

ASCENSIONS

la montagne en partage



club alpin français
Strasbourg

Printemps - été 2013

LE CLUB ALPIN DE STRASBOURG

6, boulevard du Président Poincaré
67000 Strasbourg

Secrétariat: Jean-Louis vous accueille **du mardi au vendredi de 17h à 19h**

Téléphone : 03 88 32 49 13
Courriel : secretariat@clubalpinstrasbourg.org
Site internet : <http://clubalpinstrasbourg.org>
(contact Webmaster : admins@clubalpinstrasbourg.org)

Directeur de la publication : *Gilbert Bour*

Rédactrice en chef : *Marie-Paule Rousselot*

Mise en page : *Fabrice Cognot*

Imprimé par JUNG à Geispolsheim
Dépôt légal : avril 2013

Prochain bulletin: octobre 2013

Vos contributions, textes (word) et photos (jpeg), sont à adresser à

Marie-Paule Rousselot (mariepaulerousselot@yahoo.fr) **avant le 15 septembre 2013**

SOMMAIRE

EDITO	3
AGENDA	5
Nature / Coin du Matos	6-8
ACTIVITÉS	9-27
Alpinisme	10-13
Escalade	15-20
Randonnée Pédestre	21-23
Ski de randonnée	24-25
VIE DU CLUB	26-29
Qui fait quoi	30
Liste des chefs de course	31



Photo couverture : Loïc Toussaint (arrête du Meitin, Grand Combin)

« Combien les monuments des hommes semblent peu de choses près de ces édifices merveilleux qu'une main puissante éleva sur la surface de la terre ».

Victor Hugo

« LA MONTAGNE EN PARTAGE... »

Tout doucement le Club Alpin de Strasbourg s'achemine, comme l'an dernier, vers les 1 200 adhérents, peut-être même un peu plus. Un grand nombre de ces adhérents participent aux activités que nous mettons au programme, d'autres s'organisent de manière autonome, tous sont venus au Club Alpin parce que, un jour ou l'autre, tout jeunes ou parfois à un âge déjà avancé, ils ont été irrésistiblement attirés par ce qu'il est convenu d'appeler « la montagne ». La montagne, à l'école, c'est - à l'opposé de la plaine - un relief ; pour le grimpeur, l'alpiniste, le randonneur, le skieur, ce relief est un inépuisable terrain de jeu et, bien plus encore, un « jardin féérique » comme l'avait qualifié Gaston Rebuffat, si féérique qu'il a aussi inspiré de très nombreux peintres, écrivains et artistes*. Quelles que soient les motivations des uns et des autres, la montagne est ce qui nous rassemble. Michel Guérin, l'éditeur chamoniard des fameux livres rouges (il a publié notamment Ricardo Cassin, Lionel Terray, Lachenal, Desmaison, Patrick Berhault, tant d'autres et, tout récemment, les mémoires de Patrick Edlinger) terminait tous ses courriers par la formule « la montagne est un lieu et un lien ».



C'est ce lieu que nous souhaitons faire découvrir au plus grand nombre au travers d'un programme d'activités que nous nous efforçons d'enrichir et de diversifier au fil des saisons. Certaines activités se sont remarquablement développées ces dernières années : ski alpin, ski de montagne, randonnée pédestre, en particulier, d'autres activités sont apparues ou ont redémarré : le canyoning, la spéléologie ; le vélo de montagne reste encore en sommeil mais nous n'avons pas renoncé à le réveiller ; l'escalade, l'alpinisme restent bien sûr le socle de ce programme, au fondement de notre identité. Les activités jeunes aussi s'élargissent : depuis l'ouverture du gymnase Reuss, l'escalade investit progressivement tout le quartier du Neuhof ; les cours de ski enfants ont à nouveau rencontré un beau succès ; en mai nous emmènerons un petit groupe d'adolescents à la découverte de la haute

montagne à l'occasion de l'opération « Piolets jeunes » organisée à Chamonix par le Groupe de Haute Montagne et la région Rhône-Alpes. Je l'ai déjà signalé dans un précédent édito, nous nous sommes engagés depuis deux ans dans un important effort de formation de chefs de course pour que toutes ces sorties puissent correspondre au mieux aux attentes de chacun de vous et s'effectuer dans les meilleures conditions de sécurité possibles. Il nous manque cependant des chefs de course dans certaines activités, dans d'autres il est impératif de prévoir le renouvellement de certains cadres. Les formations sont très diverses et sont ouvertes à tous, n'hésitez pas à contacter Loïc Toussaint, notre responsable formation, pour vous renseigner sur leur contenu et conditions d'organisation ; le Caf rembourse l'intégralité des frais de formation à tous ceux qui s'engagent à participer ensuite à la préparation et l'encadrement de certaines sorties.

C'est ce lien que nous souhaitons aussi renforcer ; ce sont en fait une infinité de liens qui se nouent entre nos adhérents à l'occasion des activités : des rencontres ont lieu, des amitiés naissent, des cordées se forment... En outre, beaucoup d'activités ont lieu, hors programme, entre des adhérents devenus autonomes qui décident de partager leur plaisir entre amis et nous nous en réjouissons. Nous espérons pouvoir à l'avenir organiser certaines manifestations qui nous permettent de rencontrer celles et ceux d'entre vous que nous ne connaissons pas encore, manifestations qui devraient aussi permettre à chacun de vous de mieux partager la vie de l'association. A sa dernière assemblée générale - qui s'est tenue à Mâcon fin janvier - la Fédération Française des Clubs Alpins et de Montagne a proposé aux clubs d'organiser chaque année, le dernier week-end de juin, une « Fête de la Montagne ». Nous espérons pouvoir organiser une telle fête dès cette année et en faire avec vous tous, un beau moment de partage et d'amitié.

Gilbert Bour.

* Exposition au Musée Alpin de Chamonix
« Le sentiment de la montagne »
Du 22 décembre 2012 au 18 mai 2013
Exposition d'œuvres de Linck, Ciceri,
Doré, Bouillette, Signac, Loppé...



Photo édito: JM Chabrier.

