le choix de la sortie en fonction de ses **capacités** et de sa motivation !!!

Le **partage**, la **convivialité**, sont les leitmotivs de nos sorties.

Agenda

La météo et les conditions de neige, si changeantes ces derniers hivers, ne nous permettent plus de définir un calendrier précis. Les sorties seront validées le **jeudi soir** sur notre site internet avec toujours les inscriptions et les dernières recommandations le vendredi soir à la permanence.

Les sorties du mercredi seront également annoncées le vendredi précédent et seront visibles dans l'agenda. En cas de météo défavorable, la sortie pourra être avancée ou reculée dans la semaine.

Selon la difficulté de la sortie, il vous sera demandé d'avoir participé auparavant à au moins deux courses avec notre club.

Pour les sorties avec refuge, les inscriptions se feront deux semaines à l'avance.

Des formations sécurité avalanches sont proposées et nous vous invitons à y participer afin de parfaire vos connaissances techniques et pratiques. Nous vous rappelons qu'il est obligatoire de participer à une session d'exercice DVA pour s'inscrire aux sorties (voir dans la rubrique formation). Vous devez être équipés de la trilogie DVA-PELLE-SONDE. Ces matériels sont disponibles à la maison de la montagne en priorité pour les formations et pour les sorties « découverte et initiation ».

Une formation sécurité glacier est régulièrement organisée chaque année à partir de début octobre : progression sur glacier, encordement, remontée sur corde, moufflage.... Se renseigner auprès de Benoit SAQUET, responsable alpinisme.

Cette formation est vivement conseillée pour les sorties de ski de montagne et obligatoire pour les sorties de ski alpinisme, pour sa sécurité personnelle mais aussi celle du groupe.

Pour tout renseignement complémentaire contacter Marc BECHET (Coordinateur des activités hivernales) ou Louis MATHIEU (Vice Président des activités) qui vous mettra en relation avec l'encadrant concerné selon votre demande.





Date	Description	Responsable	Nb de participants	Niveau d'engagement
05/11/2016	Plateau de Cenise	S.EMMANUEL	16	TF
03/12/2016	Plateau de Solaison	S.EMMANUEL	16	TF
07/01/2017	Plateau d'Agy	S.EMMANUEL	16	TF
04/02/2017	Plateau des Glières	S.EMMANUEL	16	TF
04/03/2017	Plateau du Semnoz	S.EMMANUEL	16	TF
01/04/2017	Plateau du Salève	S.EMMANUEL	16	TF

Les randos tranquilles sont pour tout le monde y compris les enfants qui viennent avec leurs parents.

Le dénivelé est d'environ 500 m.

Le départ a lieu à 9h le samedi matin (il peut y avoir des dimanches), avec RDV à la maison de la montagne.



Surveillez bien le site, le jeudi précédent, les informations seront mises à jour si besoin.

Pour les inscriptions, merci de prendre contact rapidement avec l'encadrant de chaque sortie et de venir à la permanence du vendredi précédant la sortie.

L'inscription n'est pas un dû, le responsable de la sortie est en droit de vous refuser pour des raisons de sécurité.

En fonction de la météo, la sortie peut-être modifiée.



La Traversée des Pyrénées d'Hendaye à Banyuls sur mer... A pied !

Après notre traversée des Alpes de l'an dernier, mon père et moi sommes partis sur un nouveau challenge : la traversée des Pyrénées mais en rajoutant cette fois les principaux sommets (seulement si le temps le permet, notre but principal reste la traversée). N'étant allé que rarement dans cette région (voire jamais en fait), c'était plutôt une bonne idée... Mais une fois sur le terrain, la notion de « bonne idée » a légèrement évolué et on s'est retrouvé embarqué dans une aventure atypique.

Tout d'abord, commençons par le commencement : le transport, parce qu'à Hendaye, faut déjà y aller ! Mais tout s'est enchaîné à la perfection : voiture jusqu'à Genève, avion de Genève à Bordeaux, bus dans Bordeaux, puis train de Bordeaux à Hendaye. Nickel. On sort du train et là, ça commence vraiment : bim ! Gros coup de chaud, c'est pas la même que chez nous... En même temps, faut pas oublier qu'on est le 27 juillet, au bord de l'océan Atlantique, avec une météo superbe. Donc bon... fallait s'y attendre.

On commence finalement à marcher à 17h30 et on se heurte rapidement (après avoir fait des courses et avoir notamment acheté de l'anti-moustique, s'être égaré dans une zone industrielle et avoir longé une grosse route) à l'un des problèmes principaux des Pyrénées : la notion de sentier pédestre. Je crois que nous pouvons affirmer qu'on n'a pas pris l'itinéraire qui était prévu, parce que faire le double des dénivelées et quelques kilomètres en plus n'est pas franchement agréable dès le premier soir... A partir de là, tout raconter serait trop long donc voici quelques anecdotes et le principal : au total, 700 km de long, une moyenne de 2750 m de dénivelées positives par jour et autant de négatives, sur 16 ou 17 jours de marche selon comment on compte (ce qui fait une moyenne de 42,8km par jour) et en empruntant à la fois la Haute Route des Pyrénées, le GR 10 et le GR 11.

Jour 2 : De La Rhune à Aldudes

Long, mais vraiment très long chemin 4x4 jusqu'à Elizondo, notre premier ravitaillement... malheureusement fermé parce que c'était LA fête de l'année. Tant pis, on continue.



Jour 3 : D'Aldudes aux Crêtes d'Urculu

Départ dans la brume et au bout d'une heure, on se retrouve face à un mur végétal composé de ronces, d'orties et de fil barbelé. D'accord, il n'est haut que de 50 cm, mais on a bien galéré (donc bien rigolé) à franchir un tel obstacle, surtout quand on s'est rendu compte qu'il suffisait de suivre la route qui passait à côté. Petit problème d'eau et ascension d'une pente très raide recouverte d'herbe de 40 cm de haut toute glissante... autrement dit : second passage comique mais rude pour les nerfs. Au bivouac, j'ai des ampoules très gênantes et très douloureuses donc on soigne les bobos.

