

# le petit caç'teur tarin



les nouveaux  
commerçants

Bourg-St-Maurice



## SOMMAIRE

Le mot du président.....	3
Bilan de l'été .....	4 - 5
Ecole de ski et de montagne.....	5
Local du Club .....	6
Portraits de bénévoles.....	7
Programme des sorties .....	8 - 10
Escalade en salle.....	11
Portrait .....	12 - 13
Cascade - jeunes .....	14
Sites internet .....	15

Photo de couverture : la Roche à Thomas - Granier  
Ci-dessus : Combe Bronsin - Lauzière  
C-dessous : sous l'Aiguille de Mey - Pralognan



### Avertissement :

Les activités physiques et sportives de montagne peuvent être dangereuses. Elles nécessitent de l'expérience, et une bonne connaissance des techniques. N'hésitez pas à vous former auprès des clubs alpins. Evitez de partir seul, et communiquez votre itinéraire à vos proches.

## Le MOT DU PRÉSIDENT

Bonjour à tous,

Avec un grand plaisir, j'ai accepté de prendre la présidence du Club après quelques mois de carence. Je me propose d'assumer cette fonction en m'appuyant sur une équipe, qui je le souhaite s'élargira au plus grand nombre, avec laquelle nous poursuivrons les actions entreprises au cours des années précédentes. Je sais pouvoir compter particulièrement sur le soutien de ceux qui, avec abnégation, ont donné beaucoup de leur temps. Un satisfécit particulier à notre Secrétaire général, Alain Rémillon, dont la rigueur dans le suivi des dossiers permet une bonne gestion.

Parmi toutes les actions abouties, il faut saluer particulièrement celle du nouveau local du Club, dès à présent fonctionnel. Nous y avons regroupé l'ensemble du matériel et des archives. Je remercie chaleureusement Monsieur Philippe Nivelles, maire de Moûtiers, et André Fourmaintraux, principaux acteurs de cette réussite.

En ce qui concerne notre école de ski, son élargissement à la Communauté de Communes Cœur de Tarentaise permettra aux enfants de Moûtiers et alentours, de s'initier au ski de piste.

L'activité « école d'escalade » sous la conduite efficace de Cécile Chauvin, aidée par Thierry Hersent et André Fourmaintraux, tourne à plein régime, à la satisfaction de tous les jeunes participants.

L'engagement indéfectible d'Anne-Marie Le Fur a conduit nombre d'entre nous vers les sommets des Alpes, qu'elle en soit remerciée.

La nouvelle activité « vélo de montagne » VDM (eh non, au CAF ce n'est pas VTT), lancée par Laurent Poulin « initiateur VDM » depuis mai 2013, devrait se développer progressivement.

Notre programme de sorties collectives de l'hiver 2013-14 permet, comme celui de l'an passé, à chacun de trouver la sortie adaptée à son niveau.

Je me réjouis du développement positif de toutes nos activités et suis confiant en l'avenir, il nous apportera le succès dans l'accomplissement de nos projets.

Bon hiver à tous !

Patrick Vahiné

Président du Club Alpin Français de Moûtiers et Haute-Tarentaise



## Club Alpin Français de Moûtiers et Haute-Tarentaise

Espace associatif cantonal - 94 grande rue - 73210 Aime - 04.79.09.71.02

[www.clubalpinmht.org](http://www.clubalpinmht.org) - [contact@clubalpinmht.org](mailto:contact@clubalpinmht.org)

Association à but non lucratif, affiliée à la FFCAM : 24 av de Laumière 75019 Paris - Agrément jeunesse et sport : 73S3207/120707  
Dépôt légal : ISSN 1775-8181 juin 2011 - Revue imprimée sur papier recyclé - Imprimerie l'Edelweiss à Bourg St-Maurice 04 79 07 05 33

Envoyez vos photos et articles à : [revue@clubalpinmht.org](mailto:revue@clubalpinmht.org)

**alterzone-boardshop.com**  
Votre nouveau magasin rando! 95 Grand Rue 73210 AIME

- >Location de splitboards
  - Snowboards de randonnées
- >Location de matériel de sécurité
  - Sac airbag
  - DVA pelle sonde
  - Dorsales
- >Entretien ski et snow
  - Fartage/ Affutage
  - Découpe et ré-encollage de peaux de phoque
- >Topos et itinéraires à consulter sur place
- >>>>PACK AVENTURE<<<<
  - Location Split et sécu
  - Hébergement gîte et refuge
  - Guide ou moniteur

"et après l'effort, le réconfort!"

- >Degustation et vente de Bieres artisanales

+ d'infos:  
09 51 75 95 80  
[www.alterzone-boardshop.com](http://www.alterzone-boardshop.com)  
[contact@alterzone-boardshop.com](mailto:contact@alterzone-boardshop.com)

-10% sur présentation de votre carte de cafiste!

## Bilan de l'été

Pour les autres activités, consultez le site du club pour lire les comptes-rendus de sorties.

### STAGES «JEUNES»

Encadrés par des professionnels ou des bénévoles

#### L'école d'aventure

#### Via ferrata De La Rosière, Courchevel, Le 26 Juin 2013

10 jeunes de l'école d'aventure ont pu découvrir cette activité sportive de plein air en se familiarisant avec le rocher, le vide et la progression encordée.



Le cadre magnifique du lac de la Rosière, à Courchevel, a été apprécié, et au retour, tous ont pu observer les fleurs rares et protégées comme les sabots de Vénus.

Merci aux encadrants bénévoles qui ont permis d'assurer en toute sécurité cette sortie : Georges, Robin, Alexis et Patrick. ■

André Fourmaintraux



#### L'école d'escalade

#### STAGE D'ADOS EN ESPAGNE, DU 19 AU 25 AOÛT 2013

Belle réussite avec 11 jeunes qui sont partis en Espagne avec Cécile et Xavier (guide haute montagne). Très bonne ambiance avec les jeunes ! Nous avons commencé le stage à Margalef où les jeunes ont pu réaliser des belles voies d'escalade et découvrir ce rocher exceptionnel à trous rouges et jaunes !

Puis nous sommes allés à Villanova de Meis à la falaise de la Rocca Dels Arcs. Les jeunes ont fait une initiation grandes voies de 3 longueurs puis le début de « musical express », grande voie de 200 m en 6b.

Bravo à Rémi et Fanny qui ont réalisé avec Xavier « Lleida » une grande voie de 220m en 6a/b sur coinçeurs, et mention spéciale à Quentin qui a fait en second « La Chica Del Martini »

#### CALANQUES, DU 5 AU 8 MAI

Les jeunes de l'école d'escalade sont partis en stage grandes voies dans les Calanques début mai.