CYCLE CONFÉRENCES DÉBATS DU CLUB ALPIN FRANÇAIS DE STRASBOURG

VENDREDI 24 MAI 2013 : 20H

MAISON DES ASSOCIATIONS: 1a Place des Orphelins à STRASBOURG

GROENLAND CATHEDRALE SAUVAGE

Conférenciers:

VINCENT KNAUER & JEAN-LOUIS IMBS

Programme:

Expédition polaire en Terre de Liverpool. (V. Knauer)

Inuits, ours et pétrole, bienvenue au Groenland. (J-L Imbs)

ENTREE: LIBRE/ PLATEAU



club alpin français

Strasbourg Bas-Rhin

6, boulevard Poincaré 67000 Strasbourg ouvert du mardi au vendredi de 17h à 19h

tél: 03 88 32 49 13

<http://clubalpinstrasbourg.org>

Des orchidées dans les Alpes ?

Les orchidées ont, de longue date, exercé une fascination sur le monde des hommes. Beauté, formes épurées ou semi animales ou sexuelles, odeurs animales nauséabondes ou délicieuses, les orchidées sont-elles vraiment des plantes ?

La France en compte 160 espèces différentes dont quelques-unes peuvent grimper jusqu'à l'étage alpin, à 2000 mètres.

Les floraisons s'étalent généralement de mi-mai à fin juillet et à cette période il est plus facile de les découvrir. En voici quelques-unes:



Sabot de Vénus

Sabot de Vénus ou soulier de la vierge (*Cypripedium calceolus*) découverte au détour d'un sentier du Gastnertal près de Kandersteg ; une grande fleur jaune vif et pourpre qui ressemble à s'y méprendre à une fleur tropicale.



Orchis grenouille (*Coeloglossum viride*) dans la combe de l'A, une plante globalement très verte et les fleurs aussi. Il faut avoir l'œil fin pour la deviner.

Orchis grenouille



Orchis brûlé

Orchis brûlé (*Neotinea ustulata*) dans le Valais, de petites fleurs blanches et roses mais le sommet de l'inflorescence est plutôt brun rouge à pourpre noir comme si ce sommet avait été brûlé; pelouse ou pâturages.

Orchis vanille ou nigritelle (*Gymnadenia rhellicani*), une petite fleur pourpre à brun noirâtre qui fleurit dans les pelouses et dont les fleurs ont une agréable odeur de vanille.

Bien entendu ces fleurs sont quasiment toutes protégées et sont absolument à préserver dans la nature.

Et vous, vous en avez déjà vues ? Regardez bien !

Claude HOH



Nigritelle

Pourquoi cette nouvelle rubrique ?

Pour répondre à des questions récurrentes de nouveaux arrivants au club et pour apporter quelques infos moins connues sur ce matériel qui nous accompagne dans nos sorties et qui bien souvent assure notre sécurité.

Ce premier article sera consacré à la corde, mais d'autres sujets seront abordés plus tard.

Quelle corde acheter ?

.... pour quelle activité ? Hé oui, il y a aujourd'hui autant de cordes que d'activités en montagne.

Pour la rando dans les Alpes, ou même dans les Vosges en hiver, il est bon d'avoir un brin de 30 m $\varnothing$ 8 ou 9 mm dans le fond du sac. Pour la RPA comportant des traversées de glaciers débonnaires, optez pour un brin de 45 m et un $\varnothing$ 9 minimum. Pour l'escalade en salle, achetez une corde spéciale SAE, d'une longueur de 40 m. Les clubs alpins de Baden-Baden et d'Offenbourg proposent de très belles salles de 15 m de haut, avec quelques gros dévers, justifiant bien les 40 m. Ces cordes de SAE résistent bien mieux à la pratique de la moulinette que les autres cordes d'extérieur.

Pour l'escalade sur falaise comme à Kingenthal ou au Kronthal, une corde à simple de 70 m sera la bienvenue. Attention aux nouveaux diamètres proposés < 10 mm, ils sont un peu fin pour des mains inexpérimentées et des grimpeurs dépassant les 70 kg.

Pour l'escalade sur grandes voies (Alpes, Baden,...) un rappel de 2x55m sera adapté à vos premières longueurs. N'achetez pas de cordes jumelées, réservées à un usage plus expérimenté.

Enfin, pour les courses d'alpinisme (glaciers, arrêtes,...), une corde à simple de 45m, traitée « dry » devrait suffire, mais attention à bien vérifier sur votre topo qu'il n'y a pas un rappel dans votre course imposant une corde spécifique.

Quelle marque acheter ?

Le Club Alpin Strasbourg a récemment rencontré des problèmes sur les gaines de plusieurs cordes provenant d'une grande marque française. Encore un méfait de la délocalisation. Nous avons en test 4 autres marques, dont le résultat sera publié dans le bulletin d'octobre.

Comment éviter des torons et des scoubidous ?

Petites astuces pour bien démarrer une nouvelle corde et surtout un rappel : au moment de la sortir de son emballage, pensez à la dérouler sans la vriller. Pour certaines marques, la corde a été enroulée par une machine sur un rouleau. Il faut faire la même opération en sens inverse. Servez vous de vos deux bras comme d'un rouleau et demandez à



quelqu'un de tirer doucement la corde à lui.

Par la suite, évitez l'usage du huit ou du demi cabestan pour assurer votre partenaire. Préférez les paniers, reverso,...

Combien de temps tient une corde ?

Avec les années, votre corde a tendance à grossir et à se raccourcir. Elle peut ainsi perdre quelques mètres. Pensez donc à la mesurer tous les 5 ans, pour éviter quelques surprises. Chaque année, il faudrait en vérifier son état : un contrôle visuel permet de se faire une idée de la gaine. Pour ce qui est de l'âme, il faut faire coulisser la corde dans sa main fermée. Au toucher, on détecte facilement des bosses ou des creux. Chacune de ces anomalies doit être analysée de près.



Essayez de faire une toute petite boucle avec votre corde à l'endroit douteux. Si elle réagit comme sur la photo de gauche, c'est bon.

Si elle fait un angle saillant comme sur la photo de droite il ne faut plus utiliser ce tronçon de votre corde.



Enfin, il ne faudrait pas utiliser une corde plus de 10 ans.

Quelle activité use le plus une corde ?

C'est la grimpe en moulinette qui use très vite les cordes, 10 fois plus vite que lors d'escalades sur plusieurs longueurs, avec rappels pour descendre !