Jour 4 : Des Crêtes d'Urculu au Pic d'Ansabère

Chemin inexistant et finalement on suit l'itinéraire d'un trail ayant lieu LE jour où l'on passe. On suit tellement bien les coureurs qu'on finit par louper notre chemin et on se retrouve au sommet d'une colline. Magnifique orage durant la nuit qui nous a bien fait peur parce qu'à 100 m près, il était sur nous.

Jour 5 : Du Pic d'Ansabère à Candanchù

On passe du côté français, dans un brouillard humide qui nous trempe jusqu'aux os... Journée la plus mauvaise niveau météo de tout le voyage.

Jour 6 : De Candanchù au Col d'Arrious

Passage au col de Somport. On attaque la partie montagne, enfin. **Ascension du Pic du Midi d'Ossau** qui remonte le moral. Faut avancer le plus possible pour pouvoir faire le Balaïtous demain.

Jour 7 : Du Col d'Arrious au lac Bachimana Baio

Ascension du Balaïtous qui nous prend pas mal de temps donc niveau distance, on n'avance pas autant qu'on l'espérait, mais franchement ça valait le coup. On découvre une plaine remplie d'une dizaine de lacs indiqués sur certaines cartes et pas sur d'autres.



Jour 8 : Du lac Bachimana Baio au Port de Boucharo

Ascension du Vignemale, sommet français des Pyrénées, avec notamment un glacier. Je n'étais pas très à l'aise avec juste mes chaussures de trail mais c'était quand même plus rapide qu'avec des crampons. Passage à Gavarnie et dans son cirque réputé, mondialement connu pour la cascade de glace.

Jour 9 : Du Port de Boucharo à la cabane de la Basa (au-dessus de Bordas de Biados)

On fait le tour du cirque de Gavarnie en passant par la Brèche Roland au lever du soleil, c'est magnifique. **Ascension du Mont Perdu** avec un vent assez fort. Rencontre d'Hélène, Pierre-Olivier et Antoine, tous les trois très sympas. Bivouac dans une cabane de chasseur très bien entretenue, excellente nuit.

Jour 10 : De la cabane de la Basa au refuge de la Renclusa (un peu au-dessus)

Ascension du Pic des Posets. Descente droit dans la face parce qu'un Espagnol nous avait dit au sommet que ça passait, mais il n'a jamais dû le faire parce que franchement, descendre par là où on est passé, ça craint un max. Rencontre d'un couple partant pour l'Aneto.

Jour 11 : Du dessus du refuge de la Renclusa au Val de Conangles (Hospital de Vielha)

Ascension de l'Aneto, sommet espagnol des Pyrénées, comprenant aussi un glacier : réussite d'une partie du challenge : on a fait les 6 sommets les plus importants des Pyrénées! (pour nous). Absence de chemin de descente. On essaie d'avancer au max mais maintenant ce n'est plus que de la randonnée pédestre.

Jour 12 : Du Vall de Conangles à Bordes de Pina

Passage au refuge de Saboredo où le gardien nous offre un chorizo en nous félicitant. Finalement, on pensait être sorti du territoire des ours mais on y rentre juste pour bivouaquer. Un randonneur nous apprend que plusieurs ours ont été réimplantés seulement 3 semaines plus tôt dans la vallée où nous nous trouvons. On n'est pas très rassuré et afin de limiter les risques, on accroche nos sacs dans un arbre.



Jour 13 : De Bordes de Pina à sous Portella de Lanos

Au moment d'allumer nos frontales, on entend comme le glapisement d'un renard puissance 10, pas très loin de nous... Heureusement, le bruit s'éloigne. On ne l'a peut-être pas vu, mais entendre l'ours nous suffit. On décampe vite fait bien fait. Une demi-heure plus tard, on croise la route d'un sanglier : c'est clair, on entre dans la partie la plus sauvage et donc la plus « paumatoire » des Pyrénées. Un randonneur nous annonce qu'il est censé y avoir de l'orage pour les 2 jours à venir, mauvaise nouvelle. On doit passer sur les crêtes de l'Andorre le lendemain mais avec l'orage, ça va être compliqué. On risque de se retrouver bloqués pendant 2 jours dans le mauvais temps au milieu de nulle part, ça mettrait fin à l'aventure. Il faut choisir. On peut encore faire du stop et ainsi continuer même si on saute une journée ou alors tenter le coup et il y a de fortes chances que ça s'arrête là. On fait du stop de l'Artigue au col de Puymorens. Du coup, on rencontre plein de gens super sympas qui parlent pas trop français mais ça va, on s'en sort.

Jour 14 : De sous Portella de Lanos au bas de la vallée de l'Eyne

Ascension du Pic Carlit et passage au niveau de Font Romeu. On se prend l'orage et la grêle, un truc de fou : des grêlons de 2cm de diamètre ! Ça commence à faire mal... On s'abrite dans un « ori », une sorte d'abri en pierre, le nôtre n'était pas très étanche. Faut essayer de s'organiser dans un espace très petit et on appelle la famille pour les mettre au courant de comment ça se passe.

Jour 15 : De la vallée de l'Eyne au bivouac Caf de Pla Guillem

On passe sur des crêtes dont le chemin est gelé à cause des grêlons coagulés. On a eu plus de difficultés avec cette glace là que celle des glaciers du Vignemale et de l'Aneto... Le paysage est superbe et on rigole bien. Et puis, on voit la mer !!!



Jour 16 : De Pla Guillem à sous le Col des Tres Terms (sous Pic Neulos)

Ascension du Pic du Canigou et rencontre de Pierre, qui nous a passé 450g de fromage parce qu'il en avait marre de le porter. Du sommet, on remarque beaucoup de fumée se dirigeant vers là où on va et d'autres randonneurs nous apprennent qu'il y a de grands incendies qui ravagent le Sud de la France. On en reste bouche-bée. Ce n'était pas du tout prévu et on est parti pour dormir ce soir et marcher toute la journée du lendemain dans cette fumée... On passe au niveau d'Amélie-les-Bains et finalement on fait du stop jusqu'au col du Perthus parce que c'est réellement irrespirable. On a maintenant pas mal d'avance et en regardant la carte, on conclut que demain en début d'après-midi, on aura fini...

