

ASCENSIONS



club
alpin
français

Strasbourg Bas-Rhin
2009 - bulletin n°2

La montagne à partager

Le club fête ses 90 ans

La naissance des clubs alpins français remonte à 135 ans ; l'événement fut célébré 3 ans après la 1ère ascension de la Meije par les alpinistes qui l'ont vaincue. Retardé par son histoire locale, le CAF Strasbourg, lui, fête cette année ses 90 ans.

Nous éditerons une plaquette commémorative à cette occasion, qui sera distribuée aux participants de l'A.G. statutaire qui aura lieu le 28 novembre 2009 au centre socioculturel de la Robertsau à Strasbourg.

Nous éliions aussi ce jour-là, son 19ème et nouveau président.

4 années, une olympiade disent les sportifs, cela passe vite, et même très vite. Je remercie les vices présidents, la secrétaire générale, le trésorier, le bureau dans son ensemble et tout le comité qui m'ont aidé à gérer les nombreux événements qui se sont produits.

J'ai pris beaucoup d'intérêt à découvrir les arcanes de la gestion des clubs sportifs en France, même si je reste persuadé que la complexité du système pourrait être simplifiée. Les fédérations délégataires et affinitaires, dont la nôtre, s'enchevêtrent ; on se demande pourquoi les fusions, les concentrations et les économies d'échelle qui en découlent, ne seraient pas applicables à ce type d'administration parcellaire.

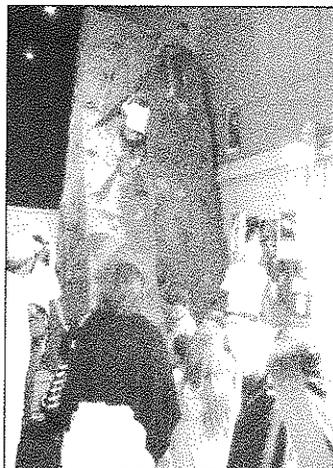
Le club s'est doté cette année d'une SAE mobile grâce au concours du CG67, des services sportifs de la ville de Strasbourg et du CD67 de la FFME. Cette structure posée sur une remorque nous permettra de promouvoir la pratique de l'escalade et l'image des CAF en milieu urbain, pour, on l'espère, le bonheur de tous.

280 à 300 jeunes et moins jeunes s'y sont exercés dans les coursives du hall Rhénus pendant la foire européenne de Strasbourg ; ce fut une véritable attraction. Il reste à la promouvoir dans tout le département.

Si dans votre quartier, dans votre village, vous y voyez un intérêt, contactez nous, quelques casernes de pompiers et clubs sportifs l'ont déjà fait pour animer leurs fêtes.

Et peut-être, à très bientôt sur la place devant chez vous, pour partager ensemble l'escalade à domicile.

Daniel Juillard



SOMMAIRE

Who's who	2	Ecoles d'alpinisme	12
Edito	3	Pacharmo (Népal)	13-15
Chefs de course	6	Nouvelle vague	15
Vie du club	7-9	Rando-poussette	16
Tour des Muverans	10-11	Sorties-stages	17-30



Traversée des Dômes du Monétier

Photos : J. M. Chabier

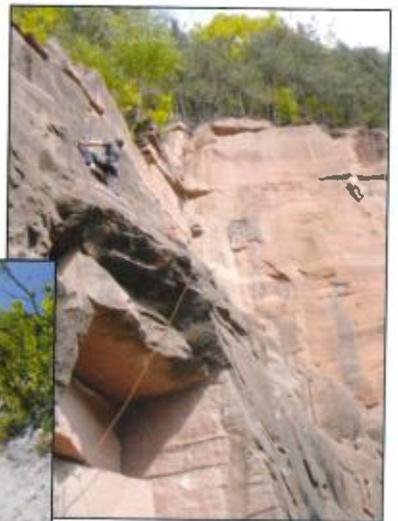


Thamserku

photo : P. Klein



Rocher du Lion



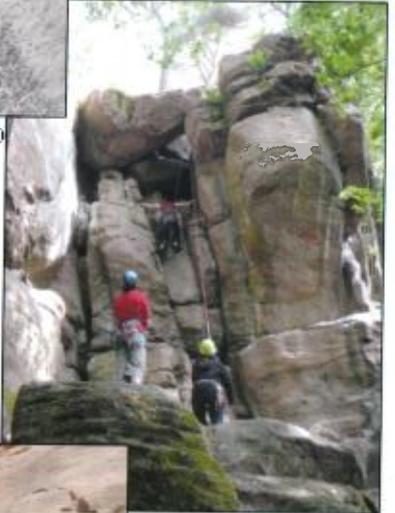
Klingenthal



Roches d'Orvin (Jura suisse)



