

Bulletin du Club Alpin Français de Moûtierset

Haute-Tarentaise

# Le petit Caf'teur Tarin

N°49

HIVER 2018



*les nouveaux  
commerçants*

2 magasins en Tarentaise  
Bourg-Saint-Maurice  
Salins-les-Thermes

## LES OPTICIENS KRYS



145 GRANDE RUE  
73700 BOURG SAINT MAURICE  
☎ 04 79 07 07 81

**-20 %**

DE REMISE SUR LES LUNETTES DE SOLEIL ET LES  
MASQUES DE SKI SUR PRESENTATION DE CE BON.



Ci-dessus : les plus jeunes en séance escalade avec Betsy

### Sommaire

Le mot du président, encart AG .....	3
Laurent Poulin, rando pédestre, raquettes .....	4
Sorties familles, EAV, ESM .....	5
Page alpinisme .....	6
Page escalade .....	7
Partage et solidarité .....	8
Infos diverses .....	9 - 10
Séjour à Belle Île en Mer .....	11
Calendrier des sorties .....	12 - 13
Trail Croix de Feissons 2017, article Denis Plaze .....	14

Ci-dessous : un autre groupe de jeunes en séance escalade



### **Avertissement:**

*Les activités physiques et sportives de montagne  
peuvent être dangereuses.*

*Elles nécessitent de l'expérience, et une bonne  
connaissances des techniques.*

*N'hésitez pas à vous former auprès des clubs alpins.*

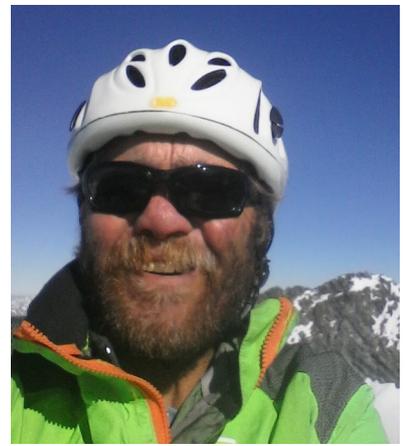
*Evitez de partir seul, et communiquez votre itinéraire  
à vos proches.*

## LE MOT DU PRÉSIDENT

*Cet été de nombreuses sorties prévues au programme, en alpinisme, via ferrata et randonnée pédestre, ont pu avoir lieu, avec une bonne participation, je remercie tous les encadrants qui les ont assurées.*

*De nombreux bénévoles du club ont participé à l'organisation du trail de la Croix de Feissons en collaboration avec le Rotary Club et le club d'athlétisme. Ce fut un succès, nous avons eu de nombreuses félicitations des participants pour l'organisation et le choix des parcours.*

*En septembre, le club était présent sur les forums des associations de Moûtiers et Bourg St Maurice. De nombreuses personnes sont venues se renseigner sur nos activités. Merci aux bénévoles qui ont tenu les stands.*



*Des changements sont intervenus dans la responsabilité de plusieurs secteurs.*

*Pour la revue, André Fourmaintraux a assuré l'intérim des 2 derniers numéros, C'est un duo composé de Théophile Freund et Jean Pascal Loriaux qui prendra le relais.*

*Pour le site du club, Théophile Freund a remplacé Monique Fribourg avec autant d'efficacité.*

*L'école d'aventure sera animée par Gwenaëlle Pierre, elle remplace Patrick Fumey.*

*Je félicite les nouveaux promus qui ont bien voulu prendre ces nouvelles responsabilités sans oublier de remercier les prédécesseurs pour le travail accompli.*

*Le programme des sorties de cet hiver a été finalisé lors de la réunion de programmation du 13 octobre.*

*Des rendez-vous à ne pas manquer, le grand parcours Arêches-Beaufort, le Grandarctissime, le rassemblement du club à Pussy, La Haute Route Chamonix-Zermatt et l'ascension de nombreux sommets.*

*Je n'oublie pas non plus les jeunes avec l'école de ski de janvier à mars et l'école d'aventure où nous proposerons du biathlon, des sorties en ski de rando ou en raquette, de la cascade de glace.*

*Le club est à la recherche de nouveaux membres au sein de son Comité Directeur. Il ne peut fonctionner et se développer que si de nouveaux bénévoles viennent rejoindre les bénévoles actuels.*

*Il faut en effet compléter et renouveler les équipes, dynamiser les modes de fonctionnement... Venez donc participer à l'organisation du Club et de ses activités, apporter votre expérience et vos idées. Rejoignez l'équipe du Comité Directeur.*

*Je vous souhaite un bon hiver.*

*Patrick Vahiné*

Président du Club Alpin Français de Moûtiers et Haute-Tarentaise

**A noter dans vos agendas : l'AG de votre Club se tiendra le vendredi 08/12/2017 à la Salle des Fêtes de Aime à partir de 19h.**

**Cette année, outre les sujets habituels (différents rapports moraux, d'activités et financiers), vous pourrez découvrir, au travers d'un film commenté, une expédition en Laponie, organisée par « Ensemble Evasion ».**

**Une bonne occasion de mieux connaître les activités de votre club et un moment de partage entre adhérents pendant l'AG et aussi pendant le buffet qui la suivra.**

**Nous vous y attendons nombreux. Vous marquerez ainsi, l'intérêt que vous portez à votre club et aux bénévoles qui le font vivre.**

**Merci d'avance.**

## Club Alpin Français de Moûtiers et Haute-Tarentaise

Espace associatif cantonal - 94 grande rue - 73210 Aime - 04.79.08.10.57

clubalpinmht7321@gmail.com

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)

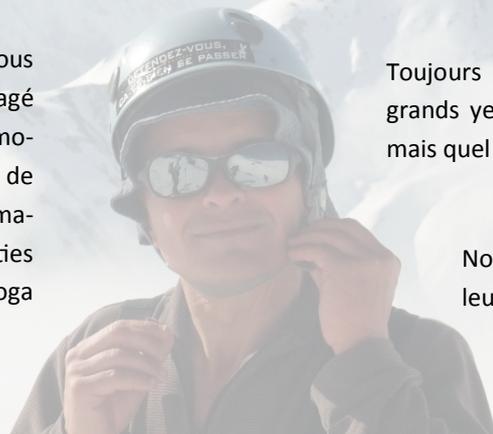


Notre ami Laurent POULIN n'est plus et nous sommes envahis par une grande tristesse.

Membre de notre comité directeur pendant quelques temps il a participé avec ardeur au fonctionnement de notre club, a créé une section VTT, sport qu'il pratiquait avec sa compagne Isabelle au cours de longues randos.

Ensemble nous avons partagé de grands moments lors de stages de formation, de sorties rando, de raids à ski avec Laurianne, et sa séance de yoga quotidienne...

Ensemble nous avons partagé de grands moments lors de stages de formation, de sorties rando, de raids à ski avec Laurianne, et sa séance de yoga quotidienne...



Toujours de bonne humeur avec ses grands yeux rieurs et son visage poupon, mais quel caractère !

Nous pensons très fort à Isa et à leurs enfants Laurianne et Arnaud.

Le comité directeur

## ACTIVITE RANDO PÉDESTRE ...et RAQUETTE

La randonnée pédestre se porte bien aujourd'hui au club. En quelques années un bon noyau d'encadrants motivés s'est progressivement formé et permet ainsi de proposer des sorties variées et régulières sur toute la saison.

Du Beaufortain à la Haute Tarentaise et la Vanoise, les courses ainsi proposées permettent de mieux découvrir toute notre région, en sortant du petit périmètre habituel.

Ces sorties programmées tous les mercredis s'adressent majoritairement à des retraités, jeunes voire moins jeunes, à condition qu'ils soient motivés et surtout réguliers. Bien suivre la progression, c'est avant tout la clé pour conserver la forme et s'intégrer au groupe.

Afin de tenir compte de quelques remarques, il sera proposé (dans la mesure du possible) de faire deux groupes pour une même sortie (avec mêmes départ et destination) : donc un premier groupe à qui il sera proposé un dénivelé de 700 à 800m environ et un deuxième qui poussera un peu plus haut, pour cumuler plus : quelques 1000 à 1200m !