Jour 17 : Du col des Tres Terms à la gare de Banyuls sur Mer

C'est beau. La mer se rapproche. On n'est pas trop pressé mais faut quand même avancer et ça devient vraiment dur pour les pieds. On marche lentement en évitant précautionneusement le plus d'impacts... Vers la fin, on croise des randonneurs complètement ahuris d'entendre ce qu'on leur raconte. Pour finir, on arrive à Banyuls sur Mer et on va directement à la plage. On s'attendait à une plage de sable fin, toute douce pour les pieds... mais non, on se retrouve sur une plage de galets brûlants. Je vais à l'eau en premier en boitillant et en sautillant sur les cailloux. J'entre dans l'eau en bégayant de joie (et un peu de douleur à cause de la fraîcheur de l'eau sur mes pieds). Mon père me rejoint en se déplaçant de la même façon que moi. Tout le monde nous regarde bizarrement, avec notre dégaine, on ressemble un peu à des clochards ou en tout cas à des gens pas très normaux... Ça nous a bien fait rire. La baignade fait du bien parce qu'on s'est pas lavé depuis notre départ de la maison. Ensuite, on va à la gare pour trouver un moyen de rentrer chez nous et finalement on assiste à un concert de rue le soir parce qu'on ne part que le lendemain matin. On dort à côté de la gare et on se repose tranquillement.

Retour : Tout se passe bien jusqu'à Lyon. Là, la gare de La Part Dieu est fermée et on patiente à la gare Perrache pour prendre le bus jusqu'à Bellegarde. On retrouve Marc et Maryse Béchet qui attendent le même bus que nous et qui reviennent de la Traversée des Alpes. On arrive en retard à Bellegarde et on attend 2h de plus pour prendre le train jusqu'à Cluses. Finalement, on rentre sains et saufs chez nous...

C'était vraiment dur, mais vraiment génial aussi. On encourage tout le monde à aller dans les Pyrénées mais en faisant moins d'efforts que nous. Il faut aussi ne pas stresser si vous voyez que vous n'arriverez pas là où c'était prévu de dormir. C'est sûr qu'en dormant en refuge, il y a moins de liberté mais il est impératif de prendre le temps de faire des pauses et de respirer, pas courir comme on l'a fait. Magnifique aventure !



Dimanche 21 Août 10 Cafistes Clusiens ont donné rendez-vous à Albert Casartelli, notre retraité qui, pour occuper sa retraite, s'est passionné pour la géologie.

Cette journée avait été préparée déjà en salle, par un exposé très complet, accompagné de nombreux croquis et photos, pour nous familiariser avec des termes comme lithosphère, asthénosphère, la Pangée, l'océan Téthys, les plaques tectoniques, etc..

Eh oui, la géologie, ce n'est pas simple, et Albert a su se mettre à notre niveau, nous, les néophytes.

C'est donc avec des notions de base, que nous avons abordé notre parcours géologique, sur le site des Grandes Platières, atteint grâce au Télécabine.

Un circuit, où il est bon de se repérer grâce au GPS, car quoi de plus « paumatoire » que les dédales de lapiés sur le Désert de Platé.

Et aussi, c'est une randonnée, où, pour une fois, il ne faut pas regarder en l'air, mais sous ses pieds, si l'on ne veut pas passer à côté de dalles constellées de fossiles, type bivalves, nautilus, oursins, huîtres, et autres cérithes...

Et c'est en vain, que nous avons cherché, sur la célèbre dalle de la Matolle, la dent de requin incrustée dans la roche..

Voilà, dimanche, nous avons marché au fond de la mer, qui, il y a 50 millions d'années, s'est mise à notre niveau, c'est-à-dire à 2400 m d'altitude.

C'est pourquoi, Flaine Beach, eh bien, c'est toujours d'actualité....



Etienne, permanent à ASTERS, nous informe de l'évolution des couples de gypaètes dans notre secteur et surtout les zones sensibles où il faut éviter certaines activités. (Infos 05/09/2016)

- Centre d'élevage gypaète d'Asters

Le bâtiment nécessite d'importants travaux de réfection, pour ce faire les Gypaètes ont été transférés dans d'autres centres européens courant juillet 2016 et seront de retour chez nous au cours de l'été 2017. Cela nous laisse le temps pour refaire notre centre d'élevage à neuf afin d'accueillir les Gypaètes dans des conditions optimales. Les caméras dans les volières sur notre site internet sont donc désactivées, patience !

- Bilan de la reproduction 2016

Alpes françaises :

Alpes du Sud (dept 04 et 06) : 2 couples présents, 1 poussin à l'envol

Alpes du Nord (dept 74 et 73) : 12 couples présents, 4 poussins à l'envol

Total Alpes : 41 couples présents, 22 poussins à l'envol

- Suivi des populations, programme de baguage en nature

Le programme expérimental de marquage sur les jeunes nés en nature en Haute-Savoie, débuté en 2013 avec le baguage avant envol se poursuit, avec cette année, la première expérimentation de pose de GPS sur les deux jeunes (Aravis nord et Bargy) nés en nature. Cela nous permet de suivre plus finement leurs déplacements et leur prochaine dispersion. En cas de mortalité, cela nous permettra également de retrouver le cadavre et de mieux comprendre les causes de mortalité.

- Journée internationale de prospection : le 08 octobre 2016

Comme chaque année, nous avons besoin de vous pour la journée internationale de prospection du Gypaète barbu. Toutes les infos ici : <http://www.gypaete-barbu.com/actualites.html>

Pour vous inscrire en Haute-Savoie, contactez Théo Mazet (Theo.mazet@asters.asso.fr) impérativement **avant le 23/09** en précisant votre **numéro de téléphone**, **lieu de résidence**, **le dénivelé maximum** que vous êtes capables de faire et si vous avez une **longue vue** ou non.

