

# ASCENSIONS

*La montagne en partage*

**Automne  
Hiver  
2023-2024**



fédération française  
des clubs alpins  
et de montagne

club alpin de **Strasbourg**



Directeur de la publication : Laurent Maix

Rédacteur en chef : Philippe Klein

Mise en page : Maud Rottier et Fabrice Cognot

Photo de couverture : Descente du col du Tour Noir (photo F. Cognot)

Imprimé par Groupe Bateliers Imprimeurs à Strasbourg.

Dépôt légal : novembre 2023

ISSN 2677-3392 (version papier) ISSN 2677-3694 (version en ligne)

## SOMMAIRE

**3** ÉDITO

**4** VIE DU CLUB

**5** ACTIVITÉS MODE D'EMPLOI

**6-7** SKI DE FOND

**8-9** SKI ALPINISME

**10-17** ALPINISME ET VIA FERRATA

**11-13** Stage initiateur à Chamonix

**14-15** Escalade dans les Aiguilles Rouges

**16-17** Dolomites par les Vie Ferrate

**18-21** CANYONING

**22-28** RANDONNÉE PÉDESTRE

**23 -25** Les Dolomites du Haut Adige

**26-27** Val d'Aoste

**28** Isola Elba

**29** SÉJOUR MULTI-ACTIVITÉS ÉTÉ 2023

**30** PORTFOLIO

**31** QUI FAIT QUOI

## 18 Canyoning



Canyoning dans le Piémont italien  
(photo F. Vogel)

## LE CLUB ALPIN DE STRASBOURG

6, boulevard du Président Poincaré

67000 Strasbourg

**Téléphone :** 03 88 32 49 13

**Courriel :** [secretariat@clubalpinstrasbourg.org](mailto:secretariat@clubalpinstrasbourg.org)

**Site internet :** <http://clubalpinstrasbourg.org>

**Secrétariat :** Myriam vous accueille **le mardi de 17h30 à 19h30, le mercredi de 12h30 à 14h30 et le vendredi de 17h à 19h.**



## Prochain bulletin : avril 2024

Vos contributions, textes (word) et photos (jpeg), sont à adresser à Philippe Klein ([klein.philippe@neuf.fr](mailto:klein.philippe@neuf.fr)) avant le **15 mars 2024**.

# EDITO - LA MONTAGNE EN TOUTE SÉRÉNITÉ

Le programme proposé cet été par le Club alpin a été bien fourni et particulièrement varié, avec les traditionnels camps d'été (camp multi-activités en Chartreuse, camps des grimpeurs à Chamonix, dans les Écrins et dans les Aravis), auxquels se sont ajoutés de nombreuses sorties et séjours de randonnée (Bauges, Encantats dans les Pyrénées espagnoles, Oberland Bernois, Bourgogne, Dolomites...), d'escalade, d'alpinisme, de spéléo, etc...

La diversité des activités proposées est le résultat de l'engagement de nos encadrants, qui prennent soin de se former, et ont à cœur ensuite de partager leur passion avec tous ceux qui souhaitent découvrir et pratiquer les activités de montagne. Par ailleurs, beaucoup de nos adhérents font le choix de vivre la montagne de leur côté, en famille ou entre amis, à leur rythme et au gré de leurs envies.

Nous espérons que vous avez tous passé un bel été.

Que vous soyez autodidactes ou formés au Club, ou a fortiori débutants, le Club Alpin s'efforce, par ses formations et les activités qu'il organise et encadre, de permettre à chacun de progresser vers l'autonomie.

Il nous faut garder à l'esprit que les sports de montagne sont des activités à risques, et que nous devons tout faire afin de limiter ces risques autant que possible.

Plusieurs accidents récents en escalade, plus précisément dans des progressions en moulinette, m'incitent à nous sensibiliser à la plus grande vigilance.

La corde est le lien de confiance et de

sécurité entre les membres d'une cordée ; il est impératif de bien connaître et de respecter les règles et conditions de son utilisation.

A cet égard, je rappelle que,

sur tous les créneaux proposés par le Club dans les salles d'escalade durant l'année, des responsables sont présents et peuvent vous aider à revoir et optimiser vos manips de corde. Amis grimpeurs, lorsque vous êtes au relais, ayez un œil attentif sur votre assureur. La plupart des accidents sont liés à des erreurs humaines et souvent en lien avec des erreurs de communication.

J'ajoute que le Club propose également des sorties d'initiation à la plupart des activités, ainsi que des « écoles » (escalade, alpinisme, ski de rando, etc...). Ceux qui veulent aller plus loin peuvent s'inscrire à des formations conduisant à des diplômes fédéraux et – pourquoi pas – devenir à leur tour encadrants.

En tête de notre bulletin figurent ces mots : « la montagne en partage » ; ce n'est pas un simple slogan, plutôt un programme, une perspective, un engagement : vivre et partager la montagne, avec nos adhérents, en toute sérénité.

**Laurent MAIX**



## Conférence de Christophe Moulin du 20 octobre 2023

### « Itinéraire d'un alpiniste d'exception »

Christophe Moulin, alpiniste de haut niveau âgé de 65 ans, est guide de haute montagne et professeur à la prestigieuse ENSA (Ecole Nationale de Ski et Alpinisme) de Chamonix. Il compte à son actif un nombre impressionnant d'ascensions de grande difficulté dans les Alpes, dont certaines en solitaire, ainsi que dans des massifs lointains où il a également réalisé différentes premières.

