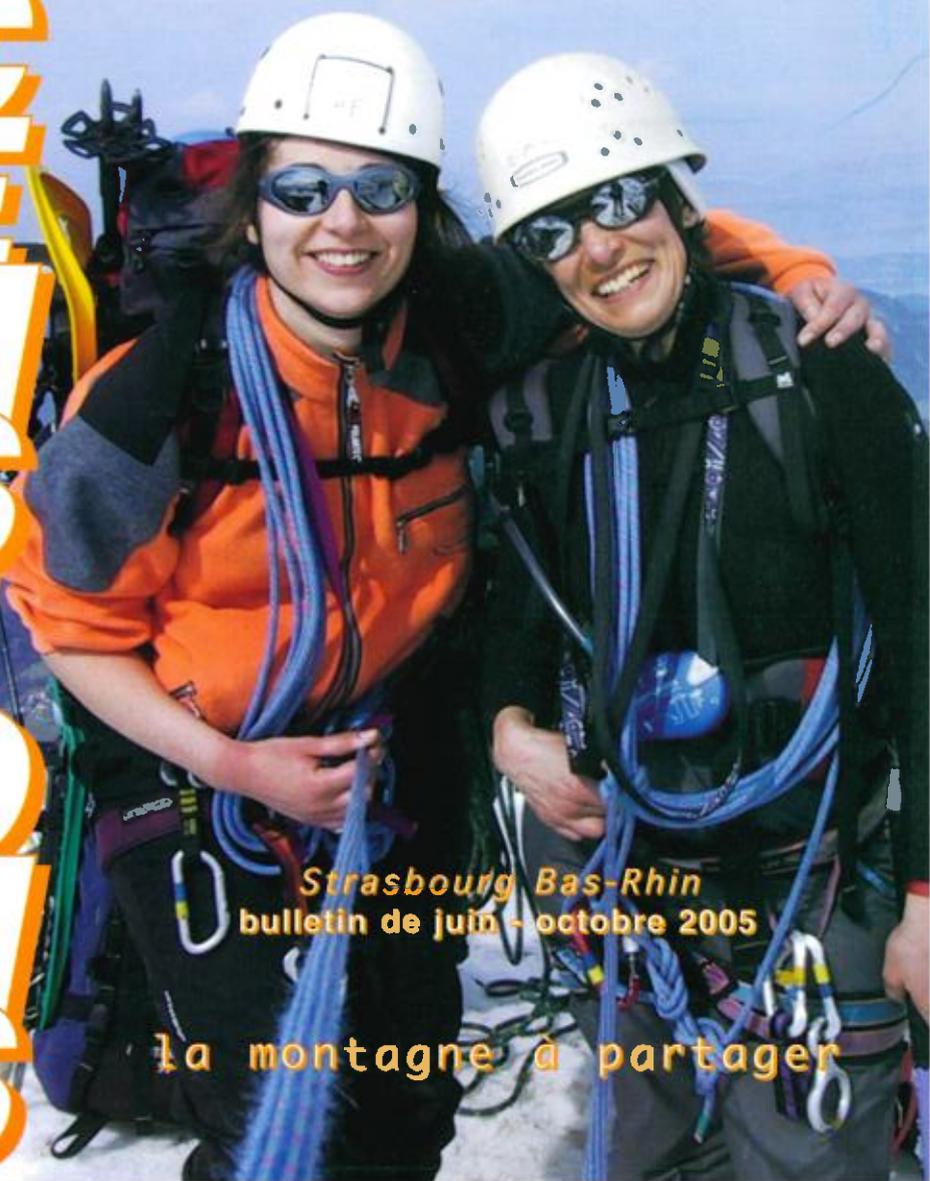


ASCENSIONS



club
alpin
français



Strasbourg Bas-Rhin
bulletin de juin - octobre 2005

la montagne à partager

CLUB ALPIN FRANCAIS

6, bd du Président Poincaré,
67000 Strasbourg
Tél : 03 88 32 49 13

<http://clubalpinstrasbourg.org>

E-mail: secretariat@clubalpinstrasbourg.org

Ouvert : **du mardi au vendredi**
 de 17 h à 19 h

Accueil : *Cathie Gartiser*

Webmaster : *x.schneider@laposte.net*
 06 89 21 09 74

Inscription au Registre des Associations du Tribunal
d'Instance de Strasbourg, Vol. LXIN° 113 du 7 février
1991. Reconnu d'utilité publique au plan
national par décret du 31.3.1882.

Agrément Jeunesse et Sports 67 S 376.

ASCENSIONS

Le bulletin paraît trois fois par an
mi-mars, mi-juin, mi-octobre

Il est ouvert à tous, pour
transmettre des informations,
faire partager des émotions,
développer des points de vue,
publier des études ou de belles
photos. N'hésitez pas à accompa-
gner vos articles par des illustra-
tions : cartes, croquis, dessins,
photos, etc...

Photo de couverture : *Ecole d'alpinisme*

Marie et Michèle

photo : M. Hartmann

BUREAU

Président : *Daniel Dopler*
Vice-présidents : *J. Marc Chabrier*
Bernard Gillet
Secrétaire : *Eliane Bodin*
Trésorier : *Didier Stroesser*
Comptabilité : *Claude Schiller*
Président honoraire : *Bernard Goesel*

VOS CONTACTS

Alpinisme : *C. Guntz, T. Kaupt*
Bibliothèque : *G. Bour*
Camp d'été : *J. Durand, D. Juillard*
Cartothèque : *G. Christ*
Équipement falaises : *A. Baudry*
Escalade et SAE : *E. Bodin, J.M. Chabrier,*
M.P. Rousselot
Expéditions : *B. Gillet, Ph. Klein*
Matériel : *P. Lotz*
Parapente : *C. Marchand*
Protection de la Nature : *D. Courtadon*
Rando pédestre : *L. Reiminger, Ch. Muller*
Relations extérieures : *B. Gillet*
Site internet : *X. Schneider*
Ski Alpin : *A. Trajan*
Ski de fond : *G. Bour*
Ski-Alpinisme : *T. Rapp*
Spéléologie : *J.M. Roser*
VTT : *E. Tonnelier, M. Burgard.*

Directeur de la publication : *Daniel Dopler*

Rédactrice en chef : *Solange Kipp*

Mise en pages : *Jean Klein*

Imprimé par JUNG à Geispolsheim

Dépôt légal : mai 2005

Chefs de course : (liste non exhaustive ...)

Bauer Geoffrey	06 83 19 50 52	Jaeg Benoît	06 15 03 52 09
	<i>geoffrey.bauer@wanadoo.fr</i>	Jutier Frédéric	03 88 34 08 48
Bertucchi Anne	03 88 81 09 87	Kaupt Thierry	03 88 32 65 10
Bodin Eliane	03 88 75 02 28	Krebs François	03 88 22 00 56
Bour Gilbert	03 88 44 15 57	Klein Philippe	03 88 56 98 60
Bubel Janine	03 88 29 17 42	Kolmer Raymond	03 88 63 73 58
Burgard Marc	06 79 37 68 23		<i>raymond.kolmer@wanadoo.fr</i>
	<i>burgard.marc@wanadoo.fr</i>	Letourneau Gilbert	03 88 67 93 32
Chabrier Jean Marc	03 88 96 00 98	Lexa Thierry	03 88 44 03 76
	<i>jmarc.chabrier@evc.net</i>	Locoge Jacques	03 88 76 19 94
Courtadon Dominique	03 88 60 25 95	Lotz Pierre	03 88 84 27 63
	<i>d.courtadon@9online.fr</i>	Marchand Christian	03 88 45 16 22
Cunrath Bertrand	06 87 33 21 50	Meyer François	03 88 68 93 78
Czerniak Stephan	03 88 41 06 77	Muller Christian	03 88 36 48 37
Debetz Denis	06 76 05 97 92	Philipps Doris	03 88 60 08 67
Divo Guy	03 88 20 45 43	Rapp Thierry	03 88 96 07 87
Dopler Daniel	06 12 18 19 97	Reiminger Laurent	06 09 31 68 01
	<i>altitude@mageos.com</i>	Reymann Stéphane	06 60 06 81 20
Ducros Estelle	03 88 67 93 28	Ribolzi Sébastien	06 98 82 08 55
Durand Jacques	03 88 60 09 52	Richert Georges	03 88 34 73 35
Durr Bernard	03 88 27 14 60	Roser J. Marc	03 88 71 02 71
	<i>bernard.durr@9online.fr</i>	Rousselot François	03 88 65 05 26
Ferhat Gilbert	03 88 67 91 21	Rousselot Marie	00 41 13 22 67 51
Geissler Jacqueline	06 71 75 98 36	Rousselot Marie Paule	03 88 65 05 26
Goesel Bernard	03 88 61 22 41	Schiller Claude	03 88 25 53 09
Goesel Dominique	03 88 61 22 41	Schmitt Pascal	03 88 64 37 32
	<i>dominique.goesel@noos.fr</i>	Schneider Xavier	06 89 21 09 74
Greulich Laurette	06 15 25 74 39		<i>x.schneider@laposte.net</i>
Gross Benoît	03 88 96 93 22	Schoennahl Yves	06 79 69 74 55
Guntz Clément	06 77 64 77 22		<i>ys06@infonie.fr</i>
	<i>clem.guntz@wanadoo.fr</i>	Spiegel Didier	03 88 67 93 28
Hartmann Michel	03 88 69 66 47	Stoltz Jean-Louis	03 88 76 12 79
	06 07 16 04 97		<i>jeanlouis.stoltz@wanadoo.fr</i>
Heid Christian	03 88 84 30 55	Tardy Patrick	03 88 38 09 67
Hoh Claude	03 88 03 30 19		<i>tardy.pat@wanadoo.fr</i>
Hubert Michel	03 88 20 50 83	Tonnellier Eric	03 88 81 09 87
Igel Claude	03 88 83 20 04	Trajan Alexandre	03 88 32 14 13
Jacquot Jean luc	03 88 79 12 09	Weissenstein Corine	06 12 18 19 97
	<i>jacquot.jean-luc@wanadoo.fr</i>		

... et également sur

<http://clubalpinstrasbourg.org>

A vos réflexions :

Ay regarder de près, je me demande si grimper en sites naturels équipés, sans avoir à en payer l'accès va encore être longtemps possible ?