Nous avons eu beaucoup de chance avec la météo, grand beau, crème solaire et baignades au programme tandis que la Savoie était sous la graille...



compte-rendus des sorties  
+ photos et vidéos :  
www.clubalpinmht.org

7b+/6b obligatoire de 220 m aussi avec Xavier !!



Les jeunes ont réalisé 2 grandes voies à la Paroi Noire et l'arête du Bec avec le tour du Bec de Sormiou.

Belle réussite pour les jeunes qui commencent à être vraiment au top en manips au relais ! ■

Cécile Chauvin - BE Escalade

## ALPINISME

Cette année, sur les 8 sorties programmées, réparties de fin juin à fin août 2013, 6 ont été réalisées, soit 5 week-end de 2 jours et le dernier de 3 jours, chacune des courses réunissant 3 à 6 participants et 1 encadrante.

La Barre des Ecrins (Oisans), montée par le couloir Coolidge (cotation AD), et retour par l'arête ouest, un itinéraire « inenvisageable » au moment de la mise en place du programme.

Le Col du Tour Noir à la place de l'Aiguille d'Argentière (Mont-Blanc), un remplacement en raison de la chute de neige abondante du samedi, seule journée maussade de la saison. Mais le paysage magnifique du cirque d'Argentière valait la peine d'y aller.

La Pointe de Labby par l'arête du Soleil (Vanoise), 2 jours pleinement remplis avec la montée au

Barre des Ecrins - couloir Coolidge



refuge par le col d'Aussois. Du fait de son bon équipement en points d'assurage et relais, il peut permettre à des alpinistes encore pas trop aguerris de s'essayer à l'évolution en corde tendue sur une grande partie de l'itinéraire.

La Pointe de la Grande Glière (Vanoise), enfin atteinte après 3 années d'acharnement à la tenter. Descente par le glacier sud de la Glière plutôt agréable car encore très enneigé.

L'Aiguille du Moine par la voie normale (Mont-Blanc), course réputée « paumatoire » qui peut être longue si l'évolution ne se fait pas en corde tendue, et nécessitant un bon sens de l'itinéraire.

Le Cervin (Italie et Suisse), en traversée, « l'apothéose » de la saison. Beaucoup de temps passé sur cette arête, mais une grande satisfaction des participants de l'avoir faite ... sans y passer la nuit !

Ces courses, sauf le col du Tour Noir, comportent des passages plus ou moins longs d'escalade sur des arêtes généralement cotées de PD (peu difficile) à AD (assez difficile).

C'est dans ce type de terrain où la majorité du parcours doit se faire en corde tendue que se révèle l'aisance et l'expérience rocheuses de l'alpiniste.

L'enneigement exceptionnel allié au beau temps ont permis d'évoluer dans d'excellentes conditions. La neige encore abondante a facilité les accès et les retours de refuges ainsi que les marches d'approche, ménageant ainsi les articulations.



Sommet Italien du Cervin

C'est un ensemble de belles courses mais qui ne sont pas toutes à conseiller à des débutants.

La réussite de la traversée du Cervin, du refuge Antoine Carrel à la cabane du Hornli, la course la plus longue et la plus difficile de la liste, restera un grand moment pour les 4 participants.

En conclusion, une excellente saison. ■

Anne-Marie Le Fur

Col du Tour Noir

## L'École de Ski et de Montagne

Cette école de ski est proposée aux enfants (de 7 à 17 ans) de la Communauté de Commune de Mouïtiers.

Le cycle des sorties : 10 après-midi plus une journée complète, débutera le 11 janvier et se terminera le 29 mars. Cette date pourra être prolongée si des sorties ont

été annulées pour cause météo. Les sorties auront lieu pendant la période de vacances.

La station sera Courchevel 1650 ou Moriond.

Le départ sera fixé à 13h précises et le retour à 17h (ces horaires pourront évoluer au printemps).

Les tarifs seront calculés en fonction du Coefficient Familial ; le deuxième enfant bénéficiera d'une réduction de 20 %.

La prestation proposée comprend : le transport en car, le forfait ski, les cours avec moniteur ESF, la licence et l'assurance du Club (obligatoires).

Le matériel de ski (skis, bâtons, chaussures, casque) restera à la charge des familles, qui pour-

ront s'adresser à un loueur avec qui nous aurons négocié des tarifs préférentiels.

Le règlement ou « règle de bonne conduite » devra être accepté par les parents et les enfants.

Le nombre d'enfant admis sera de 80 et ne pourra être dépassé (inscription dans l'ordre). Les inscriptions ne seront définitives qu'une fois le dossier complet, soit : certificat médical, relevé de Quotient Familial, fiche d'inscription et licence remplies et signées, chèque de règlement.

Cette activité fonctionne grâce à la participation bénévole des parents (surveillance, transport en car, suivi des skis, et accompagnement dans les cours en accord avec le moniteur ESF. Les parents accompagnants bénéficient ainsi du « forfait ski ».

N'hésitez pas à vous inscrire pour venir accompagner. ■

André Fourmaintraux

06 32 43 66 33 / 06 85 82 08 21



## Le local du CAF

Comme annoncé dans la revue précédente, la municipalité de Moûtiers met gracieusement à disposition du Club un local.

### RÉUNIONS

Une pièce d'environ 15 m<sup>2</sup>, agréablement décorée, permet de placer 4 petites tables et quelques chaises. Elle comporte aussi un réduit avec un lavabo.



Préparation du programme des sorties de l'hiver 2014.

### MATÉRIEL

Une autre pièce d'une quinzaine de mètres carrés abrite dans les meilleures conditions, du matériel à la disposition des encadrants :

- Equipements de protection individuelle (EPI) : casques, DVA, quelques pelles et sondes
- Matériel collectif : cordes, coinces
- Matériel individuel : quelques longues avec absorbeur, raquettes, crampons, piolets.

#### Règles d'emprunt de matériel, pour l'encadrant d'une collective :

- 1- Contacter à l'avance André Fourmaintraux (06 32 43 66 33) ou Laurent Poulin (06 87 60 92 06) ou Patrick Vahiné (04 79 24 16 08)
- 2- Remplir le cahier avant d'emprunter du matériel (afin de savoir où il est).

3- Remettre en place le matériel dès que possible + remplir le cahier avec toute remarque nécessaire : anomalie, incident...

Ceci pour des questions de sécurité !



### accès :

70 rue du Pain de Mai, à Moûtiers  
2<sup>e</sup> étage (fléchage depuis l'entrée)  
A côté de l'hôpital,  
dans l'ancien bâtiment dit « de la Congrégation des Sœurs », juste avant le Collège Ste-Thérèse.  
Parking : à 50 m, Place St-Pierre (Cathédrale).



Mise sous enveloppe de la convocation à l'Assemblée Générale.