Il reçut comme récompense le Cristal FFME en 1992 et fut nommé plusieurs fois aux Piolets d'Or.

La conférence de Christophe Moulin s'est déroulée en trois parties.

Via un power-point, la première partie retraça son parcours d'alpiniste, des années 1980 jusqu'à nos jours, conjuguant

des ascensions sans cesse plus audacieuses et extrêmes avec l'évolution d'un matériel de plus en plus sophistiqué, ainsi qu'une approche pédagogique et mentale des plus intéressantes.

La seconde partie fut agrémentée d'un film d'une douzaine de minutes relatant une expédition avec le Groupe Excellence Alpinisme National (GEAN) dans le massif du Gharwal en Inde.

Enfin la dernière partie fut l'occasion d'un échange constructif et convivial avec un auditoire que Christophe Moulin a su conquérir au fur et à mesure d'une soirée fructueuse et intéressante à bien des égards. Elle permit aussi de mesurer l'évolution, et la mentalité, de l'alpinisme au plus haut niveau au cours de ces quarante dernières années.



Christophe Moulin, un alpiniste d'exception (photo C. Moulin)

# ACTIVITÉS

**La totalité des programmes de nos activités** (sorties à la journée, sur un week-end, séjours prolongés ou stages) **est consultable sur notre site internet** clubalpinstrasbourg.org (avec mise-à-jour quasi-quotidienne), au secrétariat du Club, ou dans les DNA du mercredi ou du jeudi (rubrique associations).

**L'inscription aux sorties prévues au programme est obligatoire.** Lors de toute activité, munissez-vous de votre carte d'adhérent. Pour le matériel nécessaire à la sortie, renseignez-vous auprès de votre encadrant au moment de votre inscription.

**En cas de co-voiturage,** les frais pourront être calculés sur la base de 0.25€ par kilomètre, 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. Les participants sont priés de prévoir de quoi payer en espèces si nécessaire.

**Pour un séjour avec nuitées,** l'encadrant n'avance pas de fonds pour les participants ; en revanche il collecte les arrhes pour les reverser à l'hébergeur. En cas de désistement d'un participant, ce dernier ne récupérera ses arrhes que si l'hébergeur les rembourse. En cas d'annulation de la sortie pour cas de force majeure non lié à l'encadrant ou au Club, les participants supporteront les éventuelles pertes financières.

**Pour les sorties hors de France,** afin d'éviter d'avancer les frais en cas de soins, il est fortement conseillé de se munir d'une carte européenne d'assurance maladie (valable 2 ans, délivrée gratuitement par votre caisse ou votre mutuelle dans un délai de 15 jours).



Automne sur les haut de Finhaut en Suisse (Photo Ph. Klein)



## Vos encadrants

Bauer Geoffrey	06 83 19 50 52	geoffreybauer@me.com
Bour Gilbert	06 81 13 14 99	gilbert.bour@free.fr
Geissler Jacqueline	06 71 75 98 36	j.geissler@orange.fr
Igel Claude	06 37 34 11 01	igelcl@yahoo.fr
Krollmann Alexis	06 70 88 66 83	alexis.krollmann@laposte.net
Lotz Pierre	06 38 87 35 11	pierrelotz@free.fr
Schoennahl Yves	06 79 69 74 55	yves.schoennahl@orange.fr
Spiegel Didier	06 19 94 82 72	didier.spiegel@orange.fr
Zorn Florence	03 88 83 20 04	florencezorn@yahoo.fr

## Séjour de ski de fond dans le Jura - 20<sup>ième</sup> édition

Du samedi 20 au jeudi 24 janvier 2024, Gilbert Bour et Pierre Lotz vous proposent un nouveau séjour de ski de fond et de skating (raquettes possibles en autonomie).

Hébergement en demi-pension au gîte de La Grenotte ([www.lagrenotte.com](http://www.lagrenotte.com)) à proximité des Rousses et de plusieurs autres magnifiques domaines de ski de fond (Le Risoux, La Vattay, Combe des Amburnex). S'inscrire au plus tôt.

Contacts :        Gilbert : 06 81 13 14 99 - [gilbert.bour@free.fr](mailto:gilbert.bour@free.fr)  
                     Pierre : 06 38 87 35 11 - [pierrelotz@free.fr](mailto:pierrelotz@free.fr)



Ski de fond dans le Jura (Photo G. Bour)



Sous le sommet de la Blonnière (Photo Ph. Klein)