Déjà, au Canada, l'accès aux sites d'escalades est payant. En Belgique, il faut présenter sa carte du club alpin belge. Aux USA, un permis de grimpe est nécessaire sur certaines falaises. De même, au Népal, un permis de sommets est indispensable pour pratiquer l'alpinisme. Enfin, pour prendre un dernier exemple plus proche de chez nous, il est bien difficile d'accéder au sommet du Cervin sans déboursier quelques précieux Francs Suisses.

Or chez nous, l'escalade outdoor reste une activité à pratiquer gratuitement. Comparé à l'escalade sur SAE, aux via-ferrata, aux parcs aventures, il y a matière à s'interroger. S'agit-il là d'une anomalie commerciale de notre société, qui va vite être rattrapée, avec les pénalités de retard qui se doivent, ou allons nous encore longtemps pouvoir grimper en toute gratuité ?

A court terme, la situation ne me paraît pas devoir évoluer. Sur un plan purement financier, les coûts consacrés à l'équipement d'une falaise d'escalade comprenant les broches, colles, perceuses et autres grillages pour nous protéger des chutes de pierres, sont assurés par les clubs et les fédérations, donc en partie par nos cotisations et pour une part minime par la vente des topos. Est-il alors normal et acceptable que certains grimpeurs accèdent aux sites équipés sans faire partie d'un club ? La même question se pose au sujet des professionnels de l'escalade qui utilisent les sites pour leurs clients. Mon avis très personnel est OUI, au titre de la solidarité et tant que les budgets d'équipement restent modestes. Aujourd'hui près de 1 euro de votre cotisation est consacré à l'équipement des falaises. De plus, faire la police coûterait bien plus d'un euro par grimpeur.

A moyen terme, une évolution pourrait provenir d'un changement du contexte administratif qui encadre ce sport à risques.

En cas d'accident survenant sur un site équipé, les responsabilités devant un défaut d'équipement sont aujourd'hui partagées : l'équipeur, les financeurs des équipements, le rédacteur du topo, l'organisme qui aura conventionné le site ou, à défaut, le maire de la commune concernée, le propriétaire des lieux,...

Devant la pression de l'opinion publique qui apprécie de ne voir qu'une tête, l'administration ou le législateur pourraient y mettre bon ordre et imposer un

responsable bien identifié. Devant ces nouveaux enjeux, le bénévolat trouvera alors rapidement ses limites et les sites outdoor seront gérés comme des SAE, avec un équipement répondant à des normes officielles qui, soit dit en passant, n'existent pas encore. Petit avantage pour les communes : elle n'auront plus à leurs charges le maintien de la propreté autour des sites.

Si ouvrir et équiper une falaise se rapproche d'une œuvre artistique, en assurer la maintenance relève bel et bien de travaux fastidieux. Il est bien plus rébarbatif de refaire, 20 ans après, le travail d'un ancien, que d'ouvrir d'élégantes lignes qui vont porter votre griffe, voire votre nom !

Ainsi, il se pourrait que dans 10 ou 20 ans, l'équipement des falaises ne soit plus assez sécurisé (les broches bougent, les rochers tombent, les relais sont usés,...). Sous réserve de fastidieux travaux acrobatiques, certains sites seraient menacés de fermeture. Aurons-nous encore des bénévoles qui consacreront tant d'heures à maintenir des falaises qu'ils n'ont pas ouvertes ? Dans le cas contraire, et pour en assurer la sécurité, il faudra bien trouver un financement important pour confier ces travaux très techniques à quelques spécialistes. Là, les montants qui seront en jeu pourraient imposer un accès payant aux sites !

Bon, alors pas de panique : pour le moment notre précieux porte monnaie va pouvoir se consacrer entièrement à la réhydratation brassicole après la séance de grimpe et ce, pendant quelques années encore. Et d'ici à ce que les sites deviennent payants, nous aurons le temps de nous familiariser avec les terrains d'aventures !

Daniel DOPLER

S O M M A I R E

Who's who.....	2		
Liste des chefs de course.....	3	Expédition.....	22
Edito.....	4-5	Parapente.....	22
Vie du club.....	6-11	Randonnée pédestre.....	23-24
		Ski.....	24-27
Programme des activités et sorties 12 à 29		Spéléo.....	28
Alpinisme.....	13	VTT.....	28
Escalade.....	14-21		

18 septembre : Journée mondiale de l'environnement

Qui n'a pas été choqué, outré, révolté, en découvrant le long des sentiers ou sur nos sites de prédilection : papiers, conserves, bouteilles et autres cochonneries laissées là par des goujats !

Il n'y a qu'une règle : ne pas laisser le premier détritrus ! Il en appellera d'autres à coup sûr.

J'ai en mémoire un de mes amis montagnard pourtant soucieux du milieu qui, arrivé à un lieu de bivouac, voulu laisser sa boîte de sardines vide sous prétexte qu'il y en avait déjà 3 ou 4. Jamais il n'aurait eu cette intention s'il n'y en avait eu aucune auparavant.

Le premier réflexe que nous devons avoir, c'est de faire disparaître - même si cela nous coûte - le moindre déchet. Sortons de cette erreur qui consiste à tout attendre des pouvoirs publics ! C'est trop commode. Si demain, chacun se conduit et fait comme il dit, on apprendra mieux aux autres en incarnant et en faisant, qu'en exhortant et qu'en émettant des reproches.

La montagne est aujourd'hui bien moins polluée qu'il y a un demi-siècle, c'est vrai. C'est l'œuvre des associations et de leur travail de sensibilisation fait par le biais des médias à l'attention du grand public. Mais attention : il y a une génération encore le collectif avait crédit, aujourd'hui l'individuel l'emporte. Voilà donc une formidable occasion pour nous, CAF Strasbourg, de nous faire connaître sous un autre angle que des « consommateurs » de nos activités favorites.

L'idée est de cibler 2 ou 3 sites dans le Bas-Rhin :

- Massif du Champ du Feu :
- Rothlach
- Serva

- Obersteinbach - Vosges du Nord

Nous y installerons des stands pour y distribuer des sacs poubelles estampillés CAF, accueillerons du grand public, profiterons du moment pour présenter nos activités, notre éthique et organiserons de petites sorties initiatiques : randonnée, VTT, escalade, orientation.



Qu'en pensez vous ?

Pour cela il nous faut des bénévoles ... beaucoup de bénévoles. Alors que vous soyez grimpeur, randonneur, spéléologue, alpiniste, skieur, parapentiste ou autre, rejoignez-nous ! Vous servirez plusieurs nobles causes : la vôtre d'abord, la cause de vos enfant, celle de notre (votre) club.

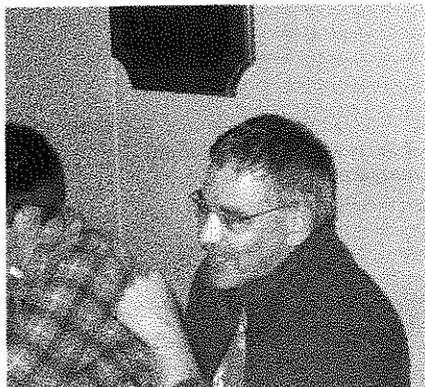
Notez dès aujourd'hui cette date sur votre agenda : 18 septembre 2005

J'aimerais connaître les personnes qui sont d'ores et déjà prêtes à me seconder dans l'organisation de cette journée. Merci de m'envoyer un mail : jeanine.gillet@wanadoo.fr ou un fax : 03 88 22 42 17 ou un courrier à mon attention à l'adresse du CAF.

D'avance Merci

Bernard Gillet

Jean Pierre Banville, président de la Fédération Québécoise de Montagne et d'Escalade, nous a rendu une petite visite au mois d'avril. Il s'agissait pour lui de revoir l'Alsace ainsi que quelques membres du club. Même s'il compte prendre tout prochainement sa retraite de la présidence de la FQME, notre jumelage n'est pas remis en cause. Il permet toujours des accompagnements sur les sites.



«Toujours les mêmes !»

... pour ne pas dire ça de votre club préféré, nous vous rappelons que nous avons régulièrement besoin de renouveler nos **Cadres Dirigeants**.