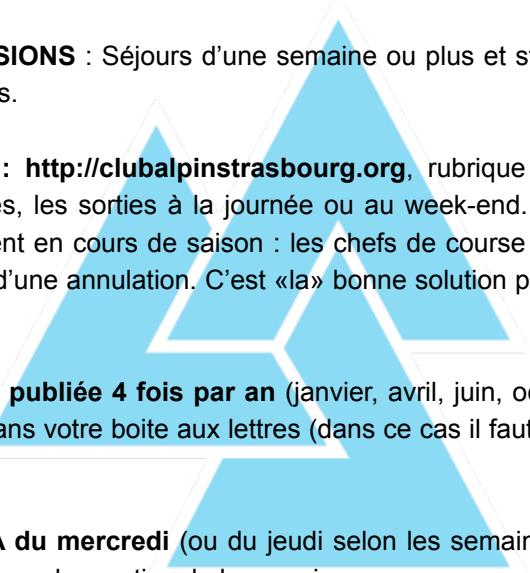
Une corde peut elle casser ?

Hé oui, ça arrive et l'âge de la corde n'y sera pour rien. Il y a un risque de rupture de la corde, si lors d'une chute en tête, le brin de corde passe sur le bord saillant d'un rocher. Cette situation ne se rencontre pratiquement pas en dalle, un peu plus en escalade sur des rochers saillants (calcaire à lapiaz ou à goulottes) et plus souvent encore sur des courses d'arrêtes. A l'équipeur de bien placer sa plaquette ou au grimpeur de bien placer son friend.

A suivre....

Daniel

Comment consulter le programme des activités ?

- 
- **Dans ASCENSIONS** : Séjours d'une semaine ou plus et stages, s'ils nous parviennent à temps.
 - **Sur Internet** : <http://clubalpinstrasbourg.org>, rubrique «Programme» : les séjours et stages, les sorties à la journée ou au week-end. Programme remis à jour régulièrement en cours de saison : les chefs de course rajoutent des sorties ou préviennent d'une annulation. C'est «la» bonne solution pour être parfaitement informé.
 - **Sur feuille A4 publiée 4 fois par an** (janvier, avril, juin, octobre) disponible au secrétariat ou dans votre boîte aux lettres (dans ce cas il faut en faire la demande au secrétariat).
 - **Dans les DNA du mercredi** (ou du jeudi selon les semaines) dans la rubrique «Associations» pour les sorties de la semaine.

RAPPELS

L'inscription aux sorties prévues au programme est obligatoire sauf pour les sorties de randonnée pédestre à la journée. Lors de toute activité, se munir de sa carte d'adhérent.

Une liste du matériel obligatoire lors des sorties a été établie 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 (aux heures d'ouverture).

Trois adhésions temporaires possibles.

En cas de co-voiturage, les frais pourront être calculés sur la base de 0.25€/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.



Be waak !

Vous aimez les palaces, les hôtels cinq étoiles et bien, il y a encore mieux... le bivouac et ses milliards d'étoiles ! Un bon sac de couchage, un gros bonnet et le tout sur un tapis de sol, ça y est, vous bivouaquez. Une combine pour partir pas cher dans un corps à corps, douillet, avec la montagne.

La raclette est finie, le ruisseau file dans votre gourde de demain matin et la chenille s'endort. Le soleil est couché, les premières étoiles apparaissent, puis quelques milliers, puis la Voie lactée; un sacré plafond.

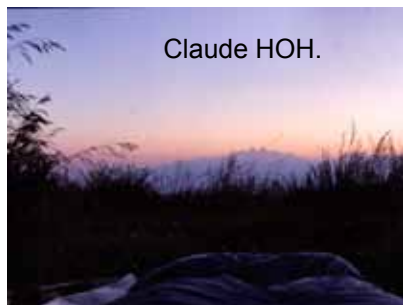


Quoi, qu'est-ce que c'est ? Quel est ce bruit ? Un ours, des loups ? Et ben non, une énorme souris sur des feuilles mortes, très amusée par l'effroi suscitée. Il fait frais mais pas froid, c'est l'heure de s'endormir. Saperlipopette, quelqu'un allume une gigantesque frontale à 2 h du mat: sacrée lune avec son spot halogène.



De bon matin, il fait froid dehors au bout du nez et chaud dans le sac, mais bon sang de bonsoir, ces gros canaris qui sautent dans les cimes des pins d'Arolle, je crois bien que ce sont des vautours qui ont l'œil gourmand sur les cervelas alsaciens. On va ranger le bivouac et filer dare-dare après une toilette de chat mais, ben super, on est déjà arrivé au pied de la voie.

Et vous, comptez-vous aussi bivouaquer à la Belle un de ces jours ? **Be waak !**





Mon 1^{er} 4000

Cette sortie s'inscrit dans une série de trois courses destinées à progresser sur glaciers et sommets enneigés.

Rando glaciaire

La première course sera une randonnée glaciaire en Suisse, dans le massif du Sustenhorn (Sustenhorn/Gwachtenhorn/Vorder-Tierberg au départ de Tierberglihütte). Elle s'adresse à des débutants souhaitant découvrir les vastes étendues glacées et des beaux points de vue sur les sommets alentours.

Date : 22 et 23 juin 2013. Nb de participants : 6 stagiaires.

Mon 1^{er} 4000

La seconde course consistera à gravir votre premier sommet à 4000 m (le Bishorn au départ de Tracuit). Elle s'adresse à ceux qui auraient déjà participé à la première sortie et à ceux qui ont l'expérience des randonnées glaciaires.

Date : 13 et 14 juillet 2013. Nb de participants : 4 stagiaires.

Mont Blanc

La troisième course vise haut : le Mont Blanc par la voie normale. Elle s'adresse à ceux qui auraient déjà participé aux premières sorties et qui ont montré des capacités physiques suffisantes pour réussir cette ascension dans de bonnes conditions.

Date : au courant de l'été 2013. Nb de participants : 2 stagiaires.



Arrête des Bosses - Mt Blanc. Photo Eric Tonnelier



L'encadrement

Le Club Alpin Strasbourg vous propose ces sorties encadrées par Patrice Flesch, guide de haute montagne. Patrice collabore avec les Clubs Alpains d'Alsace depuis de nombreuses années. Au fil des sorties et des formations, il a su parfaitement s'intégrer dans l'esprit des Clubs Alpains. En plus d'une parfaite organisation, il sait apporter une dimension pédagogique très intéressante à ses sorties.

Le tarif de ces courses est indiqué sur la base d'un nombre maximum de participants. Randonnée glaciaire en Suisse dans le massif du Sustenhorn : 110 € par personne pour le WE.

Mon premier 4000 : 180 € par personne pour le WE.

Le Mont Blanc : 410 € par personne pour 2 jours.

Ces tarifs comprennent la rémunération de Patrice Flesch, ainsi que ses frais de repas. Il voyagera dans la voiture des participants.

