

ASCENSIONS

la montagne en partage



club alpin français
Strasbourg

Automne - hiver 2014-2015

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*

Un grand merci au comité de relecture.

Imprimé par JUNG à Geispolsheim

Dépôt légal : octobre 2014

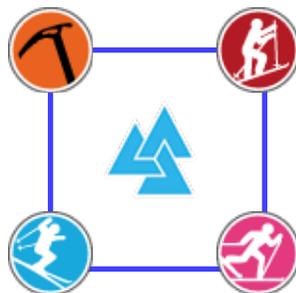
Prochain bulletin : avril 2015

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

Marie-Paule Rousselot (mariepaulerousselot@yahoo.fr) **avant le 15 mars 2015**

SOMMAIRE

EDITO	3
AG & AGENDA	5-7
Place aux Jeunes	8-11
ACTIVITÉS	12-26
Ski de Randonnée	13
Ski Alpin	14
Ski de fond	15
Escalade	16-19
Randonnée Pédestre	20-26
VIE DU CLUB	27-29
Qui fait quoi	30
Liste des chefs de course	31



DES JEUNES A LA MONTAGNE

Après quelques années au cours desquelles le nombre de nos adhérents est resté remarquablement stable, notre effectif, en 2013-2014, est reparti à la hausse, en particulier chez les jeunes : augmentation moyenne des effectifs d'un peu plus de 6%, mais augmentation de 75% pour la tranche d'âge 18-24 ans ! Il y a donc bien, chez les jeunes ados ou jeunes adultes un attrait pour les activités que nous proposons ; cela nous crée des obligations.

C'est pourquoi précisément il y a du nouveau pour les jeunes du côté des activités: nous l'avions annoncé, nous souhaitons diversifier les activités proposées à nos jeunes adhérents mineurs. Jusqu'à présent nous leur proposons essentiellement des cours d'escalade en salle ; cette année, à trois reprises, nous les avons emmenés en montagne. Un premier groupe a participé, fin mars, à un stage montagne-escalade à L'Argentière la Bessée, dans les Hautes Alpes (cf. ci-après l'article d'Esther Toutou); en mai, avec un second groupe, nous avons, pour la deuxième année consécutive, participé au rassemblement « Piolets jeunes » à Chamonix ; enfin, du 6 au 12 juillet, un troisième groupe s'est rendu à La Chapelle en Valgaudemar pour participer à un stage d'initiation à l'alpinisme.

Les participants étaient âgés de 13 à 22 ans, l'encadrement était assuré par des guides de haute montagne ; à chaque fois il a fallu jongler avec une météo bien médiocre, mais tout s'est toujours fort bien passé, dans une excellente ambiance et avec malgré tout des réalisations assez remarquables pour ces jeunes, dont certains n'avaient que peu d'expérience de l'escalade ou n'avaient jamais chaussé de crampons (par exemple l'ascension des Rouies, sommet de 3589 m, à partir du refuge du Pigeonnier). Corneille nous l'avait dit, et en alexandrins : « aux âmes bien nées, la valeur n'attend point le nombre des années »...

Certains jeunes ont participé aux trois déplacements, tous ont manifesté sur le terrain un bel enthousiasme et sont revenus bien décidés à poursuivre l'expérience; c'est ce que nous allons nous efforcer de leur permettre en organisant pour eux de nouvelles sorties en escalade et alpinisme ainsi que des sorties d'initiation à de nouvelles activités, comme le ski de randonnée, la cascade de glace, le canyoning, la spéléologie... Ces activités, regroupées dans un dispositif intitulé « école d'aventure », seront proposées aux jeunes adhérents âgés de 13 à 18 ans, elles seront

encadrées, selon les cas, par des chefs de course bénévoles et volontaires ou par des professionnels.

Gilbert Ferhat, un peu plus loin dans ce bulletin, vous fait le récit des belles courses réalisées cet été - en rusant avec la météo - par le groupe «Espoirs Jeunes Alsace» dans le massif du Mont Blanc. Il s'agit, cette fois, d'un programme d'activités qui s'adresse à de jeunes grimpeurs et alpinistes âgés de 18 à 26 ans. Il reste de la place dans cette petite équipe, n'hésitez pas à contacter Gilbert pour de plus amples informations (Gilbert.Ferhat@insa-strasbourg.fr).

La montagne est, pour nous tous, un extraordinaire terrain de jeu et d'aventure, un incomparable espace de liberté ; si des jeunes rejoignent notre association, c'est peut-être aussi pour que nous les emmenions respirer l'air des cimes. Ceux que nous y avons emmenés ces derniers mois n'attendent en tout cas que l'occasion d'y retourner.

Gilbert.



Dans les Écrins, au sommet des Rouies, le 11 juillet 2014

CONVOCAATION

A L'ASSEMBLEE GENERALE ANNUELLE

SAMEDI 29 NOVEMBRE 2014 à 16h30

**au Centre Socio-Culturel «L'ESCALE»
78, rue du Dr. François à Strasbourg.**

Tous les membres, à jour de leur cotisation, sont invités.

ORDRE DU JOUR DE L'AG STATUTAIRE

- 1 Approbation du compte rendu de l'AG 2013
- 2 Rapport moral
- 3 Rapport d'activités
- 4 Rapport financier. Budget prévisionnel
- 5 Rapport des vérificateurs aux comptes
- 6 Election des vérificateurs aux comptes
- 7 Election des représentants du CAF Strasbourg à l'AG de la FFCAM
- 8 Election du Comité
- 9 Adoption d'un règlement intérieur
- 10 Cotisations
- 11 Divers

Selon les statuts, le comité est renouvelable par quart chaque année.
Si vous désirez vous porter candidat, faites parvenir votre candidature par courrier postal ou mail à Jean-Louis (secrétariat), avant le 19 novembre, date impérative.