Nous recherchons un/une **Secrétaire Général(e)** pour :

- gérer la partie administrative du club (avec l'aide de 3 autres bénévoles et de notre secrétaire salariée à mi-temps)
- organiser les comités et l'AG

Pour plus d'informations sur les conditions (avantages, véhicule et logement de fonction, ...) contactez :

le président du CAF au 06 12 18 19 97

**Retenez dès maintenant la date du
26 novembre 2005
à 16 h
pour la prochaine Assemblée Générale du Club**

Topos en vente au CAF

- Sur les falaises de grès (20 €)
- escalade au Kronthal (4,5 €)
- liste des refuges du CAF (1 €)
- ARVA mode d'emploi (2,3 €)
- Traversée occidentale des Alpes (10 €)
- Escalade, cascades de glace et **couloirs de neige** dans les Vosges du Sud (20 €)

L'ALSACE ET LE JUBILE (1905 – 2005) DE LA STRASSBURGER – MANNHEIMER HÜTTE

S'élever, changer de point de vue, avoir une autre vision du monde, redécouvrir un passé commun comme le chemin parcouru telle pourrait être la devise de cette rencontre à BRAND où se retrouvent des Badois, des Alsaciens éminents, des habitants du Vorarlberg, du Lichtenstein, de la proche Bavière et de St Gall unis par la géographie, l'histoire, la culture, la mémoire et la passion.

A un moment où l'Europe aborde une nouvelle étape importante de son histoire, la rencontre des citoyens de cette zone supérieure du Rhin a une signification toute particulière.

Les commémorations de 60 ans de paix nous engagent à nous souvenir des temps qui précédaient les deux conflits mondiaux, temps où ceux qui nous ont précédés, au tout début du XXème siècle, ont fait dans un contexte politique il est vrai différent, œuvre commune dans ce massif du Ratikon.

La construction de la Strassburgerhütte, devenue ensuite Mannheimer Hütte, au contact du glacier de la Schesaplana qui domine Brand, peut être un symbole de l'œuvre commune de nos habitants, mobilisant leurs énergies, unissant leur passion dans cette conquête de « l'inutile » de la haute montagne. Le double nom (Strasbourg, Mannheim) apparaissant encore sur les cartes de randonnée ne peut être compris sans un minimum de connaissance de notre histoire commune.



Mais la rencontre à Brand en ce mois d'août 2005 à l'occasion du jubilé des 100 ans de ce « refuge – hôtel » peut aussi nous conduire à nous projeter dans l'avenir.

Quelle place entendons-nous donner à cette grande vallée supérieure du Rhin qui s'étend de la source à l'Alsace et au Pays de Bade ?

Comment va t-elle s'inscrire dans les grands projets de développement engagés par l'Union européenne et nos pays respectifs ?

Quel est l'avenir de la haute montagne – sanctuaire ou espace de vie ? Comment garantir la préservation des cultures – les racines alémaniques de nos dialectes, du patrimoine, mais aussi quel avenir face aux chances et aux risques d'être situé sur l'un des grands axes de transport nord-sud européen ?

Il faut faire le constat ; les enjeux du futur auxquels nous sommes confrontés ensemble, sont nombreux, et plus que jamais, les autorités publiques (Länder, Cantons, Régions) doivent pouvoir prendre appui sur leurs liens étroits issus du passé, et comme le dit souvent notre fameux illustrateur alsacien – citoyen du monde, Tomi Ungerer : tout ceci « en souvenir du futur ».

Le partenariat amical des amoureux de la montagne clubs alpins, Alpenverein... peut apporter une réelle contribution bien vivante, au renforcement de liens très précieux.

Adrien ZELLER.

La cartothèque du club ou la passion de la topographie au service des adhérents

Gérard Christ, cafiste depuis quelque trente années, est depuis toujours passionné par la topographie ; à force de regarder, lire, admirer les cartes des Vosges, à l'époque celles du Club Vosgien ou les austères cartes d'état-major des années 60, il en vient à découvrir sur le terrain ce qu'il a d'abord visualisé sur le papier.

Alors que de nombreux pratiquants occasionnels ou réguliers de la montagne, dans notre club ou ailleurs, considèrent les cartes comme un instrument (parfois) utile à leurs sorties, Gérard décrypte avec attention et curiosité ces « transcriptions écrites du paysage » qui permettent à l'aventurier de partir à la découverte du bout du monde.

Le bout du monde ? Mais nous parlions des Vosges !

Eh bien oui, le « bout du monde » est là, tout près de Strasbourg, caché dans la « Vallée des sapins »... avis à tous les amateurs de jeux de pistes et autre rand'orientation !



Gérard CHRIST

Doté d'une importante bibliothèque dans laquelle on trouvait quelques cartes noyées entre les magazines et coincées au bout d'une étagère, notre club n'avait pas de cartothèque digne de ce nom. L'idée de créer un espace dédié aux cartes et agencé de façon conviviale est venue d'autant plus facilement à notre Président qu'il connaissait la passion de Gérard, lequel n'a accepté la mission qu'à la condition que des crédits spécifiques soient alloués à cette réorganisation. Au début de l'année 2004, le choix d'un espace dédié, l'achat et l'aménagement sur mesure d'un meuble ont été les premières étapes, avant la création des panneaux d'ensemble sur lesquels le découpage renvoie par la numérotation, en 1 coup d'œil, à la carte qu'il vous faut pour votre prochaine sortie.

Après l'inventaire du stock de cartes dont nous disposons, le renouvellement des cartes trop anciennes - certaines ont plus de 30 ans - et l'achat de cartes nouvelles se fait au fur

et à mesure des besoins déterminés principalement par les programmes des sorties. Une autre priorité est le complètement des cartes spécifiques au ski de randonnée pour la Suisse. Lieu de prédilection des sorties en tout genre, la Suisse dispose d'un système de carte diversifié :

- au 1 : 50 000, 3 catégories : cartes neutres (uniquement le fond de plan topographique), cartes avec surcharge de tracé pour le tourisme pédestre et cartes avec surcharge de tracé pour le ski de randonnée

- au 1 : 25 000, les cartes spécifiques à l'alpinisme.

En quelques chiffres, nous disposons à ce jour, par massif :

Alpes Suisses au 1 : 25 000, 64 cartes
 au 1 : 50 000 ski, 28 cartes
 au 1 : 50 000 TP, 3 cartes
 au 1 : 50 000 neutre, 25 cartes

Massif Alpin France Top 25 : 17 cartes
 Série spéciale « Alpes sans frontières » au 1/25.000° avec topo
 guide : 7 cartes

Bavière + Autriche au 1 : 25 000, 30 cartes
 au 1 : 50 000, 22 cartes

Provence Top 25 : 4 cartes
Corse Top 25 : 6 cartes
Pyrénées Top 25 : 2 cartes - au 1 : 50 000, 4 cartes
Vosges Top 25 : 13 cartes

Forêt Noire au 1 : 35 000, 8 cartes
 au 1 : 50 000, 10 cartes
 au 1 : 75 000, 1 carte

+ 3 cartes pour l'Ecosse et 6 cartes pour l'Islande.

Cet ensemble, qui commence à être digne d'un grand club comme le nôtre, sera étoffé et mis à jour régulièrement.

Rappel important : les cartes peuvent être consultées sur place, mais leur prêt est réservé aux seuls chefs de course, auxquels nous rappelons de noter soigneusement dans le cahier prévu à cet effet le nom de l'emprunteur, la date de l'emprunt et le n° de la carte topographique empruntée, ainsi que de signaler toute perte.

Solange KIPP

Egalement sur

<http://clubalpinstrasbourg.org>

L'inscription aux sorties prévues au programme est obligatoire sauf pour les sorties de randonnée pédestre à la journée.

Une liste du matériel obligatoire lors des sorties a été mise sur pied par les responsables d'activité. Renseignez-vous auprès de votre chef de course au moment de votre inscription à la sortie ou au séjour.

Toute personne, non membre du Club, désirant se joindre à une sortie, doit obligatoirement se munir d'une adhésion temporaire d'un montant de 6 €, délivrée à la permanence.

Valable une fois par an.

En cas de co-voiturage, les frais pourront être calculés sur la base de 0.20 € / km, le total étant à diviser par le nombre d'occupants. D'autres solutions sont possibles, de l'échange de bons procédés aux frais réels, en passant par les frais de carburant.

Le conducteur reste dernier juge, mais aura la courtoisie d'entamer le dialogue avant de partir.



photo C.A.F.

Le prochain bulletin paraîtra à la mi-octobre 2005.

* Vos contributions peuvent être adressées, *avant le 20 septembre 2005*,

- soit à Solange Kipp solange.kipp@wanadoo.fr

- soit à Jean Klein, 5, rue Schlossgarten, 67270 Schaffhouse/Zorn, tél : 03 88 91 52 09,

sous la forme d'un "papier" *lisible*, accompagné éventuellement d'une copie sur disquette ou par *courriel* : à klein.kientz@tiscali.fr

* **Les photos** : les numériques au format JPEG si possible, les argentiques : tirages "papier", "négatifs" ou "dia" correctement exposés.

Fournir une légende, brève, ainsi que le nom du "photographe", cette dernière information devant accompagner toute photo publiée).