Ces tarifs ne comprennent pas les frais des stagiaires (nuitées, repas, déplacements, remontées mécaniques, ...)

Les inscriptions sont à faire directement auprès de Patrice : Tel : 06.07.65.25.87
(patrice.flesch@free.fr)

MEYER
Jean-Louis Hoerlé
PRÊT-À-PORTER À NEUDORF

BON **CADEAU**

10%

DE REMISE

À VALOIR SUR VOTRE PROCHAIN ACHAT

VALABLE JUSQU'AU 20 AVRIL 2013 SUR PRÉSENTATION DE CE BON
(HORS PROMOTION, NON CUMULABLE)

ÔLe
LINGERIE

bon **CADEAU**

10%

de remise

à valoir sur votre prochain achat

Valable jusqu'au 20 avril 2013 sur présentation de ce bon
(hors promotion, non cumulable)

SUNFLAIR
BEACHWEAR

2013 | pannistruph@icloud.com



Ecole alpinisme perfectionnement

Comme en 2012, le Club Alpin Strasbourg organise une école de perfectionnement alpinisme à la Furka.

Objectif du stage: se familiariser avec des courses de niveau PD ou AD inf.

- Apprendre la progression corde tendue dans différents terrains (neige, glace, rocher et mixte).
- Passer rapidement d'un terrain à l'autre.
- Apprendre à préparer une course.
- Apprécier les risques propres à ces niveaux.

Public: Alpinistes ayant déjà une expérience de la RPA et des courses F en tant qu'organisateurs ou leaders.

- Niveau rocher équipé : 4.
- Maîtrise du rappel en falaise.
- Maîtrise des nœuds d'encordement.
- Maîtrise de la marche avec crampons et piolet.



Dates: du samedi 31 août au mardi 3 septembre.

Lieu: Furka en Suisse. Camp de base : certainement la Sidelen-Hütte.

Nombre de participants: de 8 à 10.

Encadrement:

Patrice Flesch : guide.

Fred Jutier : initiateur alpinisme.

Budget:

Environ 350 € par personne comprenant la formation, l'hébergement, la restauration, les frais de déplacement, la location de matériel.

50 € d'arrhes seront demandées à l'inscription.

Divers:

Une réunion de préparation aura lieu au courant de l'été. En cas de mauvais temps, le stage n'aura pas lieu. Les arrhes seront restituées aux participants.

Inscription auprès du secrétariat ou de Fred Jutier.





S'intéresser aux problèmes de l'éducation, c'est bien.
Être actif pour tenter de les résoudre, c'est mieux.

www.agissonspourleducation.fr

DÉCOUVREZ TOUTES LES ACTIONS CONCRÈTES DE LA MAIF
EN FAVEUR DE L'ÉDUCATION



Délégations départementales MAIF proches de chez vous

1 rue des Cigognes - BP 70371 - 67010 Strasbourg cedex - 03 88 15 58 00

13 rue du Verdon - BP 10273 - 67021 Strasbourg cedex - 03 88 43 04 00



ECOLE D'ESCALADE EN EXTERIEUR – Printemps 2013

Deux écoles d'escalade en extérieur, une pour **s'initier**, une pour **se perfectionner**. Toutes deux sont centrées sur l'apprentissage et le perfectionnement des techniques de l'escalade en sites naturels, la découverte des falaises de la région, et la rencontre avec les grimpeurs du club.

Ecole d'initiation à l'escalade naturelle: son objectif est d'acquérir les techniques de base d'escalade en moulinette et en tête, sur voies bien équipées d'une ou deux longueurs en sites naturels. Aucun pré-requis : cette école est dédiée aux débutants, aux grimpeurs qui ne savent pas ou n'osent pas aller en tête, ainsi qu'aux grimpeurs de salle qui souhaitent découvrir l'escalade en extérieur.

Date	Lieu	Contenu pédagogique
Je. 16 mai (19h30)	Gymnase Reuss	Encordement, assurage, moulinette
Di. 19 mai	Wackenbach	Escalade en tête
Di. 26 mai	Neuntelstein	Installation et descente en rappel
Je. 30 mai (19h30)	Gymnase Reuss	Installation d'un relais simple
Sa. 1er juin	Falkenstein	Voies de 2 longueurs
Di. 9 juin	Falkenstein	Voies de 2 longueurs, réchappe
Sa. 15 juin	Klingenthal	Escalade sportive, révisions

Ecole de perfectionnement en escalade naturelle: son objectif est de perfectionner la technique et d'acquérir l'autonomie en tête, sur voies bien équipées d'une ou deux longueurs en sites naturels, puis sur grandes voies de plus de 100m. Pré-requis : être capable, sur sites naturels, de s'encorder, d'assurer un grimpeur en tête, de grimper en tête, de descendre en rappel. Pratiquement, il convient d'avoir suivi une école d'initiation à l'escalade naturelle, ou d'avoir participé régulièrement aux sorties escalade du club pendant au moins une année.

Date	Lieu	Contenu pédagogique
Di. 26 mai	Kandel (Forêt Noire)	Vérification des connaissances
Sa. 1er juin	Klingenthal	Optimisation des manips de corde
Di. 2 juin	Falkenstein	Installation de relais non reliés
WE 8/9 juin	Jura suisse	Grandes voies calcaires (camping)
WE 22/23 juin	Alpes suisses	Grandes voies alpines (camping)

Lire aussi l'article dédié dans le bulletin précédent.



ESCALADE SUR SAE

STAGES D'ESCALADE EN SALLE POUR LES ENFANTS ET LES ADOS

A partir de début octobre, le CAF proposera des écoles d'escalade sur SAE pour tous les jeunes de 7 à 18 ans.

Ils sont encadrés par des moniteurs diplômés.

Les groupes sont constitués selon l'âge et le niveau, les jeunes et les parents auront le choix entre 4 salles :

- La salle Adler à la Robertsau sera totalement rénovée à la rentrée de septembre (mardi et jeudi soir, mercredi après-midi) ;
- La salle Reuss au Neuhof (mercredi après-midi) ;
- La salle omnisports de Vendenheim (mercredi soir de 18h30 à 20h) ;
- La salle du gymnase de HautePierre : un mur flambant neuf dans une salle dédiée qui entrera en fonction au mois de septembre (mercredi après-midi).

Pré-inscriptions pour les anciens dès le mois de juin. Inscriptions au mois de septembre.
Plus d'infos sur le site web du club en juin.