Cela sera aussi mis en pratique dans le programme RAQUETTES qui vous est proposé pour cet hiver.

Dans le groupe RAQUETTES, nous retrouvons à peu près les mêmes encadrants et pratiquants qui passent insensiblement, sans interruption, de la simple rando à la raquette, sachant que souvent en début de saison, les raquettes restent sur le sac.

Il s'agit toujours de mettre un pied devant de l'autre et de recommencer ! Seuls les paysages et les conditions changent pour nous apporter de la diversité, mais l'attention et la vigilance sont toujours présentes !

Bien sûr nous accueillons avec empressement tous les nouveaux pratiquants, envers qui nous porterons une attention particulière pour faciliter leur intégration.

pour l'hiver. A ce propos, une journée sera réservée à l'apprentissage et l'utilisation de ces appareils pour recherche des victimes d'avalanches, (voir sur le programme en début de saison). Bien que nos itinéraires hivernaux soient généralement hors des secteurs avalancheux, il est toujours utile et nécessaire de connaître le maniement de ces appareils qui peuvent sauver des vies.

- La journée du mercredi 10 janvier sera donc spécialement réservée aux maniements et application des DVA (prêt du matériel sur demande)
- Sur le calendrier figure également une soirée randonnée pleine lune (très conviviale) avec repas et nuit à l'auberge de Valezan avec sortie le lendemain au Petit Chatelet.

Pour terminer, nous remercierons une fois encore tous les bénévoles qui donnent de leur temps pour se former, s'entraîner afin d'assurer un encadrement sérieux sur toutes ces sorties. Sachez aussi que nous pouvons vous aider à franchir le pas pour venir à votre tour encadrer, progressivement et après une petite formation. C'est à la portée de tous, à condition de vouloir s'investir un peu plus et venir consolider ce groupe de bénévoles.

Sur le site, vous trouverez tous les comptes rendus et photos sur les sorties réalisées, et la revue vous donnera le programme pour cet hiver.

A bientôt sur vos raquettes...



Tous renseignements ou infos, contacter Nicole au 0616664018

## La MONTAGNE en FAMILLE



Au delà de ce merveilleux Parc de la Vanoise et de ses refuges luxueux, au delà du Beaufortain et de ses refuges bondés, il existe des petits refuges non gardés, sans prétention, qui permettent de faire découvrir à nos enfants la montagne en toute simplicité.

C'est l'un de ces petits refuges (que certains ne traiteront que de cabanes!) que nous avons découvert cet été, au début du massif du Beaufortain côté Tarin, dans le vallon de la Grande Maison.

L'accès en voiture sur la piste est un peu long mais ce vallon est vraiment beau et sauvage. Il permet d'accéder au col de la

Louze, au Grand Mont et aux magnifiques lacs de la Tempête.

Pour notre randonnée c'est en direction du refuge et du lac du Plan du Jeu que nous sommes montés.

Le refuge est déjà occupé par une famille avec 3 enfants, nous serons donc 10 à dormir ce soir. Refuge non gardé, signifie qu'il y a toujours un petit risque sur les places disponibles mais ces rencontres inopinées sont toujours de bons moments avec des personnes qui partagent la même envie de montagne et de découverte en famille.

Comment connaître ces cabanes non gardées ?



Soit, vous passez devant au détour d'une randonnée, vous êtes éblouis et vous décidez de revenir avec votre famille.

Soit, vous consultez le site : [refuges.info](http://refuges.info) qui recense de nombreux refuges (gardés ou non) dans les différents massifs français. Vous y trouvez les informations pratiques : est-ce qu'il y a des matelas ou non, de la vaisselle ou non, des couvertures ? Ensuite ce sont les utilisateurs qui font vivre le site. Vous pouvez mettre des commentaires suite à votre passage, des photos, donner des compléments d'info, des précisions pour les suivants.

Le refuge du plan du Jeu est superbe. Les couchages à l'étage. Des matelas neufs, de la vaisselle propre, une grande table, des chaises. C'est extra. De la simplicité 5 étoiles. Les alentours du refuge avec le lac et un amas de rocher, superbe terrain de jeu vite investi par les enfants.

Nous en avons profité pour pousser le lendemain jusqu'au refuge de la Perrière, 3 km plus loin. Un peu plus spartiate mais très chouette également. Nous savons déjà que nous irons y passer une nuit dès que le temps nous le permettra.

*Émilie Gaillard-Roche*

## L'hiver avec l'école aventure

Comme chaque hiver, l'école d'aventure propose aux enfants et à leur famille des activités de sport d'hiver.

Le CAF organise une nuit en refuge pendant les vacances d'hiver. Elle s'adresse aux enfants à partir de 7 ans et à leur famille. En raquette ou en ski de rando, nous découvrons chaque année un petit bout de nos montagnes et c'est l'occasion de le faire en famille.



L'école aventure initie également les plus âgés au ski de randonnée. Quelques sorties à la journée seront proposées ainsi qu'un week-end avec nuit en refuge. Ces sorties s'adressent aux jeunes à partir de 12 ans.

Les informations concernant les dates de toutes ces sorties seront consultables sur le site internet très prochainement.

Vous pouvez également poser vos questions à Émilie Gaillard-Roche : 06 19 53 03 90 ou Patrick Vahiné : 06 85 82 08 21.

## ECOLE de SKI et de MONTAGNE

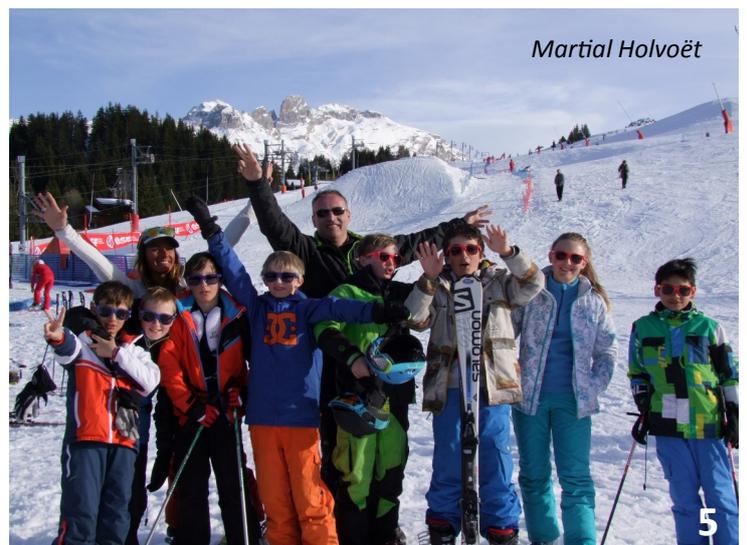
C'est reparti pour une nouvelle saison de ski alpin.

Cette année encore, l'École de Ski et de Montagne retourne avec 90 enfants dévaler les pentes de Courchevel. Les inscriptions auront lieu les mercredis de mi-novembre à début décembre au gymnase Bardassier.

A partir du samedi 6 janvier 2018, nous emmènerons les enfants de la Communauté de Communes « Cœur de Tarentaise » apprendre à skier sur les pistes de ski de Courchevel, encadrés par des moniteurs ESF et des bénévoles.

Soutenu financièrement par la CCCT depuis plusieurs années, le Club Alpin pérennise sa modeste école et permet l'apprentissage du ski à nos têtes blondes du canton de Moûtiers pendant 12 demi-journées.

Au programme de cette année, le passage des étoiles pour la majorité des enfants, un peu de hors-piste et la possibilité de participer aux sorties ski rando du club pour les plus aguerris.



*Martial Holvoët*

## ALPINISME – UN MAGNIFIQUE ÉTÉ 2017

Établir un programme pour l'été n'est pas difficile, le réaliser est une autre affaire. Et c'est donc avec le recul que l'on peut voir combien cet été 2017 a été riche de sorties (et de succès).