## Vos encadrants

Cognot Fabrice		fcognot@hotmail.com
Gausserand Olivier		olivier.gausserand0411@orange.fr
Gillme Christophe		christophegillme@gmail.com
Goerlach Ulrich	06 71 69 83 33	ulrich.goerlach@iphc.cnrs.fr
Igel Claude	06 37 34 11 01	igelcl@yahoo.fr
Jaehnert Thomas	03 88 22 08 54	thomasjaehnert@aliceadsl.fr
Lagier Christophe	06 75 69 40 83	lagierchristophe@laposte.net
Locoge Jacques	06 71 86 00 99	jacques.locoge@gmail.com
Munsch Stephan	06 60 25 07 14	stephan-munsch@laposte.net
Rapp Thierry	06 06 67 02 28	thierry.rapp@laposte.net
Roche Olivier	06 32 20 88 41	orah.com@wanadoo.fr
Rubert Emmanuel	06 27 31 44 59	e.rubert@yahoo.fr
Schoennahl Yves	06 79 69 74 55	yves.schoennahl@orange.fr
Spiegel Didier	06 19 94 82 72	didier.spiegel@orange.fr
Stenger Jean-Marie		jean-marie.stenger@wanadoo.fr

## Sorties hiver 2023 - 2024

Séjours et sorties seront progressivement publiés sur le site web du club, aux premières neiges.



Montée à la Tête de Pelouze dans les Aravis (Photo Ph. Klein)



# STAGE INITIATEUR À CHAMONIX

## UNE SEMAINE POUR PRÉPARER LES FUTURS ENCADRANTS

Au cœur des alpes françaises, deux membres des CAF Girls, Eva et Morgane, ont passé une étape cruciale dans leur parcours au sein du Club Alpin Français en participant au stage initiateur. Une semaine riche en apprentissage et en partage d'expérience, qui les a amenées ainsi que 6 autres candidats (Bruno pour le CAF de Thur de la Doller, Nicolas pour le CAF de Cornimont, Guillaume, Julien, Thomas et Pierre pour le CAF de Strasbourg) à perfectionner leurs compétences et leur pédagogie en alpinisme.

Ce stage a été encadré par le guide de Haute Montagne Jeremy Stagnetto ainsi que par l'instructeur FFCAM Jean-Pierre Leroux.

### Jour 1 : L'Essentiel de l'Escalade

Le stage a débuté par une présentation de la nouvelle formation des initiateurs au Club Alpin, suivie de la révision des techniques de base en escalade comme la création d'un relais, la pose de coin-

ceurs ou la descente en rappel. L'objectif était de parfaire ces compétences essentielles, de les comprendre en profondeur afin de les expliquer de manière pédagogique.

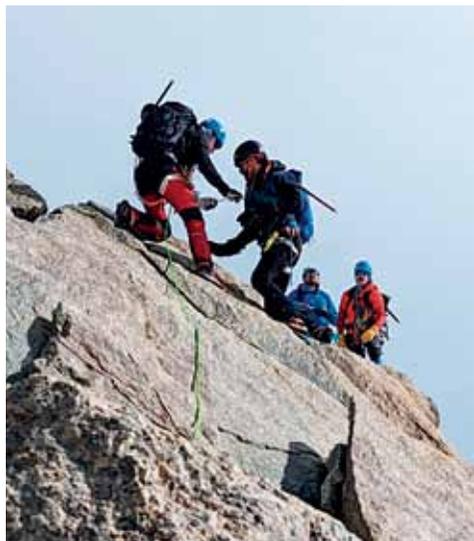
La journée s'est terminée par une mise en pratique où chacun devait à tour de rôle être l'initiateur et l'initié.

### Jour 2 : Organisation d'une sortie grande voie au Brévent

Le deuxième jour a vu les participants organiser en autonomie une sortie d'escalade en grande voie au Brévent. La veille, ils s'étaient concertés pour choisir le lieu et l'itinéraire, basé sur des critères tels que la météo, l'accessibilité et la difficulté des voies, pour organiser ensuite les cordées et choisir le matériel adéquat. En effet, un orage étant annoncé dans l'après-midi, il fallait une course rapide, facilement accessible et dont le niveau technique corresponde à l'ensemble du groupe. Le choix s'est finalement porté sur Tartiflette et une



Atelier mise en place d'ancrage dans la neige



Pose de protection sur rocher dans l'arête à Laurence

voie voisine dans les aiguilles rouges. Accessibles en remontées mécaniques, ces deux voies côte à côte permettaient à l'ensemble du groupe de progresser rapidement avec de nombreuses possibilités de réchappes.

Suite à une route barrée, le groupe a dû improviser une marche d'approche plus longue à travers le maquis ainsi qu'un

rappel, ce qui a renforcé leur capacité à s'adapter aux situations imprévues. La journée a été l'occasion de mettre en pratique les enseignements du premier jour et de perfectionner les compétences en escalade.

### Jour 3 : Journée Pédagogique à l'ENSA

Le troisième jour a été consacré à une journée pédagogique à l'ENSA (École Nationale de Ski et d'Alpinisme), faute d'un temps favorable pour sortir en montagne. Cela a permis d'aborder des sujets tels que les secours en montagne et l'utilisation de radio tout en préparant la sortie du lendemain sur glacier, l'occasion de revenir sur l'encordement sur glacier, les mouflages et la gestion des avalanches.

Pour le lendemain il a fallu choisir et préparer une course à la journée en intégrant les conseils reçus tout au long du stage. C'est ainsi que le groupe s'est trouvé un jeudi soir dans les chambres de l'ENSA à tracer des azimuts, définir des barrières horaires et anticiper un plan B si les conditions météorologiques devaient varier.