ACTIVITES été - automne 2005

sorties en gras : 4 jours et plus

Les pages qui suivent présentent le programme proposé par les chefs de course. Il peut être modifié en fonction de la météo, de l'enneigement, des places disponibles en refuge, etc. Les dates sont susceptibles de changer, d'autres sorties peuvent y être ajoutées.



Pour prendre connaissance des modifications éventuelles et des renseignements détaillés concernant toutes les sorties, vous pouvez consulter :

- le répondeur (03 88 32 49 13)
- le site internet <http://clubalpinstrasbourg.org>
- le secrétariat ou le tableau d'affichage au local
 - les chefs de course (voir page 3)
 - les *D.N.A.* et l'*Alsace* du mercredi ou du jeudi
 - les points d'affichage (voir ci-dessous)



POINTS D'AFFICHAGE des informations du CAF

STRASBOURG

CIJA.....7, rue des Ecrivains
CSU.....Fac de Strasbourg
Cordonnerie Kléber.....5, Fossé des Tanneurs
Droguerie de Strasbourg.....28A bd d'Anvers
Géorama.....20-22 rue du Fossé des Tanneurs
Librairie Gangloff.....Pl. Cathédrale
Pressing des Vosges.....42 av. des Vosges
Mur d'escalade.....Adler
Mur d'escalade.....Roc-en-Stock

AUTRES VILLES

BARR.....Office de tourisme, pl.de l'Hôtel de Ville
BISCHWILLER.....Mairie, annexe du Lion d'Or
HAGUENAU.....Intersport, Grand'rue
MOLSHEIM.....Syndicat d'initiative
PFULGRIESHEIM.Techniski 1b rue principale
SAVERNE.....Fran's Sport, 17 Grand'rue

Le mercredi 25 mai a eu lieu la dernière séance de **Qi Gong** proposée par Martina Vergin. A travers ses cours, Martina nous a fait découvrir une discipline totalement différente de nos activités de montagne; nous avons pu ainsi élargir notre univers et ouvrir notre esprit de «cafiste»
pour aborder avec calme et sérénité nos futurs projets de course en montagne.

Nous disons **Merci** à Martina et lui souhaitons beaucoup de réussite dans sa nouvelle vie, puisqu'elle nous quitte pour s'installer à Lyon

les participants des cours de Qi Gong

ALPINISME - RPA - VIA FERRATA

date	chef de course	niv.	descriptif
juin			
18/19	G.Richert	PD	Le Butlassen voie normale (Suisse) <i>Bivouac</i>
18/19	T. Kaupt et F.Jutier	PD-AD	Course de neige dans l'Oberland
24-26	T.Kaupt		Cycle initiation alpinisme 3ème partie Alpes Suisses
24-26	JL.Stoltz	F-PD	Ecole de glace, course de neige et arête rocheuse
25/26	G. Richert	PD	Piz Buin Massif de la Silvretta
25/26	G.Bour et D.Debetz	AD+	Gross Ruchen 3138 m bivouac (<i>neige et rocher</i>)
25-03.07	M.Hartmann	S	Gross Furkahorn (<i>course d'arête</i>) RPA Ecrins ou Vanoise
juillet			
01-03	S. Reymann		Objectif Mont Blanc <i>Course à définir</i>
02-05	T. Rapp		Ecole d'alpinisme à Moiry (Valais) <i>Insc. avant le 10 Juin</i>
02/03	M.Burgard et J.Hug	AD+	Gross Diamant stock (Suisse)
03-30	en Espagne	S	Séjour « multisports montagne » <i>insc. avt fin mai C.Igel</i>
13-17	J.Hug et T.Kaupt	PD,AD,5c	Séjour alpinisme dans les Ecrins, <i>neige et rocher</i>
16-30	M.P. Rousselot, J.M. Chabrier	aut.	Rassemblement Escalade et Alpinisme à Courmayeur. <i>Inscription obligatoire à la permanence, avant le 30.06</i>
16-30	M. Burgard, E. Bodin	aut.	Camp itinérant Escalade et Alpinisme dans le Val d'Aoste. <i>Low-cost (bivouacs...) Insc. auprès des chefs de course</i>
23/24	C.Godayer et T.Kaupt	PD+	Brunberg 2982 m (Suisse),av. DAV Baden <i>neige et rocher</i>
30/31	S.Reymann et J.Hug	PD	Le Balmhorn (Suisse), <i>neige</i>
30/31	J.Noir et T.Rapp	D	Arête Sud du Gletschhorn (Suisse)
août			
06/07	F.Jutier	PD	Combin de Corbassière (Valais)
06-08	S. Reymann		Objectif Mont Blanc
12-15	C.Igel	PD	Alpinisme en Suisse
13-15	S. Reymann		Objectif Mont Blanc
13-15	M.Burgard	AD, D	Course rocher dans les Préalpes calcaires (Suisse)
27/28	T.Kaupt et F. Jutier	F, PD	Le Rheinwaldhorn (Grisons), <i>neige</i>
27/28	J.Hug et T.Rapp	AD	Aiguille de la Tsa (Valais), <i>neige et rocher</i>
27/28	C.Igel	PD	Alpinisme en Suisse niv PD
29-02.09	H. Lange	S	RPA sentier Lechtaler av. DAV Baden 0049 7221 1559
septembre			
03/04	D.Debetz et T.Kaupt	D	Saashorner arête Sud (Suisse), <i>rocher</i>
03/04	S.Czerniack,S.Reymann	D,F	Traversée des Eandies (Hte Savoie), <i>rocher D, neige F</i>
03/04	M.Hartmann		RPA Weissenfluhe (Grisons)
03-05	JL. Stoltz	F,PD	Oberaplstock 3327m (Alpes des Glarus)
10/11	J.Hug et M.Burgard	AD	Course d'arête Alpes Suisses
10/11	T.Kaupt	5c	Engelhorner (Suisse), <i>escalade montagne</i>
17/18	C.Igel	AD	Alpinisme en Suisse
24-02.10	JL.Stoltz	PD, D	Traversée intégrale du massif de la Brenta (Dolomites)
octobre			
01/02	C.Igel	PD	Alpinisme en Suisse niv
15/16	JL.Stoltz	F,PD	La Tournette et les Dents du Lanfon (Hte Savoie), RPA
novembre			
30-01.11	J.L.Stoltz	F	Pilatus et Rigi (Suisse centrale), RPA

ESCALADE

date	chef de course	niv.	descriptif
juin			
di 19	P. Schmitt, C. Heid	5c	Wachtfels
ve 24	D. Spiegel	tous	Barbecue
25/26	G. Bour, D. Debetz, J. Hug	aut.	Furka (Alpes suisses). Escalade de haute montagne
di 26	E. Tonnelier, A. Bertucchi	5c	Vosges du Nord
di 26	T. Lexa	5b	Lac Blanc
juillet			
02/03	S. Czerniak	aut.	Mittagflue (Alpes suisses)
09/10	T. Kaupt, D. Debetz	5b	Martinswand et Lac Blanc
14-17	B. Cunrath	aut.	Objectif soleil
16-30	M.P. Rousselot, J.M. Chabrier	aut.	Rassemblement Escalade et Alpinisme à Courmayeur. Inscription obligatoire à la permanence, avant le 30.06
16-30	M. Burgard, G. Richert	aut.	Camp itinérant Escalade et Alpinisme dans le Val d'Aoste. Low-cost (bivouacs...) Insc. auprès des chefs de course
30/31	T. Rapp, J. Noir	5a	Gletschhorn (Alpes suisses). Escalade de haute montagne
août			
13-15	B. Cunrath	6b	Dent de la Rancune (Auvergne). 4 pers., inscript. av. 30/06
14-20	M.P. Rousselot	aut.	Suisse ou Italie. A définir avec les participants
20/21	M. Burgard	5b	Balmflue (Jura suisse)
21-28	M.P. Rousselot, E. Bodin	aut.	Vaucluse
27/28	T. Kaupt	5c	Val Bedretto (Alpes suisses). Escalade de haute montagne
septembre			
03/04	T. Rapp, T. Lexa	4c	Alpes suisses. Grandes voies
10/11	G. Bour	aut.	Gastlosen (alpes suisses)
10/11	T. Kaupt	5b	Engelhörner (Alpes suisses). Escalade de haute montagne
di 11	P. Schmitt, C. Heid	5c	Martinswand
24/25	T. Rapp	5c	Bockmatti (Alpes suisses)
di 25	G. Bour, L. Greulich, D. Goesel	tous	Falkenstein
octobre			
01/02	T. Kaupt	6a	Sanetsch (Alpes suisses). Avec bivouac
di 09	J.M. Chabrier, G. Bour	5a	Baden-Baden (Forêt Noire). Option thermes de Caracalla
15/16	T. Kaupt	5a	Eulengrat (Jura suisse)
di 16	D. Goesel, L. Greulich	tous	Neuntelstein
29-01.11	T. Rapp, T. Kaupt	aut.	Saou (Drôme)
29-05.11	M.P. Rousselot	aut.	Les calcaires du Sud. Hébergement en gîte. Inscriptions avant le 05.09
novembre			
di 06	J.M. Chabrier	5c	Klingenthal

Consultez aussi

<http://clubalpinstrasbourg.org>

ESCALADE SUR MUR ARTIFICIEL

Trois murs an choix

Mur du gymnase ADLER

Rue Adler, quartier ROBERTSAU

Gymnase municipal. Mur vertical (hauteur 7m) + léger dévers (hauteur 7m) + bloc d'entraînement (hauteur 5m). Environ 30 voies, du 4 au 7a, équipées par le CAF Strasbourg. Topo sur place.