L'objectif Mont Blanc par les trois Monts fixé au départ ne pouvait se réaliser sérieusement sans un minimum de préparation : l'envie, la jeunesse, l'enthousiasme, la volonté sont des éléments précieux mais souvent insuffisants comme l'attestent les nombreux échecs. Ceux-ci entraînent désillusion et amertume, et bien des fois un renoncement définitif pour la montagne.

La préparation, progressive, s'est donc appuyée sur quatre points clés :

**la condition physique** : essentielle bien sûr pour un effort intense et de durée variable dans des conditions parfois difficiles. L'effort musculaire en montagne est spécifique d'où la nécessité de se préparer très tôt et d'effectuer un nombre de courses suffisant pour aborder les « gros morceaux » avec une marge physique suffisante.

**la technique** : indispensable, individuelle (cramponnage, maniement du piolet) pour les passages spécifiques tels que rimayes, pentes fortes, glace, etc. et collective (progression en cordée, gestion de la corde, assurage)

**l'acclimatation à l'altitude** : elle est la première raison d'échec au Mont Blanc. Bien que vivant au centre des montagnes, nos organismes ne sont pas forcément adaptés aux altitudes élevées. Il est donc nécessaire de rôder l'organisme à l'effort en oxygène raréfié pour y évoluer aisément.

**la sécurité** : le milieu de la haute montagne est divers, changeant et parfois imprévisible, il est donc nécessaire de parer à toute éventualité, d'abord en s'équipant en conséquence, ensuite en se préparant à faire face aux incidents pouvant survenir. C'est ce qui a été vu, mis en œuvre et répété lors de chaque sortie afin que la parade devienne un automatisme.

Au départ, l'invitation concernait environ vingt cinq cafistes ayant fait au moins une sortie l'an passé. Seulement une dizaine a répondu et bien souvent pour quelques courses seulement alors que les partants pour le Mont Blanc devaient impérativement suivre la totalité des courses de préparation, à savoir :

- Dômes de la Vanoise : sortie interrompue (météo défavorable)
- Dent Parrachée : 3697m, D+ 440 + 1180
- Aiguille des Glaciers par le dôme : 3816m, D+ 790 + 1165
- Pointe de la Sana : 3436m, D+ 1445
  - Dômes de Miage par refuge Durier : 3673m, D+ 2104 + 306
- 6 • Grand Paradis par refuge Chabod : 4058m, D+ 915 + 1310

- Dômes de la Vanoise par refuge de la Valette: 3697m, D+ 805 + 1090
- Pointes Lachenal + Mont Blanc du Tacul : 4248m, D+ 80 + 720
- Mont Blanc par les trois Monts : 4808m, D+ 1280

Au fil des jours, blessures, travail, nécessités familiales et sensibilité relationnelle ont fait fondre le groupe. C'est donc à quatre, soit deux cordées de deux, que nous sommes partis à une heure trente pour le sommet. Hormis un passage de rimaye bien ouverte, l'épaule du Tacul, repérée de jour la semaine précédente, fut atteinte sans difficulté en tout juste deux heures ; la montée vers le col du Maudit fut aisée et la rampe finale enlevée sans coup férir; la descente en glace jusqu'au col de la Brenva demanda, elle, quelques précautions alors que l'aube pointait. Le temps jusqu'alors clément changea à l'attaque du mur de la Côte, le vent alors modéré se mit de la partie. Passés les Rochers Rouges, il forçait encore jusqu'à devenir violent, et pour couronner le tout, le brouillard nous accompagna jusqu'au sommet atteint presque par surprise en six heures et vingt minutes. Dans les conditions susdites, inutile de s'attarder alors qu'il n'y a rien à voir à plus de dix mètres, photo officielle et départ pour la descente par la tranchée de l'arête des bosses; passage à l'abri Vallot sous les rafales, Dôme du Goûter où le vent se calme et arrivée au nouveau refuge pour un casse-croûte bien mérité. Après cette pause réparatrice et sous un soleil retrouvé, descente de l'arête du Goûter sans temps mort pour traverser le couloir tant redouté mais heureusement particulièrement calme en cet instant. Le chemin vers le Nid d'Aigle, accompagnés par les bouquetins, fut une dernière formalité physique. Train du Mont Blanc, puis téléphérique de Bellevue pour retrouver le parking à son pied et prendre le verre de la victoire.

Conclusion : préparation et motivation sont indispensables, ce qui a permis ce succès net et sans bavure. En dehors du physique, l'aspect formation est à retenir puisque souvent le pilotage a été confié aux plus jeunes, leur permettant de s'aguerrir et préparer ainsi, souhaitons-le, la relève.

Au final, neuf sorties pour 13630 m de dénivelée.

Tous les comptes-rendus et les photos sur le site du CAF

*Jean Pierre Perrier*



Le groupe ALPINISME s'est payé le luxe d'aller, dans la foulée du Mont Blanc, gravir le Mt ELBROUZ. C'est un volcan éteint, point culminant du Caucase, à 5642 m.

Une longue marche de plusieurs jours sur un terrain glaciaire ! Bravo à cette équipe que Jean Pierre a su coacher pour décrocher ce beau palmarès.

## REGARD sur le GROUPE ESCALADE JEUNES 2017/2018

Premier jour des inscriptions au gymnase : nous faisons un rapide bilan avec Patrick. Il apparait que nous avons un pourcentage de « turnover » assez élevé : beaucoup de jeunes nous quittent après une année d'escalade voire même après deux ans ! Cette constatation n'est pas vraiment nouvelle mais elle semble s'amplifier. Cette instabilité n'est-elle pas un phénomène de société où nous sommes en permanence sollicités par de nouvelles pratiques, de nouveaux produits ? Les jeunes cherchent-ils en permanence un changement ?



Jade, Pauline, Louise, Laurine et Océane

Par curiosité Patrick recherche dans son ordi plus d'info sur ce phénomène d'érosion.

Par exemple quel serait le plus ancien jeune du club ? Bingo ! C'est Louise, 14 ans et 8 ans de club ! En effet nous nous rappelons quand sa mère est venue l'inscrire toute jeune, mais l'air bien déterminé. Elle est toujours là aujourd'hui et nous remarquons bien qu'elle s'est épanouie au milieu d'un petit groupe qui a l'air bien soudé et dynamique. L'idée nous vient de la questionner sur sa motivation, après tout ce temps passé parmi nous ; et gentiment elle accepte et quelques jours plus tard

elle nous confie ce petit texte :

*« C'est de bon cœur que j'accepte de revenir sur ces quelques années passées au club, et transmettre le ressenti de ce groupe d'amies avec qui je partage cette passion de l'escalade :*

*Je m'appelle donc Louise et mes amies Laurine, Pauline et Jade vont aussi collaborer à ce petit exposé.*

*Nous continuons avec enthousiasme et dynamisme l'escalade car l'ambiance est très agréable ; nous avons entre autres la chance d'être encadrés par deux moniteurs, Betsy et Anthony qui nous apportent leur énergie et leur complicité.*

*Les stages avec Anthony (calanques, Vercors) sont géniaux et nous font découvrir d'autres sites magnifiques, favorables à la pratique des grandes voies en cordée. Organisés pendant les vacances scolaires, ils nous confrontent à une vie en communauté avec camping et bivouac.*

*Nous avons aussi la chance d'être accompagnés par Anthony pour certaines compétitions d'escalade.*

*Cette année nous venons d'apprendre que nous pourrions bénéficier d'un deuxième entraînement hebdomadaire qui nous fera favorablement progresser en technique.*

*Le club propose également des activités complémentaires telles que le ski de rando ou le ski alpin que je pratique également.*

*Nous avons bien l'intention de continuer ce sport-passion au sein du club et nous en profitons pour remercier tous ces bénévoles qui nous permettent de profiter d'un tel accueil. »*

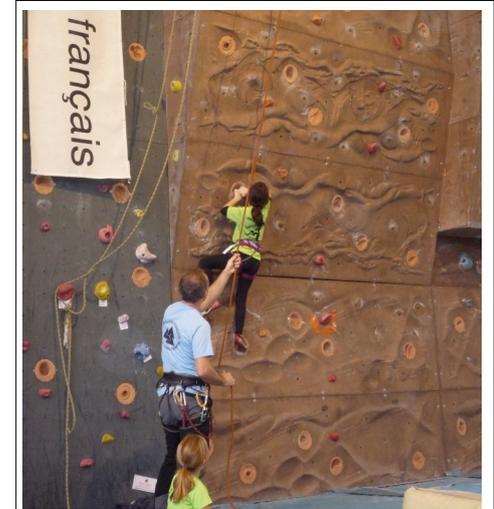
Nous rajouterons simplement que l'engagement de Louise dans son sport favori ne l'empêche nullement d'être une élève d'un

très bon niveau, et de pratiquer un instrument de musique !