Le rapport de l'AG 2013 ainsi que le projet de règlement intérieur sont consultables sur notre site internet. Ils seront affichés à l'entrée de la salle.

Vous pouvez également le demander au secrétariat.

SAMEDI 29 NOVEMBRE à L'ESCALE

78 rue du Dr François, La Robertsau, Strasbourg

club alpin français
Strasbourg Bas-Rhin



14h00 Accueil

14h30 FILM...

IL TEMPO SI E FERMATO

Enrico OLMI, 1959.

L'histoire d'une amitié naissante entre deux hommes dépêchés dans les Alpes pour y surveiller un barrage hydroélectrique.

Cette rencontre improbable entre un homme âgé et un jeune étudiant venu se faire un peu d'argent de poche, accouche d'une histoire simple, où le sens du détail et l'humanité chaleureuse l'emportent.

Le film est une ode à la rencontre, à l'ouverture aux autres, au partage.

16h00 Pause café

16h30 AG STATUTAIRE

18h30 FILMS... EUROPEAN

OUTDOOR FILM TOUR 2012/13.

Aventure et Sports Extrêmes

19h00 Renouvellement de Présidence

19h15 Apéritif offert par le Club

20h00 REPAS BUFFET

SOIRÉE DANSANTE*

(AVEC D'J)

* Prix: Adultes 20€ / Enfants (jusqu'à 12 ans inclus) 10€ -
Inscription obligatoire accompagnée du règlement
avant le 15 novembre au secrétariat du club, 6 bd Poincaré à Strasbourg.

<http://clubalpinstrasbourg.org>

CYCLE CONFÉRENCES DÉBATS DU CLUB ALPIN FRANÇAIS DE STRASBOURG

VENDREDI 14 NOVEMBRE 2014 : 20H

MAISON DES ASSOCIATIONS: 1a Place des Orphelins à STRASBOURG

PEROU

Regards croisés de la

CORDILLERE BLANCHE au MACHU PICHU

Conférenciers: Doris WALTER & J-Louis STOLTZ

Programme:

Vers les sommets des Andes : les Cordilières Blanches et Huayhuash
La Vallée sacrée et la cité énigmatique de Machu Picchu

ENTREE: LIBRE



club alpin français

Strasbourg Bas-Rhin

6, boulevard Poincaré 67000 Strasbourg ouvert du mardi au vendredi de 17h à 19h
tel. 03 88 32 49 13 <http://clubalpinstrasbourg.org>

Un été avec l'EJA, Equipe Jeunes Alpinistes Alsace

Les étés se suivent mais ne se ressemblent pas, surtout au niveau météo... Cet été, l'EJA - autrement appelé par les instances de la Fédération « Groupe Espoir Alpinisme » a élu son camp d'été à Chamonix. L'an dernier, c'était à la Bérarde dans les Ecrins. Associés aux jeunes de l'EJA 18-26 ans, un jeune de 15 ans particulièrement motivé, des simples Cafistes mais surtout des encadrants bénévoles, pas forcément tous diplômés, mais très compétents et surtout très sympas.

En guise de mise en jambe, la première course débute sous un ciel bleu par une course d'arête facile dans les Aiguilles Rouges. La Traversée des Crochues est une course idéale pour contempler le Massif du Mont Blanc et les cinq glaciers qui se jettent dans la Vallée de l'Arve.

A la descente de l'arête, la présence de neige jusqu'au refuge du Lac Blanc est l'occasion d'une petite école de neige, qui s'avérera utile pour l'une des jeunes... Elle glissera involontairement et s'arrêtera grâce à son piolet ! Quelle mise en pratique rapide ! Ils apprennent vite, les jeunes ! Ce fut aussi l'occasion d'admirer le Lac Blanc couvert d'une carapace de neige/glace, rappelant un peu une banquise.



Ce séjour estival fut pluvieux mais il y eut trois belles journées ensoleillées. Ainsi, fut gravie, pour une deuxième mise en jambe, l'Aiguille du Tour. L'occasion de découvrir la rénovation du Refuge Albert ler, tant attendue. Mise en jambe sportive car l'ascension se fera avec un départ à 4 heures... depuis le village du Tour, soit un peu plus 2000 m de dénivelée !

La 2ème journée ensoleillée a pour prétexte l'exploration du Bassin d'Argentière ainsi que de faire quelques longueurs dans un couloir en neige sous le sommet de l'Aiguille de l'A Neuve. Couloir qui se fait plus tôt en saison, mais avec les précipitations du mois de juillet, il était en condition acceptable, au moins pour le bas du couloir. Ascension dans une grande solitude, les autres cordées présentes au refuge gravissaient l'Aiguille d'Argentière ou bien montaient simplement au Col du Tour Noir.

De retour au refuge d'Argentière, le début d'après-midi a eu pour unique plaisir d'apprécier la vue sur les faces nord et de déguster l'omelette du gardien. Quelques moments mémorables avec la gardienne du refuge, ravie d'accueillir un groupe de jeunes et de leur montrer l'hospitalité des gardiens surtout à ceux qui ne connaissent pas du tout le refuge et le Bassin d'Argentière.

La 3ème belle journée fut consacrée à la réalisation de l'esthétique arête de Rochefort, encore plus belle qu'à l'accoutumée en raison de la tempête de la veille qui avait façonné des corniches impressionnantes et avait aussi entièrement effacé toute trace des précédentes ascensions.

A côté de ces rares belles journées ensoleillées, quelques ascensions réalisées en grande partie de nuit avec des levers à 2h du matin comme la Face Nord de la Tour Ronde. L'approche fut ponctuée par d'impressionnants éclairs, qui illuminaient en quelques secondes tout le bassin du Glacier du Géant. Heureusement l'orage était loin. Deux journées furent sauvées en allant se réfugier sur des sites de dry. Deux spots à l'abri de la pluie rapidement accessibles depuis Chamonix.

