

ASCENSIONS

La montagne en partage



Automne
Hiver
2025-2026



fédération française
des clubs alpins
et de montagne

club alpin de Strasbourg

ASCENSIONS

Directeur de la publication : Laurent Maix

Rédacteur en chef : Philippe Klein

Mise en page : Fabrice Cognot

Photo de couverture : A l'entrée d'un chourum dans le Devoluy (Photo Ch. Foucher)

Imprimé par Groupe Bateliers Imprimeurs à Strasbourg.

Dépôt légal : novembre 2025

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

Automne
Hiver
2025-2026

SOMMAIRE

3 ÉDITO

4-6 VIE DU CLUB

7 ACTIVITÉS MODE D'EMPLOI

8-13 SKI ALPINISME

9-11 Des pentes raides

12-13 La « Traversée héroïque »

14-19 ALPINISME & ESCALADE

15-16 Rassemblement des grimpeurs

17-19 Fin de cycle des CAF GIRLS à Chamonix

20-21 SKI DE FOND

22-27 RANDONNÉE PÉDESTRE

23-25 Tour du Cervin

26 Une traversée des Vosges

27 Rando et convivialité en Ötztal

28-29 PORTFOLIO CATHÉDRALE

30 SÉJOUR MULTI-ACTIVITÉS ÉTÉ 2025

31 QUI FAIT QUOI

23 Tour du Cervin



Le Meidepass (Photo M. Meyer)

LE CLUB ALPIN DE STRASBOURG

6, boulevard du Président Poincaré

67000 Strasbourg

Téléphone : 03 88 32 49 13

Courriel : secretariat@clubalpinstrasbourg.org

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

Secrétariat : Marie-Eva vous accueille le mardi
de 12h à 14h, le mercredi de 17h à 19h
et le vendredi de 17h à 19h30.



Prochain bulletin : avril 2026

Vos contributions, textes (word) et photos (jpeg), sont à adresser à Philippe Klein (klein.philippe@neuf.fr) avant le **5 janvier 2026 (exceptionnellement)**.

EDITO - LE PLAISIR DES ACTIVITES DE MONTAGNE A TOUS AGES, OU LE PARTAGE DES EMOTIONS AVANT TOUT

La montagne n'est pas uniquement le terrain des exploits sportifs ou des performances physiques. Elle est avant tout un lieu de vie, d'émotions et de partage qui s'adresse à tous, quel que soit l'âge ou le niveau. Même lorsque les capacités physiques ne sont plus ce qu'elles étaient, le plaisir de fouler les sentiers, de s'élever sur des parois moins ambitieuses, ou simplement de se retrouver en pleine nature, reste intact, voire se révèle plus profond.

Avec le temps les performances diminuent, la vitesse se fait plus douce, les pas plus mesurés, les défis sont derrière nous, et c'est justement là que la montagne montre toute sa richesse ; en effet, elle permet de revisiter notre relation au mouvement avec plus de bienveillance en privilégiant la qualité des expériences plutôt que la quantité ou la vitesse. Chaque pas, chaque respiration devient une source de connexion avec soi-même et le cadre magnifique qui nous entoure.

Au-delà de l'effort physique, ce sont les émotions qui prennent le devant. Le bonheur simple d'assister à un lever de soleil sur les crêtes, la sérénité que procure le silence d'une forêt d'altitude, la complicité née du partage d'un repas au refuge ou d'une histoire racontée autour

d'un feu. Ces moments partagés renforcent les liens humains, apportent du réconfort et nourrissent l'âme.



Le Club Alpin de Strasbourg l'a bien compris. Il offre des activités adaptées à toutes les générations, où chacun peut trouver sa place, apprendre à son rythme et surtout vivre des instants authentiques. Les sorties en montagne deviennent alors des occasions privilégiées pour se ressourcer et garder la forme, mais aussi pour transmettre la passion de la montagne et le respect de la nature, ou simplement passer du bon temps entre amis.

Ne passons pas à coté du plaisir d'être ensemble. La montagne, dans sa grandeur et sa simplicité, est un trésor qui vous attend, toujours fidèle, toujours généreuse.

Laurent MAIX
Président du Club Alpin de Strasbourg



Randonnée automnale dans le Tessin (Photo Ph. Klein)

VIE DU CLUB

CONFÉRENCE DE PHILIPPE ERTLEN SUR LA TRAVERSÉE DES ALPES À SKI DE RANDONNÉE

Le vendredi 10 octobre dernier notre club avait invité Philippe Ertlen à venir nous présenter sa traversée intégrale des Alpes à ski de randonnée.

Philippe, haut-rhinois de Mulhouse, plusieurs fois président du Club Alpin de cette ville, a une connaissance intime des grands itinéraires des Alpes. Il nous a fait part de sa philosophie du voyage, non seulement faite de curiosité pour les habitants, les cultures, les langues, les us et coutumes des innombrables vallées de l'Arc alpin, dont certaines sont restées très secrètes, mais aussi de cet équilibre subtil entre la volonté d'aller de l'avant chaque jour, et le choix de savoir renoncer quand les conditions ne sont pas réunies.

Philippe a évoqué tour à tour les longues séances de préparation devant l'ordinateur afin de déterminer son itinéraire, la logistique et ses choix spartiates en terme de matériel, ainsi que les compagnons qui ont partagé certaines étapes, sans oublier l'Histoire, celle qui a façonné la matière humaine, rencontrée au cours de ce périple.

Pour ceux qui voudraient faire une séance de rattrapage, Philippe a publié un livre chez Olizane*.

*Grande Traversée des Alpes Philippe Ertlen Editions Olizane 2020.

Marc ARNOLD



Conférence de Philippe Ertlen (Photo S. Munsch)

VTTISTES ET RANDONNEURS, UNE COHABITATION ESSENTIELLE

La forêt et la montagne sont des espaces précieux où nature, sport et détente devraient se conjuguer harmonieusement. Avec l'augmentation du nombre de pratiquants, la cohabitation entre randonneurs et VTTistes devient une nécessité incontournable.

