

Le petit Caf'teur Tarin

Bulletin du Club Alpin Français de Moûtiers et Haute-Tarentaise

N° 54 - HIVER 2021



fédération française
des clubs alpins
et de montagne

www.clubalpinmht.org



Protégeons les montagnes !

Dans la lettre du milieu montagnard (LMM n°65), téléchargeable sur le site de la FFCAM, Denis PLAZE, dans son article, nous parle des acteurs engagés à la protection de l'environnement en montagne.

Il fait référence au livre de Reinhold Messner : « Urgence ! Il faut sauver les montagnes »

« Une lecture...indispensable »

SOMMAIRE

- 3 Édito
- 4 Hommages
- L'orientation
- 5 École d'escalade
- Compétition
- 6 Stage d'escalade adultes
- 7 à 10 Trek dans les Encantats
- 11 Impact carbone
- Vélo de montagne
- 12 - 13 Calendrier des sorties
- 14 Patois savoyard
- 15 Rando à skis

Remonter le fleuve

Héraclite, philosophe obscur et misanthrope d'Ephèse, disait déjà au sixième siècle avant Jésus-Christ. « On ne se baigne jamais deux fois dans le même fleuve ». Il entend par là que la seule chose qui est absolue c'est le changement : entre une première et une deuxième baignade l'eau et le baigneur auront tous deux changés. Que de changements en 2020 ... Une belle illustration de ce concept, même si les habitudes peuvent être tenaces.

Peut-être est-il temps de prendre une pause d'observer ce fleuve des habitudes et de remonter son cours. Surtout si ce qu'il en sort à son embouchure ne nous satisfait plus, ou plus autant. Identifier en le remontant, nos tendances habituelles, nos attentes, nos besoins, perceptions, pensées préverbaux et peut-être même leur émergence. En somme, savoir faire preuve de résilience, face aux événements actuels, de saisir cette capacité à entrer en relation, à s'adapter aux situations en faisant appel à notre compréhension, nos appuis relationnels, nos liens amicaux.

Des bénévoles l'on fait pendant cette pause imposée et les sorties, la grimpe ont repris dès que les conditions l'ont permis. De nouvelles initiatives ont vu le jour : des randonnées à caractère alpin pour lesquels pieds sûrs et progression équipée sont le plus souvent nécessaire, du vélo de montagne par monts et par vaux, des stages d'escalade, des sorties grimpe en extérieur, des randonnées plus culturelles et d'autres encore qui sont à l'état de projet qui ne demandent que de bras et de têtes pour être lancés.

Le comité directeur du Club Alpin Moûtiers Haute-Tarentaise remercie déjà tous les bénévoles qui ont conservé cet état d'esprit novateur et qui continuent à œuvrer pour le club.

Par avance, il remercie aussi tous ceux qui vont s'investir dans la réussite de la saison à venir.

Espérons que celle-ci soit bien remplie !

Théo

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 issu de forêts gérées durablement - Imprimerie l'Edelweiss à Bourg St-Maurice 04 79 07 05 33

Envoyez vos photos et articles à : revue@clubalpinmht.org

Homme d'action avant tout, Albert aura marqué son passage pendant les quelques années passées dans notre club. Organisateur infatigable, il relance le groupe randonnée et raquettes en investissant toute son énergie. On lui doit ce séjour aérien et itinérant dans les Dolomites qu'il sut agrémenter de ses airs de flute en pleine paroi rocheuse. Et oui, Albert était aussi musicien et chaque sortie était l'occasion d'une aubade en pleine nature! Retraité de l'enseignement, il avait gardé un attachement aux jeunes en s'investissant dans l'Ecole d'Aventure et organisait chaque printemps un séjour rando sous

tente accompagné de ses ânes, une autre passion d'Albert. Beaucoup de jeunes se rappelleront ce personnage au caractère bien trempé qui savait aussi apporter beaucoup de tendresse à leur égard !

Une longue maladie l'a emporté, loin dans ses montagnes. Nos pensées l'accompagneront dans ce long voyage.

André



Une disparition qui touche tous les anciens qui l'ont bien connu !