Finalement, le séjour estival fut l'occasion de réaliser essentiellement des courses en neige, conditions obligent, mais aussi parce que la plupart des jeunes sont issus du monde de la falaise, et que par conséquent il était bon qu'ils découvrent ou pratiquent des courses en neige et aussi admirent un beau massif bien enneigé cet été.

Le couplage EJA, moins jeunes et simples adhérents cafistes a bien fonctionné. Un grand merci aux deux bénévoles qui m'ont aidé dans l'encadrement ! A réitérer pour l'été prochain. Sans doute un camp de base dans le Val d'Aoste pour explorer le versant plus sauvage du Massif du Monte Bianco et aussi le massif du Gran Paradiso, là encore, c'est la météo qui décidera...

G. Ferhat

<http://www.eja-alsace.fr/>



Stage d'escalade à L'Argentière-la-Bessée

Un stage d'escalade a été organisé du 27 avril au 3 mai 2014 par le CAF de Strasbourg, pour tous les niveaux d'escalade. Président, organisateurs, guides, encadrants et jeunes, tous grimpent les belles montagnes des Hautes Alpes.

Le groupe était formé de 8 jeunes, 3 encadrants, une organisatrice sur place, et le Président du CAF (club alpin français). Nous étions logés dans le gîte 'Le Moulin Papillon' à L'Argentière-la-Bessée. Le premier jour les guides ont évalué le niveau de chacun en nous faisant faire des voies de niveau 4 b-c et 5 a-b.

Le lendemain, nous avons fait une grande voie assez simple (histoire de ne pas brûler les étapes) où nous étions par cordées de trois. Il faisait très beau et le paysage était magnifique. Nous sommes descendus à pied, avons mangé, nous sommes allés sur une autre paroi.



Esther Tuitou et Julien Brenner dans Nid d'Aigle au Ponteil

Le troisième jour, il pleuvait, donc nous sommes allés dans une salle où nous avons revu les techniques pour faire un relais. Le temps s'est arrangé dans l'après midi, donc nos deux guides nous ont conduit sur un gros rocher où nous avons grimpé, le soleil nous motivait !

Nous sommes partis le jeudi pour faire une grande voie en cordées de trois ou de deux, avec ou sans guides. Nous avons commencé vers 10h et avons terminé vers 18h. Nous avons déjeuné à un relais plutôt confortable. Comme après chaque journée, nous sommes rentrés au gîte pour se laver, se défouler (en jouant au volley) puis dîner.

Le dernier jour, il y avait du brouillard, donc les guides (qui étaient maintenant trois) nous ont emmenés sur une paroi abritée. A cause du brouillard on ne voyait pas le sol, ce qui était assez perturbant, mais super tout de même. Une fois arrivés en haut de cette grande voie, nous sommes descendus en rappel auto-assuré. Au début j'avais très peur mais finalement c'était vraiment génial.

J'allais oublier : l'ambiance était vraiment conviviale, comme si nous nous connaissions depuis longtemps, nous mangions comme des rois, et le paysage était époustouflant.

Un grand merci à Gilbert BOUR, le Président, à Audrey, Lionel et Johann pour leurs conseils, leur bonne humeur et leur présence, à Fred et Seb, nos guides, et Marie la troisième guide, à Emmanuelle, qui a organisé cette semaine, au gîte «Moulin Papillon» et un grand merci à tous les jeunes car je me suis vraiment amusée.



Baptiste (Asencio) dans l'araignée au Ponteil

Pour résumer, dans ce stage j'ai appris à profiter du paysage, mais surtout évolué en escalade et découvert la grimpe en falaise.
Encore merci,

Esther TOUITOU, 14 ans, une des jeunes de ce stage.

Les voies réalisées dans le Briançonnais:
L'arête du Bouchier, « Le nid d'aigle » au Ponteil



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 même pour les randonnées pédestres à la journée : cela permet de donner les points et horaires de rendez-vous et d'organiser le co-voiturage.

Lors de toute activité, il faut se munir de la 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.



Quelques rappels utiles pour organiser vos sorties de cet hiver

Le CAF organise des sorties en week-end (essentiellement en Suisse), des séjours et des sorties à la journée (Vosges, Forêt-Noire selon enneigement).

Prévoir de s'inscrire à l'avance (forte demande) et reconfirmer sa participation au début de la semaine précédant la sortie. Ne pas s'inscrire à plusieurs sorties un même week-end...

Les déplacements s'effectuent en général par co-voiturage. Se renseigner à l'avance sur les tarifs pratiqués par le chauffeur.

Avant et pendant la course, le chef de course est seul habilité à prendre les décisions nécessaires, selon les conditions météo, le niveau du groupe...

Les participants se sont entraînés préalablement à la sortie à l'utilisation du matériel de sécurité (pelle, sonde, ARVA).

Pour vous donner un avant-goût du programme ski de rando...

...les sorties proposées par Jacques Locoge:

- Dimanche 30 novembre 14 : formation de sécurité pour la pratique hivernale. Lieu : Champ du Feu.
- W.E. 20/21 décembre 14 : Muotathal – Suisse suivant conditions météo.
- W.E. 3/4 janvier 15 : Diemtigtal – Suisse suivant conditions météo.
- W.E. 14/15 février 15 : Val Bedretto, Tessin – Suisse suivant conditions météo.
- W.E. 3 au 6 avril 15 : Massif du Tödi – Suisse suivant conditions météo.

Des informations et le programme complet des sorties, sur notre site.



Photo : J. Locoge

Massif de Maladeta



SKI ALPIN

Un nouvel hiver arrive...