De récents incidents signalés par voie de presse faisant état d'agressions, voire de pièges mis en place pour empêcher les vélos de passer sur les chemins de randonnée, nous conduisent à rappeler quelques règles essentielles :

- 1. Les randonneurs à pieds ont priorité sur les VTTistes ; ces derniers doivent ralentir, voire s'arrêter, pour laisser passer les marcheurs en toute sécurité et éviter tout risque d'accident.**
- 2. En descente la prudence est de mise pour les VTT, surtout dans les virages et passages étroits où il est indispensable de se signaler afin d'anticiper tout risque d'accident.**
- 3. Les randonneurs, même s'ils sont « prioritaires », doivent également faire en sorte de faciliter le passage des vélos.**

En outre un simple bonjour, un avertissement sonore ou verbal permettent d'anticiper les croisements et d'éviter les surprises.

On rappelle par ailleurs qu'il existe des sentiers balisés qui sont réservés aux VTTistes.

Ces éléments essentiels du bien-vivre ensemble doivent contribuer à une cohabitation pacifique en évitant toute agressivité, sachant qu'un peu de politesse, de bon sens, et de bienveillance sont souvent plus efficaces que tous les règlements.

C'est ainsi que nous contribuerons ensemble à ce que les chemins, qui demeurent des espaces partagés, restent des lieux de plaisir où randonner (à pieds ou à VTT) rime avec respect mutuel. Si nous sommes nombreux à vouloir vivre des moments uniques en pleine nature, nous devons aussi prendre conscience et accepter que le plaisir se décline sous différentes formes et qu'elle n'appartient à personne.

Laurent MAIX



La descente du Pic de Château-Renard (massif du Queyras) sur un chemin dédié aux VTTistes
(Photo Ph. Klein)

ÉCOLOGIE : A LA POURSUITE DES DERNIERS ET DES NOUVEAUX NUNATAKS ALPINS

Nunatak est un mot groenlandais qui désigne les îlots rocheux qui se trouvent sur l'inlandsis glaciaire. Mais ce terme est aussi utilisé dans les Alpes pour les îlots rocheux qui sont isolés sur les glaciers.

Les surfaces glaciaires ont largement évolué en Europe depuis 10000 ans, une longue période glaciaire ayant éradiqué 80 % de la flore européenne, sauf sur les nunataks. Certains anciens nunataks se relient aux arêtes et aux cols, perdant ainsi leur insularité, tandis que de nouveaux nunataks apparaissent alors qu'ils étaient dissimulés sous les glaciers jusque-là.

Lors des grandes périodes glaciaires, ces îlots rocheux ont constitué des zones refuges pour les plantes, où elles ont pu se reproduire et développer un patrimoine génétique unique, voire être à l'origine de nouvelles espèces (spéciation). Un inventaire alpinistico-botanique a été réalisé en 2011 dans le cirque du Soreiller, non loin de l'aiguille de la Dibona, au cœur du massif des



Linaire des Alpes (Photo Cl. Hoh)

Écrins, répertoriant notamment les androsaces et les saxifrages.

Les applications de cartographie permettent facilement de remonter le temps et de dater les pertes d'insularité et l'apparition de nouvelles îles. Les espaces libérés par le recul des glaciers sont colonisés par la végétation alpine, toutes strates confondues, qui monte en altitude à raison de 50 m tous les 10 ans.

Aujourd'hui les glaciers régressent à toute berzingue ; combien en restera-t'il d'ailleurs en 2100 ?

Claude HOH



Campanule du Mont Cenis (Photo Cl. Hoh)

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 0.35€ 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.

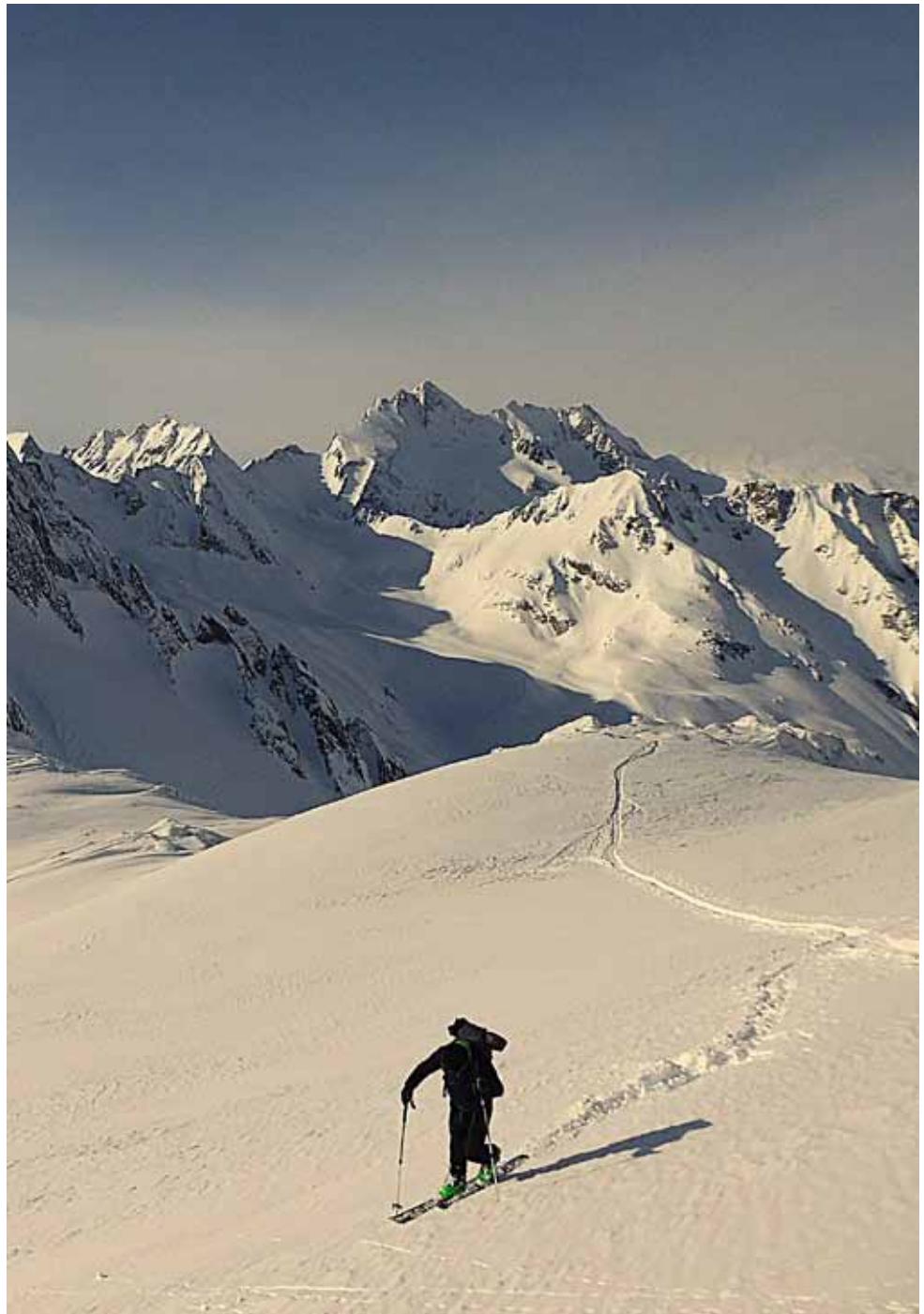
Pour les sorties hors de France, afin d'éviter d'avancer les frais en cas de soins, il est fortement conseillé de se munir d'une carte européenne d'assurance maladie (valable 2 ans, délivrée gratuitement par votre caisse ou votre mutuelle dans un délai de 15 jours).