Mur du Gymnase TWINGER

Rue Ovide, quartier KOENIGSHOFFEN

Gymnase municipal. Mur vertical (hauteur 7m). Environ 40 voies, du 4 au 7a, équipées par le CAF Strasbourg. Topo sur place.

Salle ROC EN STOCK

25d Rue du Maréchal Lefebvre, quartier MEINAU

Salle commerciale (entrée payante). 1000 m² de surface grimvable, en dalle, mur vertical ou dévers, jusqu'à 11m de hauteur. 150 itinéraires de tous niveaux, avec cotations. Pan d'entraînement.

SEANCES DE PERFECTIONNEMENT

Vous êtes à l'aise en tête dans du 5b, voire du 5c. Mais le passage du 6a vous pose des problèmes. Pour pouvoir progresser, il vous faut améliorer votre technique. Pas de problème, Fred se propose de vous aider à progresser au cours de dix séances qui se dérouleront le jeudi soir de 20h à 22h au mur Adler à la Robertsau. Première séance le jeudi 20 octobre 2005.

Renseignements et inscriptions auprès de Frédéric JUTIER (03.88.34.08.48).

Le coût de l'ensemble du stage s'élève à 20€.

Après cela, les inversées, chandelles et autres drapeaux internes n'auront plus de secrets pour vous...

PRATIQUE LIBRE AUTONOME

Cette pratique suppose une parfaite connaissance des techniques de sécurité propres à l'escalade sur S.A.E. (Structure Artificielle d'Escalade). Que le grimpeur seul ne se décourage pas : il trouvera toujours sur place un compagnon de cordée, il suffit de demander.

lieu :	<i>ADLER</i>	<i>TWINGER</i>	<i>ROC EN STOCK</i>
RESPONSABLE :	Frédéric JUTIER (03 88 34 08 48)	François KREBS (03 88 22 00 56)	Eliane BODIN (03 88 75 02 28)
CRENEAUX :	Mardi 18h/22h Mercredi 20h/22h Jeudi 18h/22h <i>Congés scolaires : partiellement fermé</i>	Lundi 17h30/19h30 Vendredi 18h/21h <i>Congés scolaires : partiellement fermé</i>	Tous les jours du lundi au jeudi 12h/14h - 17h/22h Mercredi 12h/22h Vendredi 12h/14h - 17h/21h Sam./Férié 14h/19h Dimanche 10h/19h
PRIX : Pour cafistes à jour de leur cotisation	Gratuit	Gratuit	Accès à 7€ le mardi et mercredi 18h/21h le dimanche 10h/14h (sur présentation de la carte CAF) <i>Tarif réduit pour les- cartes 10 entrées et les abonnements</i>
MATERIEL :	Non fourni (prêt de cordes à titre exceptionnel)	Non fourni (prêt de cordes à titre exceptionnel)	Cordes en place Location de baudriers et chaussons

STAGES POUR ADULTES

lieu :	<i>ADLER + ROC EN STOCK</i>	<i>ADLER</i>
RESPONSABLE :	Martine BLANVILLAIN 03 88 29 29 82 Jean-Marc CHABRIER 03 88 96 00 98	Frédéric JUTIER (03 88 34 08 48)
STAGES	INITIATION 8 séances de 2h (4 à Adler, puis 4 à Roc) <i>(octobre/mars)</i> Dès 16 ans ou un ou deux cycles selon, demande	PERFECTIONNEMENT 10 séances de 2h <i>(octobre/janvier)</i> Dès 16 ans Pour grimpeurs réguliers de niveau <i>moyen</i>
Jours Horaires	Jeudi 20h/22h	Jeudi 20h/22h
ENCADREMENT	Renaud BIHLER (breveté d'Etat)	Frédéric JUTIER (initiateur bénévole)
PRIX : Pour cafistes à jour de leur cotisation	100 Matériel compris	20 Cordes fournies
INSCRIPTION	Permanence (en septembre)	Frédéric JUTIER (septembre/octobre)

STAGES POUR JEUNES

lieu :	ADLER		ADLER + 6séances Roc en Stock		ROC EN STOCK	
RESPONSABLE :	Jean-Marc CHABRIER (03.88.96.00.98)	Jean-Marc CHABRIER (03.88.96.00.98)	Martine BLANVILLAIN (03.88.29.29.82)	Eliane BODIN (03.88 75 02 28)		
STAGES :	Enfants 8/15 ans TOUT NIVEAU plutôt débutant <i>(octobre/mai)</i>	Enfants 8/15 ans TOUT NIVEAU plutôt confirmé <i>(octobre/mai)</i>	A partir de 6 ans TOUT NIVEAU <i>(octobre/mai)</i>	A partir de 7 ans ENTRAINEMENT- COMPETITION <i>(octobre/mai)</i>		
JOURS Horaires :	Mardi 18h30/20h	Jeudi 18h/19h30	Mercredi A.M. suivant âges	Lundi 18h30/20h30		
ENCADREMENT :	Renaud BIHLER (breveté d'état)	Renaud BIHLER (breveté d'état)	R. BIHLER, L. FOSSARD (brevetés d'état) + initiateurs bénévoles	Renaud BIHLER L. FOSSARD (brevetés d'état)		
PRIX : Pour cafistes à jour de leur cotisation	100 € Matériel compris	135 € Séances Roc en Stock et matériel compris	265 € (6-11 ans) 270 € (12-18 ans) Entrée Roc en Stock et matériel compris	Gratuit <i>Conditions : être inscrit à un stage jeunes, régularité, participation aux compétitions</i>		
INSCRIPTION :	A la permanence en septembre					
Sorties en site naturel	3 sorties en mai/juin					

Martine BLANVILLAIN cherche
un(e) remplaçant(e) comme **responsable SAE Roc en Stock**

La contacter au 03 88 29 29 82

petite annonce

Cherche harnais d'escalade pour enfants (genre Ouistiti)
téléphone : 03 88 50 94 24
après 19h

SAISON 2004-2005 : Résultats des compétitions

Championnats du Bas-Rhin

Richard Camille 2° benjamin
Tarpin Malo 1° minime
Nourisson Laurent 2° minime
Gihl Timothée 4° minime
Stempfer Laetitia 1° minime
Ribs Manon 3° minime
Haettel Morgane 1° junior
Bodin Loïc 1° vétéran

Championnats d'Alsace

Beltier Alan 2° senior
Haettel Morgane 3° junior
Weber Cécile 1° cadette
Bucher Benoit 6° minime
Tarpin Malo 7° minime
Nourisson Laurent 8° minime
Gihl Timothée 9° minime
Stempfer Laetitia 2° minime
Ribs Manon 4° minime

Interrégionaux à Bar Sur Aube

Beltier Alan 2° senior
Weber Cécile 1° cadette
Stempfer Laetitia 7° minime
tous les 3 sont qualifiés pour les championnats de France

Open de Chamonix

Weber Cécile 3° cadette
Stempfer Laetitia 28° minime
Richard Camille 38° benjamin

Open d'Annemasse

Cécile Weber 1° cadette
Laetitia Stempfer 7° minime
Camille Richard 4° benjamin

Open d'Albertville

Weber Cécile 5° cadette
Stempfer Laetitia 22° minime
Richard Camille 10° benjamin

Open de Marseille

Weber Cécile 4° cadette
Stempfer Laetitia 18° minime
Richard Camille 14° benjamin

Open de Colmar

Haettel Morgane 3° junior
Richard Camille 2° benjamin

et dans les compétitions réservées aux plus jeunes:

Les Petits Lézards (Bischwiller)

Juliette Bodin 1° Petite poussine
Carine Bodin 2° Poussine
Robin Limary 1° benjamin

Compétition de la Wantzenau

Juliette Bodin 1° petite poussine

Des performances et des contre-performances, une championne en équipe de France : Cécile Weber, une équipe qui s'étoffe en nombre, de jeunes talents prometteurs, des compétiteurs qui n'hésitent pas à se déplacer aux quatre coins de la France...voici quelques aspects de l'activité compétition.

Tout cela ne pourrait avoir lieu sans un très sérieux investissement de la part des bénévoles du club (les Bodin, Martine...), des parents (Weber et Richard notamment, qui assurent le transport et l'encadrement sur place), des cadres professionnels (Renaud Bihler, Loïc Fossard), du très efficace trésorier et de l'aide financière du CAF.

Les compétiteurs remercient la salle Roc en Stock pour son soutien sans faille.

Si la compétition vous tente, contactez nous.

M.P. Rousselot

Test : votre sécurité en montagne

Escalade

1) Pour une petite course à la journée, votre sac pèse ?

< 8 kg	A
8 - 12 kg	B
12 - 15 kg	C
> 15 kg	D

2) Vous grimpez 8 longueurs sur une falaise bien équipée

sans sac à dos	A
Avec juste de l'eau	B
Avec un vêtement, une trousse de secours, de l'eau, des barres de céréales	C

3) Vous vous rendez compte que votre équipement est un peu léger par rapport aux conditions de la course. Vous persévérez ?

oui	A
non	B

4) A quel moment, la chute du premier de cordée est-elle la plus dangereuse pour le relais ?