COURS D'ESCALADE EN SALLE POUR ADULTES INITIATION ET PERFECTIONNEMENT

- Initiation à la salle Adler
8 séances de 2 heures le jeudi de 20 h à 22 h (matériel fourni)
- Initiation et perfectionnement à la salle Reuss
Cycles de 8 séances de 2 heures le mardi de 19 h à 21 h (matériel fourni)
- Perfectionnement à la salle Adler
10 séances de 2 heures le mercredi de 20 h à 22 h (novembre/janvier)



4 MURS associatifs au choix:

Mur du gymnase ADLER

Rue Adler, quartier ROBERTSAU

Gymnase municipal. Mur vertical (hauteur 7m) + léger dévers (hauteur 7m) + bloc d'entraînement (hauteur 3m). Environ 40 voies, du 4 au 7a, équipées par le CAF Strasbourg. Topo sur place.

Ce mur sera totalement rénové à la rentrée 2013

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.

Information publiée sur le site internet en septembre en cas d'indisponibilité.

Mur du Gymnase REUSS

62 allée Reuss, quartier NEUHOF

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

Mur du Centre Omnisport de VENDENHEIM

Rue des Châtaigniers, VENDENHEIM

Gymnase communauté de communes. Mur vertical, surplomb, dévers inclinable (hauteur 7m). Environ 40 voies, du 4 au 7a, équipées par le CAF Strasbourg.

NOUVEAU: un mur neuf dans une salle dédiée à HautePierre (en septembre)

En pratique Libre Autonome:

Lieu	Adler	Twinger	Reuss	Vendenheim
Responsible	Sébastien GEFROY (0618052964)	Jean-Paul RISCH (0629367287)	Jacques LOCOGE (0671860099)	Thierry RAPP (0388960787)
Horaires	Mar. 18h/22h Mer. 20h/22h Jeu. 18h/22h Congés scolaires: partiellement ouvert	Lun. 17h30/20h Ven. 17h30/20h30 Congés scolaires: partiellement ouvert	Mar. 18h/21h Jeu. 18h/21h Congés scolaires : partiellement ouvert	Mer. 20h/22h Ven. 20h/22h Congés scolaires : partiellement ouvert
Prix Cafiste	Gratuit	Gratuit	Gratuit	Gratuit
Matériel	Non fourni	Non fourni	Non fourni	Cordes sur place



ESCALADE SUR SAE

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

Dans la salle commerciale ROC EN STOCK:

25d Rue du Maréchal Lefebvre, quartier MEINAU

Sur présentation de la carte CAF :

- accès à tarif réduit 8€ le mercredi 18h/21h et le dimanche 10h/14h
- réduction de 10 % sur les cartes de 10 entrées

ATELIER-ESCALADE.FR

classique

ilga

vibram

onyxx

C4

FIVE TEN

Mad Rubber



atelier-escalade.fr

1 rue du Chevreuil - 67000 STRASBOURG - tél. : 03 88 32 93 13



Ressemelage

chaussons
d'escalade

chaussures de
randonnée

www.atelier-escalade.fr



PROGRAMME DES SEJOURS ESCALADE

Date	Chef de course	Diffi- culté	Descriptif
04/05 au 18/05	Bertrand Cunrath et Jean-Marc Chabrier	aut.	Corse - places limitées
14/07 au 28/07	Marie-Paule Rousselot + Daniel Dopler	aut.	Rassemblement escalade alpinisme dans le Val d'Aoste - inscription avant le 1 ^{er} juin
24/08 au 31/08	Marie-Paule Rousselot	5c	Escalade dans le sud
05/10 au 12/10	Bertrand Cunrath + Didier Spiegel	5c	Calanques de Marseille - gîte
26/10 au 02/11	Marie-Paule Rousselot	aut.	Les calcaires du sud

(l'ensemble du programme est à consulter sur le site internet)

RASSEMBLEMENT ALPINISME-ESCALADE: 14-28 juillet

Le traditionnel rassemblement des grimpeurs et des alpinistes aura lieu cette année dans le Val d'Aoste.

Nous serons basés à Courmayeur.

La formule reste la même que les années précédentes: ni programme, ni chefs de course, les participants sont autonomes.



Une innovation cette année, nous proposerons les services d'une baby-sitter sur le camping, à la demande des parents.

Les fiches d'inscription seront disponibles à partir de début mai sur le site internet et au secrétariat. Date limite des inscriptions: 1^{er} juin.

Organisation: Marie-Paule Rousselot, Daniel Dopler



ESCALADE

Le nouveau topo d'escalade des Vosges du Nord (5^e édition) est paru.

Il s'est enrichi de près de 200 nouvelles voies avec un nouveau site et de nouveaux secteurs par rapport à l'édition précédente.

Textes, cartes, noms des voies et cotations ont été révisés en détail.

En vente au CAF.



Un nouveau mur d'escalade à Hautepierre

Dans le nouveau gymnase en construction, dans l'ex-maille Jacqueline à Hautepierre, un nouveau mur va voir le jour. Il sera opérationnel en septembre 2013. Presque 10 mètres de hauteur, 23 couloirs, ce qui fera potentiellement 69 voies, 3 mètres de dévers au centre, des dalles, un dièdre... l'ensemble est prometteur.



Il sera situé dans une salle dédiée à l'escalade et à la gym douce (un grand tapis au milieu de la salle). Lors des créneaux réservés à l'escalade, les grimpeurs seront seuls dans la salle, ce qu'apprécieront tous ceux qui sont habitués à cohabiter avec les handballeurs, volleyeurs et autres joueurs de badminton.

Des espaces de rangement sont également prévus pour le matériel.

Le club alpin sera chargé de la conception et de la réalisation des voies, le mur étant livré nu par le constructeur. Toutes celles et tous ceux qui ont envie d'ouvrir des voies dans le niveau qu'ils maîtrisent peuvent se manifester auprès de Fred, toutes les bonnes volontés sont les bienvenues.

Contact: fred.jutier@gmail.com



RASSEMBLEMENT FAMILIAL D'ETE 2013

Les Contamines-Montjoie Du samedi 13 au samedi 27 juillet 2013

Le traditionnel rassemblement d'été aura lieu aux CONTAMINES-MONTJOIE.

Le village

On y accède par Saint-Gervais-les-Bains (10 km). Il est situé au fond de la vallée de Notre-Dame de la Gorge, à l'ombre des Dômes de Miage.