En cette année 2020, André Croibier nous a quitté. Par cet article j'aimerais rendre hommage à cet homme généreux et dévoué. Au CAF de Moûtiers certains l'ont bien connu.

Il fut président du CAF d'Albertville puis président national de la Fédération à Paris !

Il a beaucoup œuvré pour mettre en place avec toute son équipe les premières bases de la fédération actuelle. Sensible à la sécurité en montagne, il le fut également aux idées de la protection de la montagne et de l'environnement, en coopérant le plus souvent avec de nombreuses associations de défense de la nature pour combattre certains projets destructeurs.

Plus que l'homme ce sont ses idées de partage que je voudrais retenir. André croyait aux vertus réparatrices de la montagne, toujours partant pour transmettre sa passion aux plus jeunes : ainsi professeur au lycée Jean Moulin, il intégra sans relâche les activités montagnes dans sa pédagogie. Enfin pour nous, André a su nous montrer que la montagne n'était pas qu'une simple accumulation de sommets.

Ces années 90, riches en sorties montagne, très amicales, resteront gravées longtemps dans les mémoires collectives !

André, Tu dois bien sourire de là-haut, en pensant qu'avec le confinement, les hommes vont peut-être commencer à protéger cette montagne que tu aimais tant !

Philippe

L'orientation

L'orientation est une science exacte à la différence de la nivologie encore faut-il employer les bonnes techniques pour être le plus efficace et le plus précis. On randonne, on rit, on parle, on débat, on a oublié de désigner un responsable et hop ! Nous voilà perdus.

Bien sûr on a le GPS ou le téléphone, encore faut-t-il avoir du réseau ou les bonnes piles.

Petit rappel, il est utile, pour parler le même langage que le randonneur averti :

- Azimut = angle donné par la boussole entre le nord magnétique et l'objectif visé.

Sur le terrain on utilise le nord magnétique (prendre en compte la déclinaison) à la maison on utilise le nord de la carte, le nord géographique, situé en haut.

- Les points caractéristiques sont les éléments qui nous servent à nous situer comme : une église, un col, un lac, une barre rocheuse, un replat ou un relief bien marqué.

- L'erreur volontaire : c'est accentuer l'azimut de manière à buter contre un relief caractéristique.

- L'altimètre un moyen pour repérer l'altitude basé sur la pression atmosphérique.

- La carte est la représentation des 3 dimensions sur une partie plane.

- Comment repérer le haut du bas : les courbes de niveau, l'écriture des courbes de niveau qui regarde le haut, les ruisseaux coulent de haut en bas.

- Comment repérer un creux d'une bosse, un thalweg d'une croupe : la pointe de la courbe de niveau regarde le haut c'est un creux, un thalweg ; la courbe de niveau regarde le bas c'est une croupe.

- La tangente à la courbe : ce n'est pas un mot barbare mais surtout une technique pour se repérer sur un relief caractéristique.

- Comment s'améliorer en orientation : lire la carte avant, pendant et après ; se familiariser avec les outils de torture que sont la boussole et l'altimètre.

Savoir d'où l'on vient, c'est savoir où l'on va.

Si cet article vous a donné envie d'en savoir plus, le club organise des stages d'orientation, venez vous familiariser avec la lecture de carte.

C'est très facile de se prendre au jeu, elle n'est pas réservée au chef de course. L'autonomie en montagne, la sécurité passe aussi par l'orientation et la lecture de carte.