Langenfels



Vieux Gueberschwilr



Klingenthal

photos : J.M. Chabrier

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

Bauer Geoffrey	06 83 19 50 52	Kieffer Laurence	06 72 81 18 17
Bihler Renaud	03 88 70 18 66	Kim André	03 88 09 44 23
Bodin Eliane	03 88 75 02 28	Krebs François	03 88 22 00 56
Bour Gilbert	03 88 44 15 57	Klein Philippe	03 88 56 98 60
Bourgeois Jean-Louis	004972 13540267	Kress Béatrice	03 88 23 15 41
Burgard Marc	06 31 57 29 39	Lacaze Michel	milac@laposte.net
Chabrier Jean-Marc	03 88 96 00 98	Lacotte Denis	06 11 77 54 14
Christian*	03 88 59 08 95	Lagier Christophe	06 75 69 40 83
Conti Jean-Philippe	09 52 95 64 50	Lescinsky Vladimir	03 88 79 38 09
Courtadon Dominique	03 88 60 25 95	Lexa Thierry	03 88 44 03 76
Cunrath Bertrand	06 87 33 21 50	Locoge Jacques	06 71 86 00 99
Czerniak Stephan	06 80 21 44 93	Lotz Pierre	03 88 84 27 63
Dauil Christophe	06 89 71 00 66	Marchand Christian	03 88 45 16 22
Debetz Denis	06 18 39 03 93	Meyer François	03 88 68 93 78
Dopler Daniel	06 12 18 19 97	Mireaux Nicolas	06 87 58 46 07
Ducros Estelle	03 69 22 80 76	Noir Jean	06 33 96 69 99
Durand Jacques	03 88 60 09 52	Ordinas Miguel	03 88 36 41 02
Durr Bernard	03 88 27 14 60	Oster Gwen	06 25 46 46 83
Ferhat Gilbert	06 86 27 95 13	Philipps Doris	03 88 60 08 67
Foex Christophe	06 03 67 90 61	Rapp Thierry	03 88 96 07 87
Geissler Jacqueline	06 71 75 98 36	Reibel Patrick	03 88 60 47 25
George Daniel	06 27 20 40 07	Reiminger Laurent	06 09 31 68 01
Gillet Bernard	06 11 02 84 31	Ribolzi Sébastien	06 98 82 08 55
Goesel Bernard	03 88 61 22 41	Richert Georges	03 88 34 73 35
Goesel Dominique	03 88 61 22 41	Risch Jean-Paul	06 29 36 72 87
Goerlach Ulrich	06 71 69 83 33	Roser Jean-Marc	06 16 12 20 94
Gross Benoit	03 88 96 93 22	Rousselot François	03 88 65 05 26
Guntz Clément	06 77 64 77 22	Rousselot Marie-Paule	03 88 65 05 26
Hartmann Michel	06 07 16 04 97	Schiller Claude	03 88 25 53 09
Heid Christian	03 88 84 30 55	Schmitt Pascal	03 88 64 37 32
Hoh Claude	03 88 03 30 19	Schneider Xavier	06 89 21 09 74
Hug Jérémic	06 75 65 94 06	Schoennahl Yves	06 79 69 74 55
Igel Claude	03 88 83 20 04	Spiegel Didier	03 88 18 88 26
Jaeg Benoît	06 15 03 52 09	Stoltz Jean-Louis	03 88 76 12 79
Jaehnert Thomas	03 88 22 08 54	Szymanski Robert	03 88 20 25 57
Joder Christophe	06 87 52 65 90	Tardy Patrick	06 66 62 81 86
Juillard Daniel	06 15 36 56 35	Tonnelier Eric	06 64 88 24 32
Jung Emmanuel	06 12 49 16 43	Unterner Pierre	06 80 56 07 29
Jutier Frédéric	03 88 34 08 48	Weissenstein Corine	06 83 06 24 37
Kalk Pascale	06 87 00 45 09	Welterlin Katia	06 71 15 84 41
Kaupt Thierry	03 88 27 84 10	Westenhoffer Marc	06 61 80 38 93

Nouveau Bulletin en 2009 !

Comme expliqué dans le dernier bulletin de juin, «Ascensions» ne paraîtra désormais que deux fois par an :

- bulletin « été » à la mi-avril ;
- bulletin « hiver » à la mi-octobre.

On y trouvera les articles habituels, à l'exception des programmes d'activités ; toutefois, les séjours d'une semaine ou plus, ainsi que les stages, y seront annoncés sous forme d'encarts.

Les programmes d'activités sont consultables et imprimables sur notre site web : <http://clubalpinstrasbourg.org> (menu « Programme »).

Ils sont mis à jour régulièrement, plusieurs fois par mois si nécessaire.

Par ailleurs une feuille format A4, comprenant tous les programmes, sera imprimée quatre fois par an (janvier, avril, juin, octobre), et mise à disposition au secrétariat.

Pour ceux qui préfèrent recevoir cette feuille A4 par courrier postal (quatre fois dans l'année), ils doivent en faire la demande au secrétariat, de préférence lors de la ré-adhésion.

Jean-Marc Chabrier

AG 2009

samedi 28 novembre à l'Escale à la Robertsau

plus de détails sur le site internet du CAF

Carnet

Naissances

☺ Dans la famille Kaupt du rose:

Depuis le 25 mai Thierry et Laurence sont les parents comblés de Heidi.

☺ Pour Adrien du bleu:

Louis Czerniak a la joie de vous annoncer la naissance de son petit frère le 13 juillet. Laurence et Stephan en sont les heureux parents.

Un mariage

♥ Renaud Bihler et Noëlle Roth ont convolé en justes noces le 18 juillet

...avec nos félicitations

nous souhaitons beaucoup de grands et de petits bonheurs à tout le monde



Tour des MUVERANS

photos : G. Bour et P. Noss



Les **programmes des activités** sont désormais consultables au choix :

- sur le **site web** : <http://clubalpinstrasbourg.org> menu « programme »

(versions imprimables) ;

- à la **permanence**, en libre-service, imprimés au format A4 ;

- par courrier à domicile, sur demande expresse lors de l'adhésion ou de la réadhésion.

La mise à jour est hebdomadaire sur le site, et quadri-annuelle pour la version papier (janvier, avril, juin, octobre).

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

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

Topos en vente au CAF

- Sur les falaises de grès, édition 2009 (25€€) (détails page 31)
- Escalade et cascades de glace dans les Vosges du Sud (20 €)
- Liste des refuges du CAF (1 €)
- Rochers des Vosges du Nord, vol 4, Raymond Fischer (30 €)
- ARVA mode d'emploi (2,3 €)
- Traversée occidentale des Alpes (10 €)

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

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

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

Valable trois fois.

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

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

<http://clubalpinstrasbourg.org>

LE TOUR DES MUVERANS

Le Tour des Muverans, dans les Alpes vaudoises, au nord ouest du coude de la vallée du Rhône, est un sentier de grande randonnée très populaire en Suisse. Il offre pendant 5 jours des panoramas superbes sur les Dents du Midi, le massif du Mont Blanc, une grande partie des Alpes valaisannes. C'est ce tour que Gilbert Bour a choisi de faire découvrir aux randonneurs du CAF au mois de juin dernier.

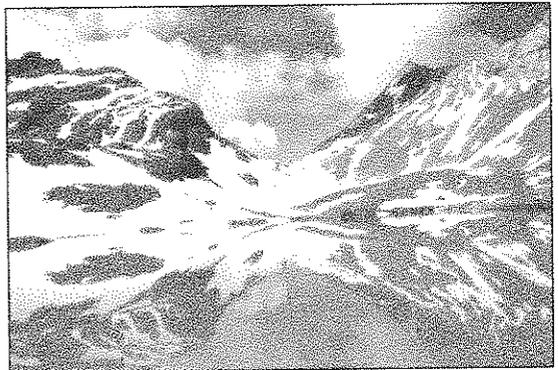


Le 27 juin à 6 heures, malgré le mauvais temps annoncé, onze randonneurs sont au rendez-vous. Le départ se fait de Pont de Nant, au pied du Grand Muveran et des Dents de Morcles, sous le Glacier des Martinets, par temps extrêmement humide. Nous remontons d'abord le Vallon de Nant, vallon d'une richesse botanique exceptionnelle et plus grande réserve naturelle du canton de Vaud. Le ciel est gris, les sommets sont ennuagés. La montée au

Col des Perris Blancs est fatigante par ce temps humide. Josiane, pour qui ceci est la première randonnée alpine, ne se laisse pas décourager et garde le sourire. Le soir, à la cabane de la Tourche, au dessus de la vallée du Rhône, les nuages se dispersent et nous sommes récompensés par un magnifique coucher de soleil.