A côté du camping se trouve le parc de loisirs du Pontet (lac de baignade, nombreuses attractions...)

Le site d'escalade de la Duchère est à quelques minutes à pied depuis le camping.

Activités prévues : randonnées, courses alpines, escalade, via ferrata, ...

Lieu : Camping *** du Pontet
www.campinglepontet.fr

Possibilités de location :
- d'appartements dans la localité;
- de chalets sur le camping.

Organisateur : Benoît Gross



Inscription : au plus tard le 15 mai 2013.

Dossier d'inscription complet et renseignements auprès de :

Benoît Gross
Tel. 03 88 96 93 22
e.mail : benoit.gross@wanadoo.fr

Citation:

**A quoi bon soulever les montagnes quand il est si simple de passer par dessus.
Boris Vian**



RANDONNÉE PÉDESTRE

STAGES RANDO PEINTURE

21 - 27 juillet	Stage « Rando - Peinture » dans le Mercantour en hôtel, 1/2 pension (à partir de 652 €)
09 -16 août	Stage « balade à Venise en peinture et dessin » (à partir de 1092 €)
18 - 24 août	Stage « Rando - Peinture » près du Ballon d'Alsace. En ferme auberge (à partir de 582 €)

Plusieurs types et tarifs pour le couchage (se renseigner)

Spécial CAF Strasbourg : une réduction de 20 € (juillet /août) sur présentation de la carte de membre. Une réduction supplémentaire pour toute inscription avant le 30 avril.

Découvrez sur www.rando-peinture.com les BONUS et la GARANTIE « satisfait ou remboursé ».

En même temps, en cadeau, recevez deux livrets gratuits « Réussissez enfin vos paysages peints » et « Apprentissage du regard ». Il suffit de remplir le formulaire sur la page d'accueil pour l'obtenir. Demandez le 2° lors de votre inscription.

CONTACT : CHRISTIAN* 03 88 59 08 95
christian@rando-peinture.com
www.rando-peinture.com

SORTIES DECOUVERTE

« croquis de voyage » à la journée, dans les Vosges au printemps et en automne :

Di 05 mai 10 - 19h30 sur site : 57 € sortie promotionnelle

Di 26 mai 10 - 19h30 sur site : 67 €

Sa 8 juin 10 - 19h30 sur site : 67 €

Sa 25 mai : dans les jardins du Musée Würth à Erstein (sans rando)

Spécial CAF Strasbourg : une réduction de 5 € sur présentation de la carte de membre, en plus des 20€ sur vos 2 premières participations qui vous sont déjà offerts.
Tarif normal des sorties : 87€

Les dates des sorties d'automne restent à fixer.



Randonner, grimper, skier, courir ! et si la montagne vous offrait autre chose ?



Marcher encore, et **MAINTENANT**, prendre le temps de regarder. Puis *peindre ou dessiner*, dans ses yeux et, enfin sur le papier avec toute les sensations du corps en mouvement ...
ESSAYEZ !

Mercantour

Val d'Entraunes / Gorges de Daluis

juillet

en **Août**

Venise

Ce n'est plus de la randonnée,
mais ... c'est Venice, et

Hautes Vosges

Près du Ballon d'Alsace

A la journée dans les Vosges au
printemps et en automne.

« Rando - Peinture »

Sorties découverte
et STAGES

créés et animés depuis 2005 par

CHRISTIAN*
Peintre enseignant
professionnel
et montagnard

Des **BONUS⁽¹⁾** pour que votre séjour
vous profite toute une année et
une garantie⁽¹⁾ : vous faire progresser !

(1) A découvrir sur www.rando-peinture.com

INSCRIVEZ-VOUS et recevez un cadeau
03 88 59 08 95 ou www.rando-peinture.com



Photos: J. Gutter



VAL MAIRA, et de trois !

Sous l'impulsion de Thierry, le troisième séjour ski de randonnée dans le Val Maira vient de s'achever, et déjà, une seule envie, y retourner.

Tout d'abord, quelques informations sur cette vallée magique: elle est située dans la région italienne du Piémont, dans les alpes occidentales, et plus précisément dans le



massif de l'Orrenaye, à la frontière franco-italienne. Elle fait face à sa voisine française de l'Ubaye. Les différentes auberges arborent également fièrement le drapeau de l'Occitanie dont le Piémont fait partie.

Plusieurs facteurs font de cette vallée un paradis du ski de randonnée.

Premièrement, l'absence quasi totale d'infrastructures de ski mécanisé laisse la place libre aux amateurs de peaux de phoque.

Ensuite, elle bénéficie généralement d'un abondant enneigement avec une dizaine de mètres de neige cumulés chaque année.

Enfin, l'accueil y est excellent, avec des hébergements de qualité, une gastronomie raffinée et abondante, le tout dans un budget à faire pâlir nos amis suisses !

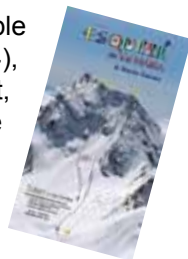


Drapeau occitan flottant devant le gîte «Lou Lindal» à Preit



L'essor du ski de randonnée dans le Val Maira a en partie été possible grâce à Bruno Rosano, enfant de la vallée (né à Pratorotondo en 1954), et qui vit encore au milieu de ses montagnes natales, à Dronéro. En effet, cet amoureux de la montagne et photographe averti est à l'origine de la carte et du topo qui l'accompagne, regroupant plus de 200 itinéraires dans toutes les difficultés (du 1.1/E1 au 5.4/E4 !).

C'est cette bible qui nous a conduit à faire la route pour la 3ème fois, et qui nous y guidera à nouveau !



du Mt Fiesta (2126m)
Le Viso en fond



montée au Mt Giobert
ou quand faire la trace prend du sens...



du Mt Viraysse (2838m)
et belle vue sur le col d'Enchiausa



le Soglegio Bue n'est pas très loin, le soleil non plus...

Ah la Suisse (ou « chère » voiture) !

La vignette suisse passera à 100 CHF à partir de 2015. Ajoutez à cela un taux de change franc suisse/euro peu favorable et des prix de refuges en augmentation et vous comprendrez pourquoi le « vosginisme » a un bel avenir devant lui.

Toute plaisanterie mise à part, il faudrait peut-être nous tourner vers d'autres montagnes pas trop éloignées, comme les Alpes autrichiennes par exemple. N'hésitez pas à me faire part (sur ddopler@reseau-gds.fr) de vos bons plans pour des courses, estivales ou hivernales, de RPA, d'escalade... en Autriche. La durée du trajet doit rester raisonnable, de l'ordre de 3 ou 4h de voiture maximum pour des sorties de week-end.