...et notre programme complet se prépare pour vous proposer week-end et séjours. Accompagnements pédagogiques, sur piste comme en hors piste pour tous les niveaux afin que chacun trouve sa place, son plaisir, se détende, joue de sa technique ou progresse, vous y retrouverez tout ce qui vous a mis en joie les saisons précédentes.

L'intégralité du programme est disponible sur le site du club. Il vous est toutefois conseillé de réserver au plus vite vos week-end et séjours pour nous permettre de confirmer nos réservations dans les meilleures conditions.

Pour les séjours semaine, les inscriptions devront se faire pour le 14 décembre dernier délai, accompagnées d'arrhes. Un pré-paiement de réservation sera aussi nécessaire pour certains week-end.



Ecole de ski Enfant Adulte 2014/2015, débutants et initiés :

La formule de l'Ecole de ski pour cette saison se présente comme suit :

Réunion d'information le jeudi 11 décembre à 20h au local du club.

Enfants débutants : 2 séances les dimanches en journée complète. Ces deux séances sont réservées aux enfants à partir de 6 ans et accueilleront un maximum de 6 participants.

Enfants et Adultes Initiés (expérience de quelques jours de ski) : 2 séances les dimanches en journée complète à la suite du programme débutant. Elles sont ouvertes à un total de 10 personnes maximum et pourront, le cas échéant, accueillir des enfants issus du parcours débutant qui sont suffisamment aguerris.

J.P. Conti



Gilbert BOUR et Pierre LOTZ vous
proposent

UN SÉJOUR de SKI DE FOND A PRÉMANON (JURA) Du 17 au 21 janvier 2015

SKATING ET CLASSIQUE

Hébergement en demi-pension
au Gîte de La Grenotte
Inscriptions au plus tôt



Vosges hivernales

Photos : F. Rousselot





ESCALADE

ESCALADE SUR SAE : 5 MURS associatifs au choix

Le CAF Strasbourg vous donne accès à 5 structures artificielles d'escalade (SAE) différentes..

MUR DU GYMNASSE ADLER

Rue Adler, quartier ROBERTSAU

Gymnase municipal. Mur vertical (hauteur 7m) avec légers dévers. Environ 50 voies, du 4b au 6c, équipées par le CAF Strasbourg.

Topo sur place.

MUR DU GYMNASSE JACQUELINE

Avenue Pierre Corneille, quartier HAUTEPIERRE

Gymnase municipal. Mur vertical (hauteur 10m) avec gros dévers. Environ 60 voies, du 5a au 8a, équipées par le CAF Strasbourg.

Topo sur place.

MUR DU GYMNASSE REUSS

62 allée Reuss, quartier NEUHOF

Gymnase municipal. Mur vertical (hauteur 7m) avec léger dévers. Environ 40 voies, du 4b 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 8,5m). Environ 40 voies, du 4 au 7, équipées par le CAF Strasbourg.

Topo sur place.

SAE DE WOERTH (CAF GRÈS DES CIMES)

Rue du Gymnase 67360 Woerth

Gymnase municipal.

Topo sur place.

RAPPEL

Le CAF organise des cours enfants et adultes (débutants et perfectionnement).
Pour tout renseignement, s'adresser au secrétariat ou au responsable escalade.
Vous trouverez également des renseignements sur notre site.



En pratique Libre Autonome:

LIEU	ADLER	JACQUELINE	REUSS	VENDENHEIM	WOERTH
RESPONS.	Sébastien GEFFROY 06.18.05.29.64	Gwen OSTER 06.25.46.46.83	Jacques LOCOGE 06.71.86.00.99	Thierry RAPP 06.06.67.02.28	André KIM 07.87.65.79.31
CRENEAUX	Mar. 18h/22h Mer. 20h/22h Jeu. 18h/22h Congés scolaires : partiellement ouvert	Lun. 18h/20h Mar. 18h/22h Mer. 14h/20h* Jeu. 18h/22h Ven. 18h/20h Congés scolaires : partiellement ouvert *le mercredi pendant les stages jeunes d'octobre à mai	Mar. 18h/21h Jeu. 18h/21h Congés scolaires : partiellement ouvert	Mer. 20h/22h Ven. 20h/22h Congés scolaires automne, hiver et printemps : ouvert	Mar. 20h/22h Congés scolaires : ouvert
PRIX Pour cafishes à jour de leur cotisation	Gratuit	Gratuit	Gratuit	Gratuit	Gratuit
MATERIEL	Non fourni (prêt de cordes à titre exceptionnel)	Non fourni	Non fourni	Cordes sur place	Matériel à disposition

La pratique libre autonome 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.

Ouverture partielle pendant les congés scolaires : consulter le site du CAF

Salle d'Offenburg : Salle payante gérée par le club alpin allemand. Accès à tarif réduit (9 €) sur présentation de la carte CAF



Gendarme Rouge (Stage Alpi)



ESCALADE

Quelques news....

Depuis cet automne, un nouveau responsable escalade : Gwen Oster, déjà responsable de la salle Jacqueline, remplace Frédéric Jutier qui a occupé ce poste pendant plusieurs années. Merci à lui.

Entraînement compétition

Le CAF propose à toutes les personnes intéressées, jeunes et adultes, un entraînement compétition le lundi de 18h30 à 20h30, hors vacances scolaires, à la salle Jacqueline (HautePierre). L'encadrant sera David Tass, moniteur breveté d'Etat et ouvrier de voies de compétition, secondé par un deuxième cadre.

Aucun niveau préalable (hormis débutant total) ne sera exigé. Ce qui nous intéresse, c'est la motivation à progresser, l'investissement personnel.

Les cours seront axés sur le perfectionnement technique, le renforcement musculaire, le travail sur la motivation et la gestion du stress.

Les cours sont gratuits. En échange nous demandons aux participants, soit de participer aux 2 compétitions fédérales de niveau régional (championnats du Bas-Rhin et championnats d'Alsace), soit de participer à l'organisation de l'Open Poussins/Benjamin que le CAF organisera au cours de la saison, soit de donner un coup de main à l'encadrement de la structure mobile : rien donc de bien compliqué.