Le lendemain, il fait grand beau et un panorama magnifique sur le Mont Blanc nous attend. Des panoramas merveilleux, nous en aurons d'ailleurs de presque tous les refuges de cette belle randonnée.

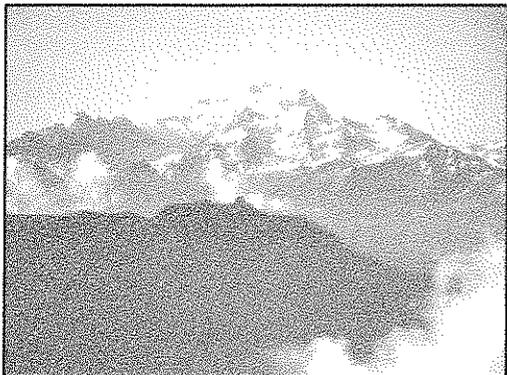
Pour éviter les névés, Gilbert choisit un sentier moins exposé passant plus bas que prévu. Nous descendons donc vers l'Au d'Arbignon à flanc de montagne, le long de la vallée du Rhône, avec au dessus de nous des montagnes à l'aspect presque dolomitique. Nous traversons des alpages verts et fleuris, et nous rafraîchissons au Chalet Neuf avant d'entamer la montée où nous devons traverser quelques névés pentus. Patrick chute et glisse d'une bonne trentaine de mètres. Blessure ouverte à la cuisse, entorse du genou, il doit être transporté par hélicoptère à l'hôpital. Heureusement, ça n'est pas trop grave et il en ressort la journée même. Il nous rejoindra pour le retour à Pont de Nant.



Lac de la Forcla

Nous continuons la montée vers le Col du Demècre (2361 m), et de là au sommet du Diabley (2469 m), d'où nous pouvons admirer certains des plus grands sommets des Alpes. Ensuite,

descente vers le lac de Fully et remontée vers la cabane de Fenestral où nous passons une soirée très agréable en buvant une Arvine avec le gardien du refuge. Ici, le gardien change toutes les semaines, ce sont des volontaires du ski club de Chavalard qui montent en saison à tour de rôle accueillir les randonneurs.



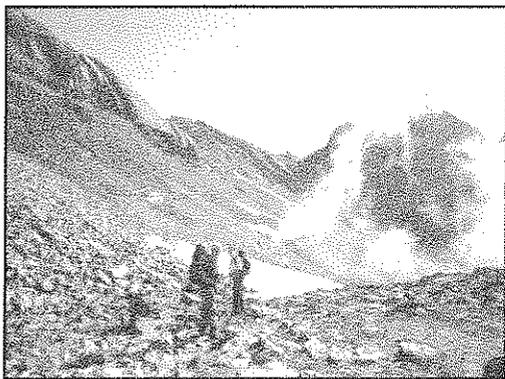
Massif des Combins

Le lendemain, de nouveau, pas un nuage. Nous redescendons vers l'alpage du Petit Pré où nous rencontrons plusieurs randonneurs, pour la première fois sur ce tour encore peu fréquenté en ce tout début de saison. C'est que l'alpage peut être rejoint par remontée mécanique ! De là, rude montée jusqu'à la cabane Rambert en suivant un cours d'eau traversant des plans rocheux à l'aspect plutôt lunaire. 50m au dessus du

col, les bouquetins nous attendent à proximité de la cabane (2540m). D'ici, nous admirons le plus beau panorama du tour, une vue de plus de 180° sur les massifs du Mont Blanc et du Grand Combin.

Le lendemain, après le passage du col de la Forcla, nous descendons en skiant dans les névés vers lac de la Forcla, dont les berges sont encore enneigées et dont les eaux tranquilles reflètent les sommets avoisinants. Ce paysage minimaliste en noir et blanc est merveilleux.

Nous entamons ensuite la descente à travers les alpages vers le Lac de Derborence (1450m), le lac naturel le plus jeune d'Europe. Celui-ci s'est formé suite à un éboulement causé par la chute d'une paroi rocheuse au pied du glacier des Diablerets, en 1749. Nous déposons nos sacs au refuge pour une promenade dans une des rares forêts vierges de Suisse, où les pins blanc atteignent jusqu'à 44 m de hauteur. La flore du sous-bois est exceptionnelle, et heureusement, Bernard est là pour attirer notre attention sur toutes ces belles et rares fleurs que l'on voit ici le long du chemin.



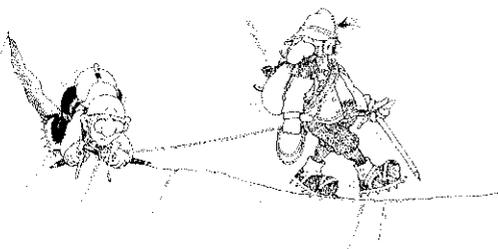
Mercredi, nous quittons le cirque de Derborence par le Pas de Cheville (2038 m), et traversons ensuite une longue vallée verdoyante séparant le massif des Muverans de celui des Diablerets. Après la remontée au Col des Es-serts, nous entamons la dernière descente qui sera agréablement interrompue chez le berger pour un dernier pique-nique et pour faire provision de fromage et de saucissons. Arrivés aux voitures, nous nous rafraîchissons dans la rivière avant d'affronter la chaleur de la route. Nous sommes fatigués mais contents de cette randonnée magnifique qui nous a offert des paysages si variés. Merci Gilbert!

photos : P. Noss

Anne LESSARD

Ecoles d'alpinisme

Votre club préféré vous concocte des formations alpinisme d'ici à l'été prochain. D'une durée de 4 jours, ces stages s'adressent soit aux randonneurs qui souhaitent mieux maîtriser les passages en neige et en rocher, soit aux grimpeurs qui veulent aborder les terrains « sauvages ». Dans tous les cas, les participants devront bénéficier d'une très bonne condition physique.