Cela peut aussi être l'occasion de commencer une réflexion plus globale sur la mobilité douce dans nos déplacements vers les montagnes.

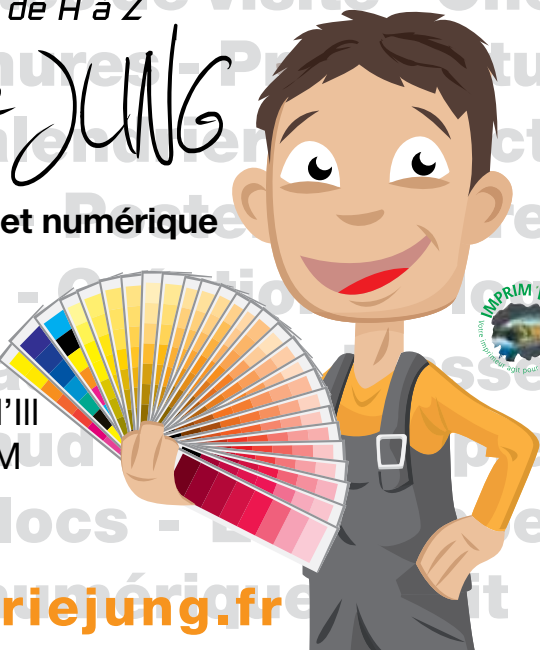
Vos projets d'impression de A à Z

Imprimerie JUNG

offset et numérique

14 rue de l'III - Z.A. de l'III
67118 GEISPOLSHHEIM
Tél. 03 88 66 20 34
Fax 03 88 66 31 07

www.imprimeriejung.fr



APPEL À TOUS LES ADHÉRENTS :

Le CAF a besoin de vous

Cette année encore nous nous sommes engagés à participer, avec notre structure d'escalade mobile, à une dizaine de manifestations. A chaque fois, dans une ambiance de fête populaire, de très nombreux enfants découvrent avec enthousiasme le plaisir de grimper. Pour que ces animations – qui sont aussi pour nous l'occasion de présenter aux familles le CAF et ses activités – puissent se dérouler dans de bonnes conditions nous avons besoin, pour chacune d'entre elles, du concours d'une dizaine de bénévoles (pour équiper les enfants, pour les assurer pendant qu'ils grimpent) ; il n'est pas nécessaire d'être soi-même grimpeur, il suffit d'avoir envie de participer - occasionnellement et pour 3 ou 4 heures seulement - à cette activité, il y aura toujours avec vous un responsable qui vous expliquera ce que vous aurez à faire.

Nous avons mis en place récemment une liste de diffusion sur laquelle nous vous proposons de vous inscrire, nous vous enverrons ultérieurement un planning des événements prévus et vous pourrez alors choisir la date (ou les dates) à laquelle vous souhaitez intervenir. D'avance nous vous en remercions.

Pour vous inscrire copiez le lien ci-dessous :

<http://listes.clubalpinstrasbourg.org/listinfo/benevoles>

et vous pourrez vous abonner en saisissant l'adresse mail que vous avez communiquée lors de votre inscription/renouvellement au CAF. Si cette adresse n'est pas à jour, communiquez votre nouvelle adresse au secrétariat avant de vous abonner à la liste de diffusion.

AG 2013

une date à retenir dès à présent

SAMEDI 23 NOVEMBRE

Centre Socio-culturel de la Robertsau

Vente de BONS Vieux Campeur

Vous pouvez vous procurer des bons de réduction « Vieux Campeur »
au Secrétariat, bd Poincaré aux horaires suivants :

le mercredi de 12h à 13h30
le vendredi de 17 à 19 heures

Pré-commande recommandée: bons@clubalpinstrasbourg.org

Disparition

Nous avons appris le décès, le 16 mars, de Rémy Buchmann à l'âge de 82 ans. Avec son épouse Dorette, ils étaient des fidèles du camp familial. L'été dernier à Rhème Saint Georges, ils participaient à leur 39° rassemblement. A son épouse, à sa famille, toute notre sympathie attristée.

Du côté de la bibliothèque

Au CAF, assouvir un vice impuni...

L'autre soir je suis passée au local. Plusieurs personnes patientaient dans le couloir, attendant d'accéder au secrétariat. Lors de votre prochain passage, ne perdez plus votre temps, faites un tour à la bibliothèque, juste à côté du bureau du secrétaire. Vous y trouverez pas loin de 3000 ouvrages, entre fictions (y compris des romans policiers), récits d'ascensions ou d'autres aventures, biographies, romans, livres de photos, livres techniques (météo, sauvetage, cartographie, orientation, technique d'escalade, d'alpinisme, de ski...) Nous cherchons à varier les supports en achetant aussi des DVD ainsi que des bandes dessinées et des mangas.

Toutes les activités pratiquées dans notre club y sont représentées. Nous disposons aussi de livres sur les châteaux, les champignons, la flore, les glaciers... Et ma liste est loin d'être exhaustive.

Les topos ont bien sûr la part belle sur les étagères.

Nous sommes également abonnés à deux revues « Trek Magazine » et « Vertical ».

Les derniers numéros sont à consulter au club, ensuite ils sont empruntables.

Cette année, nous espérons fonctionner sans cahier de prêt grâce à l'utilisation d'une douchette. Je vous souhaite de bonnes et agréables lectures.

Allez aussi visiter de temps en temps le site internet afin de vous tenir au courant de nos nouvelles acquisitions.

La bibliothèque est ouverte à tout membre à jour de sa cotisation... mais n'oubliez pas de rendre les ouvrages empruntés dans des délais raisonnables. Rappel : le prêt des topos est réservé aux chefs de course. Ils sont consultables par tous et à loisir sur place (avec possibilité de faire quelques copies).

Les responsables bibliothèque sont ouverts à toute suggestion, et si vous avez un ouvrage à nous conseiller, surtout n'hésitez pas à nous en faire part.

Dominique Goesel

Listes de Diffusions

Depuis décembre 2012, **8 listes de diffusion** ont été créées, une par activité. Tous les membres du CAF Strasbourg peuvent s'inscrire sur ces listes.

QUI FAIT QUOI AU CAF ?