Au départ	A
Au milieu	B
A la fin de la longueur	C

5) Peut-on faire une moulinette avec une corde de rappel utilisée en simple ?

Oui	A
Non car risque de rupture	B
Non car trop élastique	C

6) Vous partez du sol dans une belle fissure non équipée (Baden Baden). A quelles distances placez-vous les friends l'un de l'autre ?

Tous les 3 m	A
2, 3m, 4m, 5m, ...	B
3m, 1,5m., 3m, 4m,...	C

7) Quelques petits cailloux sifflent à vos oreilles.

Vous continuez	A
Vous redescendez	B

8) En falaise équipée, vous butez sur une difficulté

Vous la contournez en dehors de la voie	A
Vous redescendez	B
Vous insistez	C

9) La veille vous repérez toujours le départ de la course ? :

oui	A
non	B

10) La veille d'une course, vous demandez toujours des conseils auprès du gardien du refuge ? :

oui	A
non	B

11) De quel topo vous servez-vous pour vos escalades? :

Beau livre de montagne	A
Les 100 plus belles	B
Guide détaillé	C

12) Tenez-vous compte de la date de votre topo ?

oui	A
non	B

13) Vous organisez des sorties à votre niveau, comportant

1 cordée de 2	A
1 cordée de 3	B
plusieurs cordées	C

14) Vous arrive-t-il de rallonger une course en cours de route ?

oui	A
non	B

15) Vous rencontrez un équipement plus succinct que celui indiqué dans le topo?

oui	A
non	B

16) Après consultation de la météo, vous maintenez votre escalade sur plusieurs longueurs ?

Uniquement par grand beau temps	A
Par ciel couvert	B
Avec une légère pluie	C

17) La météo prévoit un lendemain orageux. En effet l'orage éclate à 6h du matin, puis grand beau temps. Partez-vous pour une course de rocher?

oui	A
non	B

18) Vous grimpez toute l'année au moins en SAE?

oui	A
non	B

19) Après une grosse semaine de travail, vous avez prévu une longue course, avec départ samedi matin très tôt

Vous annulez	A
Vous maintenez	B
Vous changez d'objectif, pour plus facile	C

20) Vous portez un casque en école lorsque vous grimpez en tête?

oui	A
non	B
jamais	C

21) Tous vos rappels se font avec un noeud autobloquant, même sur 10 mètres

oui	A
non	B

22) Vous emmenez des débutants dans des voies de 10 longueurs en 4-5

oui	A
non	B

23) Un nouvel équipier avec un bon palmarès vous propose de faire une voie sérieuse

Vous acceptez de suite	A
Vous lui proposez de débiter par une voie plus facile	B

24) Fin septembre, par beau temps, vous tentez une escalade orientée Ouest. Il y a 300 m de dénivelé pour la marche d'approche et 4 heures d'escalade. La descente se fait par un sentier.

4h	A
6h	B
8h	C
10h	D

A quelle heure démarrez-vous votre course ?

réponses en fin de bulletin

Itinéraire bis, cotation PD

C'est par l'escalade que j'ai tout d'abord découvert la montagne. Me première sortie Escalade avec le Club Alpin, c'était à Baden, là où les clous sont à perpètes les oies, à l'ancienne quoi !

Les anciens grimpaient en tête, nous, les jeunes, on essayait de suivre, on se traînaient comme on pouvaient en moule, je me rappelle que j'étais pas mal séché par Georges, et je flipais grave !

Ca en impose quand même Baden, ce bon vieux spot, ambiance montagne quoi ...

Au fur et à mesure des sorties CAF, j'ai découvert d'autres sites vosgiens tout aussi impressionnants, la Martinswand dans le sud, le Windstein dans le nord, des endroits qui ont tous laissé une trace dans ma formation de grimpeur débutant.

Et puis, au fil du temps, je me suis rendu que j'aimais ça, grimper du rocher ... Avec Thierry j'enchaîne les sorties, école d'escalade, école d'alpinisme ; et pour couronner le tout, il y a une p... de bonne ambiance. En même temps je découvre de nouveaux horizons, j'apprends les techniques d'encordement, je perfectionne mes techniques de grimpe, bonjour l'angoisse, je me fais allumer par Nicolas parce que mon assurage laisse encore à désirer dans les couloirs du Honeck et les Spitz (aïe aïe !). Tous ces gens m'emmènent, me sermonnent, me forment, en Suisse, dans le Jura, dans la Drôme, et je finis par grimper en tête grâce à Didier qui me motive, m'encourage. A Saou, j'ai connu mon premier vol, plus de 10 mètres, avec un béret sur la tête ... Mais je ne perds pas le nord et à force de persévérance, je participe à la formation initiateur en escalade.

Le montagne m'attire toujours plus, je découvre les grandes voies en Suisse, à Chamonix, dans le Vercors, Motorhead avec Christian, une belle voie sur friends et coin-cœurs.

La passion de la montagne m'a finalement amené à être initiateur alpinisme et aujourd'hui j'emmène les amis et amies cafistes ...

Remerciements à tous les cafistes qui se seront reconnus et à tous ceux qui croient s'être reconnus

Marco



Et plus sur

<http://clubalpinstrasbourg.org>

VENDREDI 21 octobre 2005 à 20 h
à la salle des fêtes de NEUGARTHEIM-ITTLENHEIM

Didier STROESSER, Jean-Louis STOLTZ et toute l'équipe
vous proposent la traditionnelle **soirée «DIAPORAMA»**

TREKKING SUR LES VOLCANS DES DIEUX

Dans une ambiance équatoriale,
nous vous attendons à nouveau très nombreux.

Trekking au bout du monde
CHILI - PATAGONIE

du 14 janvier au 12 février 2006

Une contrée, immense, aux horizons perdus, abandonnée aux vents les
plus furieux, peuplée de moutons et d'herbes folles, où la nature est
reine.

Programme de 4 semaines en cours d'élaboration

Renseignements : J.L. STOLTZ - 03 88 76 12 79 le soir
Inscriptions en cours dans la limite des places disponibles

PARAPENTE

Communiqué

Marc ARNOLD n'assume plus la responsabilité du parapente; Christian Marchand et Pascal Adilf continuent à proposer quelques stages ou sorties. Toutefois, pour une relance véritable de l'activité du sang neuf est nécessaire. Toute personne (ou groupe de personnes) souhaitant prendre du service est la bienvenue. Elle pourra, par exemple, susciter une réunion, dans le prochain bulletin, pour mettre en place quelques rendez-vous, activités, sorties, etc.

Bons vols en attendant

Marc Arnold 33 03 88 36 06 98

RANDO PEDESTRE

F = facile, moins de 4h de marche, M = moyenne, de 4 à 6h de marche, S = sportive, plus de 6h de marche

date	chef de course	descriptif
juin		
Di 19	J.Geissler/S	Petit Ballon
Di 19	S.Ribolzi	Chasse au trésor, initiation à la montagne pour enfants
25/26	B.Durr, C.Schiller/FM	Rheinwaldhoen (Suisse Centrale RPA) Source du Rhin Postérieur
Di 26	J.Bubel/M	Gazon du Faing Lac des Truites
25/26	G. Bauer / M	Géocherching avec GPS dans le Doubs
25-03/07	M.Hartmann/S	RPA Tour de la Vanoise ou des Ecrins réservation : 06.07.16.04.97
29-06/07	B.Jaeg/M	Du Lemman au Mont Blanc
juillet		
01/03	R.Kolmer/S	Buet et trace Dinosaures vallée de Chamonix, <i>nuitées en refuge CAF+gîte</i>
Di 03	J. Geissler/S	Ballon d'Alsace
09/10	C.Hoh/M	Spécial trappeur dans la vallée de la Doller, <i>nuit en cabane</i>
Di 10	J.Bubel/M	La chatte pendue
Di 10	J. Geissler/S	Petit Ballon, Schnepfenried
14/17	B.Durr et C.Schiller/FM	Région de Saas Fee dans le Valais Suisse col et sommet du Monte-Moro, déplacement en car et inscrit. : Claude Schiller 03.88.25.53.09
18/22	Christian*	Stage rando-Peinture près du Ballon d'Alsace, demi-pension en ferme auberge, inscription au 03.88.59.08.95
22/24	J. Geissler/S	De refuge en refuge dans les Vosges
23/31	C.Schiller/M	Randonnée en Ecosse
août		
02-06	M.Hartmann/S	Centenaire de la Strassburger Hutte en Autriche
04/06	C.Schiller et J.Bubel/S	De Brand vers la Mannheimer (ex Strassburger Hutte) par la Totalp Hutte
20/21	S. Robolzi	Rando familiale avec bivouac et construction de cabane
Di 21	J.Bubel/M	Grand Ventron depuis le barrage de Kruth-Wildenstein
Di 21	G. Bauer / M	A la découverte des mines d'argent à St Marie aux mines.
21-28	B.Durr/M	Zillertaler Alpen en (Autriche) rando itinérante centrée sur la flore alpine, inscription au 03.88.27.14.60
22-26	Christian*	Stage rando peinture près du Ballon d'Alsace, demi-pension ferme auberge, inscription au 03.88.59.08.95
Di 28	B.Jaeg/M	Champ du Feu
29-03/09	DAV Baden	RPA avec Hans Langen inscription au 0049.72.21.15.59 hans.lange@swr.de
septembre		
03/04	C.Shiller et B.Durr/MS	Source du Rhin Antérieur (Suisse) <i>inscription avant le 30.07.05</i>
03/04	M.Hartmann/S	Davos (Suisse) <i>Hôtel ou bivouac (6 places)</i>
10/11	B.Durr/S	Hautes Vosges, vallée supérieure de la Meurthe (hors sentier), terrain souvent accidenté, <i>inscription au 03.88.27.14.60</i>
Ve 16	B.Jeag/F	Colline d'Hausbergen promenade nocturne, <i>pique-nique du soir</i>
17/18	M.Hartmann/S	Orientation Vosges
Di 18	B.Durr/M	Palatinat Nord rochers, châteaux et autres sites archéologiques dans la région Bad-Dürkheim
Di 18	J. Geissler/S	Région de Salm