Pendant

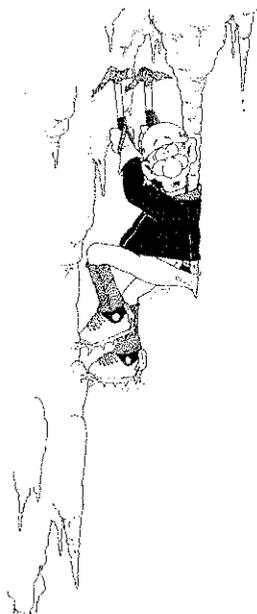
A la fin de ces 4 jours, les stagiaires devraient être à même de réaliser des randonnées pédestres alpines et des courses de niveau F en toute sécurité, tant en neige qu'en rocher.

Ces écoles sont également l'occasion de trouver des compagnons de cordée pour des futures courses. Pour plus de détails contactez Daniel Dopler.

La prochaine école d'alpinisme aura lieu à Pâques 2010, du 2 au 5 avril.



Avant



Après

Népal Express 2009

Ascension du Pacharmo (6273 m) via le Gokyo Ri et le Renjo Pass - 11 jours -

Philippe Klein

Cela faisait longtemps que Bernard, Christian, et moi souhaitions gravir les 6273 mètres du Pacharmo, un magnifique sphinx de glace peu fréquenté jusqu'à présent, perché entre Rowaling et Khumbu, dans l'un de ces endroits encore perdus du Népal.

Malheureusement nous ne disposions au printemps 2009 que de deux semaines, ce qui ne nous laissait guère que onze jours sur place (Lukla – Lukla) pour boucler un itinéraire qui devait passer par le sommet du Gokyo Ri (5347 m), le Renjo Pass (5347 m), et le col du Trashi Lapsha à partir duquel nous comptions lancer notre ascension finale ; onze petits jours qui limitaient forcément notre acclimatation à l'altitude à sa plus simple expression.

Lundi 20 et mardi 21 avril

Katmandou (1300 m) > Lukla (2800 m) > Phakding (2600 m) > Namche Bazar (3400 m)

Un jour et demi à remonter « l'autoroute du Khumbu », ce large chemin de pierres coloré de rhododendrons et de senteurs de sarments brûlés, où se bousculent dans la poussière et la sueur, porteurs, trekkeurs, et yacks de tous poils.

Mercredi 22 et jeudi 23 avril

Namche Bazar > Dole (4040 m) > Lacs de Gokyo (4770 m)

A partir de Namche Bazar, la petite capitale du pays sherpa en pleine rénovation, les paysages grimpent avec vertige en de somptueux sommets (Thamserku, Kangtega, Ama Dablam, Lhotse, Everest,...), alors que le fond de la vallée de Gokyo, que nous remontons désormais, est barré par le Cho Oyu.

Vendredi 24 avril

Lacs de Gokyo > Gokyo Ri (5347 m) > Renjo Pass (5345 m) > Lengdem (4350 m)

Une journée harassante et magnifique ; Gokyo Ri et Renjo Pass, deux balcons sur l'Himalaya. Nos yeux se noient dans des horizons hérissés de sommets dont le nombre semble infini ; des horizons d'une beauté à



Philippe, Pasang, Christian et Bernard

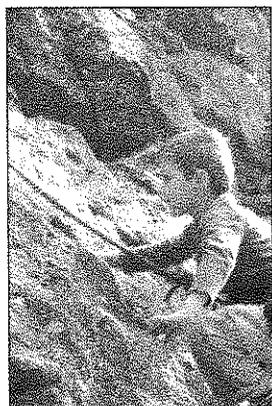


Lacs de Gokyo (4770 m)
vus depuis le Gokyo Ri

Tombés dedans en étant petits



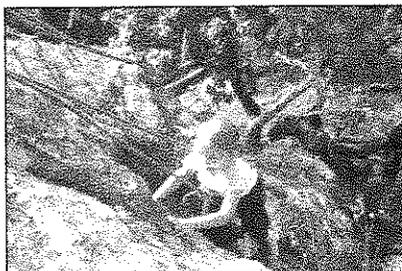
Avec l'arrivée de tous nouveaux cafistes, bien souvent encore dans leurs poussettes, voir leurs couffins, les «rando poussettes» prennent du volume. La dernière en date, lors de la journée «Que la montagne est belle» du 27 septembre, a bien rassem-



blé une dizaine de montagnards en herbe. Une jolie promenade, sans trop d'obstacle, a mené la troupe au rocher d'escalade du Falkenstein. Les plus téméraires ont en profité pour s'initier à l'escalade.

A bientôt pour de nouvelles aventures.

Daniel



photos : D. Dopler et X. Schneider



photo : O. Zorn

Les **programmes des activités** sont désormais consultables au choix :

- sur le **site web** : <http://clubalpinstrasbourg.org> menu « programme » (versions imprimables) ;
- à la **permanence**, en libre-service, imprimés au format A4 ;
- par courrier à domicile, sur demande expresse lors de l'adhésion ou de la réadhésion.

La mise à jour est hebdomadaire sur le site, et quadri-annuelle pour la version papier (janvier, avril, juin, octobre).

Escalade

SORTIES ESCALADE

Rappel : le programme complet est visible sur le site internet dans la rubrique programme / escalade
 Ne figurent dans le bulletin que les sorties d'au moins une semaine et les stages.

L'inscription auprès des chefs de course est obligatoire pour toutes les sorties !!!
 (pour 1 journée, au plus tard le vendredi 19h ; pour 1 WE, de préférence au moins une semaine avant)

Niveau des sorties escalade

Colonne **difficulté** : cotation classique, mesurant le niveau minimal requis en second pour se faire plaisir pendant la sortie.

Colonne **engagement** : indice mesurant le degré d'autonomie requis en second pour participer à la sortie, représenté par 1, 2 ou 3 triangles.

Δ **couennes (assurance du bas)** : savoir s'encorder, assurer, redescendre en moulinette ou en rappel

Δ Δ **voies de plusieurs longueurs** : en plus, maîtriser le vide, savoir assurer un premier depuis un relais, posséder un minimum d'endurance en grimpe

Δ Δ Δ **grandes voies en terrain montagne** : en plus, être suffisamment entraîné pour tenir la distance dans une voie de plusieurs centaines de mètres, avoir le pied montagnard (approche en éboulis ou en neige, altitude...)