Premières neiges sur les Aiguilles Rouges (Photo Ph. Klein)



SKI ALPINISME



En montant au Chüebodenhorn (Photo J-M. Chabrier)

DES PENTES RAIDES DU MASSIF DU MONT-BLANC A CELLES DE L'HIMALAYA

En guise de préambule

Savoir la lire, la sentir, deviner ce qui se cache en dessous, anticiper ses changements soudains, la caresser, s'y accrocher, bien se positionner, la défroter chaque fois que c'est possible, et ne jamais la brusquer...

Mais de quoi suis-je en train de parler ?
Mais de la neige bien sûr !

Pourquoi ? Ben, pour ne pas la « manger », pardi !

Cela ne peut s'apprendre dans aucun bouquin, seule l'expérience vous l'enseignera.

Dès que j'ai su skier convenablement, j'ai été attiré par la poudreuse et les étendues vierges.

Slalomer entre les sapins était déjà une aventure en soi, et rares étaient ceux qui s'y adonnaient dans les années 1970, surtout avec des chaussures à lacets et des skis de 2,07 m de long.

Incorporé dans les chasseurs alpins, lors de mon service militaire, j'ai eu tout le loisir de perfectionner ma, ou plutôt mes techniques en tout terrain. Là ce n'était plus la même histoire ; skis en alu d'1,60 m, chaussures servant aussi bien à l'escalade qu'au ski et... un paquetage de 20 kg sur le dos !

Une dure, mais belle école.

C'est à cette occasion que j'ai rencontré Patrick Vallençant, un des pionniers du « ski extrême ».

Avec Sylvain Saudan ils ont été les premiers dans les années 70 à médiatiser cette discipline, car il s'agit bien d'une discipline. J'ai eu la chance de côtoyer ces deux lascars qui m'ont poussé à les imiter.

Avec une certaine connaissance en alpinisme et un bon niveau en profonde à skis, je me lançais d'abord dans les couloirs du cirque du Falimont (Vosges), histoire de gagner en confiance et m'habituer au vide, avant de me mesurer aux célèbres couloirs de Chamonix.



Entre les spatules un interminable toboggan
(Photo A. Baud)

Couloir Chevalier à la Petite Verte - Bassin d'Argentières - (300 m à 50 ° en partie haute)

Le fait de remonter d'abord les pentes avec piolets et crampons offre un avantage certain ; cela permet de se rendre compte de la qualité du manteau neigeux, de déceler les éventuels dangers comme des pierres et des boules de glace qui pourraient affleurer, ou encore d'identifier des sections en glace vive.

La rimaye très ouverte située à la base du Couloir Chevalier nécessita d'utiliser broches à glace et corde d'assurage pour atteindre la lèvre supérieure.

Au fur et à mesure que Pierre Lotz et moi nous élevions dans la face la pente se redressait sensiblement, la neige



Sauter la rimaye en restant bien parallèle
(Photo P. Lotz)

devenait de plus en plus dure, et pour corser le tout la sortie par le haut était barrée par une énorme corniche infranchissable. Chausser les skis dans une pente à 50° n'est pas chose facile ; il faut d'abord tailler une plate-forme au piolet, puis enlever le sac et les crampons, sans rien laisser filer dans la pente, une manœuvre qui demande beaucoup d'attention et de temps !

Tant que nous avions les crampons aux pieds et le piolet dans la main nous nous sentions en sécurité ; mais maintenant, en équilibre sur nos skis avec le genou aval à hauteur du ski amont, nous n'étions plus que deux funambules avec entre nos spatules un interminable toboggan.

Appréhension du premier virage, il sera déterminant. Faire le vide dans sa tête, évaluer les quelques mètres devant et juste en dessous ; déclenchement, virage et arrêt stabilisé. Puis bien se rééquilibrer, bien se positionner, et maintenant le deuxième ; ça passe aussi. Les automatismes fonctionnent. J'enchaînai quelques boucles très courtes. Il est vital de rester concentré jusqu'en bas. Dans le cône de déjection la pente était coupée transversalement par la rimaye. Bien étudier la trajectoire, légèrement

en diagonale ; il va falloir laisser filer droit puis sauter en repliant les genoux pour un contact rapide et brutal, mais je suis toujours sur mes skis. Que du bonheur !

Face Nord-Est des Courtes - Bassin d'Argentières - (800 m à 50° en partie haute)

Par son ampleur, c'est certainement la descente la plus impressionnante que j'ai réalisée.

Remonter cette immense face ne nous a pas posé de problèmes. Arrivés à 100 m sous le sommet, des billes de glace commençaient à nous couler dessus. La neige était dure, mais le soleil tapait sur la partie supérieure. Là encore, il a fallu chausser dans du très raide. Il y avait un panneau « Chute interdite » dans ma tête.

J'étais avec Anselme Baud ; il m'a assuré dans les deux premiers virages, histoire de voir si j'étais en confiance. Je me sentais à l'aise mais sans la corde le doute s'installe.

Je me parle à moi-même. « Es-tu sûr de ta technique ? - Je crois - C'est dans les églises et les sectes que l'on croit, je te demande si tu es sûr à 100 % - Oui ! ».



Les premiers mètres encordé aux Courtes (Photo A. Baud)

Et un, et deux, et un-deux-trois ; ne garder que les 4 ou 5 mètres sous moi, ne jamais relâcher l'attention pendant les 140 virages qu'il faudra enchaîner. Soulagement et hurlement de joie à l'arrivée.