<i>octobre</i>		
Di 02	J.Bubel/M	Le Climont
Di 02	J. Geissler/S	Région de Liepvre
Me 05	B.Jaeg/F	Autour de Wagenbourg après-midi conviviale
08/10	C.Hoh/S	Tour des dents du midi, <i>réunion au CAF le 15 septembre 2005</i>
Di 16	G.Richert/S	Au Glawaldsee en forêt noire
Di 16	B.Durr/M	Rando orientation forêt noire sud entre le Höllenthal et le Massif du Feldberg
Di 16	M.Hartmann/M	Vosges
Di 23	J.Bubel/M	Forêt Noire les cascades d'Allerheiligen-Schliffkopf
29-01/11	G.Richert/S	Couleur d'automne en Suisse ou Autriche



S K I

SKI DE MONTAGNE

INITIATION AU SKI DE MONTAGNE.....communément appelé ski de rando...

Après ces cinq W.E. organisés d'un gant de maître - même le soleil a toujours été au rendez-vous !- par Thierry RAPP et encadrés par ce même Thierry accompagné de Christophe LAGIER, précieux conseiller pour la partie descente, pour ma part j'ai découvert le ski de MONTAGNE.

Bien sûr nous marchons, randonnons les skis aux piedsmais parfois ils sont sur les épaules ou accrochés le long du sac; et puis il y a cette suée, marque de l'effort au milieu de cette superbe Montagne, si haute....Derrière la crête l'on découvre encore une Montagne extraordinaire..... au sommet la Montagne est là tout autour de nous, magnifique -oui bon dès fois il y a de la brume!-.

Bien sûr nous descendons skis aux pieds: beaucoup de skieurs de rando m'avaient parlé de cette fameuse descente qui fait oublier la montée.....mais ce moment de réel bonheur est très fugace, si rapide pour ceux qui foncent comme Denis, si douloureux pour Jean, qui les tibias en sang, doit descendre en chasse- neige.....Antoine lui prends son pied en transpirant encore pour faire de belles traces en appui-rebond.

Bien sûr pour jouir pleinement de Dame Montagne nous avons été initié à la sécurité: manières de la sonde, pelle, Arva, Arva éteint -permet de faire un rappel sur la pelle: demandez à Stéphane et Jérémie !-, cône de glissement, construction d'un igloo de survie - hormis pour Katia qui s'y endormit paisiblement, à priori c'est un abri où l'on meurt de froid ou de sommeil !-.....

Bien sûr très vite nâquis entre nous une très bonne ambiance de camaraderie et solidarité à l'image de Stéphane toujours prêt à reconforter Marie-Christine surtout quand elle oublie son sucre. Il faut dire que l'accueil fort sympathique et la convivialité des refuges Suisses ça aide: un igloo reste toujours plus froid même pour le gaz !

Bien sûr en bons français nous nous sommes plaints tout le temps: "c'est trop tôt", "il fait trop chaud", "c'est dur", "la neige est trop froide", "le refuge est humide"et pourtant que la Montagne est Belle....les Mammot(1) autochtones eux semblent imperturbables, en files indiennes avançant à un rythme posé mais constant.

Bien sûr nous avons fait des tonnes de photos - de quoi faire la couverture de "Ascensions" pour des siècles !- surtout Michel parce qu'il a une grosse mémoire, c'est pour cela paraît-il qu'il est toujours à la traine....des photos pleines de couleurs: le rouge de Sabine sur fond blanc par exemple....

Bien sûr nous sommes tous prêts à repartir l'an prochain pour une initiation 2 afin de continuer nos progressions en montée et en descente, en espérant que Hélène puisse faire plusieurs sorties; nous avons soif d'apprendre -il paraît que moufler sur un glacier ce n'est pas le fait de mettre ses gants ou moufles !- et nous avons soif d'un bon coup de rouge tous



ensemble le soir venu dans un refuge!

C'ETAIT BEAU et si vous voulez vous en mettre plein les yeux et les jambes alors initiez vous au SKI DE MONTAGNE.

*Luc, un amateur
de vin au font
d'une baignoire
- j'en ai fait aussi ! -*

... et plus sur

<http://clubalpinstrasbourg.org>

SKI DE FOND

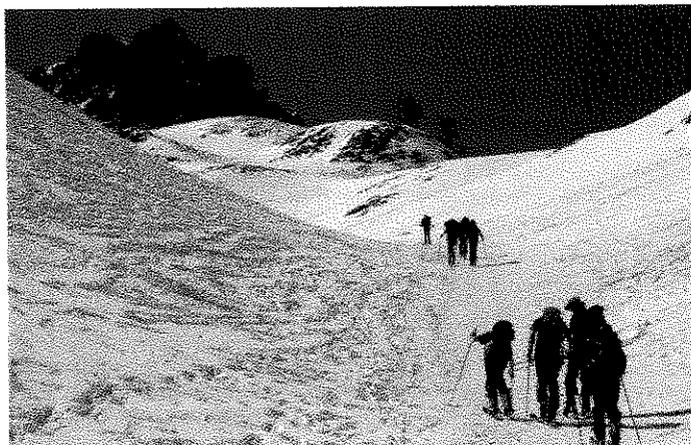
MARS EN QUEYRAS



Pour une semaine entre parenthèses, loin de tout et près du soleil, partez dans le Queyras. Là où les heures s'égrènent lentement aux cadrans solaires des villages, avec leurs devises naïvement moralisatrices : « Sais-tu à quoi je sers ? A marquer celles que tu perds » ou poétiques : « De deux choses l'une, l'autre c'est le soleil ». Là où, quand il y a trop de neige pour prendre le bus, les enfants vont à l'école à ski, tirés par un cheval.

Toutes les activités de montagne se pratiquent ici et nous les avons presque toutes pratiquées : ski de rando entre les mélèzes dénudés par l'hiver, ski de fond dans les combes où dorment encore les chalets, raquettes jusque sur les crêtes et balades pédestres sur l'adret dans les senteurs déjà estivales des pins.

Refuge du Viso, refuge de la Blanche, col de la Rousse, col d'Agnel avec son Pain de Sucre, Pointe des Sagnes Longues, sommets flirtant avec les 3 000, tout l'Oisans se déroulant au loin, comme un panoramique, des Bans à la Meije. Arrêt sur image : la fine arête sommitale du Pic Traversier et sa corniche dentelée étincelant au soleil.



vers le col de la Rousse

Car de la neige nous en avons trouvé, même s'il a fallu un peu la chercher. Ne parlons ni de la poudreuse d'hiver, ni du gros sel de printemps, plutôt de neige damée par le passage des

skieurs, offrant, la plupart du temps, de faciles descentes – sur un ski et demi, depuis le Col Agnel, pour l'intrépide Pascal qui a cassé en deux un ski de fond ! -



après l'effort, le réconfort

Et par-dessus tout cela, après la bière en terrasse – « la Tourmente » à la marmotte de St Veran par exemple -, le feu de bois à l'arrivée dans la cheminée de la grande salle voûtée. Et

tant pis si le patron du gîte « les Astragales » de Ville Vieille, est aussi aimable qu'un ours des montagnes, s'il sait non seulement rassasier les affamés, mais encore faire la cuisine, le pain et les confitures, servir du bon vin et préparer chaque soir des desserts doux comme des souvenirs d'enfance ; qu'importe après tout la rigidité de la patronne et la porte fermée jusqu'à 16 h, si les chambres fleurent bon le girofle....

Une semaine de vacances, hors du temps, pour 14 chanceux, qui se retrouveraient volontiers l'an prochain, si l'ami Gilbert et l'ami Pierre, qui nous ont concocté ce séjour, veulent bien encore de nous.