Continuez de nous transmettre vos observations de Gypaètes et pour des informations plus régulièrement, n'hésitez pas à nous suivre sur <https://www.facebook.com/centreelevagegyp/>

Si vous ne souhaitez plus recevoir d'informations de notre part, merci de nous en informer par retour de mail.

La LPO 74 a le plaisir de vous inviter aux **2èmes Rencontres Naturalistes de Haute-Savoie** qui se tiendront le samedi **19 novembre à Chamonix-Mont-Blanc**.

Skieurs et tétras lyre, parapentistes et aigles royaux, spéléologues et chauves-souris... Concilier sa **pratique sportive** et le respect de la **biodiversité**, c'est possible ! Quels sont les **conflits d'usage** ? Comment élaborer ensemble des **solutions** ? Quels bénéfices réciproques à la convergence de ces deux univers ?

Et si les pratiquants des activités de pleine nature devenaient les **nouveaux acteurs de la protection de la faune sauvage** ? Nous nous tenons à votre disposition pour tout renseignement au **04 50 27 17 74** ou sur http://haute-savoie.lpo.fr/index.php?m_id=1



Comme chaque année, je profite du Salon du Livre de Montagne à Passy, pour acquérir quelques livres susceptibles de nous intéresser.

Alex HONNOLD - Solo Intégral avec David Roberts. Editions Guérin

En 2008, l'Amérique découvrait un surdoué de l'escalade. Alex Honnold, 22 ans, venait d'enchaîner dans la même journée deux voies majeures en solo intégral : seul, sans corde, dans les parois parfaitement verticales de l'Ouest américain. Depuis, Alex a tracé sa voie sur les « big walls » du Yosemite, ces murs qui frôlent parfois les 1000 mètres de haut. Au fil des réalisations époustouflantes, servies par des films qui laissent les mains moites, sa notoriété n'a cessé de grandir.

Dans ce livre à deux voix, Alex Honnold raconte ses ascensions avec un art consommé du suspense et se dévoile avec sincérité : timide mais solide, passionné, capable d'affronter le risque et d'en parler avec un égal sang-froid.

L'écrivain David Roberts décrypte le jeu « radical » d'Alex et les raisons de sa célébrité : « Alex a poussé la forme la plus extrême et dangereuse de l'escalade bien au-delà des limites de ce qui semblait possible. Dans sa parfaite simplicité, cette quête peut être comprise par l'observateur le plus néophyte. L'enjeu est ultime : tomber, c'est mourir. »



HM DISTRIBUTION BOISSONS 74300 CLUSES
 Votre partenaire boissons pour vos soirées, anniversaires, mariages...
 Tél : 04.50.98.01.11

Andy CAVE - L'ombre et la Lumière - Editions Nevicata.

Andy cave naît en 1966 dans une famille de mineurs du Yorkshire, au nord de l'Angleterre. Il quitte l'école sans diplôme à l'âge de seize ans pour travailler dans les mines de charbon, suivant une tradition familiale de plusieurs générations. « Un travail sale et harassant, dans un véritable enfer. »

A la même époque, il découvre l'escalade sur les falaises de sa région et c'est une révélation. Pris dans la tourmente de la grande grève des mineurs de 1984-1985, il quitte son job à la mine, reprend des études et devient l'un des meilleurs alpinistes britanniques, réalisant nombre d'ascensions dans les Alpes et en Himalaya.

En 1997, il se lance avec cinq compagnons à l'assaut de la formidable face nord du Changa-bang au nord de l'Inde. Une des plus belles montagnes au monde et une des ascensions les plus difficiles qui soient.

Cette aventure marquera durablement l'alpinisme d'une page tragique et héroïque.

Témoignage émouvant d'un monde disparu et grand récit de montagne, ce livre conte l'histoire d'un destin hors du commun, d'une incroyable odyssée des ténèbres de la mine aux neiges de l'Himalaya.

Jean BOURGOIS - En quête de plus grand - Editions Nevicata

« Ceci est le récit de ma vie, la vie passionnée d'un homme qui a toujours foncé au bout de ses rêves. »

Après une enfance bruxelloise, Jean Bourgeois découvre les joies de l'escalade sur les bords de la Meuse dans les années 1950. Etoile montante de l'alpinisme mondial, il parcourt les grandes parois des Alpes puis les plus hautes montagnes de la terre.

Curieux des hommes et du vaste monde, ses séjours avec sa femme parmi les derniers nomades d'Afghanistan, dont il rapporte de fabuleux témoignages et d'étonnantes découvertes, ont un écho retentissant.

Voyageur infatigable, il navigue dans les eaux antarctiques, explore les montagnes d'Asie centrale, traverse l'Himalaya, grimpe dans les Andes péruviennes. En 1982, sa disparition dramatique sur les pentes de l'Everest et sa miraculeuse réapparition côté tibétain plusieurs semaines plus tard font le tour du monde.

Voici le récit ardent de la vie d'un superbe aventurier, doublé d'un grand écrivain. Un homme en quête permanente de ses limites, avec les étoiles et les montagnes pour guides.



Voilà une saison de finie et une autre qui commence !

Pour cette année, 9 jeunes se sont inscrits pour une nouvelle aventure.

Nous avons commencé par une sortie via ferra et escalade.

La 2ème, spéléologie. Et nous remercions le club spéléo de Gaillard pour leur gentillesse.

La 3ème, cartographie. Là, toujours une bonne ambiance, et croyez moi, les jeunes ne perdent pas le nord..

Le groupe peut aller jusqu'à douze, donc si des jeunes sont intéressés, ils peuvent se renseigner auprès du club.