### archives

En annexe à la salle de réunion, un espace aménagé avec des rayonnages accueille les archives : compte-rendus de réunions, d'assemblées générales, compta-



bilité, anciennes revues, dossiers de subventions, etc. Une association, c'est aussi des « montagnes » de papier !

### QUI CONTACTER ?

Pour le matériel, voir ci-contre.  
Pour organiser une réunion (voire : mettre en place une permanence ?...) contacter :

André Fourmaintraux  
04 79 24 28 36 - 06 32 43 66 33  
fourmaintraux.andre@neuf.fr

## Bénévoles de l'ombre

Qui sont les gens qui font fonctionner le club ?  
Que font-ils au juste ?

Chaque saison, des bénévoles nous présentent leur travail :

### ANDRÉ FOURMAINTRAUX

Venu tard à la montagne, il m'a fallu aller vite pour rattraper tout le temps perdu. Inscrit au CAF de Bourg St-Maurice - Tarentaise dès 1965, j'ai donc enchaîné stages, formations tous azimuts, puis rapidement les sorties avec les plus anciens et confirmés m'ont énormément appris !

Comprenez qu'aujourd'hui je sois redevable envers le Club et tous ces bénévoles qui m'ont emmené dans des courses « folles » alors que je débutais.

Ce n'est que plus tard et progressivement que je me suis investi (avec les brevets bénévoles en poche) en tant que responsable d'activités « montagne » tout confondu : escalade (de l'époque), alpinisme surtout, ski montagne bien sûr, ski de fond et aussi ski de piste (c'était le début des stations) et nous n'avions pas honte de faire des petites collectives à La Plagne pour améliorer nos virages !

Aujourd'hui, quelle est ma place ? Je suis grand-père et j'essaye gentiment de jouer ce rôle auprès des tout jeunes : je coordonne avec Thierry l'École Escalade Jeunes, ainsi que l'École Aventure et je mets mon reste d'énergie à emmener des tout jeunes en montagne : WE raquettes refuge, WE familial avec des ânes, Via Ferrata...

Parallèlement à cela, il faut assumer toute la partie plus administrative, telle que demandes de subventions, labellisations, contacts élus etc. Donc, je fais partie du Bureau pour mieux faire avancer cette activité.

### MONIQUE FRIBOURG

Entrée au club en 1993, je reste longtemps une simple adhérente. Je pratique alors la randonnée pédestre, le trekking, et j'essaie d'apprendre à skier lors de randonnées à ski faciles, avec des encadrants patients. De 2004 à 2009, je rentre au Bureau et j'assume la présidence de notre Club. Je cible mes actions sur la communication et la formation.

Je mets en route le site du Club et j'en assure la mise à jour, la création de pages... Dorénavant nos actions sont connues de tous. Je reprends également la revue. J'ai la chance d'avoir un ordinateur, une connexion internet, un appareil photo numérique et du temps pour apprendre à manipuler ces outils. La revue va évoluer pour plus ou moins aboutir à celle que l'on connaît (couleur, papier recyclable).

J'ai organisé des conférences, des formations : nivologie II, sécurité neige et glace, des stages adultes avec un guide pour « oser » la pente raide ou les évolutions sur arêtes, en terrain d'aventure.



Ma vision du Club ? J'entends certains reproches sur le manque d'activités dans les programmations si on compare à Albertville, Grenoble ou autres grands clubs ! Bien sûr ! Mais si les grimpeurs ou montagnards (inscrits au club) donnaient chacun un peu plus de leur temps et de leur savoir aux autres, tout irait pour le mieux, certainement ! La peur de la responsabilité et l'égoïsme général dans la société sont certainement un blocage dans ce processus de transmission du savoir.

Je fais aussi de mon mieux pour qu'on ne laisse pas nos amis « adhérents » sur le bord du chemin, sous prétexte qu'ils sont un peu moins bons, ou en manque de formation. Je pense qu'il y a toujours moyen de les intégrer progressivement et de les encourager.

Je me suis investi parallèlement et spontanément dans la « protection montagne » au sein du Club, pendant quelques années.

André



C'était aussi l'époque de la mise en place et de la labellisation de notre école d'aventure. Titulaire d'un brevet fédéral de ski alpinisme, j'ai encadré à mon tour. Je pratique dorénavant la randonnée à ski, à pied, le trekking en autonomie parfois.

Je suis heureuse de reprendre des sorties cet hiver et j'espère qu'il vous plaira d'y participer. Ensemble, il y a toujours à apprendre !

Monique

### PATRICK VAHINÉ Président

Né d'un père tahitien et d'une mère savoyarde, c'est dans la montagne où j'ai toujours grandi que mon cœur s'est attaché.

Ayant passé mon enfance en Haute Maurienne, à Bramans, jusqu'à 10 ans, je déménage ensuite en Tarentaise, à la Bathie.

Les premières randonnées de mon enfance effectuées dans le cadre familial m'ont donné le goût de la Montagne.

Je me souviens de ma première nuit en refuge, c'était lors d'une sortie scolaire en primaire, en haute Maurienne, au-dessus de Bonneval, souvenir impérissable.

Plus tard, poussé peut-être par mes origines tahitiennes, je m'initie au canoë kayak avec brio, tant et si bien que je passe le diplôme fédéral de moniteur, et en 1987, je prends la présidence du club de kayak de Moûtiers jusqu'à ce jour.

J'adhère au Club Alpin Moûtiers Haute Tarentaise en 1995. Je pratique alors le ski de randonnée et me perfectionne dans cette discipline entre copains et au sein du Club.

Un ami et une tante vont me donner le goût du voyage, et dans ma période célibataire j'entreprends de nombreux voyages : raid dans le désert au Maroc et en Algérie, trekking au Népal (tour du Manaslu, tour du Dhaulagiri, Dolpo, tour des Annapurna), randonnée nordique au Québec et en Laponie Suédoise, Trekking en Bulgarie.

J'ai beaucoup appris au contact des plus aguerris, ils m'ont donné l'envie de transmettre ce savoir qu'ils ont su partager.

J'encadre depuis plusieurs années les sorties ski de rando au sein du Club, de tous niveaux, débutant à très bon skieur, sur une journée ou plusieurs jours (Chamonix - Zermatt, 4000 de Saas Fee, Dolomites).

En 2012 j'entreprends de passer l'initiateur ski alpinisme que j'obtiens au printemps 2013.

Je rentre au comité directeur du CAF MHT en 2008, membre du Bureau au poste de trésorier de 2010 à juin 2013, président du Club depuis juin 2013 et membre du comité directeur du Comité Départemental Savoie.

Ce que j'ai reçu, j'espère pouvoir le restituer à d'autre pour qu'ils puissent à leur tour faire de même...