Ville-Vieille, du 12 au 19 mars 2005

Geneviève Alliez



photos J.P. Foucault

SPELEO

Pour faciliter l'organisation, s'inscrire aux sorties au moins 8 jours à l'avance

date	chef de course	descriptif
juin		
18/19	J.M. Roser	initiation canyon Jura
juillet		
09-17	J.M. Roser	canyon-rando-escalade Tessin
août		
27/28	J.M. Roser	canyon Tessin
septembre		
17/18	J.M. Roser	Initiation à la spéléo avec le DAV de Baden
octobre		
15/16	J.M. Roser	initiation spéléo doubs
novembre		
11/13	J.M. Roser	spéléo
décembre		
10/11	J.M. Roser	spéléo

VTT

niveau : *F = facile, moins de 15 km, M = moyen, de 15 à 25 km, S = sportif, plus de 25 km*

date	chef de course	descriptif
juin		
sa 04	Geoffrey BAUER /F	Ste Odile
di 05	Pascal SCHMITT /M	Tour du Mooskopf avec le DAV de Baden
di 12	Guy DIVO /S	Lapoutroie (rando du ballon Vosgien)
18/19	Eric TONNELIER /M	WE - Ste Marie aux Mines, <i>inscription avant le 1 er juin</i>
juillet		
di 03	Guy DIVO /S	Breitenbach (68), «Breitenbike»
sa 09	Geoffroy BAUER /F	Vallée de Villé
août		
13-15	Geoffroy BAUER /S	Vosges ou Doubs, <i>à définir</i>
20/21	Eric TONNELIER /M	WE-Vosges- lac de Pierre Percée, <i>insc. avnt le 1er juin</i>
septembre		
sa 03	Marc BURGARD /F	Massif du Ste Odile
di 04	Pascal SCHMITT /M	Autour de Saverne
di 11	Michel HUBER /M	Soulz sous Forêt (Rand outre forêt)
sa 17	Eric TONNELIER /F	Massif du Bernstein
sa 24	Marc BURGARD /S	Massif du Ste Odile
octobre		
di 09	Guy DIVO /M	Plaine (Vallée de la Bruche)
di 16	Eric TONNELIER /S	Région de Villé
novembre		
di 20	Geoffroy BAUER /F	Région Selestat

Test : votre sécurité en montagne

Spéléo

Un des ces symptômes ne préfigure pas l'hypothermie

fatigue	2pt
raidissement des membres	2pt
frissons	2pt
démangeaisons cutanées	0pt

Une victime inconsciente suspendue dans un baudrier peut survivre

10 à 30 min	0pt
30 min à 1 heure	1pt
1 à 2 heures	2pt
2 à 3 heures	2pt

Une victime inconsciente doit être

allongée à plat ventre	2pt
allongée sur le côté	0pt
allongée sur le dos	1pt
assise	1pt

Le traitement d'urgence pour un spéléo épuisé

le faire bouger	2pt
lui donner à manger	0pt
le faire dormir	1pt

Je me trouve à l'entrée d'une cavité ou un spéléo est blessé. Un hélicoptère s'approche. Je veux obtenir du secours

je plaque les bras le long du corps	2pt
je lève le bras droit	2pt
je lève les deux bras	0pt

Je me trouve à l'entrée d'une cavité ou un spéléo est blessé. Un hélicoptère s'approche. Je veux obtenir du secours

je plaque les bras le long du corps	2pt
je lève le bras droit	2pt
je lève les deux bras	0pt

La présence d'un noeud sur une corde diminue sa résistance. De ces 4 noeuds quel est celui qui l'affaiblit le moins ?

noeud de vache	2pt
noeud plat	2pt
noeud en 8	0pt
noeud de pêcheur	1pt

Quelle est l'affirmation exacte ?

plus une corde est statique	0pt
plus la force du choc est importante	
la force du choc n'a rien à voir avec le fait qu'une corde soit statique ou dynamique	2pt

Une corde statique s'allonge entre 5 et 10% sous 80kg	1pt
plus une corde est statique, plus elle est résistante au choc	2pt

en moyenne une corde spéléo 10mm utilisée normalement âgée de 5 ans supporte combien de chutes en facteur 1 sous 80kg ?

2 chocs	0pt
4 chocs	1pt
6 chocs	2pt

j'emporte systématiquement

un réchaud	2pt
une couverture de survie	0pt
du sucre	1pt

en kitant les cordes, je m'assure

que les boucles sont régulières	2pt
du noeud en fin de corde	0pt
à respecter l'ordre des cordes	1pt

je choisis en priorité le noeud suivant

huit	1pt
neuf	0pt
chaise	1pt

une affirmation est vraie

une corde mouillée résiste mieux qu'une sèche	1pt
une corde gelée résiste mieux qu'une sèche	0pt
une corde avec de petites marques d'usure est fiable	2pt

une affirmation est fausse

je sèche les cordes au soleil	0pt
je nettoie les cordes après chaque sortie	1pt
je range les cordes lovées et suspendues	1pt

je serre mon amarrage

fort	1pt
modérément	0pt
à la main	2pt

en plafond j'utilise une plaquette

vriillée	1pt
droite	2pt
anneau	0pt

les brins d'un amarrage en Y doivent avoir un angle

inférieur à 90 degrés	1pt
inférieur à 120 degrés	2pt
inférieur à 140 degrés	0pt

je m'égare dans une cavité

je continue jusqu'à ce que j'ai trouvé	2pt
je m'arrête et attends les secours	1pt
je cherche en marquant mon passage	0pt

la météo prévoit de petites pluies

je m'engage dans la rivière souterraine	2pt
je renonce	1pt
je ma rabats sur une cavité sèche	0pt

au départ 2 amarrages au même niveau

je fais une grande boucle	1pt
je fais une petite boucle	0pt
j'utilise un seul amarrag	2pt

au fractionnement au milieu d'un puits important

le mou doit être minimal	1pt
le mou peut dépasser 2 mètres	0pt
j'installe une sangle	1pt

l'amarrage au fractionnement est détérioré

tant pis la corde frotte un peu	2pt
je fais un kit vide à l'emplacement du frottement	0pt
je fais un noeud pour diminuer l'usure	1pt

en cas d'accident quelle affirmation est fausse ?

je réchauffe l'accidenté	1pt
je lui fais boire de l'alcool	0pt
je l'installe en sécurité	2pt

dans une rivière souterraine, j'entends un bruit d'explosion au loin en amont

je vais voir	2pt
je vais vers l'aval le plus vite possible	1pt
je cherche un emplacement surélevé	0pt

une cavité d'altitude
humide

l'heure de départ n'a pas d'importance	2pt
il faut partir de tard	2pt
il faut éviter de se trouver dans des zones exposées l'après-midi	0pt

un coéquipier donne des signes de
fatigue dans la première moitié de
la descente

je commence à remonter	0pt
je lui permet de se reposer avant de continuer	1pt
je lui donne à manger pour reprendre des forces	1pt

j'encadre une sortie d'initiation

je fonce pour donner un avant-goût de la vraie spéléo	1pt
je prends mon temps et assiste les personnes	0pt
je leur laisse découvrir les techniques de cordes	2pt

au premier tiers de la cavité un
coéquipier n'arrive pas à passer une
étroiture

je lui demande d'attendre jusqu'au retour de l'équipe	1pt
il remonte seul	2pt
tout le monde remonte	0pt

Tout point à votre score n'est pas nécessairement une erreur en soi, mais accumulé à d'autres points, peut amener à un accident matériel, ou physique. C'est en cumulant quelques points dans une même course que l'on augmente son risque d'accident.

A vous d'estimer la valeur de votre score, mais si vous avez plus de 20 points, venez donc faire une petite formation avec votre club préféré. Nous perdons déjà assez d'adhérents comme ça !

Pour toutes explications détaillées concernant certaines questions, vous pourrez prendre contact avec un des chefs de courses

Ouf ! Elles sont bien là, les réponses au QCM escalade.

	A	B	C	D
1	0	1	2	5
2	2	1	0	X
3	1	0	X	X
4	0	1	1	X
5	2	1	0	X
6	2	2	0	X
7	1	0	X	X
8	2	0	1	X
9	0	1	X	X
10	0	1	X	X
11	2	1	0	X

12	0	1	X	X
13	3	1	2	X
14	1	0	X	X
15	1	0	X	X
16	0	1	2	X
17	2	0	X	X
18	0	1	X	X
19	0	1	0	X
20	0	1	1	X
21	0	1	X	X
22	1	0	X	X
23	2	0	X	X
24	1	1	0	1



Notre expertise atteint des sommets.



 **INTERSPORT**
Prenez une longueur d'avance

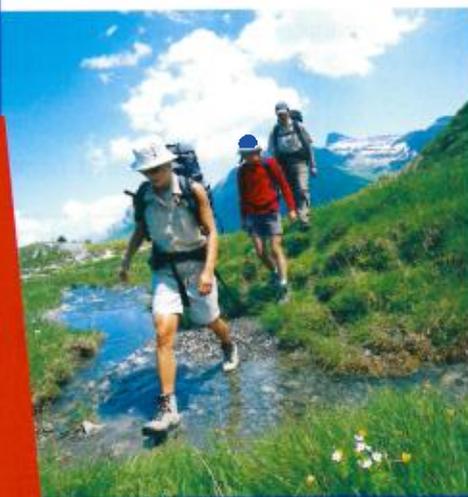
**NOUVELLES
CONDITIONS***



**SUR PRÉSENTATION
CARTE**

Remise immédiate de 10%
Sur l'achat de
Matériel - Textile - Chaussures
Dans nos univers
RANDONNÉE - ALPINISME - SKI

* jusqu'au 31/12/15



INTERSPORT À STRASBOURG :
10, RUE DU 22 NOVEMBRE

INTERSPORT À HAUTEPIERRE :
32, RUE CHARLES PEGUY

www.intersport.fr