Philippe Poupart

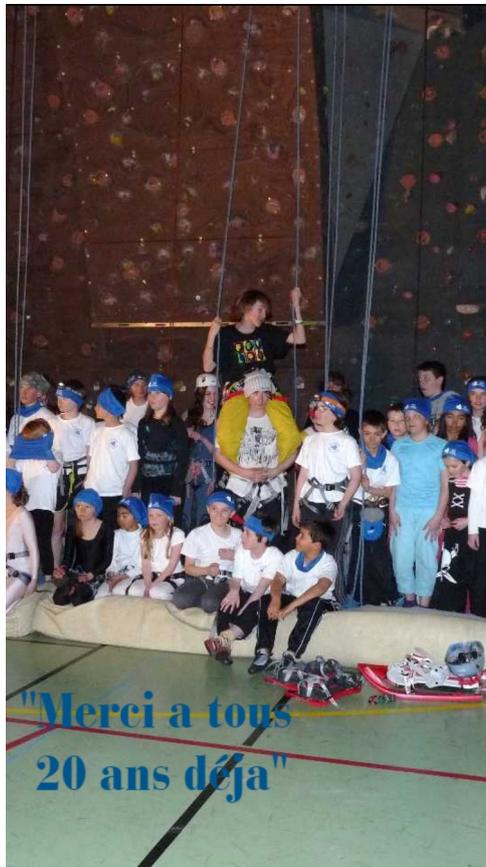
OCTOBRE 2000 : LE CAF MHT LANCE SA PREMIÈRE ÉCOLE D'ESCALADE JEUNES

La nouvelle structure d'escalade (ou plus simplement SAE) est enfin terminée : la résine qui constitue principalement son habillage est juste sèche, encore toute propre, un peu rose (s'apparentant au granit !), et les prises colorées sont rutilantes ! Plusieurs années déjà que nous l'attendions ! Il aura fallu des heures de discussion, de persuasion auprès des élus. Mais cela a pu être gagné grâce à l'appui des enseignants, et de quelques élus dans le nouveau syndicat intercommunal.

L'inauguration n'a pas encore eu lieu, mais le président nous donne le feu vert pour exploiter cette installation vierge et douillette. C'est l'effervescence ! Il nous faut vite concevoir une distribution de flyers dans les écoles, poser des affiches dans tous les magasins, envoyer un article à la presse pour constituer un premier noyau de jeunes grimpeurs si nous voulons être crédibles ! (Pas d'internet à l'époque).

Parallèlement il faut nous procurer des créneaux dans un gymnase très sollicité par les nombreux clubs déjà bien installés. Les discussions sont rudes, âpres !

Enfin un planning acceptable a pu être établi et les premiers cours peuvent commencer avec la trentaine d'enfants inscrits. Le comité directeur du club nous attribue



l'argent nécessaire pour acheter le minimum de matériel. L'avenir étant incertain, soyons prudents !

Pour encadrer quelques sympathiques bénévoles nous apportent spontanément leur aide et le rêve se concrétise : pouvoir continuer à grimper en hiver à l'abri des

intempéries et espérer former des futurs grimpeurs qui iront parcourir la montagne qui nous entoure !

Mais le mois suivant nous nous retrouvons à une grosse quarantaine d'enfants à accueillir. C'est une réussite mais il nous faut vite trouver un professionnel. Pas de Brevet d'Escalade dans la région, un guide fera l'affaire. Le groupe ESCALADE JEUNES est bien parti, nous sommes pris au sérieux ; En janvier (ou février) c'est l'inauguration devant un parterre d'élus et de parents et nous présentons un premier petit spectacle mettant en valeur le peu de technique que les jeunes ont déjà pu acquérir ! Pour le 10^{ème} anniversaire, la jeune BE, Cécile, engagée entre temps, mettra en place un spectacle, véritable ballet aérien, mettant en scène les 70 enfants. Cette fois c'est la consécration de ce jeune club qui impose l'escalade comme un sport à part entière dans ce microsystème local qui ne jurait que par le foot ou le tennis. Ainsi cette réussite nous a permis de créer rapidement une petite ÉCOLE d'AVENTURE pour pouvoir faire découvrir le milieu naturel aux plus motivés.

20 ans plus tard, ce club de jeunes grimpeurs, encadré par Anthony, a toujours un succès égal !

Mais les conditions actuelles ne nous permettront pas de faire la fête pour cet anniversaire.

André

Compétition escalade

Le club de Moûtiers Haute Tarentaise est un club où le mot partage a tout son sens. Il y a quelques années sous la houlette d'un bureau bien dynamique une école d'escalade a vu le jour, une école labellisée par la FFCAM depuis 2008.

Découvrir la grimpe dans une salle, un beau programme :

- La grimpe c'est développer son aisance athlétique.
- La grimpe c'est se retrouver avec des copains et partager une belle passion.
- La grimpe c'est aller plus haut, tel le singe sans risque de s'écraser sur le sol.
- La grimpe c'est avoir envie de développer son sens inné du dépassement de soi.