Bureau		
BOUR	Gilbert	Président
CHABRIER	Jean-Marc	Responsable activités, administrateur site internet
CONTI	Jean-Philippe	Vice-Président et responsable ski alpin
ESLINGER	Chantal	Secrétaire générale
ROUSSELOT	Marie-Paule	Compétition, Rédac. chef bulletin « Ascensions »
SCHILLER	Claude	Trésorier-adjoint
STROESSER	Didier	Trésorier
Comité		
BAUDRY	Armand	Equiperment des falaises
BODIN	Eliane	Jeunes SAE
BRANCA	Christelle	Présidente de la section « Danse-escalade »
COGNOT	Fabrice	Resp. édition bulletin « Ascensions »
FAURE	André Erwin	Resp. projets, communication
FIRDION	Denis	Président de la section CAF Haute-Bruche
FOULON	Sylvie	Resp. projets, coordination des événements
HOH	Claude	Responsable randonnée pédestre, RPA et raquettes
HUG	Jéréemie	Responsable alpinisme
JUTIER	Frédéric	Responsable escalade
KALK	Pascale	Resp. projets, organisation des conférences
KLEIN	Philippe	Expéditions
KRESS	Béatrice	Responsable de projets
JEANNIN	Emmanuelle	Chargée de la communication
RAGUET	Sophie	Resp. projets et gestion des adhérents
RAPP	Thierry	Resp. ski de rando et site internet
TOUSSAINT	Loïc	Resp. de la formation
Hors Comité		
CHRIST	Gérard	Cartothèque
DOPLER	Daniel	Responsable alpinisme et resp. matériel
GOESEL	Dominique	Responsable bibliothèque
GROSS	Benoît	Rassemblement été + subventions/formations
IGEL	Claude	Responsable canyoning
JUILLARD	Daniel	Responsable SAE mobile
KROLLMANN	Alexis	Responsable ski de fond
MAETZ	Nicolas	Responsable spéléologie
SCHNEIDER	Xavier	Administrateur site internet
SPINNER	Olivia	Responsable marche nordique

POUR CONTACTER VOS CHEFS DE COURSE

par téléphone ou courriel

Bauer Geoffrey	06 83 19 50 52
Bihler Renaud	03 88 70 18 66
Bodin Eliane	03 88 75 02 28
Bour Gilbert	03 88 44 15 57
Bourgeois J.Louis (+49)	724 460 980 43
Cannevet Aurèle	03 88 34 39 63
Chabrier Jean-Marc	03 88 96 00 98
Christian*	03 88 59 08 95
Cognot Fabrice	fcognot@hotmail.com
Conti Jean-Philippe	03 88 23 20 27
Cunrath Bertrand	06 87 33 21 50
Dauil Christophe	06 89 71 00 66
Debetz Denis	06 18 39 03 93
Distel Christophe	06 75 12 66 24
Dopler Daniel	06 12 18 19 97
Durand Jacques	03 88 67 22 69
Faure André-Erwin	
	andre.erwin.faure@free.fr
Ferhat Gilbert	06 86 27 95 13
Gantzer Elisabeth	06 61 65 27 01
Gausserand Olivier	
	olivier.gausserand0411@orange.fr
Geissler Jacqueline	06 71 75 98 36
George Daniel	06 27 20 40 07
Goesel Dominique	03 88 61 22 41
Goerlach Ulrich	06 71 69 83 33
Gross Benoit	03 88 96 93 22
Hartmann Michel	06 07 16 04 97
Hoh Claude	03 88 03 30 19
Hueber Johann	06 42 54 19 06
Hug Jérémie	06 75 65 94 06
Igel Claude	03 88 83 20 04
Jaeg Benoît	06 15 03 52 09
Jaehnert Thomas	03 88 22 08 54
Joder Christophe	06 87 52 65 90
Jung Emmanuel	06 12 49 16 43
Juillard Daniel	06 34 54 56 20
Jutier Frédéric	03 88 34 08 48
Kalk Pascale	03 88 97 80 43
Kaupt Thierry	03 88 27 84 10

Kieffer Laurence	
	laurence.kieffer@novartis.com
Kieffer Sybille	06 62 02 91 90
Kim André	03 88 09 44 23
Klein Philippe	03 88 56 98 60
Krebs François	03 88 22 00 56
Kress Béatrice	03 88 23 15 41
Lagier Christophe	06 75 69 40 83
Lescinsky Vladimir	03 88 79 38 09
Lexa Thierry	03 88 44 03 76
Locoge Jacques	06 71 86 00 99
Maetz Nicolas	06 85 32 33 97
Maix Laurent	06 50 97 95 90
Martin Jean-Luc	03 88 48 85 42
Meyer François	03 88 68 93 78
Munsch Stephan	06 60 25 07 14
Oster Gwen	06 25 46 46 83
Rannou Sébastien	03 69 36 12 12
Rapp Thierry	03 88 96 07 87
Richert Georges	06 83 07 23 94
Risch Jean-Paul	06 29 36 72 87
Roche Olivier	orah.com@yahoo.fr
Rousselot François	03 88 65 05 26
Rousselot Marie-Paule	03 88 65 05 26
Schiller Claude	03 88 25 53 09
Schneider Xavier	06 89 21 09 74
Schwinté Christian	03 88 33 32 43
Simard Yann	
	yann.simard@hotmail.com
Spiegel Didier	03 88 18 88 26
Spinner Olivia	06 84 01 97 08
Stenger J. Marie	
	jean-marie.stenger@wanadoo.fr
Stoltz Jean-Louis	03 88 76 12 79
Tardy Patrick	06 66 62 81 86
Toussaint Loïc	06 24 14 67 95
Unterner Pierre	06 44 09 84 38
Weber Bruno	06 14 13 14 51
Welterlin Katia	06 71 15 84 41
Wiss Marie-Claude	
	wissmalo@hotmail.com

Au Vieux Campeur

SYMBOLE DU CHOIX, DU CONSEIL ET DU PRIX



PARIS QUARTIER LATIN
LYON

THONON-LES-BAINS

SALLANCHES

TOULOUSE-LABÈGE

STRASBOURG

ALBERTVILLE

MARSEILLE

GRENOBLE

AU VIEUX CAMPEUR STRASBOURG

32 RUE DU 22 NOVEMBRE - 67000

TÉL. : 03 90 23 58 58



10% de remise

sur certains achats et parfois mieux...

Comme par exemple **15% de remise**,
sur le matériel de montagne (famille
21)...c'est possible avec la **Carte Club**
Au Vieux Campeur.

www.auvieuxcampeur.fr