Pour plus d'infos,
contactez Gwen.
oster.gwen@free.fr





Rassemblement escalade-alpinisme à La Fouly (12-26 juillet)

Grâce à une météo que l'on peut carrément qualifier de pourrie la deuxième semaine, il y a eu sans doute davantage de journées rando que de journées escalade lors de ce camp.

Nous avons tout de même pu profiter du granit exceptionnel du secteur Orny, des grandes voies du côté de Saleina, de la dalle de l'Amône qui permet de se donner en spectacle aux flamingants ébahis confortablement installés au camping.



Certains courageux ont réussi à passer entre les gouttes pour réaliser des courses de neige du côté du Trient, de la Grande Lui et de Saleina.

Photos:

ci-dessus: le Glacier de Saleina
(Joseph Heitz)

ci-contre: Sybille dans la dalle de
l'Amône (Muriel Hémon)



Exploration du Val Masino

Le Val Masino fait partie de la Valtelline – Lombardie, en Italie du nord et se trouve au sud des Grisons; une petite vallée discrète mais qui concentre toutes les montagnes possibles !

Le sentier Roma vous permet de flirter avec les aiguilles et les flèches de granit dont le fameux Piz Badile; il s'agit d'une haute route alpine bien pourvue en refuges et en bivouacs confortables et qui reste à 2500 m sur 5 à 6 journées.



Voie Tunnel Diagonale



secteur placche del Giardino

Pour aller plus vite, vous pouvez aussi participer au trophée KIMA et essayer de parcourir le même sentier Roma en moins de 6 heures. Le trophée KIMA est l'une des épreuves de l'Ultra SkyMarathon.

Bien plus cool sera en revanche, l'escalade sur blocs: dans cette même vallée sont disséminés près de 150 blocs faciles d'accès; le festival Melloblocco rassemble les meilleurs grimpeurs de blocs, chaque année, au mois de mai.



bivouac Molteni

L'escalade classique n'est pas en reste et que ce soit des voies dans les vallées dont la mythique Luna Nascente (5 c + obl.) mais aussi les nombreux itinéraires de haute-montagne sur un granit superbe et où si d'aventure vous ren-



Passo Qualido

contrez Lady D et qu'elle vous fait un Dolce Psico-dramma, il ne vous restera plus qu'à enchaîner Guronsan !

Les hauts sommets tels le Piz Badile, le Pizzo Torrone, le Monte Disgrazia permettront aussi d'engager un grand alpinisme en n'oubliant pas friends et pitons.

Après toutes ces aventures, vous pourrez aussi profiter d'un bon espresso au fond

des crashpads astucieux des bars de San Martino, d'une polenta au sarrasin servie avec de la bresaola et pourquoi pas des thermes du Val di Bagnio et du fameux semi-freddo inassouvi !

Pour plus de détails, contacter :
Claude HOH



Au fond le Monte Disgrazia

Photos: C. Hoh.



Badile et consorts



Quel avenir pour le balisage ?

Salut les Dino,

Comptez bien vos écailles, il se pourrait qu'à la fin de cet article, il vous en manque une ou deux !

Le balisage de sentiers, à destination des VTT, du tourisme équestre ou des randonneurs pourrait bien vivre ses dernières années. Son but principal est bien de faciliter l'orientation sur le terrain et de se passer partiellement de la carte. De plus, la création, puis le maintien de ces balises demandent beaucoup de travail de la part des bénévoles, sans compter les tonnes de peintures étalées dans la nature et ces milliers de clous plantés dans ces pauvres arbres pour supporter les panneaux. J'ai mal pour eux !

Tout cela pourrait bien être prochainement remplacé par la trace GPS. Quoi c'est ? (Hein, Was esch ? pour les locaux). Un GPS peut enregistrer un parcours dans un fichier. Ce dernier pourra être implanté dans un autre GPS ou un smartphone, qui retrouvera alors à quelques mètres près, le parcours du premier GPS.

Concrètement, le GPS indique alors à tout moment le chemin, un peu comme une boussole magique dont le nord serait la trace à suivre. C'est un jeu d'enfant que de suivre un itinéraire. Quel intérêt alors d'un balisage ?



On trouve sur la toile beaucoup de ces traces (souvent des fichiers GPX) qui remplacent progressivement les topos papier de rando, de VTT, de ski,... On échappe ainsi à ces fabuleux descriptifs : « prendre une vague sente à droite après le gros sapin ». De plus, ces sites web contiennent également des avis et une certaine actualité du tracé (intérêt,

durée, variante, état du sentier, danger ponctuel...)

Une autre variante de la trace GPS est utilisée avec une carte (pas forcément de très bonne qualité) qui indique des sentiers. Chaque sentier de la carte est en relation avec un QR Code que l'on peut flasher avec son smartphone et télécharger la trace GPX du parcours.





Et que devient le chef de course dans tout cela ? Et bien il devient un e-CDC* (tchac, encore une écaille qui vient de sauter !) Toujours sur ces sites qui hébergent les traces, on voit se dégager des noms (ou des pseudos) qui réalisent de nombreuses traces de qualité. Leurs réputations grandissent. A travers ces traces GPS, ils guident de nombreux amoureux de la montagne... sans être impactés par les responsabilités qui assaillent les CDC de la vraie vie. De plus, leurs sorties sont réalisables à tout moment. Il n'est pas indispensable d'attendre le dimanche matin pour se retrouver place de Bordeaux. Un peu de temps libre, une bonne météo, des amis et hop c'est parti... et que deviendront les Clubs Alpains dans tout ça ?

Allez, courage, le prochain article sera uniquement consacré au knickerbocker et à l'alpenstock.