#### **Jour 4 : Mixte à l'Aiguille du Midi**

Le quatrième jour, le groupe s'est réparti entre l'arête à Laurence et la pointe Lachenal. Ces itinéraires, faciles d'accès depuis l'aiguille du Midi, sont réputés pour l'initiation. Ils permettent en effet de travailler un large éventail de compétences, allant de l'assurage en mouvement à la protection d'un passage de rimaye en passant par la pose de protection sur rocher et sur glace.

Des ateliers pédagogiques ont ensuite été mis en place pour mettre en application les techniques vues la veille et tester leurs limites.



Session de drytooling pour Eva

#### **Jour 5 : Drytooling, ateliers pédagogiques et installation de mains courantes**

Le stage s'est clôturé avec une journée au Fayet marquée par des ateliers animés par Jeremy, Jean-Pierre ainsi que Médine et Ozan qui se sont joints à nous. Drytooling, installation de mains courantes et utilisation de pitons ont rythmé la journée, une façon de consolider les compétences acquises tout en partageant un moment convivial. La journée s'est conclue par un débrief individuel et collectif afin de partager les retours d'expériences du stage.

Ainsi, cette semaine intense de formation a permis à nos deux CAF Girls de se préparer à devenir initiatrices au sein du Club Alpin Français. Fortes de leurs connaissances approfondies et de leur passion renforcée, elles sont désormais prêtes à partager leur expérience avec d'autres amateurs de montagne. Une nouvelle aventure passionnante les attend, alors qu'elles continuent à explorer les sommets des Alpes et au-delà.

**Eva CHOSSAT et Morgane RABINEAU**  
(photos M. Rabineau)

# ESCALADES DANS LES AIGUILLES ROUGES

Une belle semaine de grimpe dans la bonne humeur, c'est ce que nos trois encadrants, Laurent, Didier et Thierry, nous ont offert début juillet dans le massif des Aiguilles Rouges. Vétérans des grandes voies chamoniardes comme Thierry, Laurent, François et Didier, nouveau crack de l'escalade comme Geoffrey ou éternelle débutante comme moi, chacun y a trouvé son bonheur.

Grâce à l'ENSA (où Laurent semble connaître absolument tout le monde, et où nous avons croisé avec plaisir Médine et Ozan), j'ai pu constater que les petits déjeuners de guides ne faisaient pas évoluer le niveau d'escalade puisque le mien est resté strictement le même.

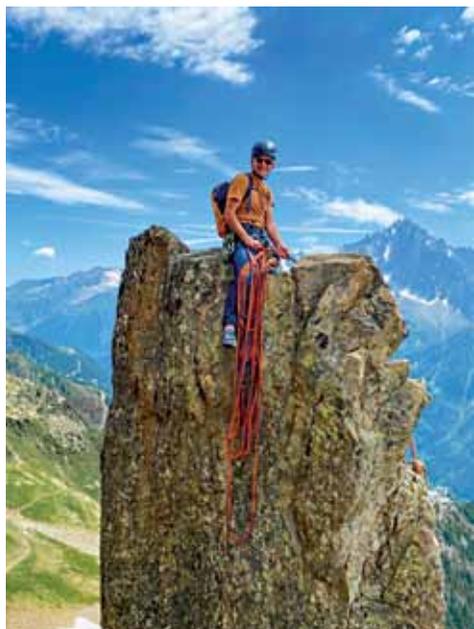
Dès notre arrivée au pied de la falaise des Gaillands, trois cordées se sont naturellement formées; elles varieront peu tout au long de la semaine. Nous avons passé le deuxième jour sur les



Geoffrey dans la Frison-Roche (photo D. Spiegel)

dalles des Chéserys où, séduits, nous sommes retournés deux jours plus tard. Entre-temps nous avons grimpé au fond du vallon de Bérard (non sans avoir admiré la belle cascade éponyme) et sur la dalle de Vallorcine.

Le dernier jour, Didier et Geoffrey ont gravi la Frison-Roche pendant que nous nous contentions, François, Laurent, Thierry et moi, de grimper la Crakoukass au-dessus de compresseurs\* qui n'ont arrêté leur vacarme que pour céder la place aux rotations d'un hélicoptère chargé d'approvisionner le chantier. Une belle voie "peu engagée" (ça, c'est ce qui est écrit dans le topo!!)...



14 François dans la Crakoukass (photo L. Maix)

La météo nous a été favorable malgré des réveils brouillardeux (les nôtres comme ceux du ciel !) et de rares ondées. Les dîners-buffets de l'UCPA, mal présentés, n'en étaient pas moins succulents et abondants. Et le soir, malgré



De la spéléo pour un canif égaré (photo C. Méhat)

la fatigue, la coupe du monde d'escalade constituait un divertissement de choix sur la place du Mont Blanc, même si je n'ai jamais réussi à reproduire les contorsions ni la vitesse d'exécution des concurrents...

Seule ombre au tableau : le canif perdu de François à la sortie de Crakoukass. J'ai eu plus de chance : Laurent a ramassé un chausson d'escalade sur un sentier... qui s'est avéré être le mien, mal accroché au sac !

On remet ça quand ?

**Claire Méhat**

\* sans rapport avec le Cerro Torre !