Anselme a été le compagnon de Patrick Vallençant de toutes les grandes premières qu'ils ont réalisées. Professeur-Guide à L'ENSA il m'a enseigné sa technique du virage « frappé-glissé », qui diffère un peu du « pédalé-sauté » de Patrick. Le virage « frappé-glissé », qui ne peut être exécuté qu'à partir de 35° de pente, consiste à soulever le ski amont pour le frapper et y prendre appui, puis le laisser glisser dans la pente ; de cette façon un ski est toujours en contact avec la neige sans réception brutale à la sortie. De plus, le planté simultané des deux bâtons au déclenchement donne une impression de sécurité.

Première à skis au Dampus Peak (6012 m) - Himalaya du Népal

Anselme organisait un trekking au Népal dans le massif du Dhaulagiri (8167 m), avec l'ascension d'un sommet de 6000 m, dont la descente à skis par sa face nord-est n'avait jamais été tentée.

Deux jours avant d'arriver au Col des Français (5000 m) - baptisé ainsi par l'expédition française qui s'était rabat-



Ascension du Dhampus Peak au Népal
(Photo B. Gillet)

tue sur l'Annapurna en 1950 à défaut de trouver une ligne d'ascension sur le Dhaulagiri - la neige était inexistante. Mais elle s'était mise à tomber ensuite sans discontinuer pendant 36 heures, ce qui a rendu l'approche difficile et très pénible pour nos sherpas qui étaient en sandales, forçant la moitié d'entre eux à faire demi-tour. Mais comme par miracle, le lendemain il faisait grand beau et froid.

Pendant que les alpinistes chaussaient les crampons pour gravir la voie normale, nous prenions la direction du pied de la face. Les 700 premiers mètres étaient de pente moyenne, seuls les 300 derniers étaient à 40°.

Pour éviter de porter les skis sur le dos pendant l'ascension, nous avions passé une cordelette dans les trous des spatules, que nous avons attachée à nos baudriers. Nous les traînions ainsi derrière nous, sans effort.

Beaucoup de vent au sommet du Dampus Peak ; la neige était dure comme du béton avec des vaguelettes qui striaient la pente. Dans le milieu de la face nos skis s'enfonçaient dans une poudreuse inconsistante et si profonde qu'on ne les voyait plus, nous forçant à « tourner en braille ». Plus bas, c'est une neige lourde comparable à du ciment liquide. Mais à 5000 m le froid avait forgé une carapace d'une croûte très compacte, et pourtant fragile, comme je n'en avais jamais vu. Le seul virage possible pour rester au-dessus de ce bouclier de glace était le chasse-neige, en prenant soin de bien garder le poids du corps réparti uniformément sur les deux skis. J'étais devenu le skieur alsacien le plus haut du monde.

Texte : Bernard GILLET

LA « TRAVERSÉE HÉROÏQUE »

UNE RANDO DE SKI-ALPINISME EXCEPTIONNELLE DANS LE DEVOLUY

Fin mars de cette année, profitant d'un créneau météo favorable, Alain, ami de longue date et guide de haute montagne, me propose de l'accompagner dans une rando à skis dont il m'avait plusieurs fois vanté le caractère spectaculaire : la « Traversée héroïque » d'un des plus célèbres « chourums » du Dévoluy, au pied du Pic de Bure. Ce haut massif calcaire, truffé de centaines de gouffres, abîmes et cavités en tout genre – les chourums -, réserve en effet, parmi les innombrables randos possibles à la journée, quelques pépites relevant de la pratique du ski-alpinisme. Cette traversée en est une particulièrement gratifiante ; elle offre sur un dénivelé moyen - 600 m jusqu'à la sortie du chourum et 1000 m



Dans la combe avec au fond le plateau de Bure jusqu'au plateau de Bure - des paysages spectaculaires, souvent grandioses, dans une ambiance digne parfois de la haute montagne.

Commencée ce 1er avril à 9h par un temps radieux, du parking situé au-



Progression à l'intérieur du chourum



La Corne avec à droite l'entrée du chourum

dessus du départ du téléphérique de Bure, la course présente d'abord le caractère d'une rando à skis plutôt tranquille dans la combe de la Corne, mais dans un cadre déjà spectaculaire, avant de se redresser progressivement vers la falaise imposante de la Corne au pied de laquelle il est indispensable de chauffer les crampons. Il s'agit dès lors d'une vraie course d'alpinisme à l'air libre d'abord, puis à moitié souterraine. La progression vers les deux ouvertures sommitales creusées dans la roche, comme deux yeux gigantesques ouverts sur le ciel, se fait sur un terrain mixte de neige dure, puis de glace vive et de roche verglacée, sécurisée par

quelques points d'assurance, avant de retrouver une neige compacte qui nous conduit par une dernière pente raide sur le plateau intermédiaire et un immense panorama.

S'offre alors le choix de continuer jusqu'au plateau de Bure par la combe Ratin ou de profiter, à partir d'une crête rapidement atteinte, d'une neige de printemps encore exceptionnelle à cette heure. Difficile, comme on peut l'imaginer de résister à la deuxième option qui conclut, par vingt minutes de grand ski sur l'autre versant de la Corne, une superbe matinée.

Pour un retour à la pratique du ski-alpinisme après de longues années de retrait, cette magnifique découverte d'un massif plutôt éloigné des grandes classiques du ski-alpinisme, et si riche de possibilités, cette redécouverte de l'esprit de cordée, bonifiée de surcroît par la présence rassurante du guide, resteront pour moi un grand moment.

Christian FOUCHER (texte et photos)



Le plateau de Bure à la sortie du Chourum



Alpinisme hivernal (Photo Lucas Schwinté)

RASSEMBLEMENT DES GRIMPEURS À AILEFROIDE (JUILLET 2025)

Ce n'est pas pour rien que les grimpeurs de notre Club se retrouvent en moyenne tous les quatre ans à Ailefroide, au fin fond de la Vallouise dans les Ecrins. Grâce notamment au travail titan esque du regretté Jean-Michel Cambon, plus de 150 grandes voies d'escalade, longues de 100 à 500 m, strient les parois rocheuses qui entourent le camping ; accessibles sans voiture, entièrement équipées pour plus de 80 % d'entre elles, majoritairement dans les niveaux 5 ou 6, avec en prime une maintenance régulière, il y a de quoi attirer des grimpeurs amateurs du monde entier !