Daniel Dopler.

*Chef de course, bien sûr

Réponse de Sébastien RANNOU : **L'avenir est dans le papier (l'ami fidèle) !**

Quel n'a pas été mon grand étonnement voire ma totale stupéfaction lorsque j'ai appris que, dans le numéro d'« Ascensions » que vous avez entre les mains, un grand maître du CAF allait faire l'apologie du GPS ! Comment se fait-ce ?? Le flegme anglais n'étant vraiment pas mon fort, je me suis senti dans l'obligation de prendre ma plume afin de répondre immédiatement à cette déclaration d'amour à la technologie...

Dans son article, Daniel D. (je garde son anonymat pour plus de discrétion) écrit : « Un GPS peut enregistrer un parcours dans un fichier. Ce dernier pourra être implanté dans un autre GPS ou un smartphone, qui retrouvera alors à quelques mètres près, le parcours du premier GPS ». C'est vrai que dit comme ça, ça n'a pas l'air compliqué du tout !!! Personnellement, je ne suis pas ingénieur informaticien et faire tout ce que Daniel décrit me paraît un tout petit peu compliqué...

Bon, en admettant qu'on y arrive, on se retrouve dans la nature à scruter son smartphone ou son GPS dans l'espoir de ne pas se perdre. Chose très aléatoire, vous pouvez me croire... J'ai pu m'en rendre compte un jour de faiblesse où j'ai accepté de tester ce genre de matériel. De plus, à force de regarder notre GPS, on en oublie le but même de notre sortie : prendre du plaisir à regarder la nature en prenant notre temps.



RANDONNÉE PÉDESTRE

Imaginons effectivement un dialogue dans un groupe de randonneurs avec un GPS :

-Liliane : « Eh Robert, tu as vu la belle petite fleur ? »

-Robert : « Lâche moi avec ta fleur, tu vois pas que je suis concentré ! Je suis la trace sur mon GPS ! C'est quand même vraiment bien ces instruments, on ne peut pas se perdre... »

-Liliane (les yeux au ciel) : « Tu as raison Robert mais tu viens de marcher sur la petite fleur... ».

Ou encore :

-Simone : « Qu'est-ce qu'on est bien dans cette belle forêt. On respire à fond ».

-Robert (toujours lui) : « Mouais bof. Ils m'embêtent tes arbres, j'arrive pas à capter les satellites avec mon GPS. J'espère qu'on va pas se perdre... ».

-Simone : « Ne t'inquiète pas Robert, j'ai la carte ».

Car oui, le voilà l'instrument magique : la bonne vieille carte papier !! Simone est pleine de bon sens. La carte traditionnelle nous permet de rêver à notre projet, d'imaginer les aventures qui nous attendent. Et puis, c'est du concret. On la plie, on la tripote, on la détaille... C'est merveilleux de pouvoir la parcourir des yeux et de se dire : « Dans quelques temps, je serai là ! » en la pointant du doigt. J'aime son contact et j'aime l'avoir sur ma table de chevet car je ne me lasse pas de l'étudier. Elle me rend heureux : je sais qu'accompagnée de sa copine la boussole et, bien sûr, de ma petite femme, je passerai une belle journée face à de magnifiques paysages. Le tout sans aucun problème de batterie...

Et à ceux qui disent qu'une randonnée avec la carte dure une heure de plus que la même randonnée effectuée avec un GPS, je leur réponds : « Peut-être. So what ? » (un peu flegmatique) car cette heure n'est pas perdue, bien au contraire. On peut la combler avec plein de choses utiles et/ou intéressantes. On peut, par exemple, boire un petit coup, reprendre son souffle pour « ratcher », manger un morceau pour se requinquer. Ou encore prendre des photos ou même ramasser des champignons... Si si, y en a qui sont fans...

Toujours est-il que la carte restera un objet romantique qui nous fait rêver avant même de partir et si les dinosaures doivent se transformer en petits gaulois irréductibles, je serai de ceux-là...



Rassemblement familial d'été 2014: PRAD am STELVIO

Le traditionnel rassemblement familial d'été s'est déroulé à Prad am Stelvio, petite station italienne du Vinschgau. Le val Venosta est une vallée se trouvant à l'ouest du Tyrol du Sud. Très fréquentée été comme hiver, elle bénéficie d'un climat particulièrement doux, ce qui n'est pas pour déplaire, ni aux vacanciers ni aux pommiers qui ont fait la réputation de la région.

Une trentaine de participants y ont pris leurs quartiers pendant la deuxième quinzaine de juillet, pour la plupart au camping "Kiefenhain", qui est installé dans une magnifique pinède non loin du village. La piscine municipale se trouve juste à côté, on y accède directement depuis le camping !



Entente franco-italienne : nos jeunes grimpeurs ont pu se joindre à un groupe de "locaux" et partager un goûter au pied des voies (photo D. Dopler)



(photo B. Gross)

Voici deux de nos ferratistes dans la Tschengelser Hochwand (3375m). On y accède depuis Sulden (1860m) via la Düsseldorf Hütte (2721m)

On connaissait les bisses du Valais, voici ceux du Vinschgau. Ces canaux d'irriga-



tion, dont la construction pour certains remonte au 15ème siècle, sont creusés à flanc de montagne. Ils servent à amener l'eau des glaciers vers les vallées pour la distribuer aux surfaces cultivées, parfois très éloignées.

Des sentiers accessibles aux randonneurs permettent de les longer et se rendre compte des trésors d'ingéniosité développés à l'époque pour la gestion de l'eau, une ressource rare dans ces régions arides.

Le village de Prad s'étale au pied du col de Stelvio (Stilfser Joch) qui est, avec ses



(photo B. Gross)

2758 m, le plus haut col routier des Alpes italiennes. On y accède par une route touristique, bien aménagée, après une succession de 60 virages. Impressionnant.