***Les sorties peuvent être modifiées suivant le temps ou être reportées.**

La liste du matériel nécessaire aux sorties est téléchargeable sur le site :

<http://cluses.ffcam.fr>

Novembre :	Samedi 12		Cartographie randonnée
	Samedi 26	 	Orientation
Décembre :	Samedi 10		Raquettes à neige - DVA
	Samedi 17		Ski alpin ou DVA
Janvier :	Samedi 07		Ski alpin ou ski de randonnée
	Samedi 21		Cascade de glace ou ski alpin
Février :	Week-end 11/12		Cascade de glace
	Samedi 25		Raquette / Ski de randonnée
Mars :	Week-end 11/12		Raquette igloo
	Week-end 25/26		Ski de randonnée, refuge
Avril :	Dimanche 9	 	Escalade ou via ferrata
	Samedi 22		Escalade
Mai :	Dimanche 20		Terrain d'aventure
Juin :	Week-end 03/04	 	Grand parcours ou randonnée
	Week-end 17/18	 	Grand parcours ou canyon ou alpi
Juillet :	Week-end 01/02	 	Alpinisme ou canyon

Une randonnée sur les pas de Victor-Emmanuel II.....forcément royale !

Nous sommes dans les années 1860-1870 quand le Roi d'Italie décide de faire de ce coin de paradis son domaine de chasse et de pêche : il fait construire des routes pavées, des pavillons de chasse, des villas.....pour profiter au maximum des lacs naturels, des montagnes avec leur faune et leur flore....Comme il a eu raison ! Presque 150 ans après, sous la conduite du Roi Jean-François 1^{er} et de la Reine Geneviève, nous découvrons avec émerveillement le paradis, sous un soleil toujours au rendez-vous...

Le circuit proposé nous fera emprunter des chemins parfois paisibles (ceux du Roi et de ses équipages) mais aussi des sentiers de montagne ardu, des descentes vertigineuses, des blocs, des cheminées ... : des itinéraires comme on les aime, où le sac à dos peut parfois rester au col ...et nous regarder grimper au sommet (lac Valcuca, Mont Malinvern, Cime de la Framamorte, etc....) « Françoise, Denise, vous nous avez sauvés la mise...Du mont Malinvern l'ascension, Avons pu faire sans sac ni bâtons .. »

La route royale est remarquable : pas une muraille de Chine, mais presque : carrossable, pavée, surélevée parfois, creusée dans la roche ; au début du XX^{ème} siècle, les militaires italiens y ont ajouté un tunnel : Eric nous signale qu'il n'y a pas de file d'attente ...

Et voilà un lac, puis un autre ...et un autre encore : le Roi et la Reine sont aux anges ...car l'eau est « baignable ».C'est confirmé par Louis, qui, malgré un sous l'eau audacieux, en perd le thermomètreOn ne saura jamais la température de ces eaux bleutées où, seuls les têtards survivent..... !

Et, le soir, aux refuges, on est parfois surpris par le confort spartiate : heureusement , notre interprète franco-italo-suisse Christina peut nous traduire les menusexpliquer pourquoi il vaut mieux choisir ce dortoir- ci plutôt que celui-là . A propos de dortoir, faut-il parler des chorales ? Il y eu celle de Veynes pour une répétition à Questa et un concert à Remondino... mais il y eu d'autres « concerts » : Huguette a fini par trouver la bonne profondeur pour ses boules Quies « !!!! Et puis il y a ceux qui ne craignent pas cette musique lancinante, parfois syncopée, en solo ou duo, et, qui comme les deux Liliane tolèrent ces débordements ...Ce n'est pas un problème : ça alimente les conversations embrumées du lendemain matin et ça permet de vérifier la solidarité et la fraternité du groupe (dixit le lama-psychologue Robert) En matière de marche, il y en a pour tous les goûts : Fernando s'en donne à cœur joie, caracolant en tête ou fermant la marche ...avec Gilbert, silencieux et appliqué dans le sillage... Eric, bon prince, a donné le rythme idéal pour le dernier col (Chiapous) où tout le monde est arrivé en même temps, salué par la flûte italienne d'une belle inconnue...



Gilles JEAN
Opticien diplômé

12A, Grande Rue
74300 CLUSES

Tel : 04 50 96 99 73

La cerise sur ce gâteau : le dernier jour, quand toute la « Cour » a fait trempette dans les eaux sulfureuses (!?!) des thermes de Valdieri. Ah ! De vrais gamins et gamines....mais , vous les auriez vus, assis dans leurs fauteuils de velours jaunes, à la table du restaurant de l'Hôtel Royal des Thermes, osant à peine parler, vous auriez dit : "Mais qui sont ces princes et princesses ?" Et les chamois et bouquetins du parc national vous auraient répondu : « Eh ! bien, ce sont les cafistes de Cluses, on les a vus pendant 5 jours.... Des gens sympas ! »



30-31 Juillet

Partis à 6 h de Cluses, nous sommes arrivés à 9 h15.....au tunnel !!! Et oui, c'était un samedi de grands départs en vacances.

Encore 2 h de route et nous voilà à Cogné, charmant village italien, fief d'Amélie Girard qui nous fit découvrir sa vallée.

A 11 h 30 nous commençons la rando, avec dès le départ, un raidillon sous un soleil de plomb ! Pas habitués à cet horaire tardif, nous accusons un peu le coup et décidons de déjeuner bien à l'ombre dans la forêt.

Après ce repas et petit repos bienfaiteurs, en route pour une montée assez raide jusqu'au col de l'Ouille. Enfin, une grande traversée nous emmène au refuge Vittorio Sella.

Le lendemain matin, départ pour le col du Lauson (3297m), final bien bien raide sur du terrain assez délité, puis très loooungue descente de 1900 m jusqu'à Valnontey où nous sommes arrivés en même temps qu'un bus qui nous a ramenés à Cogné car la fatigue se faisait vraiment sentir.