Patrick

# Sorties collectives - hiver 2014

## Pour participer aux «collectives» par le CAF, vous devez :

- Posséder la **licence CAF** 2013-2014 (ou souscrire à une carte découverte)
- Être majeur ou accompagné
- **Observer les consignes** de l'encadrant, avant et pendant la sortie
- Être en bonne condition physique
- Être **correctement équipé** pour la sortie envisagée : vêtements, protections, matériel individuel, hydratation et vivres de course

Consultez les changements de dernière minute sur [www.clubalpinmht.org](http://www.clubalpinmht.org)

## Pour vous inscrire :

- Téléphonnez à l'encadrant **le vendredi entre 18 h et 20 h** (pas d'inscription sur place au départ)
- Si problème, ne laissez pas de message : rappelez dès que possible
- Si nuit en **refuge**, inscrivez vous 21 jours minimum avant la sortie afin de réserver (à certaines périodes, vous devrez verser des arrhes) ; contactez à nouveau l'encadrant 48h avant le départ pour disposer des consignes
- Dans certains cas, le responsable pourra vous proposer une autre randonnée plus adaptée.

**Bien COVOITURER :**  
**Partagez les frais de déplacement !**  
 Ils sont établis à **0,40 €/km** par véhicule  
**Une housse à skis** épargnera l'intérieur des voitures...  
**Évitez les odeurs de chaussures !**  
 lavez les chaussons, puis saupoudrez l'intérieur d'acide borique (antiseptique léger 1,50 € en pharmacie)

## ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DU CAF : samedi 7 décembre à Aime - salle des fêtes - 19 h

vendredi 18 octobre	divers	Réunion de programmation des sorties - hivers 2013-2014		Patrick Vahiné	06 85 82 08 21
dimanche 17 novembre	ski rando raquette	Journée recyclage sécurité neige pour tous les encadrants ski ou raquette		Patrick Vahiné	06 85 82 08 21
samedi 7 décembre	divers	 <b>ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DU CLUB</b>	à Aime		
dimanche 8 décembre	escalade	Compétition jeunes - Gymnase - Moutiers	Aide indispensable	André Fourmaitreaux	06 32 43 66 33
dimanche 8 décembre	ski rando	Remise en jambe	TN 600 à 900 m	Yannick Gazengel	04 79 07 11 34
mercredi 11 décembre	raquette	Col du Bozon		Nicole Boitte	06 16 66 40 18
du 11 décembre au 26 mars	raquette	 Sortie nocturne, pleine Lune au Nant du Beurre  Date exacte à fixer		Nicole Boitte	06 16 66 40 18
samedi 14 et dimanche 15 décembre	stage formation	Stage UF II Neige et Avalanche En cours de validation 		François-Xavier Cierco	06-76-97-83-62
dimanche 15 décembre	ski rando	Deuxième remise en jambe	TN 600 à 900 m	Yannick Gazengel	04 79 07 11 34
mercredi 18 décembre	raquette	Alpage de Montagny		Jean-Marie Muller	04 79 24 28 43
dimanche 22 décembre	ski rando raquette	<b>Sortie journée sécurité pour tous</b> il est fortement conseillé d'y participer !		Monique Fribourg	04 79 07 39 24
dimanche 29 décembre	ski rando	Sur la trace de l'autonomie - 800 à 1000m - SM lieu à définir 	SM 800 à 1000 m	Patrick Vahiné Monique Fribourg	06 85 82 08 21
dimanche 29 décembre	ski rando	Beaufortain - Molliesoulaz - Pointe Saint-Jean (2254 m) - Pas de l'Ane (2371 m)	BS 1200 m	Anne-Marie Le Fur	06 03 37 79 23 04 79 24 46 98
dimanche 29 décembre	ski rando	Beaufortain - Charve - Pointe du Col (2319 m)	TN 900 m	Max Bal	04 79 09 72 11
mercredi 1er janvier	ski rando	Beaufortain - Les Pars - Col de la Charbonnière (2494 m)	BS 1100 m	Anne-Marie Le Fur	06 03 37 79 23 04 79 24 46 98
dimanche 5 janvier	ski rando	Lauzière - Celliers - Objectif à définir	BS 1200 m	Anne-Marie Le Fur	06 03 37 79 23 04 79 24 46 98
dimanche 5 janvier	ski rando	Mont Valezan (2891) - F/S2/2.3	SM 1050	François-Xavier Cierco	06 76 97 83 62
dimanche 5 janvier	ski rando	Lauzière - La Flachère - Plan des Queux (L'Arpettaz) (2143 m)	TN 750 m	Bernard Andre	06 10 53 67 84
mercredi 8 janvier	raquette	Roc Marchand		Nicole Boitte	06 16 66 40 18

Envoyez votre résumé et vos photos à [webmaster@clubalpinmht.org](mailto:webmaster@clubalpinmht.org)