Comme quoi sport et étude peuvent faire bon ménage à condition d'être organisé, volontaire ...et aussi d'avoir des parents qui s'engagent au côté de leur enfant.

Merci encore à ce petit groupe de grimpeuses qui ont acceptées de s'exprimer dans notre revue.

André Formaintraux et Louise Gojon-Gsell



## COMPETITION ESCALADE JEUNES

Cette année elle aura lieu le dimanche 10 décembre au gymnase de Moûtiers, pour les catégories microbes, poussins, benjamins et minimes.

Dés le samedi 16h nous aurons besoin d'aide pour la mise en place du matériel. Pour le dimanche à partir de 8h, nous faisons appel aux parents et bénévoles du Club pour tenir la buvette et aider aux contrôles. De son côté Betsy contactera quelques grimpeurs pour la préparation des voies.

Tous contacts Fabienne: 0685548999

Aimeriez vous découvrir l'escalade sur les hauteurs de Moûtiers, que vous soyez débutant ou grimpeur confirmé ?

Pour la petite histoire, un jour Pierre Ange et son ami Mathieu, surpris par la pluie, s'abritèrent au pied de la falaise de Montgalgan. Alors qu'ils attendaient l'éclaircie pour rentrer, ils réalisèrent le potentiel d'ouverture de voies sur ce site.

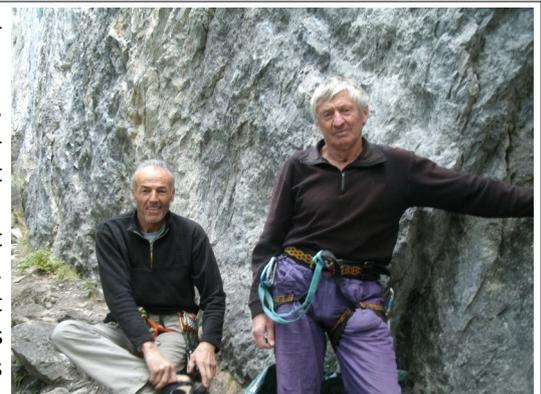
Mettant leur projet à exécution, ils commencèrent à créer et équiper cette future école d'escalade. Ils le baptisèrent le « Mont Secret ».

Il surplombe Moûtiers à la limite de la basse et la haute Tarentaise, orienté ouest, situé sur la commune de Hautecour, La falaise s'étend sur 300m de long avec plus de 100 voies équipées, pour une hauteur de 15 à 35m accessible du 4 au 7c.

Aujourd'hui, tous les amateurs et professionnels de grimpe sont reconnaissants à ces deux ouvreurs d'avoir suivi leur passion et tracé ces voies, qui se révèlent être un des meilleurs site d'escalade de Tarentaise. Chaque année de nouveaux itinéraires sont

encore découverts.

Depuis le début, le CAF de Moûtiers soutient l'aménagement et l'équipement du Mont Secret. Lieu d'échange et de partage des amateurs et des professionnels.



A découvrir sans modération au charme des saisons.

Christian Bougnaud , guide et cafiste

## Partage et solidarité le temps d'un week-end

Paul et moi avons les 13 et 14 août réalisé un week-end avec trois jeunes demandeurs d'asile du CAO de Moûtiers: Abdoukarim, Mohammed et Haider. Au cours de ce week-end, nous avons fait une sortie en montagne et sommes allés à la piscine.



En début d'après-midi le samedi, nous sommes montés au refuge du Grand-Bec. Après une montée bien raide et sous le soleil, nous avons pu partager des crêpes au Nutella. Nos compagnons, venant du Tchad, du Cameroun et du Soudan, ne connaissaient pas cette « spécialité » et l'ont dégustée avec grand plaisir. La soirée s'est déroulée dans une très bonne ambiance autour de jeux de cartes après avoir goûté aux crozets: nous avons décidé en effet de leur faire goûter nos spécialités savoyardes. Nous avons préparé ce repas tous ensemble dans les rires. Comme dans tous les refuges, nous ne nous sommes pas couchés trop tard afin d'être en forme pour se lever à la fraîche le deuxième jour. Comme la veille, le temps était splendide et nous avons pu monter davantage pour aller toucher la neige... quelle ne fut pas leur joie!!! Après une bonne demi-heure de glissades et boules de neige, le froid (nouvelle sensation) nous a fait nous replier et entamer la descente... en courant; toujours en profitant de ces sublimes paysages.

Après cette belle sortie montagne et nuit au refuge, direction la piscine... mais auparavant, nous faisons une halte au Planay pour

découvrir le principe de l'hydroélectricité à la galerie Hydraulica. Les dessins et représentations nous aident à expliquer ce système « magique ». Ensuite, plongeons dans la piscine du Morel et surtout jeux au toboggan: même si nos trois compagnons ont traversé la Mer Méditerranée, tous ne savent pas nager... Là encore c'est une découverte forte en émotions.

Après nous être bien dépensés, nous rejoignons les autres demandeurs d'asile du CAO, tous aussi gentils les uns que les autres, pour clore le week-end ensemble par un foot dynamique et joyeux.

Nous rentrons alors, avec de belles crampes mais surtout des souvenirs forts: ce partage avec Mohammed, Abdoukarim et Haider nous a donné une belle leçon quant à la facilité de notre existence et aux dures épreuves auxquelles d'autres de notre âge ou plus jeunes aussi peuvent être confrontés. Au delà des difficultés parfois de compréhension à cause de la langue, nous avons pu échanger par des gestes, des mots inventés, des rires et nous avons pu comprendre un peu leur vie; nous avons pu aussi offrir la découverte de ce que nous considérons comme normal, et tellement beau : nos paysages, la liberté d'aller en montagne, en refuge, à la piscine...



Week-end tellement fort, que Paul est resté un peu plus longtemps chez moi pour revoir nos amis. Aujourd'hui encore, même si nous faisons nos études à Lyon (Jérémie) et à Grenoble (Paul, qui habite en Maurienne), nous nous envoyons des SMS d'amitié.

*Jérémie Dorne-Bonnefoy et Paul Gautron*

## PARTAGEONS NOS DIFFERENCES

Sortie avec Handiévasion

Pour ce week-end du 19 et 20 août 2017, notre destination est Tignes et son secteur. Depuis notre lieu d'hébergement aux Boisses, le samedi après-midi, une mise en route, on roule, on bavarde surveillé par ce géant, le barrage dont Aymé que je viens de connaître m'accorde ses pas alertes comme à une canne blanche. Du plaisir de la confiance, sa mémoire se colore de récits, ses yeux se rappellent « le village englouti », le point de vue sur les Brévières.



Les ascensions montagnardes que Jean-Paul ou Régine nous commentent anime sa curiosité. Nous guidons sa trajectoire mais sa démarche passionnée surprend cet handicap visuel, corde sensible mais dynamique ! Pierre et Brigitte, le soir venu, organisateurs émérites prennent les casseroles en mains.



8

Etroit passage entre les bancs, les fauteuils roulants et longues tablées comblées de mets, solidarité gustative, digestive, le généripi prend son brin en altitude.