Didier au départ de la Frison-Roche (photo G. Gourinchas)

# DOLOMITES PAR LES VIE FERRATE\* DE LA HAUTE ROUTE N° 1

Nous voilà partis le 2 septembre de Pecol, près de Cortina d'Ampezzo, pour rallier Belluno à l'issue de 13 jours de randonnées et de vie ferrate.

Nous rejoignons le refuge Coltai pour monter le lendemain au sommet de la Civetta (3200 m) par la via ferrata Alleghesi. Ces voies ne sont pas équipées comme en France, une certaine expérience alpine et de grimpeur étant recommandée ; il s'agit d'escalader le rocher en étant simplement assuré par le câble.



Civetta (Photo T. Lorber)



Le groupe au sommet de la Moiazza Sud, 2878 m (Photo D. Firdion)

La descente se fait le lendemain par la très aérienne via Tissi.

A l'occasion de ce parcours la via Costantini, la plus belle, la plus longue (1300 m+) et la plus difficile, attire irrésistiblement notre regard. Certains ne sauront y résister. La moitié du groupe s'y engage. Ils gravissent alors le sommet de la Cresta delle Masenade pour suivre ensuite une longue arrête (2h) pour atteindre la Moiazza Sud (2878 m). Le retour long, et très expo, se fait par une descente aérienne. Une journée de 11h !

La journée du lendemain, beaucoup plus courte, sera la bienvenue.

Les jours suivants sont consacrés à des ascensions, la Tamer Grande (2547m) pour les félés de la Costantini, et le San Sebastiano (2488m) pour le reste du groupe ; la journée se termine par une très longue et exigeante descente, le long de petites vires sans équipement.

\*Note de la rédaction : « via ferrata » est le singulier, alors que « vie ferrate » le pluriel.

A mi-parcours de notre périple nous descendons à Agordo, le refuge suivant affichant complet. Une belle virée touristique avec hôtel et restaurant!

On remonte au refuge Bianchet. Le lendemain nous rejoignons le refuge 7° Alpini par la via ferrata Marino Guardianò assortie d'une rude descente.

Malheureusement l'ascension du mont Schiara tombe à l'eau, au sens propre, mais également par la fermeture des vie Zacchi Berti et Marmol en raison d'un très grand risque de chutes de rochers.

Le dernier jour, après une longue descente passant par le canyon Bus del Buson, qui est un véritable joyau de la nature dont l'origine est un probable ancien torrent sous glaciaire, nous atteignons la ville de Belluno, terme de notre périple.

Désormais il ne nous reste plus qu'à prendre le bus pour retrouver nos véhicules à Pecol.

Les Dolomites sont vraiment magiques ; tous ont envie d'y revenir !



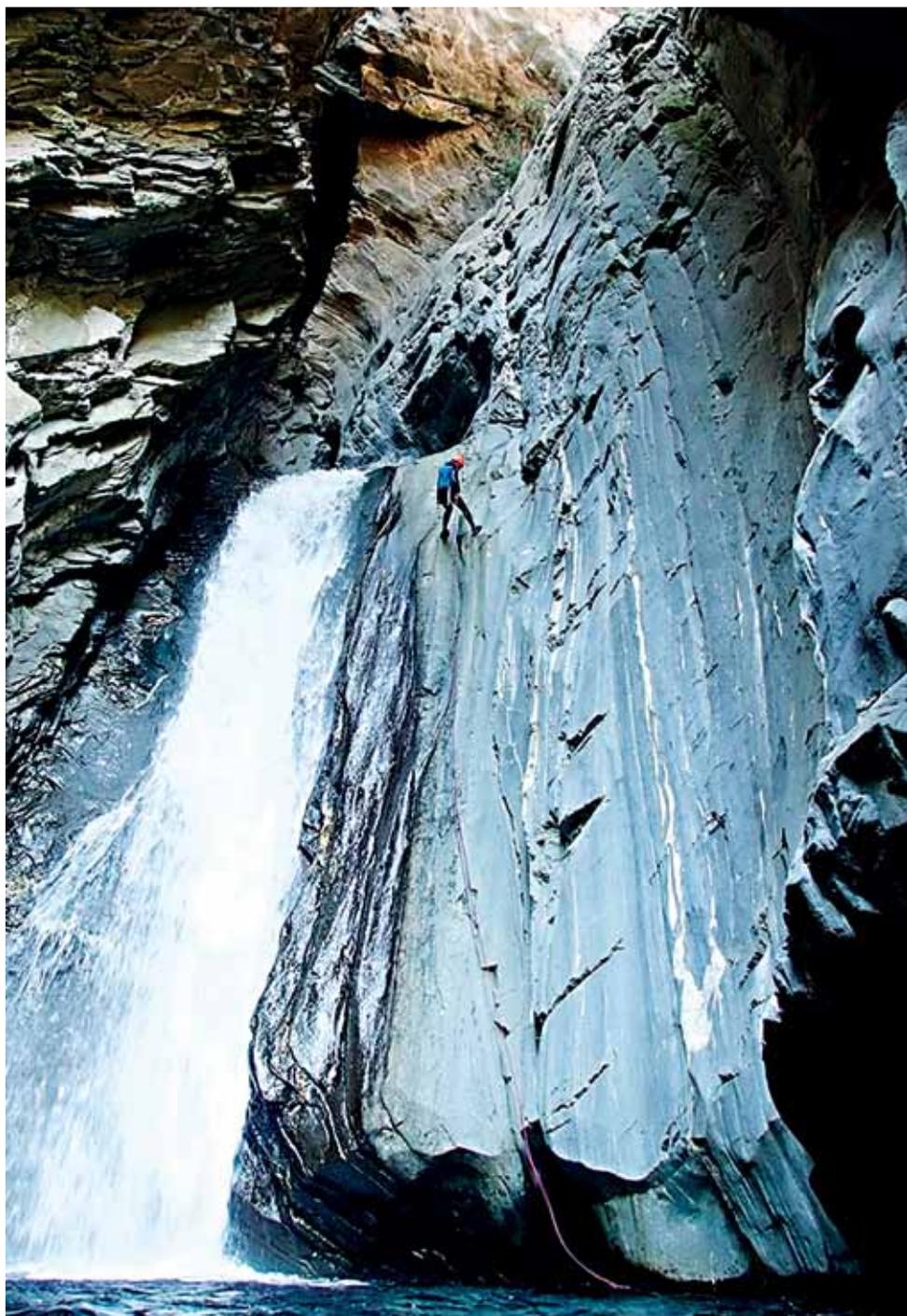
Via Costantini (Photo T. Lorber)