Benoît Gross



RANDONNÉE PÉDESTRE

Du côté des pentes du Mont-Rose

L'été 2014 fût très maussade. Toutefois en ce 20 août, une fenêtre météo s'offre à notre groupe conduit par Jean-Louis pour découvrir le massif du Monte-Rosa littéralement « montagne glacée ».

La boucle prend le départ à Stafal (Italie). Par paliers et quelques sommets au passage, nous atteindrons la pointe Gniffetti et la capanna Margherita (4559m) pour y passer la nuit (ici on ne dort pas mais on se repose). Le retour se fera par le Naso de Lyskamm (4272m), le refuge Quintino Sella et les pentes de Castor avant de retrouver la vallée de Gressoney.

In fine, une belle itinérance haute-montagne où les glaciers, séracs sous l'oeil imposant du Lyskamm (4532m) sont encore bien présents.

Cela aura également donné à certains d'autres idées de sommets, en mode alpinisme et/ou ski de randonnée.

Texte et photos : Loïc Toussaint



Camp de base au refuge Sella au pied de Castor



En ligne de mire l'arête du Lyskamm (traversée de 10,8 km), le Cervin, la Dent-Blanche.

In memoriam

Claude Bastian est décédé le 15 août dernier.

Il a été un des pionniers de l'équipement de sites d'escalade dans le Bas-Rhin. A partir du milieu des années 80, il a équipé bon nombre de rochers autour de Saverne. Si certains sont un peu délaissés aujourd'hui parce qu'ils n'ont pas été conventionnés, d'autres, qui bien que figurant dans le topo des Vosges du Nord, sont un peu « confidentiels » ont toujours leurs inconditionnels. Grâce à lui des sites très populaires et très fréquentés comme les Roches Plates, le Muhlberg, le Rocher du Lion, la partie droite du Krappenfels de Lutzelbourg et du Kronthal ont vu le jour. Ses premières œuvres figurent d'ailleurs dans un petit topo « Escalade autour de Saverne » qu'il a fait paraître en 1987 et que certains anciens ont peut-être encore dans leur bibliothèque.

Merci à lui pour tout ce très impressionnant travail bénévole qui permet aux générations successives de pratiquer leur activité favorite dans leur région.



Photo J. Locoge

Une nouveauté : CINE CLUB du Club Alpin Français.

Dans une volonté d'ouverture vers la ville et de proposition à tous, un accord a été passé avec le cinéma strasbourgeois l'Odyssee afin de créer un Ciné Club en partenariat avec ce dernier.

Sa thématique : Montagne, Aventure, Expérience, place et rapport de l'homme à la nature.

A travers des films de cinéma, des documentaires, des films historiques, nous visiterons aussi bien les pratiques actuelles que celles qui nous ont montré notre voie, des films emblématiques mettant en scène la nature aussi bien que ceux où c'est la nature qui remet en scène l'humain, parcourant ainsi, au gré de ce cycle qui verra le jour d'ici la fin de l'année, la première programmation étant prévue pour novembre, des films à caractère sportif comme de grands films de cinéma.

Les séances seront présentées sur notre site et vous en trouverez l'information dans les programmes de l'Odyssee. Elles auront lieu les jeudis à 20h à raison d'une toute les cinq semaines.

Une partie de la pré-programmation :

Jeremiah Johnson de Sydney Pollack (western 1972)

La Ballade de Narayama de Shōhei Imamura (drame 1983)

Sur le fil de Darwin – la dernière Terre inconnue (expédition alpinisme 2013)

...

Des billets seront disponibles en pré-vente au local du club au tarif de 5€ la séance ainsi que des cartes de fidélité.

En guise d'introduction à ce ciné-club, le film « Le Temps s'est arrêté » (Il tempo si è fermato) de Ermanno Olmi, 1959, vous sera présenté lors de la projection introductive de notre Assemblée Générale le 17 Novembre à 14h30.

Jean-Philippe CONTI



Carnet rose

La famille Simard s'est agrandie.

Florence et Yann ont accueilli Robin le 20 juillet dernier.

Yann est chef de course ski-alpinisme. Un nouveau défi pour les heureux parents...

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



SAISON 2014-2015

À partir du 02/09/2014

Pour entretenir votre condition physique tout au long de l'année !
votre partenaire Forme et Santé par le Sport et Fitness vous propose

2 Activités « TOTAL FITNESS »
toute la saison de septembre à mi-juillet sauf vacances de Noël

06 82 82 30 70 – 03 69 06 75 94 @:francoise.hug@hotmail.fr
www.clubalpinstrasbourg.org

lieu de pratique : Salle de Danse du Centre Sportif Bon Pasteur
6A, Bd J-S BACH près de l'Orangerie - 67000 STRASBOURG

<p>MARDI de 12h15 à 13h15</p>	<p>Travail de la respiration et rééquilibrage musculaire, exercices PILATES avec le PILATES-ring</p> <p>stretching et relaxation</p> 
<p>MERCREDI SOIR de 20h30 à 21h30</p>	<p>Renforcement cardio-vasculaire et musculaire global (steps, haltères, élastiques, gliding) dos, abdos, fessiers et étirements</p>



Brevetée d'État des Métiers de la Forme et préparateur physique - Aérobie Pro-Instructeur FISAF
Personal Trainer FISAF (Fédération Internationale des Sports Aérobie et Fitness)
Instructeur en BODY-COMBAT, BODY-PUMP et BODY-BALANCE
Certifiée en SGA (Stretching Global Actif) la rééducation posturale globale appliquée au sport délivré par Norbert GRAU et Philippe SOUCHARD Kinésithérapeutes
Instructeur PILATES, École FITSPRO (Pilates Institute Genève)- Instructeur ZUMBA Fitness

Condition inscription
Adhésion annuelle forfaitaire

200 € pour 1 cours/ semaine
300 € pour 2 cours/ semaine

Licence CAF obligatoire en sus

Vous munir d'une photo d'identité et d'un certificat médical (obligatoire)

QUI FAIT QUOI AU CAF ?