Au surplomb de l'aigu, l'instrument à cordes nous guide, pas si grave, Gérard, nous assure au chant « Pourtant que la montagne est belle », pour une « foule sentimentale ».

Quel beau relais pour une nuit rythmée de rêve. Dimanche : Françoise et Philippe nous rejoignent. Pousser par des bras, bonne humeur en tête, à la bonne heure, avec ou sans moteur, joëlettes, chemin faisant, bordé de pelouse alpine, de rochers parsemés, les épilobes nous épient jusqu'au lac de la Sassièr.



Chénopode Bon Henri, Roi de la Verdure, cousin de l'épinard cultivé, même sur les pentes, tu culmines, en terre d'en haut, fertile.

La nature variée et surprenante pique-nique comme en miroir sur l'être humain, ici pas de frontière si ce n'est la pensée de la coiffe de Haute Tarentaise.

*Fabienne Girard*

## Moi, le ski au CAF, j'aime ça

J'aime quand arrive le temps des sorties  
J'aime préparer mon matériel  
J'aime éplucher le programme des sorties pour rêver aux itinéraires proposés  
J'aime retrouver les gens qui égayent les sorties  
J'aime découvrir de nouveaux sommets  
J'aime avancer en groupe, discuter, observer, rigoler, en bavarder  
J'aime reparcourir des passages connus  
J'aime goûter à la médecine que contient les topettes de certains  
J'aime partager un plat, un gâteau, fait pour l'occasion  
J'aime glisser, j'aime monter, j'aime descendre  
J'aime partager un verre en fin de sortie  
Moi, le ski au CAF, j'aime ça

Mais alors, est-ce que je ne pourrai pas aimer encadrer l'activité ski de rando ?

« Si, bien sûr mais j'ai pas le temps »

Et le CAF dit : « un engagement, même petit, peut permettre au CAF de fonctionner »

« Oui, mais je ne suis pas sûr d'être capable »

Et le CAF dit : « dans ce cas pourquoi ne pas commencer par co-encadrer l'activité avec un encadrant, pour prendre ses marques,

se tester, profiter de ses conseils et réfléchir à la formation »

« Oui mais la formation ça prend trop de temps »

Et le CAF dit : « pour devenir encadrant, la formation se déroule en plusieurs unités et celles-ci peuvent être suivies à des périodes différentes. Elles sont proposées régulièrement tout au long de l'année ce qui permet d'organiser son planning en fonction de ses contraintes personnelles »

« Oui mais se former ça coûte cher »

Et le CAF dit : « Si tu t'engages à donner de ton temps au CAF, je m'engage, moi aussi à participer à tes frais de stage »

« oui mais... »

Et le CAF coupa : « tu te poses beaucoup de questions. Viens voir le président, parle-lui. Il saura te convaincre que ton club a besoin de l'investissement du plus grand nombre pour perdurer et offrir un maximum à ses adhérents »

Aider l'activité à se maintenir, à proposer des sorties, belles et variées, je peux peut-être y penser....

Parce que moi, le ski au CAF, j'aime ça et que la vie du Club elle passe aussi par moi.

**Notre président à nous, il s'appelle Patrick Vahiné. Si l'envie vous prend de vous préparer à l'encadrement du ski de rando, n'hésitez pas à aller lui en parler.**

*Émilie Gaillard-Roche*

## Encore du nouveau cette année au Club !

Lors de la précédente saison, le club avait mis en place, à l'initiative de Jean-Luc, une section "Groupe Sportif". Belle programmation, puisque cette option a répondu à une attente des adhérents à en voir le nombre de participants tout au long de la saison, et la beauté des comptes rendus en photos.



Cette année, le club vous propose autre chose, de différent mais complémentaire :

Des sorties à double option, assurées par deux encadrants : un itinéraire commun pour tous, avec en supplément pour ceux qui se sentiront, et le voudront, un dénivelé supplémentaire, une variante sur la course, une pente raide à descendre, un couloir, bref,

de quoi satisfaire tous les goûts (nous l'avons testé sur les sorties "Homme Cairn / Grandes Aiguilles", et "Pointe des Marmottes noires / Combe Bronsin" pour ceux qui étaient là l'année dernière).

Nous essayerons également d'aborder lors de certaines sorties, des points de technique à perfectionner (pente raide, endurance, repeutages multiples, et crampons piolet en montée,...) en tous cas rien qui ne doit effrayer et vous dissuader de vous inscrire,

mais bien plus : partager une expérience dans un cadre magnifique, des moments privilégiés de pur bonheur, en résumé : la Passion qui est la nôtre, car nous : « Le ski : on aime ça ! »

Alors bienvenu dans le Groupe Traceurs Tarins !

*Jean Pascal Loriaux*



## AU REVOIR JEAN LUC !

Pour des raisons professionnelles, Jean Luc Grandmottet a quitté la Savoie... Pour la Haute Savoie ! Il quitte donc le Club où il a pendant de longues années apporté une aide efficace en tant qu'excellent skieur et organisateur. Il a ainsi encadré de nombreuses sorties hivernales et dernièrement il avait créé un groupe en apprentissage « fortes pentes ».

Egalement moniteur de ski de fond, il organisait tous les ans un séjour original dans le Jura (son pays d'origine) qu'il connaît comme sa poche. Tantôt itinérants ou en étoile, nous étions nombreux à apprécier ces séjours qui chaque fois étaient différents. Espérons que nous le reverrons occasionnellement ? la Haute Savoie est proche !

Merci encore à toi, Jean Luc, pour ton dévouement au sein du club.

*André Fourmaintraux*

## Petites randos de nuit, le soir en semaine après le boulot

Vous aimez le ski ?

-Ouiiiiiiii !

Vous êtes des oiseaux de nuit ?

-Ouiiiiiiii !

Bien sûr selon les conditions, l'enneigement, la lune...

Si l'idée vous séduit, si vous avez envie : Inscrivez-vous sur <https://goo.gl/forms/MNKEnD0nKydk7CdH3> pour nous permettre d'avoir une liste de diffusion.

Et on vous tiendra au courant, un peu au dernier moment (on ne pourra pas trop faire autrement).

*Jean Pascal Loriaux*

## Sorties "Sur la trace de l'autonomie"

Les dates des sorties: 14/01, 11/02, 11/03, 21 et 22/04.

Elles se déroulent en 2 phases :

1/ un travail en salle le vendredi soir précédant la sortie, à Moûtiers, au local du club à partir de 18H.

2/ la mise en pratique de ce que l'on a vu en salle le dimanche.

Les inscriptions sont à faire avant le vendredi précédant la sortie sauf pour le 21 et 23/04 où nous irons en refuge, il faudra vous inscrire avant le 08/04.



Thèmes abordés le vendredi avant la sortie:

Le 12/01 : étude du BERA, cartographie, lecture de carte.

Le 9/02 : étude du BERA, utilisation de la boussole et de l'altimètre, initiation au GPS.

Le 9/03 : étude du BERA, choix de l'itinéraire, sécurité du groupe (règle 3X3).

le 20/04 : étude du BERA, préparation d'une sortie sur plusieurs jours, technique de fartage des skis.

Vous pouvez participer à une ou plusieurs sorties.

## Séances de perfectionnement en ski de piste

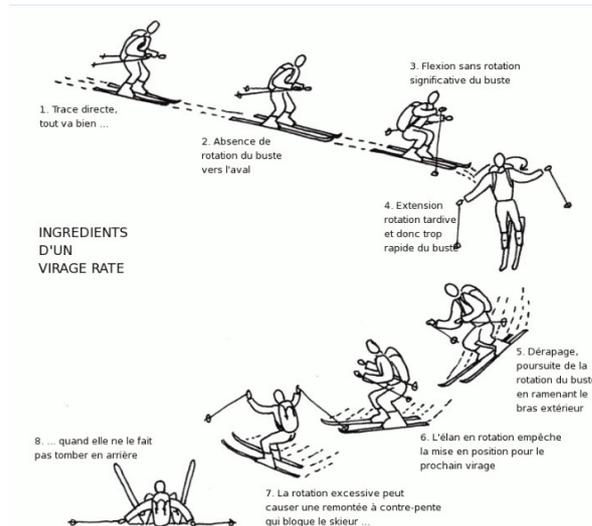
Le club vous propose des séances de perfectionnement en ski de piste.