C'est d'ailleurs un camping bien plein et très cosmopolite que notre petit groupe d'une vingtaine de cafistes a trouvé sur place. La réservation n'était pas du luxe.



François dans la voie Les Montagnards sont las
(Photo D. Spiegel)



Renaud dans la voie Ils y passeront tous (Photo D. Spiegel)

Ce qui ne nous a pas empêchés, au prix de leviers aux aurores, de profiter pleinement du potentiel du site ; pas moins de 62 ascensions de grandes voies réalisées par nos cordées sur 34 itinéraires différents ! Avec au passage le parcours d'une voie mythique par Didier et Renaud, la Fissure d'Ailefroide, ouverte par Lionel Terray en 1941, et qui reste encore aujourd'hui un challenge pour les amateurs de coinceurs... et de coincements !

Pas de courses d'alpinisme cette année – il faut dire qu'avec le réchauffement climatique, les grimpeurs boudent de plus en plus la haute montagne en juillet-août – mais quelques jolies ran-



Sébastien dans L'Arête à Francis (Photo D. Spiegel)

données classiques, dans les secteurs du Glacier Blanc, du Glacier Noir et du Sélé, ou inédites comme les lacs Palluel et Faravel au dessus du hameau de Dormillouse.

Enfin quelques couennes, un peu de via ferrata, et... du repos – ne serait-ce que les rares jours de mauvais temps – histoire de progresser au tarot.

Et pour 2026, Anne et moi vous donnons rendez-vous à Vallorcine, dans les Aiguilles Rouges et face au Mont-Blanc...

Jean-Marc CHABRIER



Le Glacier Noir (Photo J.-M. Chabrier)

SÉJOUR D'ALPINISME DE FIN DE CYCLE DES CAF GIRLS À CHAMONIX

Il est temps pour les CAF Girls Grand Est de mettre en application l'ensemble de la formation suivie depuis la sélection du groupe en décembre 2023. C'est la vallée de Chamonix qui a été choisie, non seulement pour la diversité du terrain (neige, glace et rocher), mais également pour l'économie de temps qu'imposent souvent les marches d'approche dans d'autres massifs.

Dimanche 13 juillet 2025

Les filles se retrouvent au refuge du Tour pour la préparation de la semaine. Nous en profitons pour assister à quelques épreuves de la coupe du monde d'escalade qui se tient cette année à Chamonix, ce qui nous met rapidement dans l'ambiance.

Lundi 14 juillet

Le temps maussade ne nous permet pas de faire une course en altitude ; qu'à cela ne tienne, nous partons randonner jusqu'au Brévent, 1200m de dénivelé pour nous chauffer les mollets !

Mardi 15 juillet

Nous prenons le premier train pour le Montenvers avec comme objectif la Frêtes des Charmoz à l'Aiguille de l'M.



Dans la voie Frison-Roche (Photo S. Christaller)

Après une courte approche au-dessus de la mer de glace, nous atteignons le pied de l'arête.

Nous travaillons la recherche d'itinéraire, l'assurage en mouvement et la pose de protections.

Les manips sont fluides, les deux années de formation portent leurs fruits, et Ozan, notre encadrant pour cette sortie, en profite.

Une attention toute particulière est accordée au choix des blocs et des becquets dont la stabilité est vitale pour les protections, les relais et surtout les rappels.

Nous croisons une autre cordée composée de filles menée par Liv Sansoz, qui est une grimpeuse de très haut niveau, au palmarès impressionnant. Cela fait plaisir de voir autant de filles en montagne !

Le retour se fait par le sentier balcon de



Après les fissures, l'arête (Photo M. Kara)



Crampons et piolets indispensables à la progression vers le Col des Flambeaux (Photo S. Christaller)

l'UTMB, puis par le Montenvers.

Le soir nous avons rendez-vous avec Neil Brodie, Ozan et Médine afin de déterminer nos objectifs pour la suite du séjour.

Mercredi 16 juillet

Journée de repos !

Au programme toutefois un petit morceau d'histoire pour Nadège, Sarah et Louise : la Voie Frison Roche au Brévent. Ça déroule, et on se fait plaisir avant de redescendre à Chamonix déguster un cappuccino et préparer les sacs pour le lendemain.

Jeudi 17 juillet

Traversée du tunnel du mont blanc puis montée en télécabine au refuge Torino. On y dépose les affaires, et hop c'est parti pour la Vierge et le Petit Flambeau, une petite course rocheuse avec une approche glaciaire.

On place des nœuds sur la corde pour se protéger d'une éventuelle chute en

crevasse, puis les cordées se forment pour gravir la Vierge, un beau petit sommet un peu grimpeur.

Retour au refuge par l'arête du Petit Flambeau, et sa belle pente de neige qui chauffe les mollets !

Vendredi 18 juillet

Départ à 6h avec Médine et Neil pour la course la plus longue et ambitieuse du stage : les Aiguilles d'Entrèves via le Col des Flambeaux. Neil et Médine forment une cordée, les filles en forment deux autres, ce qui permet un maximum de responsabilités et d'autonomie.

Du Col des Flambeaux, nous délaissions crampons et piolets, et modifions l'en-cordement... et c'est partiiii !

La course se déroule sur un rocher de rêve, sans trop de monde, pour reprendre pied sur le glacier une paire d'heures plus tard.

Petit cappuccino et debriefing au refuge. L'après-midi, Neil nous fait réviser les manips d'auto-sauvetage en crevasse.

Samedi 19 juillet

Dernière course du stage ! Last but not least puisque pour terminer nous avons choisi de gravir l'Aiguille de Toule, avec un beau couloir de neige incliné à 45° et un franchissement de rimaye.

Nous travaillons la sécurité en installant des corps morts. A la sortie du couloir nous gagnons une petite arête rocheuse qui nous permet d'atteindre rapidement le sommet... qui n'est pas du tout pointu pour une Aiguille !

Descente par la voie normale puis retour au refuge.

Après un énième cappuccino Neil nous emmène... au fond d'une crevasse pour un exercice de mise en pratique d'auto-sauvetage, avec à la clé une remontée

sur corde, juste avant l'arrivée du mauvais temps.

Retour vers Chamonix pour un dernier debriefing.

Une belle semaine d'alpinisme ; un grand merci à Médine et Ozan pour l'organisation du stage, et à Neil, notre guide, pour son professionnalisme, sa gentillesse, sa bonne humeur et son bel accent... thank you Neil !