GARAGE DES GRANDS PRÉS sas

21, RUE DU DOCTEUR GALLET
ZI DES GRANDS PRÉS
74300 CLUSES

RÉPARATEUR AGRÉÉ
Agent commercial

TÉL. : 04 50 98 20 53
FAX : 04 50 89 13 61
E-MAIL : forestierchr@wanadoo.fr

Dimanche 5 Juin, six cafistes viennent prêter main forte à l'association « Ensemble à l'horizon » pour leur sortie au Lac Bénit. La météo n'est pas des meilleures, mais encore une fois, nous arriverons à passer entre les gouttes...

C'est toujours avec plaisir que nous nous réunissons sur le bord du lac pour casser la croûte dans ce cadre prestigieux au pied de la célèbre face nord du Petit Bargy.

Cela nous rappelle les nombreux souvenirs d'escalade de cette face, sillonnée par de nombreuses voies, se déroulant toujours sur un calcaire très franc, autorisant des pas aériens sur des grattons en pleine dalle.

Pour l'anecdote, je me souviens la fois où avec un garçon nommé Patrice, nous nous étions retrouvés au pied de la voie des Trous, et chacun attendait de l'autre qu'il sorte la corde. Mais de corde, il n'y en avait pas !! C'est donc un peu penauds que nous avons emprunté une corde à la buvette du Lac..

Une autre fois, toujours avec le même compagnon,



nous nous sommes ramassés un bon orage dans la voie des Dalles, et cette fois-ci, les goulottes en nid d'abeilles s'étaient transformées en cascades...

Depuis des voies modernes se sont ouvertes dans cette face, comme la directe du Lac ou Excalibur, bref de quoi contenter tous les niveaux..



Du 27 au 30 août.

Nadine CANAL nous a proposé quatre jours en Oisans dans le Parc National des Ecrins Départ vendredi vers 17 h en minibus pour la Bérarde. Nous sommes installés dans des chambres de trois personnes avec douche et lavabo dans chaque chambre : du grand luxe pour les habitués des refuges en montagne qui n'ont parfois pas d'eau !

Samedi matin, descente en minibus jusqu'à la Danchère pour prendre le sentier qui monte au lac de Lauvitel. Petit dénivelé de 500 m pour se mettre en jambes le premier jour.

Les plus hardis vont piquer une tête, il donnait envie ce lac à 1500m avec ses belles couleurs, et ensuite un peu de farniente en se faisant sécher.

Dimanche, direction refuge de la Pilatte, dominé par le glacier du même nom. Course très longue qui dénivelé très peu sur les 3/4 du chemin et tout d'un coup la pente se redresse fortement pour les 350 derniers mètres.

Une vue magnifique nous est offerte sur le cirque glaciaire avec la pointe des Bœufs Rouges à gauche et l'arête des Bans à notre droite.

Descente bien sûr très longue, on flâne un peu, on observe l'Ailefroide occidentale, massive et imposante puis on admire l'envers de la Barre des Ecrins et du Dôme de Neige des Ecrins.

L'objectif du lundi est le refuge du Promontoire, départ des grandes voies de la face sud de la Meije. La montée est évidemment très longue. On se repose un peu au refuge du Châtelleret d'où l'on aperçoit ce fameux Promontoire qui paraît assez inaccessible.

Le cheminement sur la moraine nous emmène sous le rocher qui se dresse devant nous. Je me demande bien par où ça passe...

Une fois que l'on est dans la voie, un câble nous guide, c'est de l'escalade facile pour les grimpeurs. L'arrivée sous ce petit refuge est magique, quelques marches d'un escalier en fer à gravir et nous voilà sur le balcon, ravis, et contemplons le paysage majestueux. Un vrai bonheur...

Nous mangeons à l'intérieur car, pas très chaud et venté dehors à 3082 m. Les gardiens sont sympas et nous expliquent les différents itinéraires de la Meije.

Nous descendons par le sentier normal, il n'y a plus de glace depuis quelques années, beaucoup plus facile que par le rocher.



Ce fut une journée magnifique et mémorable.

Mardi, c'est le jour du retour. Nous prenons nos affaires et descendons en minibus jusqu'aux Etages. Nous randonnons tranquillement en remontant le vallon des Etages, des chamois nous occupent un bon moment puis le terrain devient très minéral. Nous continuons jusqu'à ce qu'on ne puisse plus avancer à cause des ruissellements du glacier au-dessus.

Le retour à Cluses se fait dans la bonne humeur. Nous décidons d'une petite pause pour nous rafraîchir à Uriage, bien installés derrière des coupes glacées aussi grandioses que les paysages de notre séjour.

Nous avons passé quatre belles journées très ensoleillées dans le Parc National des Ecrins.

Tour du Beaufortain - Michel RODRIGUEZ

Du 9 au 15 Juillet 2016

Après moult péripéties d'inscriptions, désinscriptions et d'impondérables de dernier moment et quelques cheveux blancs pour les organisateurs, c'est à 11 que nous nous retrouvons ce samedi matin pour ce beau parcours organisé par Geneviève Challut et Jean François Roux. Le temps est radieux. Nous arrivons à Queige pour notre 1^{ère} journée annoncée comme la plus dure du parcours ; 1200m de dénivelé positif. Ouf ! on a tous tenu le choc et on peut continuer sans souci...

Le jour suivant s'annonce facile. Nous partons du refuge de Lachat pour un long parcours dans une ambiance traversée de stations. Les paysages sympas et le beau temps nous incitent à prendre notre temps. Malgré les 550m de dénivelé positif nous arrivons en fin d'après-midi au Chalet de Roselette, en lisière de la station des Contamines.

3^{ème} jour, direction Col du Bonhomme, malgré une fréquentation assez intense (itinéraire commun avec le Tour du Mont Blanc), l'ambiance devient plus montagne et nous voici arrivés au refuge de la Croix du Bonhomme, 100 places, plein comme il se doit en cette saison. La météo présage du mauvais temps à partir de demain....

Mais, à notre lever, le ciel est encore dégagé. Geneviève et Jean-François en profitent pour nous faire découvrir une petite variante : passage par la crête des Gittes. Ambiance aérienne sans se faire peur, vues magnifiques, en bref, deux heures de bonheur intense.