La mention **autonome** dans la colonne **difficulté** signifie que la sortie est réservée à des grimpeurs autonomes **en tête** dans le **5c** ; l'indice d'**engagement** mesure alors le degré d'autonomie en tête.

date	chef de course	diff.	eng.	description
02/04 au 17/04 10/07 au 24/07	M.P. Rousselot à définir	6a Aut.	ΔΔ ΔΔΔ	Sardaigne Rassemblement escalade et alpinisme en montagne. <i>Informations complémentaires à venir sur internet et le prochain bulletin</i>

voyage au cœur de l'escalade

© Saint-Brie



club alpin français

09
JULIEN
ALEX
CHABOT

STRASBOURG 6 NOV 2015
SALLE DU MÜNSTERHOF



www.alexchabot.com

Alex Chabot, champion d'escalade, en tournée à Strasbourg

Vendredi 6 novembre 2009,

Alexandre Chabot viendra rencontrer les grimpeurs de la région, au cours d'une soirée film / débat patronnée par le Club Alpin de Strasbourg.

A ne pas manquer !

Rendez-vous à 20h15 à la Salle du Münsterhof, 9 rue des Juifs à Strasbourg.

Entrée 5 €.

Tous les détails dans le communiqué de presse ci-dessous.

COMMUNIQUE DE PRESSE

Octobre 2009

Alex Chabot, en tournée sur Strasbourg, le vendredi 6 novembre 2009

Pour la troisième année consécutive, Alexandre Chabot est en tournée dans les clubs d'escalade. Il démarre sa tournée 2009, par Strasbourg. La projection du film « La vie à pleines mains », nous emmènera au cœur du site des falaises de Badami en Inde, puis sur la grande voie « Tom et je ris » de 55 m de rocher dans le Verdon, pour finir dans les fissures alpines de l'aiguille du midi à Chamonix.

Alexandre abordera un thème qui lui est cher « **Vivre de sa passion – de la contrainte aux plaisirs** ». Il espère interpeller les participants sur les choix et l'engagement dans le mode de vie de chacun ou tout simplement leur faire passer une belle soirée avec de magnifiques images d'escalade sur 3 sites bien distincts.

Après huit ans de compétition et 35 victoires internationales, Alexandre Chabot nous fait partager sa passion. A 27 ans, il pratique de plus en plus sur des sites naturels. Il voyage beaucoup pour découvrir, équiper les falaises, emprunter les grandes voies et ramener des images et des vidéos de ces expériences fortes.

Sa tournée en France sur 7 dates, a pour but la rencontre des grimpeurs et du grand public afin de partager son voyage au cœur de l'escalade.

L'objectif de cet événement est l'échange autour d'une passion commune, la valorisation de l'activité et son développement en Europe et ailleurs.

La soirée « film et rencontre » sur Strasbourg se tiendra le **Vendredi 6 novembre à 20H15.**
Salle du Münsterhof, 9 rue des Juifs 67000 STRASBOURG.

www.alexchabot.com

Contact presse // Isabelle Frignet // Tel : 06 09 25 02 11

Stage Initiateur Escalade en Terrain d'Aventure - UF1

Il s'agit de la partie technique, sur 4 jours, d'une formation qui à terme permet l'obtention du **diplôme d'initiateur bénévole d'escalade en terrain d'aventure**. La seconde partie se déroule au moins un an après, liste de courses à l'appui.

Le stage aura lieu au **week-end de l'Ascension, du 13 au 16 mai 2010**.
Le lieu reste à définir.

La formation est assurée par Renaud Bihler, moniteur d'escalade breveté d'Etat.

Niveau requis : 5c/6a en tête à vue sur falaises équipées.

A l'issue de cette formation, les stagiaires seront autonomes sur des voies rocheuses peu ou pas équipées : pose de coinces ou de pitons, fabrication de relais, escalade artificielle.

Ils pourront de plus co-encadrer des sorties terrain d'aventure, en compagnie d'un initiateur ayant validé les 2 stages (UF1+UF2).

Coût : 20€.

Attention, limité à 8 places, et dernier délai pour les inscriptions fin mars.

Pour tout renseignement complémentaire, et pour les modalités d'inscription, contacter :

Jean-Marc Chabrier - 03.88.96.00.98 ou 06.89.86.40.72 ou jmarc.chabrier@evc.net

CYCLE D'INITIATION A L'ESCALADE – Printemps 2010

Objectif : apprentissage des techniques de l'escalade en falaise, découverte des sites naturels de la région, rencontre avec les grimpeurs du club et en fin de cycle, initiation aux grandes voies équipées.

Conditions : aucun pré-requis ; bonne condition physique. Age minimum : 18 ans.

Adhésion : à partir de mars 2010 à la permanence (ne pas tarder : 15 places seulement)
scription : à partir de mars 2010 à la permanence (ne pas tarder : 15 places seulement)
Adhésion : à partir de mars 2010 à la permanence (ne pas tarder : 15 places seulement)

scription : à partir de mars 2010 à la permanence (ne pas tarder : 15 places seulement)
Adhésion : à partir de mars 2010 à la permanence (ne pas tarder : 15 places seulement)

scription : à partir de mars 2010 à la permanence (ne pas tarder : 15 places seulement)
Adhésion : à partir de mars 2010 à la permanence (ne pas tarder : 15 places seulement)

scription : à partir de mars 2010 à la permanence (ne pas tarder : 15 places seulement)
Adhésion : à partir de mars 2010 à la permanence (ne pas tarder : 15 places seulement)

scription : à partir de mars 2010 à la permanence (ne pas tarder : 15 places seulement)
Adhésion : à partir de mars 2010 à la permanence (ne pas tarder : 15 places seulement)

scription : à partir de mars 2010 à la permanence (ne pas tarder : 15 places seulement)
Adhésion : à partir de mars 2010 à la permanence (ne pas tarder : 15 places seulement)

scription : à partir de mars 2010 à la permanence (ne pas tarder : 15 places seulement)
Adhésion : à partir de mars 2010 à la permanence (ne pas tarder : 15 places seulement)

scription : à partir de mars 2010 à la permanence (ne pas tarder : 15 places seulement)
Adhésion : à partir de mars 2010 à la permanence (ne pas tarder : 15 places seulement)

scription : à partir de mars 2010 à la permanence (ne pas tarder : 15 places seulement)
Adhésion : à partir de mars 2010 à la permanence (ne pas tarder : 15 places seulement)

<http://clubalpinstrasbourg.org>

ESCALADE SUR MUR ARTIFICIEL

Mur du gymnase ADLER

Rue Adler, quartier ROBERTSAU

Gymnase municipal. Mur vertical (hauteur 7m) + léger dévers (hauteur 7m) + bloc d'entraînement (hauteur 5m). Environ 50 voies, du 4 au 7a, équipées par le CAF Strasbourg.
Topo sur place.