vendredi 10 janvier	ski rando	 Sortie en nocturne, pleine Lune report au vendredi 17 janvier si météo défavorable 	TN 600 à 800 m	Laurent Poulin	06 87 60 92 06
dimanche 12 janvier	ski rando	Autour de La Mazure Sainte Foy/Tse	TN 600 à 800 m	Bruno Villard	04 79 00 22 18
dimanche 12 janvier	ski rando	Lauzière - Bonneval - Glais rouge - (2163 m)	BS 1150 m	Laurent Poulin	06 87 60 92 06
dimanche 12 janvier	raquette	Portes de Montélian		Jean-Marie Muller	04 79 24 28 43
mercredi 15 janvier	raquette	Alpage de Montgirod (vers Quermoz)		Jean-Marie Muller	04 79 24 28 43
samedi 18 et dimanche 19 janvier	ski rando	Grand Parcours - Arèche - Beaufort		Patrick Vahiné	06 85 82 08 21
dimanche 19 janvier	ski rando	Beaufortain - Le Planey - Pointe de la Grande Journée (2450 m)	BS 1250 m	Anne-Marie Le Fur	06 03 37 79 23 04 79 24 46 98
dimanche 19 janvier	raquette	Journée de la raquette à Peisey ou Vallandry		Office du Tourisme	04 79 07 94 28
mercredi 22 janvier	raquette	Logis des Fées		Nicole Boitte	06 16 66 40 18
dimanche 26 janvier	ski rando	Sur la trace de l'autonomie - 800 à 1000m - SM lieu à définir 	SM 800 à 1000 m	Patrick Vahiné Monique Fribourg	06 85 82 08 21
dimanche 26 janvier	ski rando	Vanoise - Le Villard - St Jean de Belleville - Pointe de la Grande Combe (2678 m)	TN 1100 m	Max Bal	04 79 09 72 11
mercredi 29 janvier	raquette	Col du Loup par Lachat		Jean-Marie Muller	04 79 24 28 43
dimanche 2 février	ski rando	Sortie facile	TN 600 à 900 m	Patrick Vahiné	06 85 82 08 21
dimanche 2 février	ski rando	Beaufortain - Granier - Tour de la Roche à Thomas (2394 m)	BS 1100 m	Monique Fribourg	04 79 07 39 24
mercredi 5 février	raquette	Crêt-Volland (St Martin)		Nicole Boitte	06 16 66 40 18
samedi 8 et dimanche 9 février	stage formation	Stage UF II Neige et Avalanche 		François-Xavier Cierco	06-76-97-83-62
dimanche 9 février	ski rando	Lauzière - Les Avanchers - Crève Tête (2200 m)	TN 1000 m	Laurent Poulin	06 87 60 92 06
dimanche 9 février	ski rando	Lauzière - Le Biolley - Les Marmottes Noires (2339 m)	BS 1200 m	Max Bal	04 79 09 72 11
dimanche 9 février	raquette	Mont Rosset		Jean-Marie Muller	04 79 24 28 43
mercredi 12 février	raquette	Vers le Clapet		Jean-Marie Muller	04 79 24 28 43
dimanche 16 février	ski rando	Vanoise - Courchevel - Petit Mont Blanc (2677 m)	TN 1100 m	Max Bal	04 79 09 72 11
dimanche 16 février	ski rando	Maurienne - Montpascal - Le Grand Coin (2729 m)	BS 1300 m	Anne-Marie Le Fur	06 03 37 79 23 04 79 24 46 98
mercredi 19 février	raquette	Alpage de Hautecour		Nicole Boitte	06 16 66 40 18
dimanche 23 février	ski rando	Sur la trace de l'autonomie - lieu à définir 	SM 800 à 1000 m	Patrick Vahiné Monique Fribourg	06 85 82 08 21
dimanche 23 février	ski rando	Lauzière - Le Cheval Noir - Combe Pierreuse (2832 m) AD-/S3/3.3	BS 1460	François-Xavier Cierco	06-76-97-83-62
dimanche 23 février	ski rando	Beaufortain - les Pars - La Cote d'Aime - Vaugel (2217 m)	TN 900 m	Bruno Villard	04 79 00 22 18
mercredi 26 février	raquette	Alpage de N-D du Pré (Mt Jovet)		Jean-Marie Muller	04 79 24 28 43
samedi 1er et dimanche 2 mars	ski de fond	WE dans le Jura		Catherine Carroz	04 79 07 28 21
dimanche 2 mars	ski rando	Sortie facile	TN 600 à 900 m	Patrick Vahiné	06 85 82 08 21
dimanche 2 mars	ski rando	Lauzière - Celliers - Grand Pic de la Lauzière (2829 m)	BS 1400 m	Bruno Villard	04 79 00 22 18
mercredi 5 mars	raquette	Vers la Legette du Mirantin (Arêches)		Jean-Marie Muller	04 79 24 28 43
dimanche 9 mars	ski rando	Lauzière - Celliers - Rognolet (2659 m)	TN 1300 m	Monique Fribourg	04 79 07 39 24
dimanche 9 mars	ski rando	Lauzière - Celliers - Tour du Rognolet (2659 m)	BS 1600 m	Patrick Vahiné	06 85 82 08 21
dimanche 9 mars	raquette	Col François (Lauzière)		Jean-Marie Muller	04 79 24 28 43
mercredi 12 mars	raquette	Col de Charbonnière (Cote d'Aime)		Jean-Marie Muller	04 79 24 28 43
dimanche 16 mars	ski rando	Vallée des Belleville - Bellachat (2824 m)	BS 1400 m	Anne-Marie Le Fur	06 03 37 79 23 04 79 24 46 98
dimanche 16 mars	ski rando	Vanoise - La Mazure - Le Bec Rouge (2515 m)	BS 1100 m	Bruno Villard	04 79 00 22 18
mercredi 19 mars	raquette	Crève-Tête		Nicole Boitte	06 16 66 40 18
samedi 22 mars	raquette	Sur le parcours de la Pierra Menta (Arêches)		Nicole Boitte	06 16 66 40 18
samedi 22 et dimanche 23 mars	ski rando	 Rassemblement des clubs de Savoie - tous niveaux Avérole - Bessans	TN	Laurent Poulin Max Bal	06 87 60 92 06 04 79 09 72 11

Consultez les changements  
de dernière minute sur  
[www.clubalpinmht.org](http://www.clubalpinmht.org)

mercredi 26 mars	raquette	Le Char / Petit Arc (Montsappey) voir avec Faverges		Jean-Marie Muller	04 79 24 28 43
samedi 29 mars	ski rando	Sur la trace de l'autonomie - 800 à 1000m - SM lieu à définir	 SM 800 à 1000 m	Patrick Vahiné Monique Fribourg	06 85 82 08 21
dimanche 30 mars	ski rando raquette	 Rassemblement du Club - Pussy	TN	Bernard Andre	06 10 53 67 84
du lundi 31 mars au dimanche 6 avril	ski rando	AUTRICHE - Raid dans les Ortlès => Inscriptions avant le 1/02	TBSA	Patrick Vahiné	06 85 82 08 21
dimanche 6 avril	ski rando	Lauzière - Celliers - Portes de Montmélian (2460 m)	TN 900 m	André Fourmaitreaux	06 32 43 66 33
dimanche 13 avril	ski rando	Vanoise - Pralognan - Col de la Glière (3162 m)	BS 1500 m	Anne-Marie Le Fur	06 03 37 79 23 04 79 24 46 98
dimanche 13 avril	ski rando	Vanoise - Pralognan - Roc du blanchon (2747 m)	TN 1200 m	Laurent Poulin Max Bal	06 87 60 92 06 04 79 09 72 11
samedi 19 et dimanche 20 avril	ski rando	Sur la trace de l'autonomie (nuit en refuge) => inscription 2 semaines avant !	 BS 1200 m	Patrick Vahiné Monique Fribourg	06 85 82 08 21
dimanche 20 avril	ski rando	Vanoise - La Masure - Col du Retour (2420 m)	BS 1000 m	Bruno Villard	04 79 00 22 18
dimanche 27 avril	ski rando	Vanoise - Pralognan - Creux Noir (3155 m)	TBSA 1500 m	Max Bal	04 79 09 72 11
du jeudi 1 mai au lundi 5 mai	ski rando	à fixer	BS	Yannick Gazengel	40 79 07 11 34
dimanche 4 mai	ski rando	à fixer	BS 900 à 1200 m	Patrick Vahiné	06 85 82 08 21
Dimanche 11 mai	ski rando	Vanoise - Pierre Giret - Tour du Bec de l'Ane	BS 1500 m	Anne-Marie Le Fur	06 03 37 79 23 04 79 24 46 98
dimanche 18 mai	ski rando	Vanoise - Champagne - Ref Plaisance - Dome des Pichères (3317 m)	BS 610m + 1150 m	Monique Fribourg	04 79 07 39 24
dimanche 25 mai	ski rando	Val d'Isère - pont St Charles - Grande Aiguille Rousse (3482 m)	TBSA 1500 m	Patrick Vahiné	06 85 82 08 21
dimanche 1 juin	ski rando	Vanoise - Val Thorens - Peclet Polset (3560 m)	TBSA 1400 m	Max Bal	04 79 09 72 11

compte-rendus des sorties  
+ photos et vidéos :  
[www.clubalpinmht.org](http://www.clubalpinmht.org)



## Ski de fond

**A nouveau cette année, un week-end dans le Jura, les 1, 2 et 3 mars 2014**

Avec Jean-Luc Grandmottet, moniteur diplômé d'état, trois jours de ski de fond à Lajoux situé en plein cœur du Parc Naturel Régional du Haut Jura dans les Hautes Combes.