Mais hélas, nous avons mangé notre pain blanc. En bas des arêtes, les nuages puis une pluie froide nous saisissent et nous tiendront jusqu'à la fin de cette étape qui nous paraît interminable. Tellement pressés d'arriver qu'on n'a pas pris le temps du repas de midi. C'était incontestablement la journée la plus dure du parcours.

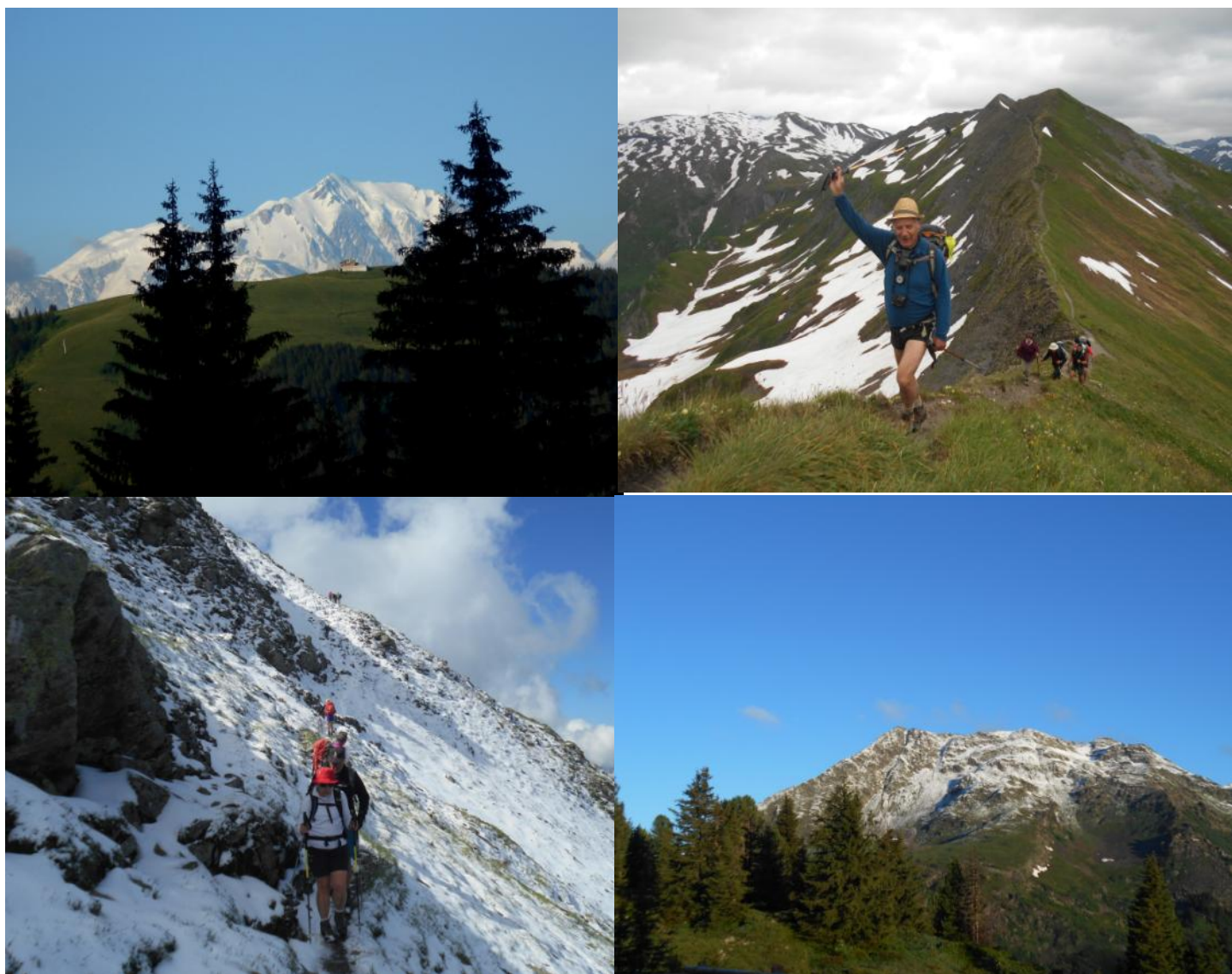
Depuis le refuge de Balme où nous avons fait étape, l'option du détour par la Pierra Menta et le lac d'Amour est prise....des fois que le temps se dégage momentanément..... Arrivés au col Tutu (au pied de la Pierra Menta) nous sommes dans un épais brouillard. Geneviève en profite pour faire travailler notre imagination et nous décrire les magnifiques reflets de la Pierra Menta dans le lac d'Amour, vu qu'on ne peut rien voir ce jour-là. Il faudra revenir ! Poursuivant notre chemin, nous devons gagner le refuge de la Coire, où Huguette, Charly et Pierre nous ont rejoints pour 2 jours.

Nous étions logés dans l'annexe du refuge 1 Km plus loin et nous avons fait nous mêmes la cuisine à partir des vivres fournis par le refuge. Nous avons tous passé une super soirée dans une ambiance de refuge d'hiver non gardé.

Tout cela nous revigore pour entamer la prochaine étape qui nous fait rejoindre le chalet des Arolles. Passage de cols enneigés de la veille, temps toujours très capricieux et arrivée sous la pluie.

Le dernier jour arrive. Heureusement, le temps se met au beau. Nous quittons Huguette, Charlie et Pierre qui repartent de leur côté. Nous profitons de notre dernière étape nous amenant au Col des Lacs, 2500m d'altitude, puis redescende dans une ambiance de neige fraîche et nous offrant une vue magnifique sur la vallée et d'autres paysages grandioses qui nous feront vite oublier la traversée des quelques jours de mauvais temps.

Merci à Geneviève et Jean-François pour ce beau parcours et la gestion du groupe qui est resté homogène malgré nos différentes conditions physiques.