Bureau		
BODIN	Eliane	Secrétaire générale
BOUR	Gilbert	Président
CONTI	Jean-Philippe	Vice-Président, projets de développement
ESLINGER	Chantal	Vice-Présidente, administration et gestion
ROUSSELOT	Marie-Paule	Compétition, Rédac. chef bulletin « Ascensions »
SCHILLER	Claude	Trésorier-adjoint
STROESSER	Didier	Trésorier
Membres de droit		
FIRDION	Denis	Président du CAF Haute-Bruche
KIM	André	Président du CAF «Au grès des Cimes» (Vosges du Nord)
RAPP	Thierry	Représentant du CAF Vendenheim, Resp. ski de rando
Autres membres du comité		
BAUDRY	Armand	Equipement des falaises
BELLISSENT	Hervé	Responsable matériel, local CAF
BRANCA	Christelle	Responsable « Danse-escalade »
CHABRIER	Jean-Marc	Site internet
COGNOT	Fabrice	Responsable édition bulletin « Ascensions »
FOULON	Sylvie	Responsable SAE Mobile
HOH	Claude	Responsable randonnée pédestre, RPA et raquettes
HUG	Jérémie	Responsable alpinisme, local CAF
JEANNIN	Emmanuelle	Responsable communication
JUTIER	Frédéric	Site internet
KALK	Pascale	Resp. projets, organisation des conférences
KITTLER	Jean	Local CAF
KLEIN	Philippe	Expéditions
KRESS	Béatrice	Responsable SAE Mobile
TOUSSAINT	Loïc	Responsable de la formation
Hors Comité		
CHRIST	Gérard	Responsable cartothèque
DISTEL	Christophe	Listes de diffusion
DOPLER	Daniel	Président du CAF Vendenheim, Resp. alpinisme et matériel
GOESEL	Dominique	Responsable bibliothèque
GROSS	Benoît	Rassemblement été + subventions/formations
IGEL	Claude	Responsable canyoning
JUILLARD	Daniel	Responsable technique SAE mobile
LOTZ	Pierre	Responsable ski de fond
MAETZ	Nicolas	Responsable spéléologie
OSTER	Gwenn	Responsable escalade
SCHNEIDER	Xavier	Responsable environnement, administrateur site internet

POUR CONTACTER LES CHEFS DE COURSE

ski-alpinisme, ski alpin, ski de fond, raquettes à neige

Ski-Alpinisme

Bour Gilbert 06 81 13 14 99
Bourgeois J-Louis +39 0332 73 22 77
Cognot Fabrice fcognot@hotmail.com
Daeffler Anne annedaeffler@yahoo.fr
Ferhat Gilbert 06 86 27 95 13
Gausserand Olivier
olivier.gausserand0411@orange.fr
Goerlach Ulrich 06 71 69 83 33
Igel Claude 03 88 83 20 04
Jaeg Benoît 06 15 03 52 09
Lagier Christophe 06 75 69 40 83
Locoge Jacques 06 71 86 00 99
Munsch Stephan 06 60 25 07 14
Rapp Thierry 06 06 67 02 28
Roche Olivier 06 32 20 88 41
Rousselot François 03 88 65 05 26
Rousselot Marie-Paule 06 24 88 25 65
Rubert Emmanuel e.rubert@yahoo.fr
Simard Y. yann.simard@hotmail.com
Spiegel Didier 03 88 18 88 26
Stenger Jean-Marie
jean-marie.stenger@wanadoo.fr

Ski Alpin

Conti Jean-Philippe 06 85 86 13 04
Gillet Bernard 06 11 02 84 31
Kupfer Lionel 06 07 06 85 93
Lagier Christophe 06 75 69 40 83
Roche Olivier 06 32 20 88 41
Wiss Marie-Claude 06 84 13 65 70

Ski de fond

Bauer Geoffrey 06 83 19 50 52
Bour Gilbert 06 81 13 14 99
Geissler Jacqueline 06 71 75 98 36
Igel Claude 03 88 83 20 04
Jaeg Benoît 06 15 03 52 09
Krollmann Alexis 03 88 68 93 78
Lotz Pierre 06 38 87 35 11
Meyer François 03 88 68 93 78
Reiminger Laurent 06 09 31 68 01
Richert Georges 06 83 07 23 94
Schmitt Pascal 03 88 64 37 32
Schoennahl Yves 06 79 69 74 55
Spiegel Didier 03 88 18 88 26
Tardy Patrick 06 87 51 79 04
Weissenstein Corinne 06 12 18 19 97

Raquettes à neige

Baer Josef speedybaer@t-online.de
Hoh Claude 03 88 03 30 19
Martin Jean-Luc 03 88 48 85 42
Toussaint Loïc 06 24 14 67 95

Photo ci-contre: Tomba, célèbre chef de course Suisse aujourd'hui disparu et qui fût la fierté du Berghotel Schwarenbach.



Liste des chefs de course «activités été» dans le numéro précédent.



Au Vieux Campeur

"Symbole du choix, du conseil et du prix"



Carte Club

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.



Carte Cadeau

Soyez certain de faire plaisir en offrant ce choix avec notre carte «cadeau» utilisable en boutique ou sur notre site Internet.

© Photos : Ortovoxx, S. Jaulin, Atomic, Mountain Hardware

Strasbourg

32, rue du 22 novembre - 67000

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

www.auvieuxcampeur.fr



Avec notre application, retrouvez l'intégralité des 5 Tomes de notre catalogue. Vous pourrez consulter en permanence plus de 3000 pages de produits qui vous passionnent.