Un très grand merci à Jean-Louis Stoltz pour cette merveilleuse quinzaine.

**Pascale Kalk - Denis Firdion**



Agordo (Photo D. Firdion)



# UN ÉTÉ AU FRAIS

Ce n'est pas la discipline reine du Club alpin, ni une discipline des JO 2024, mais être au frais l'été, quel luxe !

Les canyons du Piémont italien nous ont surpris et charmés.

Petite équipe de 4 grimpeurs, nous avons choisi des canyons pour leur esthétique et leur verticalité « V » plus que pour leur caractère aquatique « A », deux critères qui font la cotation des canyons.

Même si les sauts ou les toboggans semblent prometteurs à certains, prudence oblige, car il n'y a pas de réseau



et les échappatoires sont rares (dernier critère « E » pour engagement) : nous voilà donc partis pour quelques heures en eau-tonomie !



Des cascades de 30, 40, et même 50 mètres, c'est la surprise garantie, et à l'arrivée une grande vasque émeraude, des corridors d'un bleu profond ou de l'écume blanche tumultueuse et la bataille pour en sortir !

Être suspendu seul sur sa corde, tantôt sous les embruns, tantôt sous la pression de la chute, presque coupé de tout repère, offre de singulières et addictives sensations !

La variation des paysages est infinie : des descentes arborées, des jardins verticaux et moussus baignés de soleil, des gorges très minérales, des cascades

élégamment et puissamment vrillées par les éléments et des blocs en équilibre qu'aucun Sisyphes ne toucherait ... !

Mais tout cela se mérite, car parfois trouver le point de départ exact, et ce malgré le topo, demande un peu de flair ; enfin l'essentiel est surtout de ne pas manquer la sortie y compris quand il faut grimper sur un barrage !

« Descendre, manger, dormir et recommencer ! » tel fût le mot d'ordre des deux séjours de l'été !

**Fabienne Vogel (Texte et photos)**



Illustrations des pages 19, 20 et 21 : Canyoning dans le Piémont italien (photos LBG)





# LES DOLOMITES DU HAUT ADIGE

Randonnée du 3 au 13 septembre 2023

Partis de Strasbourg aux aurores nous sommes arrivés (après quelques ralentissements pour travaux en Allemagne et de nombreux bouchons autour d'Innsbruck et du Brenner) à Brixen vers 14h30.

Dans cette ville naquit l'immense alpiniste Reinhold Messner la même année que notre honorable organisateur. Nous rejoignons en bus les télécabines de Plose qui nous rapprochent de notre hébergement du jour, la Plosehütte, situé à une heure de marche.

Le groupe de 14 personnes est maintenant au complet ; nous voilà dans l'ambiance.

En route pour de magnifiques randonnées dans des paysages à couper le souffle (au propre comme au figuré...

facile). C'est aussi le paradis des amateurs de via ferrata. Les itinéraires prévus par Gilbert ont permis à 3 reprises au groupe de se scinder entre randonneurs et grimpeurs. Chacun trouvant son compte dans son activité favorite, on se racontait le soir notre journée autour de délicieux plats italiens et autrichiens ; knödel, wienerschnitzel, ou pâtes et, bien sûr, polenta, crostatta, tiramisu et panacotta...

La qualité, la diversité et l'ambiance des refuges participaient également à la réussite du séjour. Certains sont classés au patrimoine mondial de l'UNESCO, notamment le refuge Vajolet ou la Schlernhütte qui, avec sa salle de restaurant monumentale et son immense kachelofen, essaie de rivaliser avec la Berlinerhütte dans le Zillertal. Les seuls noms de Rosengarten ou



La Brogleshütte et le Geisler Gruppe (Photo G. Bour)



Sur l'itinéraire du refuge Torre di Pisa. En arrière-plan le Groupe du Catinaccio (Photo M Renard)

Latemar font déjà rêver... On a assisté à de merveilleux couchers de soleil qui passaient par tous les dégradés de rose. Les randonnées proposées entre alpages, paysages minéraux et cols raides, nous ont enchantés... on rêvait les yeux ouverts.