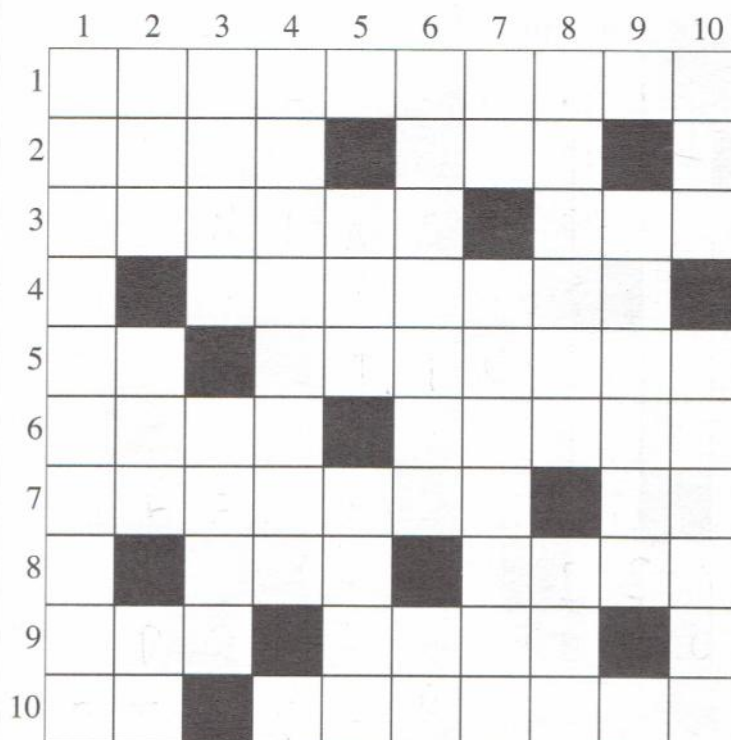


Si vous aimez les mots croisés, précipitez-vous sur ce cahier, il y a de quoi occuper bien des soirées d'hiver. www.jeanrossat.com Bernard

De quoi en faire tout un fromage...

1. Trayait - et soustrayait - pour en faire tout un fromage. 2. Air venu d'Italie *Un certificat cher aux gens du terroir 3. Pris avec les menottes *Cette politique peut permettre à l'agriculteur de faire son beurre 4. Mettre par exemple les boeufs avant la charrue 5. Service curieux *Perdis ta fraîcheur (t'). 6. Elle est très en vue dans un paysage. *« Neige dans-un-pays de vaches 7. Prépare un cru en caves *Sortie du Reposoir. 8. Imite un ruminant. *Voisin de pasteurs dans un ancien territoire français. 9. Produit apprécié dans la montagne *Où se mettent les animaux de la campagne et les gens de la ville. 10. Avant Jean-de-Sixt. *Telles de bonnes bouilles à la fruitière.

1. Actions de charger des chars ou de vider des tanks à la campagne 2. Terre cultivable « retournée ». *Ex-occupante de studios. *Symbole d'un élément précieux. 3. Joua d'un instrument entre les rangs, vers une maison de la culture . *Coupe sur la tête 4. Lieu de dépôt de liquide . 5. Grande société américaine *Restant de «fondue» 6. Sa pastille (verte ou rouge) a bon goût. *Partie de la crèmerie. 7. Exclamation *Leur branche porte des fruits en Haute-Savoie 8. Avec un nom d'origine contrôlé. *Abrégé en économie 9. Chaîne de fabrication du reblochon. 10. Produit sans valeur. *Caillés, quand ils ne sont pas de glace.



Chevrier : Mode d'emploi

Voici quelques informations concernant les contributeurs du Chevrier.

Celui-ci est composé avec Microsoft Office Publisher 2007. C'est pourquoi, il est inutile de créer une présentation personnelle, puisqu'il sera difficile de l'intégrer.

Les textes seront de préférence tapés au km avec Word et la police Times New Roman 12

Les photos au format Jpeg seront envoyées à part, jamais intégrées au texte.

Les tableaux, de préférence, les établir sur Word.

Si les photos sont à la taille originale, soit les fournir sur une clé USB, soit les déposer sur l'ordinateur du local, soit les transférer via le cloud.

Autre solution : les compresser .

Calendrier :

Chevrier ETE parution début mai : les documents sont fournis jusqu'à fin mars.

Chevrier HIVER parution début novembre : les documents sont fournis jusqu'à fin septembre.

Annonces : Les annonceurs nous aident financièrement, faisons leur confiance..

Si parmi vous, vous connaissez une entreprise, un artisan, un commerce susceptible de faire paraître un encart publicitaire dans notre revue, n'hésitez pas à nous en faire part.

Nous le contacterons.

Tous les documents seront envoyés à bernard.genand@wanadoo.fr

Aphorismes

Tout marcheur naturiste ne sera, après tout, qu'un simple va nu pied.

Qui met les pieds dans le plat aura toujours du mal à grimper.

Si marcher était aussi agréable, personne ne s'efforcerait de prendre un raccourci.

Si partir, c'est mourir un peu, est-ce que rester garantit la vie éternelle ?

Il est normal que celui qui part à pied et finit sur les genoux ne sente plus ses jambes.



Sortez du troupeau!...



... avec le choix



Au Vieux Campeur

un choix différent

NOS ADRESSES

WWW.AUVIEUXCAMPEUR.FR

+ 20 000 PRODUITS

SALLANCHES / 925, route du fayet

Paris Quartier Latin | Lyon | Thonon-les-Bains | Toulouse-Labège | Strasbourg
Albertville | Marseille | Grenoble | Chambéry, LA boutique 100 % Coin des Affaires

Suivez Au Vieux Campeur sur



AuVieuxCampeurSociete



Bla_VieuxCampeur



Boutiquecampeur

Carte Club



L'ASSURANCE/ASSISTANCE de référence pour toutes les activités de plein air.

C'est en plus maintenant une CARTE DE FIDÉLITÉ.