Quoi de plus logique qu'organiser une compétition d'escalade à Moûtiers !

Sous l'impulsion d'Anthony le BE de notre club et de nombreux bénévoles, une belle compétition a eu lieu 30 novembre et le 1^{er} décembre 2019.

Organiser une compétition d'escalade c'est d'abord construire un projet ensemble, réunir une équipe afin de préparer la salle, organiser les inscriptions, assurer l'intendance, accueillir les clubs environnants,

chronométrier, juger, rechercher des sponsors, assurer le suivi au niveau de la presse et enfin canaliser toute la fougue de cette jeunesse.

Le samedi 30 novembre 14 h les 1^{ers} grimpeurs arrivent, 31 félins !

Les cadettes, les minimes, les juniors, les seniors vont affronter la dure loi de la compétition.

Objectif : donner le meilleur de soi-même. Les compétiteurs regardent la voie, la déchiffre telle une araignée allant chercher sa proie.

Ils s'inspirent peut-être de Patrick Edlinger, le précurseur de la grimpe.

Ah ! Ils sont beaux ces grimpeurs, majestueux, attentifs et concentrés sur leur objectif, les juges scrutent la moindre faute. Les parents, les entraîneurs conseillent et se mettent à rêver.

Et enfin une bande d'anciens avalent le mou et intercepte le moindre faux pas du grimpeur

Au CAF de Moûtiers Haute Tarentaise, on assure !

Grâce aux 2 secrétaires : Théo et Martial, les 1^{ers} résultats tombent.

Les gens se restaurent, pas trop, l'homme félin fait attention à sa ligne, au risque de devoir se faire tirer par la suite.

Dimanche c'est au tour des poussins, et des microbes ce sont de véritables chatons remplis d'énergie. Pas de problème pour les canaliser, l'escalade est là pour ça. Quand on est grimpeur, on se focalise sur l'objectif et on concentre ses forces.

97 jeunes enfants vont se lancer à l'assaut de belles voies, des voies ouvertes par de drôles de microbes, Anthony et ses comparses.

Si j'avais à retenir 2 images de cette compétition ce seraient celles-ci :

L'épreuve de vitesse où chaque chaton s'élançait. Ils sont vifs et plus rapides que l'araignée sur sa toile.

La 2^{ème} : l'image d'un bénévole en train d'assurer un microbe, un ancien au crâne dégarni qui pratique le ski de rando.

C'est beau la transmission !

En conclusion je dirais merci à tous. Merci à nos sponsors, à nos bénévoles autour de la buvette, à la crêpière d'un jour, aux juges, à Anthony notre éternel microbe passionné, à toute cette jeunesse et enfin à tous les clubs venus de toute la Savoie.

MERCI À TOUS

Le Gérard HOLZ d'un week-end,
Philippe

Stage escalade adultes, Gorges du Verdon du 7 au 9 août 2020

Destination La Palud-sur-Verdon (Alpes-de-Haute-Provence), en passant par les champs d'oliviers et de lavandes récoltées aux chants des cigales. Depuis une route sinueuse aux côtes surplombantes, nous traversons de la garrigue en tous genres, admiration sur le lac de Sainte-Croix, spectacle de nature, avant-goût de roches, ces splendeurs aiguissent nos sens. Les gorges du Verdon, paradis minéral, accueillent des grimpeurs dans des parois calcaires de 250m à 700m de profondeur avec 1500 voies dans d'innombrables secteurs.

Le vendredi matin, nous nous rendons au Col d'Ayen où nous empruntons un sentier aux allures de désescalade qui nous amène vers des dalles verticales d'une hauteur moyenne de 15 m. Un échauffement non seulement des muscles, techniques et manipulations mais façon "Pierrade", vue sur ravin, exposé plein sud. Cerveille en eaux vives, j'ai la tête en orientation rive droite, rive gauche, pour moi, ce sera 3 jours en moulinette...