Au loin on apercevait le glacier de la Marmolada, qui parfois se résumait à une simple ligne blanche sur l'arête rocheuse. Gilbert a gardé le meilleur pour la fin : une grosse étape de 12 km pour 1400 m de dénivellée positive avec des passages techniques assez inattendus. Heureusement nous étions bien entraînés et tout s'est bien passé à part quelques frayeurs.

Gilbert a aussi réussi à gérer les cieux ; il a fait beau et chaud pendant tout le séjour. C'est à des détails comme ça que l'on reconnaît un bon organisateur ! L'orage a éclaté le dernier soir à Bolzano quand nous étions de retour à l'auberge de jeunesse !

Bolzano, charmante cité qui mérite vraiment d'être visitée par ces temps de

réchauffement climatique. Sa conception architecturale traditionnelle permet une ventilation naturelle et favorise une fraîcheur bienvenue des bâtiments et des rues. Nous avons dégusté la première et dernière pizza de notre périple italien chez Nussbaumer, la meilleure pizzeria de la ville d'après le Youth Hostel...



vers le Pas de Molignon (Photo G. Bour)

MERCI à Gilbert d'avoir si bien organisé ce séjour et à tous les participants pour ces bons moments partagés.

A l'année prochaine ???

Doris SITTLER



Vue du refuge Bolzano (Photo M. Renard)

## COMMUNICATION

Si vous n'êtes pas encore abonnés au compte Instagram de votre club, vous pouvez vous rattraper en scannant le QR code ci-contre !

N'hésitez pas à relayer les publications mais vous pouvez vous aussi participer à la communication de notre club :

Pour alimenter notre compte, il suffit d'envoyer vos propositions de contribution par mail à Myriam notre secrétaire.

Merci !



# VAL D'AOSTE

Partis pour environ 8 jours à la découverte du Val d'Aoste, nous n'avons pas été déçus par l'accueil des locaux, ainsi que des randonnées très bien balisées dans des paysages magnifiques.

La Vallée de Valpelline promet de belles randonnées et des courses plus ou moins longues en fonction de la distance des marches d'approche des refuges. Aucune remontée mécanique dans ce coin fait que cet endroit est plutôt destiné à des familles sportives.

Nous avons tenté le côté italien du Cervin à Valtournanche ; les sommets y sont chouettes mais les terrains lunaires. Les aménagements pour les pistes de ski fond laissent à penser que la station doit très probablement être plus agréable en hiver. Quelques chutes de neiges sur le massif du Cervin la veille de notre randonnée amélioreront considérablement le spectacle.

Champorcher est encaissé dans une vallée assez profonde. Le lieu laisse

un goût de petit coin perdu. Situé dans le Parc du Mt Avic, le côté sauvage est plaisant pour l'observation de la faune sauvage. On y retrouve un peu les paysages de Ansel Adams, ce photographe Américain et écologiste avant l'heure.

Le Val Veny est situé au pied du Mt Blanc de Courmayeur ; l'Aiguille noire de Peuterrey, située juste au-dessus du camping, fait de cette vallée un résumé à lui tout seul de la magie de l'histoire de l'alpinisme. Impossible de se lasser de l'indescriptible.

Avant de rentrer, un tour par l'Aiguille du Midi ; la chance nous a souri car la nuit il y est tombé plus de 30 cm de neige. Encore mieux, c'est à nous que la première benne a ouvert les bras ! Le striptease des sommets entre les nuages et les jeux de lumière filtrés à l'infini n'a pas de prix... mon œil de photographe ne sait plus où regarder, ça change trop vite.

**Jérémie HUG (texte et photos)**





Face Italienne du Cervin



Face italienne du massif du Mt Blanc

# ISOLA ELBA

## S'EXILER SUR UNE ÎLE POUR RANDONNER

L'île d'Elbe, une petite montagne au cœur de la mer Tyrrhénienne, est cachée entre la Corse et la Toscane au cœur de l'ancienne civilisation étrusque disparue il y a plus de deux millénaires. Le Monte Capanna culmine à 1019 mètres, une montagne à randonner ou à escalader. Elle comprend aussi 126 plages sans trop de parasols, 9 sites d'escalade sur un granite rugueux et près de 300 kilomètres de sentiers.



Face à la mer

Le printemps est une période idéale pour ce type de randonnée et permet de profiter des floraisons généreuses du maquis à base de genêts, cistes et lavandes.

La Grande Traversée de l'île d'Elbe, ou



Entre les genêts



Au dessus de Cavo

GTE, traverse toute l'île en suivant les crêtes principales sur une cinquantaine de kilomètres en trois étapes.

La première étape, depuis Cavo et son ristretto matinal sur le port, permet de rejoindre via les crêtes, tour à tour ombragées ou ensoleillées, Porto Azzurro pour un apéritif ou une glace. La seconde étape, de Porto Azzurro à Procchio, traverse les forêts de chênes verts du centre de l'île. La dernière, plus alpine, gravit le Monte Capanna puis plonge au sud de l'île vers les plages sauvages de Pomonte et ses boissons fraîches bien méritées. Les villages traversés peuvent être des villages de montagne ou des ports de pêche.