Ces séances sont destinées aux personnes qui font de la randonnée en ski et qui ne sont pas à l'aise en descente ou qui hésitent à se lancer dans le ski de randonnée car ils n'ont pas un niveau de ski suffisant.

Le niveau requis est la 2ème étoile (je tourne en virage parallèle sur pente moyenne, je maîtrise le dérapage, je me déplace sur le plat en pas du patineur).

Les séances seront réalisées en même temps que les cours de

l'école de ski du club, sur le domaine skiable de Courche-



vel, l'encadrement sera assuré par Patrick Vahiné.

Au programme : perfectionnement en ski de piste et hors piste.

Limite des inscriptions à 10 personnes.

Pour le transport nous utiliserons les bus de l'école de ski.

Cout de la séance 12€ (frais de transport + forfait).

Calendrier :

5 demi-journées : 13/01, 3/02, 10/02, 17/02, 24/02

3 journées : 3/02, 10/03, 17/03

Pour les sorties journées, nous utiliserons les remontées mécaniques pour nous rendre au sommet du domaine skiable puis nous prendrons les peaux pour aller plus loin.

Renseignements : [vahine.patrick@gmail.com](mailto:vahine.patrick@gmail.com)

## Trois jours de ski de fond dans le Jura du vendredi 2 au dimanche 4 Février 2018

Avec Jean-Luc Grandmottet, moniteur diplômé d'état, trois jours de ski de fond dans le haut Jura sud aux Molunes. Site idéal pour la pratique du ski de fond, 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.

Nous logerons à la Vie Neuve (Les Molunes), ancienne école transformée uniquement de l'intérieur (on s'y croirait encore). Les Molunes est le hameau le plus élevé du Jura face à la chaîne éponyme;

Programme à composer sur place en demi journée, journée (10 à 20km) en technique classique ou skating.

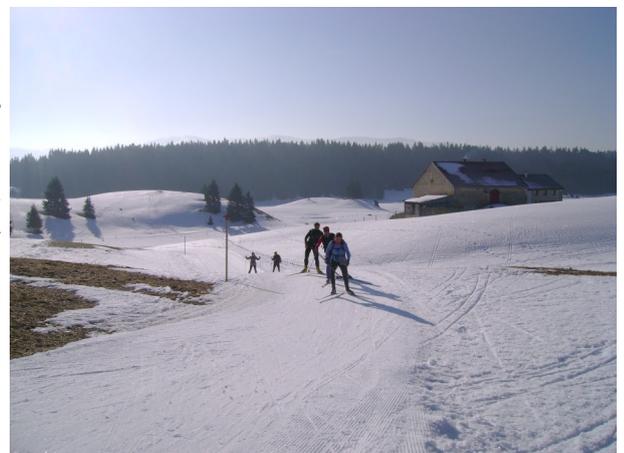
Enneigement garanti dans la forêt du Massacre en cas de mauvaises conditions.

Coût d'un hébergement en demi pension 46,4€/j soit 92,80€. Possibilité de réserver un pique-nique auprès de notre hôte.

Prévoir le coût pour les forfaits (vignettes de ski de fond 23€ pour 3 jours) et le transport (covoiturage).

**Réservation immédiate par mail : [gdmottet.jlc@gmail.com](mailto:gdmottet.jlc@gmail.com)** puis après votre acceptation avec chèque d'arrhes dans la foulée de 30 € à l'ordre du CAF Moûtiers Haute Tarentaise à Jean Luc Grandmottet, 79 avenue de Bonatray 74370 VILLAZ.

Tél: 04 50 68 92 49



Attention, le nombre de places est limité provisoirement à 15 personnes dans l'ordre d'inscription, Il ne reste que quelques places !

## Une semaine sur Belle Île en Mer :

### Du 6 au 13 juin

Changement de décor pour cette sortie, nous partons pour une semaine sur Belle Île en Mer, neuf dans un minibus et trois en berline.

Le choix de notre hébergement au VVF de Port Collen pour sa proximité de Le Palais et du bord de mer, s'avère un bon choix avec deux bungalows mitoyens facilitant les repas en commun.

La traversée par le bac depuis Quiberon ne sera pas trop tourmentée nous laissant le temps de remplir nos poumons du bon air marin. Nous avons laissé le minibus sur le continent, la berline nous facilitera sur l'île les courses et le transbordement des bagages.



Les randonnées pédestres sont choisies sur la base des horaires des bus en tenant compte du nombre restreint de bus les week-ends. Des randonnées partiront donc à pied de notre hébergement. Le plan de ces randonnées est établi avant notre départ, cinq journées sont prévues sur les sentiers du littoral, avec l'heure de départ et d'arrivée dictée par les bus, le kilométrage et les sites visités. Une journée sera laissée libre, nous nous retrouverons toutefois tous sur la belle plage de Donnant pour la dernière baignade de notre séjour.

Nous ne manquerons pas de visiter les sites incontournables de Belle Île en Mer:

Les sites naturels majeurs : les Aiguilles de Port Coton peintes par Claude Monet, la plage de Donnant, le port de Sauzon aux maisons aux teintes pastel s'étirant le long du quai et la Pointe des Poulains exposée au crachin, enfin un air de Bretagne.

Mais aussi les sites culturels de grand intérêt : le musée de la



Citadelle Vauban et son musée d'art et d'histoire et sa salle de la Marine, l'espace muséographique de la tragédienne Sarah Bernhardt que nous nous contenterons de regarder de l'extérieur, le Grand Phare et l'église Notre-Dame à Locmaria.

Nos menus s'agrémenteront de plateaux de fruits de mer, poissons et autre moules frites, voire soirée crêpes pour les plus gourmands.

Belle-Île est la plus grande des îles bretonnes, mesurant 17 km de long sur 9 km de large, et culminant à 70 mètres, avec une superficie de 85 km<sup>2</sup>. C'est un vaste plateau de schistes dominant la mer d'une altitude

moyenne de 40 mètres, bordé de falaises entaillées par de nombreux petits vallons qui ont été creusés par des ruisseaux côtiers et qui débouchent sur des ports ou des



plages. Les deux plus importants ont été utilisés pour établir les ports de Sauzon et de Le Palais. Le sentier douanier nous fera parcourir la presque totalité du tour de l'île.

Le beau temps nous a permis un agréable séjour sur cette île au patrimoine mis en valeur et à l'urbanisation contrôlée. C'est donc rechargé d'iode et de belles images que nous avons retrouvé les Alpes.

*Yves Coulmeau*



# Les collectives

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

- Posséder la **licence CAF** 2017-2018 (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

### Pour vous inscrire :

- Téléphonnez à l'encadrant **le vendredi entre 18h et 20h** (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 **0,30 €/km** par véhicule  
Consultez les changements de dernière minute  
[www.clubalpinmht.org](http://www.clubalpinmht.org)