Site idéal pour la pratique du ski de fond : 248 kms de pistes de ski de fond accessibles à tous du débutant au chevronné.

La glisse est un vrai plaisir, dans ces paysages tout en rondeurs, avec une alternance de combes et de forêts de résineux, de vastes panoramas sur la chaîne des monts du Jura.

Nous logerons à la Chandoline, eco-gîte récent situé à 1 km du village de Lajoux.

Demi pension de 39,50 € (chambres de 4, sanitaires sur la palier) à 49,50 € (chambre de 2 avec sanitaires), plus de renseignements sur le site du gîte. Prévoir les forfaits et le transport (covoiturage).

**Réservations : avant le 17 novembre 2013** avec chèque d'arrhes de 25 euros à l'ordre du CAF Moûtiers Haute Tarentaise, à envoyer à Catherine et Jean Louis Carroz, 11 lotissement du Bathieul, 73210 Landry. Tél: 04 79 07 28 21 ou mail de préférence : [jean-louis-carroz@wanadoo.fr](mailto:jean-louis-carroz@wanadoo.fr)

Attention : le nombre de places est limité à 10 personnes dans l'ordre d'inscription. ■

Jean-Luc

## Murs d'escalade

**L'hiver, il n'y a pas que la neige !**

Les « murs d'escalade » (structures artificielles d'escalade ou SAE) de la vallée permettent de maintenir la forme et d'améliorer sa technique.

C'est aussi un bon moyen pour débiter, surtout avec les cours de Cécile Chauvin, Brevet d'Etat escalade, pour enfants et adultes au gymnase de Moûtiers !



**MURS D'ESCALADE (EN GYMNASSE, EN PÉRIODE SCOLAIRE) Licence CAF obligatoire**

> Créneaux valables hors des vacances scolaires !

### Moûtiers

Accès au mur : 55 € la saison (ou 30 €/trimestre)  
Réciprocité avec Aime

Lundi : 19h - 21h ; mercredi 20h - 21h30

Jeudi 18h - 19h50 ; samedi (à partir d'octobre) 18h - 20h

Cours avec Cécile Chauvin, diplômée d'Etat, 06 11 70 86 96

### Aime

Accès au mur : 65 + 12 € la saison

Réciprocité avec Moûtiers

Lundi : 19h30 - 22h ; jeudi : 19h - 21h

Stages initiation / perfectionnement adultes jeudi 19h/20h30 (places limitées)

### Bourg St-Maurice

Accès libre, mais badge obligatoire à retirer au Service des Sports (immeuble l'Albaron, face à la gare)

Mercredi (20h - 22h) ; dimanche (15h - 17h)

### St-Martin Belleville

Il faut avoir sa licence FFCAM avec soi (aucune dérogation...). Magnésie volatile interdite donc boule ou magnésie liquide + chaussures interdites dans le gymnase (prévoir crocs, claquettes, tonges...)

Lundi : 18 - 22h ; mardi : 18 - 22h30

Mercredi : 18 - 22h30 ; jeudi : 18 - 22h30

Samedi : 17 - 22h sous réserve : le samedi l'ouverture est assurée par les bénévoles, pas de gardien.

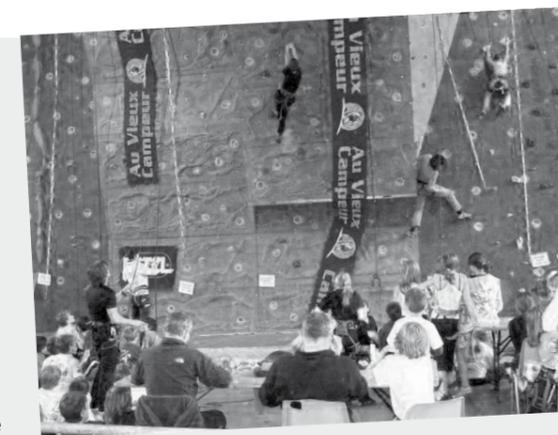
## COMPÉTITION D'ESCALADE JEUNES MOÛTIERS

**La compétition d'escalade pour les jeunes se déroulera le dimanche 8 décembre 2013 au gymnase de Moûtiers**

Elle concerne les jeunes âgés de 7 à 14 ans (catégories microbes, poussins, benjamins, minimes).

**Nous avons besoin de bénévoles pour l'organisation :**

- Samedi entre 16 et 17h : 4 à 5 personnes pour la mise en place de la salle
- Dimanche dès 8h30 : 4 à 5 personnes pour l'accueil
- Dimanche à 9h15 : début de la compétition
  - 10 personnes pour faire les juges
  - 8 personnes pour la buvette, le remplacement des juges etc.



## Parcours d'un cafiste

**Georges Jouzeau fait partie de notre Club depuis une quinzaine d'années. Nous le connaissons peu, il faut le dire: il ne fréquente pas les collectives et fuit les réunions.**

**Fallait-il vraiment faire un article sur la revue pour un tel personnage qui aurait un caractère si sauvage, et apparemment ne participe pas à la vie du club ?**

Nous qui avons la chance de le connaître un peu plus, nous avons pris le risque et nous sommes allés l'interviewer dans sa maison de Villarlurin où il s'est installé depuis une quinzaine d'années et où il coule une retraite paisible. Enfin, pas si paisible...

**G**eorges, tu es natif de Touraine, qu'est-ce qui t'a fait venir au CAF Moutiers et Haute-Tarentaise ?

Moutiers, c'est le point final d'une histoire professionnelle et une envie très forte de m'installer définitivement au plus près du milieu montagnard.

J'avais eu l'occasion, à maintes reprises, de parcourir la montagne en famille au cours de mes congés.

Le premier contact s'est fait à Angers, où j'ai rejoint le CAF pour découvrir l'escalade sur le mur artificiel du club et sur quelques sites naturels alentours.