Toutes les informations sur [www.iledelbe.net](http://www.iledelbe.net)

Claude HOH (texte et photos)

# Séjour multi-activités d'été 2023

## Saint-Pierre de Chartreuse

Vététistes, cyclos, randonneurs, grimpeurs et via-ferratistes s'étaient donnés rendez-vous pour le traditionnel séjour d'été qui a eu lieu cette année à Saint-Pierre de Chartreuse. Nous avons choisi le camping "Sites et Paysages de la Martinière", implanté près du village, sur la route du col de Porte.



Vers Saint-Hugues de Chartreuse et le col de Porte, en file indienne svp car il faut préserver l'herbe qui est bien rare sur ce plateau calcaire ! (photo Claude Becker)

Grace à une météo très favorable, une quinzaine de randonnées de toutes difficultés ont été proposées par les différents chefs de course.



Ci-dessus une vue sur une petite partie des bâtiments qui sont imposants. Une visite au Grand Som (2026 m) offre une vue plongeante saisissante sur le site (photo B, Gross)



Escalade au col du Coq (photo B. Gross)

Par ailleurs nous n'avons pas manqué de visiter le site du monastère de la Grande Chartreuse ; une randonnée de 3 heures le long d'une piste forestière permet de faire le tour des bâtiments (le monastère lui-même ne se visite pas, quelques religieux s'y trouvent toujours).

Il est d'usage de faire cette balade en silence, sans téléphone (si si on y arrive!!), pour permettre de prendre la mesure de la quiétude de ce vallon du bout du monde.

Un grand merci à nos chefs de course, en particulier à Jacques Durand qui, inlassablement, a proposé chaque jour une nouvelle rando (12 au total !).

**Benoît Gross**

# MONT FOURCHON À 360° (2901M)



Grand Combin et Mont Vélan à l'Est (Photo F. Cognot)



Mont Blanc et Grandes Jorasses à l'Ouest (Photo F. Cognot)

## Membres du Bureau

BODIN	Eliane	Secrétaire générale, responsable cartothèque
KARA	Médine	Vice-présidente, responsable alpinisme, groupe CAF Girls
KLEIN	Philippe	Vice-président, rédacteur en chef «Ascensions»
MAIX	Laurent	Président
MUNSCH	Stephan	Vice-président, groupe Facebook
STROESSER	Didier	Trésorier

## Membres de droit du Comité

ARNOLD	Marc	Président d'honneur
BOUR	Gilbert	Président d'honneur
FIRDION	Denis	Président du CAF «Haute-Bruche» (Schirmeck)
RAPP	Thierry	Représentant du CAF «Vendenheim», webmaster, resp. ski alpinisme
STEPHAN	Bernard	Président du CAF «Au grès des Cimes» (Woerth)

## Autres membres du Comité

ALEV	Ozan	Responsable matériel
BAUDRY	Armand	Equipement falaises
CARRETTE	Bertrand	Responsable marche nordique
CHABRIER	Jean-Marc	Responsable formations, administrateur site web
COGNOT	Fabrice	Mise en page «Ascensions»
CUNRATH	Bertrand	Responsable escalade
HOH	Claude	Responsable randonnée pédestre, RPA et raquette
HUG	Jérémie	Responsable alpinisme, local CAF
JUTIER	Frédéric	Coordinateur activités, administrateur site web
KALK	Pascale	Organisation conférences
LOTZ	Pierre	Responsable ski de fond, coordination des écoles d'escalade
MAYNAR	Alberto	Responsable bibliothèque, local CAF
MEYER	Michel	Responsable cours d'escalade Adler et Jacqueline, resp. matériel
ROTTIER	Maud	Communication, mise en page «Ascensions»
VOGEL	Fabienne	Subventions, organisation conférences

## Responsables hors Comité

DISTEL	Christophe	Listes de diffusion
GROSS	Benoît	Séjour multi-activités
IGEL	Claude	Responsable canyoning et VTT
JUILLARD	Daniel	Représentant à l'Escale
KRESS	Béatrice	Aide à la trésorerie, aide au secrétariat
MAETZ	Nicolas	Responsable spéléo
NOEL	Antoinette	Responsable escalade Reuss
ROUSSELOT	Marie-Paule	Aide au secrétariat
SCHILLER	Claude	Salaires, fiscalité

# Tout l'Outdoor est Au Vieux Campeur



Adhérents du CAF,  
**Au Vieux Campeur**  
est votre partenaire,  
venez en profiter !

f Instagram YouTube TikTok Facebook | [www.auvieuxcampeur.fr](http://www.auvieuxcampeur.fr)

PARIS • LYON • THONON-LES-BAINS • SALLANCHES • TOULOUSE-LABÈGE •  
STRASBOURG • ALBERTVILLE • MARSEILLE • GRENOBLE • CHAMBÉRY •  
PARIS PRINTEMPS HAUSSMANN • GAP • BORDEAUX



**Au Vieux  
Campeur**