### SORTIES RAQUETTES

Date	Destination	Niveau	Responsable - Contact
S 25/11	journée recyclage sécurité neige pour les encadrants	encadrants	Patrick Vahiné - 06 85 82 08 21 vahine.patrick@gmail.com
D 17/12	sortie journée sécurité pour tous (il est fortement conseillé d'y participer).	Débutants et TN	Patrick Vahiné - 06 85 82 08 21 vahine.patrick@gmail.com
Me 10/01	sortie journée sécurité pour tous (il est fortement conseillé d'y participer).	Débutants et TN	Yves Coulmeau- Annick Chevalier 06 20 09 49 89 - coulmeau.yves@orange.fr
S 13/01	Cellier dessus - Les Frettes	BM - 1200 m	Yves Coulmeau - 06 20 09 49 89 coulmeau.yves@orange.fr
Me 17/01	Notre Dame du Pré - Dou des Cornes	770 m	Claude Le Roy - 06 61 44 14 21 c.leroy919@laposte.net
V 19/01	Sortie pleine Lune - Auberge de Valezan - Repas, nuit, le lendemain randonnée vers le petit Chatelet	700 m et 1000 m	Nicole Boitte - Yves Coulmeau 06 16 66 40 18 - nicole.boitte@orange.fr
Me 24/01	Les Echines dessus - Aiguille de Prainan Passeur de Cové	700 m et 900 m	Dominique Descamps - 04 79 07 19 71 descamps.dominique@wanadoo.fr
S 27 et D 28/01	Grand Parcours - Arêches - Beaufort 2 jours Inscriptions en ligne	Débutants et TN	Patrick Vahiné - Yves Coulmeau - 06 85 82 08 21 vahine.patrick@gmail.com
Me 31/01	Celliers - Pic Lachat et Grand Plan	700 m et 900 m	Nicole Boitte - Annick Chevalier 06 16 66 40 18 - nicole.boitte@orange.fr
Me 7/02	Boudin - Col du Pré - Roche Parstire	700 m et 1000 m	Yves Coulmeau - Nicole Boitte - 06 20 09 49 89 coulmeau.yves@orange.fr
D11/02	Granier - Combe Bénite	BM - 1200 m	Yves Coulmeau - 06 20 09 49 89 coulmeau.yves@orange.fr
Me 14/02	Feissons-sur-Salins - Montagne du Bettex - Dou du Sublet	850 m et 1000 m	Yves Coulmeau - Jean Marie Muller 06 20 09 49 89 - coulmeau.yves@orange.fr
Me 21/02	Pont de la Gite - Col de la Portette et col de la Charbonnière	900 m et 1100 m	Yves Coulmeau - Claude Le Roy 06 20 09 49 89 - coulmeau.yves@orange.fr
Me 28/02	La Masure - La Savonne - La chapelle St Pierre	TN - 790 m	Claude Le Roy - 06 61 44 14 21 c.leroy919@laposte.net
Me 7/03	L'Aigle Blanc - Crève Tête	700 m et 900 m	Annick Chevalier - Jean Marie Muller 06 32 26 38 01 - muller.jean-marie@wanadoo.fr
S 10/03	Notre Dame du Pré - Mont des Archets - Mont Jovet	BM - 1400 m	Yves Coulmeau - 06 20 09 49 89 coulmeau.yves@orange.fr
Me 14/03	Jarsy - Le Plan de la Limace	TN - 950 m	Yves Coulmeau - Josette Revet 06 20 09 49 89 - coulmeau.yves@orange.fr
D 25/03	Rassemblement du club - Pussy - Le Bellachat		Andre Fourmaintraux - 06 32 43 66 33 andre.fourmaintraux@orange.fr
Me 21/03	Châtelard - Le Bec Rouge	700 m et 1000 m	Jean Marie Muller - Andre Fourmaintraux 06 32 26 38 01 - muller.jean-marie@wanadoo.fr
D 25/03	Grandarctisme - Inscription en ligne	TN	Patrick Vahiné - 06 85 82 08 21 vahine.patrick@gmail.com
Me 28/03	Biolley - Col du loup	700 m et 900 m	Nicole Boitte - Annick Chevalier 06 16 66 40 18 - nicole.boitte@orange.fr
<b>12</b> Me 4/04	Mont Sappey - Char de la Turche	TN - 750 m	Yves Coulmeau - Jean Marie Muller 06 20 09 49 89 - coulmeau.yves@orange.fr

## Sorties SKI de RANDO

Date	Destination	Niveau	Responsable - Contact
S 2/12	journée recyclage sécurité neige pour les encadrants	encadrants	Patrick Vahiné - 06 85 82 08 21 vahine.patrick@gmail.com
D 3/12	Sur les pistes	Débutants et TN	Patrick Vahiné - 06 85 82 08 21 vahine.patrick@gmail.com
D 10/12	Sur les pistes	Débutants et TN	Anciaux Martine - 06 13 08 06 30 josiroyan@gmail.com
D 17/12	sortie journée sécurité pour tous (il est fortement conseillé d'y participer).	Débutants et TN	Patrick Vahiné - 06 85 82 08 21 vahine.patrick@gmail.com
D 24/12	A définir	TN - SM	Jean-Pascal Loriaux - Émilie Gaillard-Roche 06 83 28 85 78
D 7/01	Dzonfié par la Combe	TN - 1100 m	Max Bal - 06 80 01 94 65
D 14/01	Sur la trace de l'autonomie - 800 à 1000m - SM - lieu à définir	SM 800 m à 1000 m	Patrick Vahiné - 06 85 82 08 21 vahine.patrick@gmail.com
D 14/01	Lieu à définir	Débutants	Anciaux Martine - 06 13 08 06 30 josiroyan@gmail.com
D 21/01	Groupe Traceurs - Roc du Blanchon - ou Crêt du Rey (2 groupes)	1300 m et 1500 m	Jean-Pascal Loriaux - Émilie Gaillard-Roche 06 83 28 85 78
S 27 et D 28/01	Grand Parcours - Arêches - Beaufort (2 jours) Inscriptions en ligne	Débutants et TN	Patrick Vahiné - Yves Coulmeau - 06 85 82 08 21 vahine.patrick@gmail.com
D 4/02	Groupe Traceurs - Bec Rouge - Roche Jaille - Col du Retour	1300 m et 1500 m	Jean-Pascal Loriaux - Émilie Gaillard-Roche 06 83 28 85 78
D 4/02	A partir du Villard de St Jean de Belleville	TN - 1000m	Bernard Chatelet - 06 88 02 04 53
D 11/02	Sur la trace de l'autonomie - 800 à 1000m - SM - lieu à définir	SM 800 m à 1000 m	Patrick Vahiné - 06 85 82 08 21 vahine.patrick@gmail.com
D 11/02	Pointe de la Sambuy (Bauges)	BS - 1100m ou/et 1500m	gdmottet.jlc@gmail.com
D 18/02	Les Arangles	TN - 1100 m	Max Bal - 06 80 01 94 65
D 25/02	Le Biolley - Col du Lou - Combe Bronsin	TN 700 m et 1300 m	Philippe Poupart - 06 21 98 42 19 philippe.poupart73790@gmail.com
D 25/02	Le Clapet - Col de Forclaz + (en option) couloir des Veys en aller retour.	SM / BS 1200 m à 1500 m	Jean-Pascal Loriaux - Maxime Petitbon 06 83 28 85 78
V 2 au D 4/03	Tour du Beaufortain	BS	Max Bal - 06 80 01 94 65
V 2 au D 4/03	Ski de fond 5 (3 jours dans le Jura)	TN	gdmottet.jlc@gmail.com
D 4/03	1000 m Lieu à définir	TN 800 m à 1000 m	Éric Costablos - 06 89 15 63 30 ev.costablos@orange.fr
D 11/03	Sur la trace de l'autonomie - 800 à 1000m - SM - lieu à définir	SM 800 m à 1000 m	Patrick Vahiné - 06 85 82 08 21 vahine.patrick@gmail.com
D 11/03	Groupe Traceurs - Tour Pierra Menta - pentes raides / couloirs	BSA - 1500 m	Jean-Pascal Loriaux - Maxime Petitbon 06 83 28 85 78
D 18/03	Rassemblement du club - Pussy - Le Bellachat		André Fourmaintraux - 06 32 43 66 33 andre.fourmaintraux@orange.fr
D 25/03	Grandarctisme - Inscription en ligne	TN	Patrick Vahiné - 06 85 82 08 21 vahine.patrick@gmail.com
D 25/03	La Tournette depuis Belchamp	BS - 1200m	gdmottet.jlc@gmail.com
D 1/04	Bénéant - Pointe de la Grande Journée	1400 m	Philippe Poupart - 06 21 98 42 19 philippe.poupart73790@gmail.com
D 1/04	1000 m Lieu à définir	TN 800 m à 1000 m	Éric Costablos - 06 89 15 63 30 ev.costablos@orange.fr
L 2 au D 8/04	Chamonix Zermatt / La Haute Route	TBSA	Patrick Vahiné - 06 85 82 08 21 vahine.patrick@gmail.com
V 13 au D 15/04	Groupe Traceurs - WE Hte Maurienne - Charbonnel & Croix Rousse - inscription 2 semaines avant	TBSA - 2000 m et 1350 m	Jean-Pascal Loriaux - Max Bal 06 83 28 85 78
S 21 au D 22/04	Col de la Grande Casse, refuge de la Glière, col de-Tougne	BS	Max Bal - 06 80 01 94 65
S 21 au D 22/04	Sur la trace de l'autonomie - (nuit en refuge) - inscription 2 semaines avant.	BS - 1200 m	Patrick Vahiné - 06 85 82 08 21 vahine.patrick@gmail.com
D 6/05	Col d'Arpire / Brèche de Parozan	BS - 1500 m	Jean-Pascal Loriaux - Maxime Petitbon 06 83 28 85 78
J 10 au D 13/05	Val d'Isère - Refuge de la Femma	BS	Patrick Vahiné - 06 85 82 08 21 vahine.patrick@gmail.com
S 19 au D 20	Aiguille des Glaciers - Nuit au refuge Robert Blanc	BS	Patrick Vahiné - 06 85 82 08 21 vahine.patrick@gmail.com
D 3/06	Pont St Charles - Grande Aiguille Rousse	BS	Patrick Vahiné - 06 85 82 08 21 vahine.patrick@gmail.com