C'était un club très dynamique et je m'y suis fait des amis avec qui je continue encore à grimper de temps à autre et ce depuis plus de 25 ans.



Quelques années plus tard, nouvelle mutation à coté de Lyon (Meximieux), donc plus près des Alpes.

Là, j'ai eu la chance de connaître Lionel Daudet qui avait suivi les formations alpines du CAF, dans le cadre des équipes jeunes et qui était déjà un grimpeur exceptionnel, mais encore inconnu.

Nous avions l'habitude de nous retrouver avec la bande d'anciens pour grimper dans différents massifs dont la Tarentaise et enfin Moutiers.

**D**onc te voilà à Moutiers ; mais nous te connaissons pratiquer plusieurs activités liées à la montagne, et à un bon niveau. Comment y es-tu arrivé ?

Après mon installation à Meximieux, changement de CAF, pour le CAF de Lagnieu, très orienté sur les grandes voies et la montagne.

C'est alors que j'ai commencé à faire de nombreux séjours sur les parois de Presles et à Chamonix.



Je me rendais également en Oisans pour faire des voies rocher, des couloirs et quelques cascades, avec Dam's, le frère de Dod (N.D.L.R. : Lionel Daudet).

Puis, suite à une nouvelle mutation, je me suis installé définitivement dans les Alpes, à Villarlurin.

C'est à partir de là, avec un grimpeur local que nous avons fait la connaissance de nombreuses cascades de la région.

**L**es voyages ?

Parallèlement à toutes mes activités, j'ai attrapé le virus du voyage. Dod est progressivement devenu le grand alpiniste atypique que nous connaissons, adeptes des expéditions légères.

En 1994, suite à un premier voyage en Inde, avec un ami, nous avons retrouvé Dod à New Delhi lors de son tour du monde, pour l'ascension de parois particulièrement difficiles, au cours duquel il réalisait 12 ascensions en solitaire.

Nous nous dirigeons rapidement à Leh à partir de laquelle nous avons passé 1 mois à parcourir le Ladakh et le Zaskar.

Au programme visite de monastères, trek, ascension de deux sommets : Goulap Kangri et Stok Kangri (voisinants 6000 m) avec l'ouverture d'une voie de 1000 mètres d'escalade pure entre 4500 et 5000 mètres.

**C**ette première expérience aux allures sportives en compagnie de Dod, ne t'a-t-elle pas découragé de repartir ?

Dod était en effet un adepte de la Wilderness, pratiquant l'autonomie dès que cela était possible. Je me suis vite habitué à faire de même.

Le voyage suivant, en 1996 fut une grande traversée aux Etats-Unis (de Montréal à Las Vegas) en voiture



cette fois, pour découvrir certains grands sites d'escalade avec Dod, Véro sa femme et Dam's. Arrêt à « Red River Gorge » dans le Kentucky et au « Black Canyon of Gumison » dans le Colorado. Puis visite du Parc d'Arches extrêmement beau, avant Las Vegas et le retour en France.

En 1997, j'ai rejoint Dam's à la Paz pour découvrir la Bolivie en autonomie.

Nous commençons par la visite de la « Isla del sol » sur le lac Titicaca, puis un trek d'une semaine sur l'Altiplano.

Ensuite nous partons pour Uyune, traversée du Salar en 4x4, nous longeons différents superbes lacs dont certains sauvages et habités par de nombreux flamants roses. Pour finir, l'ascension du Hayna Potosi, un plus de 6000 et comme d'habitude, retour en France pour reprendre le travail dès le lendemain à la première heure.

En 1998, c'est l'aventure en Colombie britannique au Canada, pour aider Dod qui se donnait comme but l'ouverture d'une voie au « Mont Combatant », un sommet isolé, en face du Waddington et du Vrarant, qui nécessite 3 semaines de portage à travers forêts, sans piste, traversée de rivières et dernière approche sur glacier.

Une aventure très Wilderness, relatée dans son livre « la Montagne intérieure » qui dévoile son côté



« grimpeur un peu mystique », loin des clichés des récits de montagne souvent trop banalisés.

2006 : Traversée de l'île de la Réunion (Piton des Neiges, les cirques de Salazie, Mafate et Cilaos) toujours en autonomie pour une semaine intense.

2012 : La Patagonie, de Bariloche, au nord, région du Nahuel Huapi, à Ushuaia, Fitz Roy différents glaciers dont le Pento Moreno, Torres del Paine et retour sur Buenos Aires

par la péninsule de Valdés.

2013 : cette fois je reste en France. Départ de ma terrasse jusqu'à Nice, par le GR 55 depuis Modane ; Autonomie totale, comme d'habitude, pour 320 km et 18000 mètres de dénivelé.

J'avais bricolé un petit chariot que je trainais derrière moi (18 kg sur le chariot et 9 kg sur les épaules). Il me faudra 16 jours pour arriver à la Méditerranée.



Ce prototype à une roue m'a évité des douleurs dorsales mais reste un peu limité pour ce type de parcours.

**T**oi qui est donc épris de liberté et de grands espaces, as-tu d'autres projets ?

Maintenant, je prépare une traversée intégrale des Pyrénées toujours en autonomie et seul ; dans le même esprit que mes précédents voyages.

Mais n'en déduisez pas que je mène en permanence une telle vie d'ascèse solitaire. Si j'arrive à me dépouiller de tout le superflu pendant mes voyages, une fois chez moi, j'aime me retrouver en compagnie de mes amis ; des amis qui partagent ma philosophie de vie et de montagne, et nous aimons alors nous retrouver naturellement autour de repas conviviaux, autour de bons vins de la Loire, entre autres !

●●●

Nous confirmons les goûts de Georges pour les bons plats qu'il prépare lui-même ainsi que les bons vins ; nous les avons testés chez lui...

Nous rajoutons à cela que Georges sait être généreux et répondre présent dès que le Club a besoin d'aide et surtout auprès des jeunes : encadrement à la cascade de glace, à l'escalade par exemple à la journée de compétition, sortie en via ferrate...

Rajoutons qu'il est fervent de courses d'orientation et qu'il traverse volontiers la France pour assister à ces rencontres sportives.

Nous pensons que son parcours, sa vision de la montagne peuvent encourager des montagnards, des randonneurs à se lancer dans des petites aventures, tout simplement sans être surchargé d'équipements sophistiqués entre amis ou seul !

Le CAF a vocation à fédérer et rassembler tous les amoureux de la montagne, même si ce n'est pas physiquement au cours des collectives.

En cela, l'itinéraire personnel de Georges est bien en phase avec la philosophie de notre Club.

Sa recherche de la Wilderness dans son approche de la montagne, c'est-à-dire un respect de la nature sauvage, le souci d'un impact le plus faible possible, et la recherche de l'autonomie, sont des principes qui devraient nous inspirer.