Mur du Gymnase TWINGER

Rue Ovide, quartier KOENIGSHOFFEN

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

Mur du Centre Omnisport de Vendenheim

Rue des Châtaigniers, VENDENHEIM

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

Salle ROC EN STOCK

25d Rue du Maréchal Lefebvre, quartier MEINAU

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

Site internet : <http://www.roc-en-stock.fr>

Créneaux S.A.E.

Créneaux d'utilisation de nos murs d'escalade :

- mardi et jeudi de 18h à 22h et mercredi de 20h à 22h au **gymnase Adler** (*pour tous renseignements, contacter Fred Jutier au 03.88.34.08.48*) ;
- lundi de 17h30 à 20h et vendredi de 17h30 à 20h30 au **gymnase Twinger** (*pour tous renseignements, contacter Jacques Locoge au 06.71.86.00.99*) ;
- mercredi et vendredi de 20h à 22h au **centre omnisport de Vendenheim** (*pour tous renseignements, contacter Thierry Rapp au 03.88.96.07.87*) ;
- accès pour 7 € à la **salle Roc-en-Stock** le mercredi de 18h à 21h, ainsi que le dimanche de 10h à 14h (*sur présentation de la carte CAF*).

Pour plus de détails, consulter Ascensions d'avril 2009.

STAGES POUR ADULTES

LIEU	ADLER + ROC EN STOCK		ADLER
RESPONSABLES	Eliane BODIN (03 88 75 02 28) Marie-Paule ROUSSELOT (03 88 65 05 26)		Frédéric JUTIER (03 88 34 08 48)
STAGES	INITIATION 8 séances de 2h (4 à Adler, puis 4 à Roc) <i>(octobre/mars)</i> Dès 16 ans 2 cycles Début en octobre et en janvier		PERFECTIONNEMENT 10 séances de 2h <i>(novembre/janvier)</i> Dès 16 ans Pour grimpeurs réguliers de niveau <i>moyen 5b</i>
JOURS Horaires	Jeudi (Adler) 20h/22h	Vendredi (Roc) 19h/21h	Jeudi 20h/22h
ENCADREMENT	Renaud BIHLER (brevet d'Etat)		Frédéric JUTIER (initiateur bénévole)
PRIX Pour caftistes à jour de leur cotisation	120 € Matériel compris		20 € Cordes fournies
INSCRIPTION	Permanence du Club (à partir de septembre)		Frédéric (septembre/octobre)

Appel aux bonnes volontés :

samedi 7 novembre 2009, opération nettoyage au Rocher du Falkenstein.

Plus précisément, il s'agit de quelques travaux d'entretien du sentier d'accès aux voies, et du broissage des secteurs "grand dièdre" et "bidochons".

On a besoin d'une vingtaine de grimpeurs motivés.

Merci de contacter rapidement Jean-Marc Chabrier (03.88.96.00.98 ou 06.89.86.40.72).

Prochain bulletin mi-avril

Vos prochaines contributions peuvent être adressées, si possible **par courriel**,
avant le 11 mars 2010

- à Solange Kipp : solangekipp@yahoo.fr

- et à Jean Klein : klein.kientz@aliceadsl.fr - tél : 03 88 91 52 09

Ski

Les **programmes des activités** sont désormais consultables au choix :

- sur le **site web** : <http://clubalpinstrasbourg.org> menu « programme » (versions imprimables) ;

- à la **permanence**, en libre-service, imprimés au format A4 ;

- par courrier à domicile, sur demande expresse lors de l'adhésion ou de la réadhésion.

La mise à jour est hebdomadaire sur le site, et quadri-annuelle pour la version papier (janvier, avril, juin, octobre).

Nouveaux chefs de courses :

- **Bernard Gillet** qui s'était particulièrement investi la saison passée à effectuer les recyclages lui permettant de confirmer son brevet d'initiateur Ski Alpin.

- **Jean-Philippe Conti** a obtenu le brevet d'initiateur Ski Toutes Neiges Tous Terrains. Cette qualification nouvellement créée (1ere promotion de 10 personnes au niveau national) ouvre à l'encadrement et l'enseignement du ski hors-piste.

SKI ALPIN : UN PROGRAMME PLUS COMPLET ET DIVERSIFIÉ

“ La nuit, il s'en allait sur ses skis parmi les étoiles.”

Romain Gary, Adieu Gary Cooper.

La saison commencera cette année par un **rassemblement ski/snowboard** plaisir qui nous emmènera à La Bresse le **dimanche 20 décembre**.

Dans le soucis de permettre à tous de faire du ski, notre programme s'enrichit de nouveaux stages et séjours pour tous les niveaux, pendant et hors vacances scolaires ainsi que plusieurs sorties week-end.

STAGES VAL THORENS : Perfectionnement technique Ski Alpin 1/2/3.

Inscriptions et règlement définitif avant le 15 décembre pour tous les stages.

Prix: 350€ / chèque de 100€ d'arrhes à l'inscription dont 50€ non remboursables. Comprenant 7 nuitées en appartement au pied des pistes + forfait 6 jours et la part de l'encadrant.

VAL THORENS, Stages pédagogiques 1 et 3, Niveau Confirmé.

Stage 1 : du 02/01 au 09/01/2010

Stage 3 : du 16/01 au 23/01/2010

S'adresse à tous les skieurs désireux d'améliorer leur bagage technique en ski alpin : positionnements, conduite de virages et initiation au virage coupé, évolution dans les bosses, vitesse, application des acquis et découverte de techniques particulières du ski toute neige afin d'acquérir des fondamentaux transposables en descente lors de futures randonnées à ski ou simplement sur pistes préparées.

VAL THORENS, Stage pédagogique 2, niveaux Perfectionnement et Maîtrise.

Stage 2 : du 09/01 au 16/01/2010

Vous désirez évoluer afin d'envisager plus sereinement très bientôt le ski toute neige et le ski de randonnée ou simplement continuer à prendre toujours plus de plaisir en station.

STAGE ET SEJOUR LA GRAVE : Perfectionnement technique Hors-piste et Freeride.

Inscriptions et règlement définitif avant le 1 février 2010.

Prix: 400€ / chèque de 100€ d'arrhes à l'inscription dont 50€ non remboursables.
Comprenant 7 nuitées en gîte (gestion libre au gîte « Le Rocher ») + 6 jours de forfaits et la part du ou des encadrants.