## Trail de la Croix de Feissons 2017



Pour cette 4<sup>ème</sup> édition, le Trail de la Croix de Feissons a rencontré samedi 7 Octobre un véritable succès. Ce trail caritatif au profit cette année de l'association « les papillons blancs » a rassemblé plus de 120 traileurs prêts à en découdre avec les 20km prévus et les 1300m de D+. Le parcours, au départ de Moûtiers, monte sur la

commune de Feissons sur Salins, par la forêt de fayards et d'épicéas, traverse le village, puis descend à Brides-les-Bains pour longer le doron de Bozel par le sentier des baigneurs, emprunte la route du plan à Salins les Thermes pour rejoindre les 4 chemins au-dessus de Champoulet . Deux autres parcours (15 KM et 5 km ) étaient également proposés aux coureurs suivant leur choix et leurs catégories.

Avant de partir à l'assaut de la Croix de Feissons, les coureurs ont fait un tour de Moûtiers pour soutenir l'association de la ligue contre le cancer en compagnie des organisateurs d'octobre Rose, et des personnes soutenant cette cause.

Cette journée est aussi marquée par la

présence de NOORI ShokoHallah, un jeune afghan domicilié pour un temps à Moûtiers et qui termine 4<sup>ème</sup> au général et 1<sup>er</sup> de sa catégorie !! Un grand bravo à lui. C'est pour nous un vrai bonheur de voir son sourire à l'arrivée, une parenthèse heureuse pour cet homme meurtri par la vie.

L'objectif caritatif des 3 associations organisatrices (le Club Alpin Moûtiers Haute Tarentaise, l'Athlétisme Sport Moûtiers, et le Rotary de Moûtiers) n'est pas en reste, nous allons pouvoir verser à l'association « les papillons blancs » près de 4000€, qui les aideront à acheter une chaise roulante et des tablettes numériques.

*Martial Holvoët*

## Fuite en avant ?

Le couperet vient de tomber. La France n'est plus la seconde destination touristique hivernale dans le monde (derrière les US), l'Autriche vient de passer en seconde place. La France devient donc la troisième destination favorite des skieurs. Par ailleurs les grands bassins de population d'Asie passent à l'offensive et la Chine met en œuvre un plan de développement ambitieux, souvent avec l'appui du « savoir faire français ». La prise de participation de la Chine dans le capital de la Compagnie des Alpes (très présente en Tarentaise) en est un des re-flets.

Cette accentuation de la concurrence internationale, le manque de neige, un marché touristique mature qui peine à se renouveler, nous alertent et décrivent un marché en récession. Cela ne peut que nous interpeller car l'économie de notre département en dépend (en Savoie, 63% de la TVA est collecté à une altitude supérieure à 1600 m).

Pour autant, nous constatons que les réponses apportées consiste le plus souvent à plus d'aménagements afin d'être plus attractif. Est-ce le choix de la fuite en avant ?

Depuis la fin de saison dernière, particulièrement dans les Alpes du nord, les projets fleurissent, plus de 30 sont recensés (extensions de domaines skiables, construction de milliers de lits supplémentaires dont trois Clubs Med en projet...).

Pour la FFCAM, il n'est pas question de s'intéresser à tous. Notre Comité Départemental a décidé d'intervenir à chaque fois que ceux-ci touchaient nos pratiques ou les projets impactant les sites vierges, situations pour lesquels nous déposons des recours.



Pour autant, nous ne sommes pas opposés à tout aménagement, étant nous même aménageurs (refuges). Siégeant à la commission départementale UTN (Unités Touristiques Nouvelles), la FFCAM (Comité Départemental) est amenée régulièrement à prendre position vis-à-vis des dossiers qui lui sont soumis. Le dernier en date concerne le projet d'aména-

gement du camping du Glaisy à Notre-Dame-du-Pré, site particulièrement fréquenté par les grimpeurs de nos clubs. Après concertations diverses (les clubs utilisateurs, la communauté de commune...) et compte tenu du respect du site naturel, nous avons l'intention de donner un avis favorable à cet aménagement (assorti de quelques réserves).

Mais notre activité en matière de respect du milieu montagnard ne se limite pas à ces actions. D'abord les clubs locaux développent des politiques de sensibilisation

ou de formation de ses adhérents aux enjeux de la protection de la montagne mais aussi nous participons à diverses instances. En particulier, membre fondateur du Parc National de la Vanoise en 1963 (le siècle dernier !!!) nous sommes très impliqués au sein de son Conseil d'Administration ainsi qu'au bureau.

Cela atteste que si notre fédération n'est pas une associa-

tion de protection de la nature, elle développe des pratiques et assume ses engagements afin que la montagne demeure un lieu d'exception.

*Denis PLAZE*

*CD 73 FFCAM*



Au premier plan, Noori Shokohallah,  
jeune Afghan au trail de la Croix de Feissons

# LOYET



- Voyages organisés
- Transports scolaires et de personnel
- Transferts aéroports et gares



graphibus.fr

VOYAGES LOYET Z.I. Favorieux BP03 73211 AIME Cedex  
• Albertville : 04 79 32 31 28 • Albens : 04 79 54 10 97 • Chambéry : 04 79 55 64 76

Tél. 04 79 55 64 76

[www.loyet.com](http://www.loyet.com)



Ascension du Mont Elbrouz



# Au Vieux Campeur

Alpinisme  
Randonnée  
Trail  
Running  
Marche  
Grimpe  
Escalade  
Via ferrata  
Slackline  
Canyoning  
Spéléologie  
Minéralogie  
Camping  
Scoutisme  
Plein-air  
Vélo  
Triathlon  
Natation  
Ski  
Ski nordique  
Snowboard  
Canoë  
Kayak  
Stand-Up Paddle  
Voile  
Sports nautiques  
Apnée  
Plongée sous-marine  
Voyage  
Professionnel  
Secours



## Carte Club

La **CARTE DE FIDÉLITÉ** du «Vieux Campeur» c'est aussi l'**ASSURANCE/ ASSISTANCE** de référence pour toutes les activités de plein air.

Suivez nous



AuVieuxCampeurSociete



@Au\_VieuxCampeur



AuVieuxCampeur

WWW. **Au Vieux Campeur**.FR

**ALBERTVILLE** / 10, rue Ambroise Croizat

Paris Quartier Latin | Lyon | Thonon-les-Bains | Sallanches

Toulouse-Labège | Strasbourg | Marseille | Grenoble

Chambéry, LA boutique 100% Coin des Affaires