Que l'on pratique la montagne en solitaire, avec un compagnon de cordée ou en groupe, l'essentiel n'est-il pas que la montagne nous apporte en ces instants privilégiés, notre « montagne intérieure » ?

Et un grand Merci à Georges de s'être laissé interviewer et à Barbara et Bernard qui ont chacun, largement collaboré à l'élaboration de cette petite interview.

André Fourmaintraux

## Cascade de glace

2 & 3 février 2013

quand ils vous échappent des mains ou restent coincés sur la structure!

Enchaînement avec un essai de recherche DVA en condition réelle avec manipulation de sondes et pelles : une vraie chasse au trésor.



Chouchoutés par les organisateurs, nous profitons d'une pose ravitaillage au chaud bien méritée. Et là, enfin le départ pour la vraie glace. Après une marche d'approche incertaine : « c'est où ? Par-là, par ici ? Elle est devant nous. La vache y a du monde ! Olivier notre assureur préposé à la corde se faufile et en attrape

une : c'est bon, à nous les crampons. Encore du matos réfractaire : comment ça s'attache ce truc, après deux pas ça s'échappe du pied, nom de nom. Heureusement Antoni prend les choses en main, aucune sorte de crampons ne lui résiste. Premier contact... y a beaucoup de neige non?

Nous rentrons contents et fiers de nous, même si, paraît-il, ce n'était pas vraiment une super cascade. Ce n'est pas fini, ce soir grande sortie ciné, nous ne sommes pas déçus : une histoire déjantée de quatre grimpeurs dingues et caustiques qui partent grimper des rochers, aux pieds des icebergs, jetés du bateau d'un vieux curé qu'en a vu d'autres ! Ils restent accrochés à la falaise dans une sorte de tente minuscule quand il pleut pendant 3 jours et grimpent aux milieux d'oiseaux cracheurs de poisson régurgités...

Le lendemain, le ciel est enfin avec nous, il fait grand beau. Nous nous préparons tranquillement, les autres groupes ont quitté l'auberge aux aurores. A chacun son rythme. Encore une marche d'approche... encore plus longue, à croire qu'il est indispensable d'arriver les muscles chauds !

Et voilà la nouvelle cascade devant nous, encore plus large, encore plus haute et d'un bleu translucide irréel. Cette fois nous sommes au top, le matériel n'a plus de secret pour nous.

Et c'est parti : l'impression d'être de vrais aventuriers conseillés par des pros des expéditions.

Nous finissons la journée par l'observation des pros en dry tooling : encore des dingues qui parcourent le rocher en dévers avec crampons et piolets, histoire de corser la chose... Si, si, ça existe ! Epoustouffant !

Nous rentrons des étoiles plein les yeux. Et comme l'a dit une de nos collégiennes : «ça valait le coup de se lever à six heures du mat samedi matin ! Merci à Thierry et André de nous avoir proposé de vivre cette aventure unique.

Frédérique (parent accompagnatrice bénévole)

### Les Tarins de l'Ecole Aventure Jeunes au fin fond de la Maurienne

Nous voilà partis en expédition pour deux jours «au bout du monde» à la découverte de cascades de glaces inconnues.

Notre groupe se constitue de deux adultes motivés et décidés à braver la tempête de ce samedi matin, d'Anthony, notre ado expérimenté du site, de cinq collégiens prêts à se confronter à la glace vive pour la première fois et de notre mascotte Louise, 6 ans, débutante en escalade cette année, intriguée par cette aventure.



Après une longue route et plusieurs arrêts pour trouver le site de tous nos espoirs, nous arrivons enfin pour apprendre que les cascades sont indisponibles pour risque d'avalanches...

Qu'à cela ne tienne, nous commençons l'ascension d'une structure en plastique verticale pour tester la prise en main des piolets, objets barbares et traîtres

## Web utile

### Sites en relation avec nos activités

#### METEo FRANCE



Le bulletin neige : obligatoire avant de sortir !

► <http://france.meteofrance.com/france/montagne>

#### META-SKIRANDO

Synthèse de plusieurs sites : dernières sorties, météo... Moteur de recherche spécialisé.

► <http://metaskirando.camptocamp.org>

#### METEo CHAMONIX



Bulletin détaillé d'une vallée proche

► <http://chamonix-meteo.com/>

#### GEOPORTAIL



Toutes les cartes IGN à jour, à plat ou en relief :

► <http://www.geoportail.gouv.fr/>

#### ALPDIDACT



Réviser les techniques de sécurité sur neige, en complément de la formation CAF !

► <http://www.alpdidact.ch/>

NOUVEAU  
TOYOTA  
RAV4

Vous avez toujours eu  
l'esprit RAV4

À partir de  
23 990 €



TOYOTA

TOUJOURS  
MIEUX  
TOUJOURS  
PLUS LOIN

Modèle présenté : RAV4 life 150 D-4D ALLD (peinture métallisée incluse). Consommations mixtes l/100 km et émissions de CO<sub>2</sub> (Normes CE) : de 4,9 à 7,3 et de 127 à 176 g/km (C à E). Données homologuées.

JeanLain  
NIPPON  
[www.jeanlainnippon.com](http://www.jeanlainnippon.com)

ALBERTVILLE  
04 79 38 52 16

AIX LES BAINS  
04 79 88 80 88

CHAMBÉRY  
04 79 62 64 17

Retrouvez-nous sur [www.jeanlainnippon.com](http://www.jeanlainnippon.com)

JeanLain RENT  
LOCATION DE VÉHICULES  
[www.jeanlainrent.com](http://www.jeanlainrent.com)



# Au Vieux Campeur

SYMBOLE DU CHOIX, DU CONSEIL ET DU PRIX



## Carte Cadeau

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



## Carte Club

**10 % de remise** sur certains achats et parfois mieux... Comme par exemple 15 % de remise, sur le matériel de montagne (famille 21)...c'est possible avec la Carte Club Au Vieux Campeur.

- THONON-LES-BAINS (48, avenue de Genève) • SALLANCHES (925, route du Fayet)
- ALBERTVILLE (Centre commercial du Chiriac 10, rue Ambroise Croizat)
  - GRENOBLE (Caserne de Bonne - 25, rue Berthe de Boissieux)
  - LE COIN DES AFFAIRES DU VIEUX CAMPEUR À CHAMBÉRY (Zone commerciale des Landiers - Nord - 543, avenue de Villarcher)

[www.auvieuxcampeur.fr](http://www.auvieuxcampeur.fr)

Et aussi à : Paris Quartier Latin - Lyon - Toulouse-Labège - Grenoble



Avec notre application, retrouvez l'intégralité des 6 Tomes de notre catalogue. Vous pourrez consulter en permanence plus de 3000 pages de produits qui vous passionnent.