LA GRAVE :

Un village unique qui offre ski sauvage et descentes vertigineuses. La Grave - La Meije offre un domaine skiable unique au monde et l'une des plus prestigieuses descentes à ski en Europe avec 2150 mètres de dénivelé non-stop en haute montagne.

Les Téléphériques des Glaciers de la Meije, unique moyen d'accès à ce domaine glaciaire de haute altitude, permet d'atteindre le Col des Ruillans à 3200m. Les téléskis des Trifides et du Dôme de la Lauze permettent d'accéder à 3550m. Là se trouvent les deux seules pistes balisées. En accédant au domaine de La Grave - La Meije, vous n'êtes pas dans une station de ski. Vous êtes en haute montagne, sur un site non sécurisé où les conditions météo peuvent changer brutalement et où vous devez gérer votre insécurité. Un téléphérique vous monte en 30 minutes environ à 3200m d'altitude dans un décor unique de grandes étendues glaciaires, de couloirs abrupts où vous pourrez tracer vos courbes selon votre inspiration et votre niveau, loin des pistes balisées et des pylônes. Cela demande un certain niveau de ski, mais surtout beaucoup d'humilité et de responsabilité face aux éléments naturels.

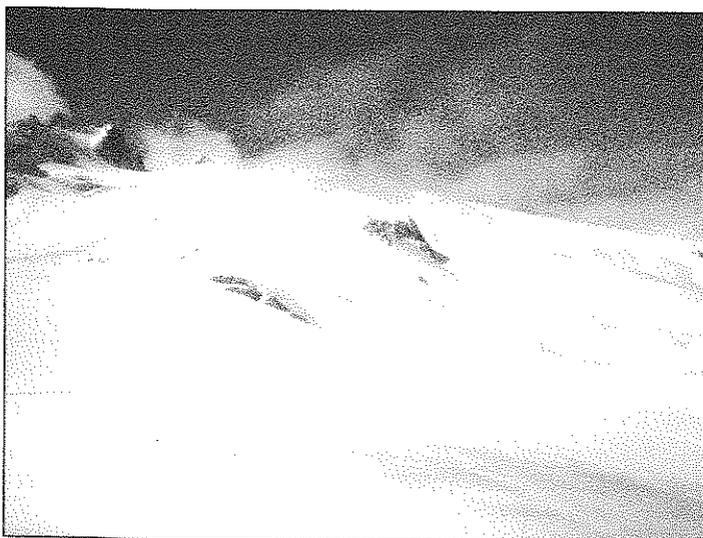


photo : J.P. Conti



**Rando au Petit Ballon
le 10 octobre 2009**



photos : J.L. Bourgeois et G. Bour

LA GRAVE, Stage technique Ski Hors-piste, niveaux Confirmé à Avancé.

Stage du 06/02 au 13/02/2010

Débrouillés sur tous types de terrains et de neiges, à l'aise sur piste noires, vous désirez perfectionner votre technique hors piste afin d'acquérir plus de contrôle, de maîtrise, de vitesse, de sécurité, envisager des pentes plus raides. Vous pratiquez le ski hors piste ou le ski de randonnée.

LA GRAVE, Séjour Hors-piste, niveaux Avancé à Expert.

Séjour du 13/02 au 20/02/2010

Just Riding

Informations et renseignements complémentaires :

Jean-Philippe Conti / 09 52 95 64 50 / 06 85 86 13 04 / contijp@gmail.com

ENGELBERG ET CHAMONIX

Les sorties week-end vous emmèneront en Suisse dans la station d'Engelberg et à Chamonix dans la Vallée Blanche pour des sessions Hors-piste.

Informations et renseignements complémentaires : Bernard Gillet / 06 11 02 84 31

Les informations détaillées des stages, séjours et formations proposés sont consultables en rubrique Activité / Ski Alpin.

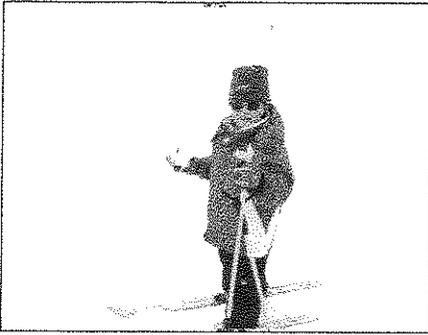
SNOWBOARD : L'ACTIVITE DEMARRE

Cette nouvelle saison voit la mise en place d'un programme snowboard en relation avec les projets des activités ski alpin et ski de montagne. En attendant la création d'une section particulière qui pourrait avoir toute sa place dans notre club, cette pratique est proposée et informée dans les rubriques Activité et Programme Ski Alpin du site Internet. Notre désir est d'accueillir des snowboarders en autonomie lors de sorties, week-end ou séjours (le club ne disposant pas à ce jour d'un initiateur snowboard qui permettrait un encadrement particulier), de proposer une sortie spécifique snowboard-rando et quelques courses adaptées du programme ski de montagne.

UN PASSEPORT SECURITE : ANTICIPER LE RISQUE

Votre sécurité est aussi la notre. En ski hors-piste ou de randonnée, nous avons un devoir de compétence et de responsabilité les uns envers les autres face aux risques d'avalanche. Il est donc impérativement demandé à toute personne désireuse de participer à des séjours Hors-piste d'effectuer au préalable une formation Arva d'apprentissage ou de révision. Notre club propose des formations Arva au programme Ski Alpin (dont une formation sur deux jours dès la mi-décembre, nivologie et théorie en salle le samedi et exercices terrain le dimanche) et au programme Ski de Montagne grâce à une équipe rodée et compétente.

Jean-Philippe Conti.



La chapelle des Bois, février 2009, photo G. Bour

Dépêchez-vous de farter vos skis...

Gilbert a réservé 15 places en demi-pension au Gîte LA DALUE (Jura, à proximité de La Pesse) pour 4 jours de skating et ski de fond du samedi 23 au mardi 26 janvier 2010.

Inscriptions dès maintenant : Gilbert BOUR
gilbert.bour@free.fr 03 88 44 15 57 ou 06 81 13 14 99

La Grande Traversée du Jura

du 07 au 12 mars 2010

C'est une randonnée itinérante à skis de fond (alternatif et skate selon conditions) de 170 kilomètres en 6 étapes que je vous propose. Sans être un exploit, il s'agit néanmoins d'une belle balade nécessitant de l'endurance. Une voiture suiveuse portera notre matériel de gîte en gîte.

Dans l'éventualité où la neige nous ferait défaut, il vous sera proposé des randonnées choisies parmi les plus belles de ce Massif.