Une pensée pour toute la famille et les amis de Pierre (oncle de Nadège) et sa fille Elia, décédés dans un tragique accident de montagne.

Louise COLOMB



Traversée des Aiguilles d'Entrèves (Photo N. Rigal)

SKI DE FOND



Recyclage ou comment bien patiner (Photo D. Spiegel)

Vos encadrants

Bauer Geoffrey	06 83 19 50 52	geoffreybauer@me.com
Bour Gilbert	06 81 13 14 99	gilbert.bour@free.fr
Delavenay Françoise	06 65 49 48 84	f.delavenay@gmail.com
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	07 88 69 56 93	florencezorn@yahoo.fr

Séjour de ski de fond dans le Jura

Du samedi 17 au jeudi 22 janvier 2026, Gilbert Bour et Didier Spiegel vous proposent un nouveau séjour de ski de fond (classique et skating) dans le Jura (raquettes possibles en autonomie).

Hébergement en demi-pension au gîte de La Grenotte (www.lagrenotte.com).

Le gîte est situé à proximité des Rousses et de plusieurs autres magnifiques domaines de ski de fond tels Le Risoux, La Forêt du Massacre, Chapelle des Bois, la Vattay, ou encore la Combe des Amburnex. S'inscrire au plus tôt.

Contacts : **Gilbert : 06 81 13 14 99 - gilbert.bour@free.fr**
Didier : 06 19 94 82 72 - didier.spiegel@orange.fr



Fin de recyclage (Photo D. Spiegel)



RANDONNÉE PÉDESTRE



Rando alpine à la Dent de Morcles par une météo automnale (Photo Ph. Klein)

TOUR DU CERVIN (DU 16 AU 23 AOÛT 2025)

« La montagne offre à l'homme tout ce que la société moderne oublie de lui donner ». Samivel

Samedi 16 août - Rencontre à Täsch

C'est à Täsch que nous retrouvons nos compagnons venus d'Albertville. Les premiers échanges sont empreints de chaleur et de bonne humeur. L'excitation monte, l'aventure peut enfin commencer.

Dimanche 17 août - Premier col, premières émotions

Nous prenons le train jusqu'à Saint-Niklaus, puis une télécabine qui nous épargne 800 mètres de dénivelé. La marche vers l'Augsbordpass (2 892 m) débute sous le regard impassible d'un vieux bouquetin. Après le col, une longue descente nous conduit jusqu'au paisible hameau de Gruben, où nous passons la nuit à l'hôtel Schwarzhorn.

Lundi 18 août - De Gruben à Zinal

Direction le Meidepass, en passant par le Meidesee, idéal pour rafraîchir nos pieds fatigués, avant la montée vers le



Le Meidepass

mythique hôtel du Weisshorn, parfait pour la pause de midi. Nous poursuivons ensuite vers Zinal par le célèbre sentier balcon de la course Sierre-Zinal, avec en toile de fond les imposants sommets valaisans. Au détour d'un virage le Cervin, axe principal de notre périple, s'offre pour la première fois à nos regards.



Vers la Cabane de Moiry



Sur le glacier d'Arolla

Mardi 19 août - De Zinal à la cabane de Moiry

Une télécabine nous emmène à Sorbois d'où nous rejoignons la cabane de Moiry par un superbe sentier dominant le lac. La dernière montée, raide, nous mène à la cabane, où l'accueil est chaleureux et la vue sur le glacier saisissante. Jusqu'alors baigné de soleil, le ciel laisse tomber ses premières gouttes durant la nuit.

Mercredi 20 août - Du glacier de Moiry à Arolla

La météo nous sourit à nouveau. Crampons aux pieds nous traversons le glacier de Moiry. Après le col de Tsaté, la descente vers les Haudères met nos

jambes à rude épreuve. Il faut ensuite attraper le car postal pour Arolla. Affamés nous trouvons le réconfort dans un sandwich généreux préparé par l'épicier du village, avant de passer la nuit dans un hôtel historique de 1896 niché à 2070m d'altitude, au cœur d'une forêt de pins Arolle. Ce jour-là nous croisons les célèbres moutons du Valais, reconnaissables à leur museau et leurs pattes noirs.

Jeudi 21 août - Une parenthèse imprévue

Une pluie persistante nous contraint à renoncer à l'étape prévue. Plutôt que de braver les nuages, nous laissons la curiosité guider nos pas vers les éton-



Vers le Col Collon

nantes cheminées de pierre du Val d'Hérens. Mais l'escapade ne s'arrête pas là ; en effet, guidés par la rumeur de sources chaudes nous découvrons à l'issue d'une descente abrupte des bassins naturels où l'eau à 28°C devient un refuge et la baignade un instant suspendu.

Vendredi 22 août - D'Arolla à Breuil-Cervinia, l'étape des glaciers

Sans doute l'une des journées les plus marquantes du circuit. Après avoir longé un torrent, nous atteignons le bas du glacier d'Arolla, ou ce qu'il en reste, avant de fouler la glace du Haut Glacier. Crampons aux pieds, les traversées sont intenses, mais nos efforts sont récompensés par une arrivée lumineuse et émouvante au col de Collon. L'étape, longue, est ponctuée de nombreuses pauses tant le paysage invite à la contemplation. Ayant pris un jour de retard, nos GO réadaptent brillamment l'itinéraire. Nous rejoignons ainsi le parking du barrage Prarayer, où un taxi nous attend pour Breuil Cervinia. Une chance inespérée ; la route, coupée

quelques jours plus tôt par un éboulement et une lave torrentielle, vient tout juste d'être rouverte. Le timing est parfait, presque miraculeux.

Samedi 23 août - Cap sur Zermatt et le Cervin

Pour éviter une montée fastidieuse par les pistes de ski de Breuil-Cervinia, nous empruntons les remontées mécaniques jusqu'au « Glacier Paradise » à 3319 m. Crampons chaussés, la traversée du Theodulpass marque une étape symbolique ; le Cervin, surgissant à l'horizon, se dévoile enfin, majestueux. Un sentier didactique au pied du géant nous permet de prolonger l'émerveillement, tandis que les appareils photo capturent les dernières images de cette aventure.

Ainsi s'achève ce magnifique périple, riche en découvertes, en imprévus et en émotions partagées.