Contactez-moi sans attendre, les arrhes de réservation devant être versées prochainement ; pour tous renseignements et inscription (maximum 8 personnes) :

benoit.jaeg@gmail.com tel : 06 15 03 52 09



Le gîte «La Grenotte»

photo : B. Jaeg

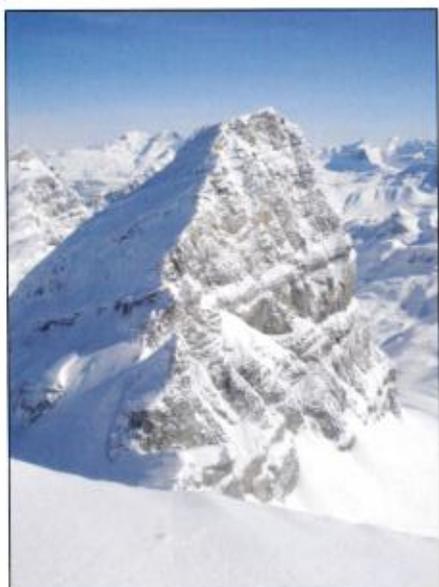


photo : B. Jaeg

Traversée du Jura



Badus



Au sommet du Rossstock

photos : J.M. Chabrier



Erbsalp



Dolce vita à l'Alpe Garzirola



Cairn de la Topalihütte



Torre Grande dans les Dolomites

photos : C. Hoh



Célèbre 4000 valaisan

VTT Spéléo

Les programmes des activités sont désormais consultables au choix :

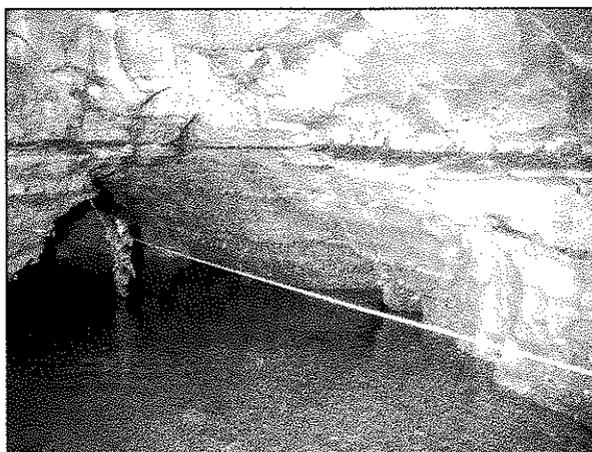
- sur le site web : <http://clubalpinstrasbourg.org> menu « programme » (versions imprimables);
- à la permanence, en libre-service, imprimés au format A4 ;
- par courrier à domicile, sur demande expresse lors de l'adhésion ou de la ré adhésion.

AG 2009

samedi 28 novembre à l'Escale à la Robertsau

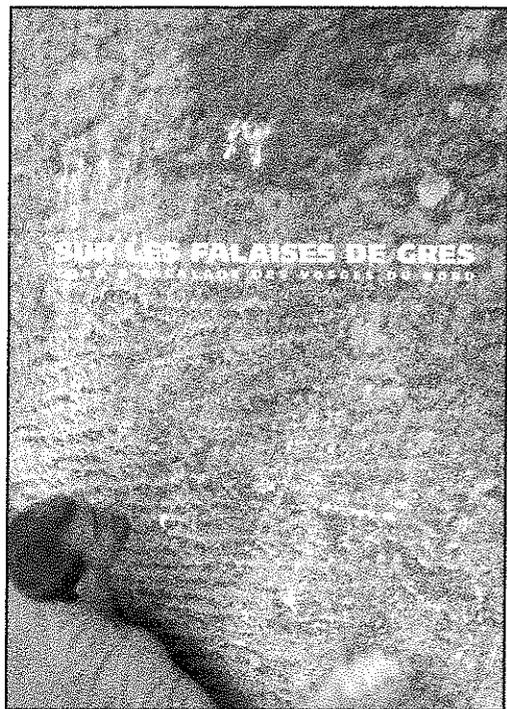
plus de détails sur le site internet du CAF

<http://clubalpinstrasbourg.org>



Combe prêtres

photo : CAF



Sur les falaises de grès – Topo d'escalade des Vosges du Nord : nouvelle édition 2009 !

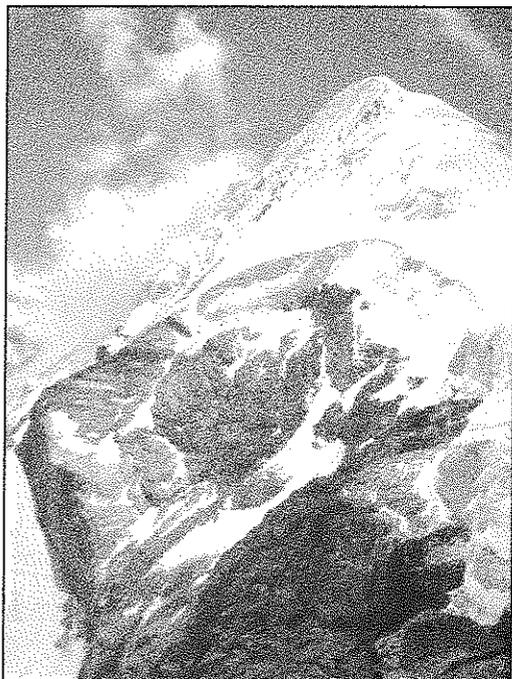
L'édition 2007 victime de son succès étant désormais épuisée, la 4ème édition de ce topo qui recense toutes les voies d'escalade des Vosges du Nord, et plus précisément du Bas-Rhin et alentours, est désormais disponible.

Près de 100 nouvelles voies, une mise à jour complète, une majorité de photos inédites... l'ouvrage indispensable pour tous les grimpeurs de la région !

*Michel Bilger, Armand Baudry,
Yann Corby, Jean-Marc Chabrier
(408 pages, 1700 voies, 190 photos).*

photo : Y. Corby

composition : M. Bilger



Pacharmo (6273 m), Népal

photo : P. Klein

Au Vieux Campeur



La nouvelle carte Club
assurance et assistance.
10 % de remis
sur certains achats et parfois mieux.

www.auvieuxcampeur.fr

c'est 32 rue du 22 novembre 67000 Strasbourg -
c'est aussi à Paris Quartier Latin * Lyon * Thonon-Les-Bains * Sallanches
* Albertville * Marseille