Texte : Laurence KIEFFER

Photos : Michael MEYER



Michael, Jean-François, Katia, André (encadrant), Laurence, Sylvie (encadrante), Jean-Pascal, Elina, et Pascal posant devant le Cervin

UNE TRAVERSEE DES VOSGES

En ce début d'année 2025, Bernard proposa à l'activité Marche Nordique un projet ambitieux : la traversée des Vosges en empruntant le GR5.

Deux options s'offraient à nous : soit la traversée complète (430 km), depuis Wissembourg jusqu'à Sewen sur une période de trois semaines, soit une traversée plus courte (170 km) pour les moins aguerris.

J'ai été assez vite séduite par la seconde option, avec tout de même quelques hésitations liées au portage des bagages d'une part, et à l'étape de 30 km du Markstein jusqu'à Thann d'autre part.

Mais les doutes ont vite été levés, l'aventure pouvait commencer.

Notre petite troupe démarra donc le 23 mai à Orschwiller pour croiser rapidement le chemin du premier groupe, qui semblait être en pleine forme, après 260 km et 8000 m de dénivelé en deux semaines de randonnée !

Quelle joie de les retrouver et de pouvoir partager les récits de leur périple déjà bien entamé.

Après une première pause au pied du Haut Koenigsbourg nous avons poursuivi notre chemin jusqu'à Ribeauvillé et ses trois châteaux.

Le Domaine de La Clausmatt nous gratifia d'un dîner copieux et d'une nuit bien reposante, avant de repartir en direction du Bonhomme.

Les étapes se sont ainsi succédé avec une belle diversité de paysages le long de forêts et de prairies, sur des crêtes et des sommets, avec des points de vue splendides, par une météo très favorable, hormis pour l'étape entre Thann et le Belacker, où la pluie nous a poursuivis toute la matinée !



La montée au Rainkopf

Heureusement, le refuge du ski club de Mulhouse, exceptionnellement ouvert, a pu nous offrir l'hospitalité.

La variante par le sentier des névés, au pied du Hohneck, véritable observatoire de chamois, valait le détour, alors que l'étape la plus longue entre le Markstein et Thann, tant redoutée, a été franchie avec succès par tous. Quelle satisfaction !

Un petit déjeuner royal nous a été servi en terrasse à la ferme auberge du Gresson sous une météo idyllique, avant l'ascension du Ballon d'Alsace, notre dernière étape ; quelle vue spectaculaire ! Dernière séance photo, et c'est la descente vers Sewen.

Que de kilomètres parcourus et de dénivelés franchis, tout cela dans une ambiance détendue et très conviviale.

Merci à nos Gentils Organisateurs Danielle, Marlyse et Bernard pour les travaux de préparation, leur accompagnement, leur bonne humeur et leur bienveillance tout au long du séjour.

Ce fut une bien belle expérience, très enrichissante avec de beaux souvenirs plein la tête.

Texte : Clarisse EBERHARDT
Photos : Danielle et Co

UNE SEMAINE ENTRE RANDO ET CONVIVIALITE EN ÖTZTAL

La traditionnelle semaine de randonnée de l'activité Marche Nordique a eu lieu cette année 2025 en Ötztal, région faisant partie du Tyrol autrichien.

Nous avons séjourné au Gasthof Stuibefall, un confortable hôtel situé à 1400 mètres d'altitude dans un cadre magnifique, à quelques pas de la cascade du même nom. Cet hôtel est tenu par un Français, qui est aussi « Bergwanderführer » (guide de montagne) ; c'est donc tout naturellement qu'il nous a accompagnés pour de belles randonnées, dont certaines au départ de l'hôtel comme le Brand (2283 m), la Nisslalm et le Schörninnenkarsee (2353m), le hameau de montagne de Farst, le Narrenkogel (2309 m) ou encore le Poschachkogel (2574 m).

Bien sûr, au retour de ces balades, nous ne nous sommes pas privés de déguster les spécialités et les bières locales.

Nous avons découvert une région typique en pleine fenaison, où pas un brin d'herbe ne se perd, tout étant minutieusement ratissé ; nous avons même assisté à une récolte de foin à dos d'homme dans un herbage si pentu qu'aucune machine ne pouvait s'y aventurer.

Merci à Petra et Richard pour l'organisation qui a été au top, au soleil autrichien et à la bonne humeur de toute l'équipe qui ont grandement contribué à la réussite de ce séjour.

A l'année prochaine !!

Doris SITTNER



Bonne humeur et convivialité dans le Niederthalai (Photo D. Sittler)

SÉJOUR MULTI-ACTIVITÉS D'ÉTÉ 2025 DANS LE TRIÈVES

Après notre séjour 2024 dans la vallée de Chamonix nous étions à la recherche d'un endroit plus calme et moins fréquenté. C'est ainsi que nous avons opté pour le Trièves, que seuls certains d'entre nous connaissaient, et qui est une petite région située au sud du département de l'Isère entre le massif du Vercors et celui du Dévoluy.

Nous avons séjourné au camping « le Pré Rolland » à Mens, qui est idéalement situé en bordure du bourg, à proximité immédiate des commerces et de la piscine municipale, avec accès privatif aux campeurs.

Les participants ont pu effectuer bon nombre de randonnées et vias ferratas. Certains ont même pu gravir le célèbre Mont Aiguille (2087 m), surnommé pendant longtemps le « mont inaccessible », jusqu'à ce que Antoine De Ville, sous l'impulsion du roi Charles VIII, en réalise la première ascension en 1492 après trois années de « siège », marquant ainsi vraisemblablement le début de l'alpinisme. Il est à noter qu'il faudra attendre 1834 pour que soit réalisée la



Dans la voie normale du Mont Aiguille

seconde ascension (!). Notre équipe, composée de quatre grimpeurs guidés par Denis Firdion, atteindra le sommet par la voie normale après une marche d'approche de 550 mètres et 360 mètres d'escalade (bravo à eux !).

Benoît Gross (texte et photos)



Le Trièves, entre Vercors et dévoluy, avec le Mont Aiguille sur l'horizon

D'UNE CATHEDRALE À L'AUTRE

Une fois par an, à l'occasion de mes activités professionnelles, j'ai la chance de découvrir les recoins secrets de la cathédrale de Strasbourg en compagnie de Romuald Schnell, le technicien des services culturels en charge de la sécurité et de l'entretien de la cathédrale.

L'édifice, vieux de plusieurs siècles (début de la construction en 1176 pour un achèvement en 1439), est un somptueux labyrinthe architectural truffé de gravures qui sont autant de voyages dans le temps.

Outre l'aspect technique, qui m'amène à m'y « promener » afin de procéder aux vérifications inhérentes à la sécurité des personnes et des biens, la montée vertigineuse à l'intérieur de la flèche reste chaque année un moment unique et propice à des rêveries qui ne sont pas sans rappeler celles que nous vivons lors de nos ascensions dans les Alpes, sur des cathédrales de rocher et de glace.

Texte et photos Jérémie HUG



Vertige strasbourgeois



La cathédrale, une dentelle de grès qui domine la ville de Strasbourg



Les Drus, une cathédrale de granite qui domine la vallée de Chamonix

Membres du Bureau

BODIN	Eliane	Secrétaire générale, responsable cartothèque
FAURE	André-Erwin	Vice-président
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)

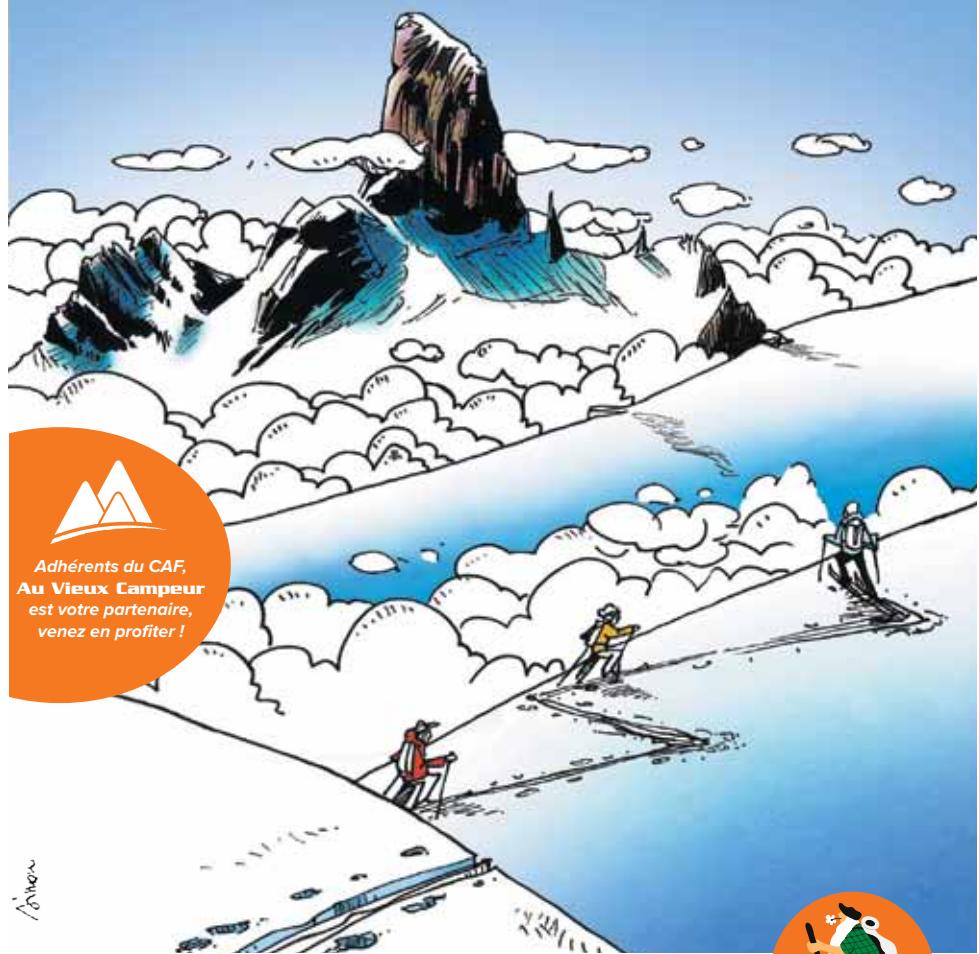
Autres membres du Comité

ALEV	Ozan	Encadrant alpinisme
BAUDRY	Armand	Entretien et équipement des falaises
CARRETTE	Bertrand	Encadrant marche nordique
CHABRIER	Jean-Marc	Responsable formations, administrateur site web, référent falaises
COGNOT	Fabrice	Mise en page «Ascensions»
CUNRATH	Bertrand	Responsable escalade
GALLINARO	Vivien	Administrateur site web, cours escalade jeunes Adlet et Jacqueline
GEISSLER	Jacqueline	Encadrante randonnée pédestre et ski de fond
HAMARD	Thomas	Responsable canyoning
HOH	Claude	Responsable randonnée pédestre, RPA et raquette
HUG	Jérémie	Responsable alpinisme
JUTIER	Frédéric	Coordinateur activités, administrateur site web
KALK	Pascale	Organisation conférences
KARA	Médine	Responsable alpinisme, groupe CAF Girls
LOTZ	Pierre	Coordination des écoles d'escalade
MEYER	Michel	Responsable matériel
RABINEAU	Morgane	Encadrante alpinisme

Responsables hors Comité

DELAVENAY	Françoise	Responsable ski alpin
DISTEL	Christophe	Listes de diffusion
GOESEL	Dominique	Responsable bibliothèque
GROSS	Benoît	Séjour multi-activités
IGEL	Claude	Responsable canyoning et VTT
JUILLARD	Daniel	Représentant à l'Escale
KELLER	Isa. et Franc.	Responsables marche nordique
KRESS	Béatrice	Aide à la trésorerie, aide au secrétariat
MAETZ	Nicolas	Responsable spéléo
RAMIREZ	Juan	Cours escalade Reuss
ROUSSELOT	Marie-Paule	Responsable topothèque
SCHILLER	Claude	Salaires, fiscalité
SPIEGEL	Didier	Responsable ski de fond

Tout l'Outdoor est Au Vieux Campeur



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

f i y t s a | www.avieuxcampeur.fr

PARIS QUARTIER LATIN : VILLAGE DE 25 BOUTIQUES •

LYON : VILLAGE DE 6 BOUTIQUES • THONON-LES-BAINS • SALLANCHES •

TOULOUSE-LABÈGE • STRASBOURG • ALBERTVILLE • MARSEILLE • GRENOBLE •

CHAMBERY • PARIS PRINTEMPS HAUSSMANN • GAP • BORDEAUX •

LILLE-NEUVILLE (OUVERTURE 2026)



**Au Vieux
Campeur**