L'après-midi, nous prenons la route des crêtes pour réaliser une grande voie "Loup des Garrigues" qui va permettre de s'adapter aux voies de plusieurs longueurs, de grimper en réversible, en tête et second jusqu'à 5c max. sur 180 m. On démarre par un petit rappel d'une dizaine de mètres pour enchaîner nos points de vue qui prennent de la hauteur, supervisés par Anthony dans nos placements, gestuelle sur cordes, dégaines, assurage et les relais qui se marchent dessus... !

C'est une magnifique balade minérale où la garrigue prospère à se mousquetonner. Depuis le sommet, nous redescendons en contournant la falaise par une colline. Inspiration profonde sur la botanique locale, parfum de thym et lavandin domine ces pierriers et terres



arides, mes pieds se bousculent à leur bouquet végétal. Voitures en vue et restaurant prévu, soirée crêperie, ambiance de terrasse pour nid d'hirondelles, pas de zèle, on a les masques !

Nuitée en toile de tente, réveil tranquille, petit déjeuner partagé, en ce samedi matin, programmation de "La Dérobée", un 6a malicieux, pas de fille en tête, une convivialité qui ouvre à la surprise.

Pas question de prendre les jambes à mon cou même pour la petite marche d'approche, falaises vertigineuses, je vous aime déjà... Après les prémices de la veille, ce décor me laisse sans voix, 180 m à descendre en 5 longueurs, je ne chanterai pas "A La Claire Fontaine", ni fontaine, je ne boirai pas de ton eau, va bien falloir y aller...

Et là, ça fait pas rire les patates à la cave... !! Voilà, mon appréhension conjuguée à la magie du moment, il est 11h30 pour le début de l'ascension de ces 180 m cumulés à une perspective d'un contrebas surplombant avec en écho l'eau vive et des cris d'amusement.

Même la première longueur en 5b s'avère un peu affûtée de difficultés, il faut bien tester notre dextérité. Faisant suite à la 6a, Anthony dispose, comme annoncé, en cas de passages compliqués, des sangles pour des prises de mains et de pieds facilitées. Ici, pas de "bac coloré", de la fissure à coincer l'orteil et le doigt dans une forme de dièdre, la chaleur cuit un peu plus nos pieds dans nos chaussons déjà bien ajustés mais heureusement à notre mi-journée, la paroi vire à l'ombre.

Après un relais, un mini chemin mêlé de plantes, d'argousiers ou non, peu importe, petite halte à la méditation ou plutôt préparation. Le mental déclinant nos forces et stratégies restantes est désormais concentré pour franchir les zones délicates, merci Yohan pour tes encouragements et ton aide, surtout pour la dernière longueur : s'adosser à l'arbre puis artifice en surplomb, (6b sur l'ancien topo, hein An-

tho !), dur à décliper, corde acrobate, "sec sur la jaune", force pure et crise de dégoût, on ne doit pas rayer la carrosserie... !! Anthony assure de toutes façons notre sécurité; Nous, les filles, nous lui avons promis une séance musclée, il nous tracte en mode mouflage sur une bonne partie de cette dernière longueur. C'est du fitness mon gars !

19h30, doucement mais sûrement en haut de notre objectif à atteindre, merci Anthony.

Une douche bien décontractante avant de se réunir devant une carte de mets à savourer n'ôtant rien aux récits de grimpe de la journée.

Dimanche matin en couenne pour certains, pour moi ce sera cueillette de thym aux abords des voies.

Campement rangé, casse-croûte ensemble et chacun reprend sa route selon son projet vacances.



Merci beaucoup à notre moniteur Anthony et à tous (Annick, Tiffany, Yohan, Robert et Marine, de bonne compagnie) pour ce beau séjour escalade... Et merci au CAF de Moutiers et Haute-Tarentaise.

"Qui peut le plus, peut le moins" !!

Fabienne

TREK DANS LES ENCANTATS

Du 30 août au 5 septembre 2020

Comme tous les hivers, les sorties raquettes sont aussi l'occasion d'échanger sur nos envies d'évasion hors de nos secteurs habituels.

« Et si nous faisons un trek dans les Pyrénées ? » Un petit groupe se forme pour préparer ce projet et, suite à certains reportages sur les Encantats, nous nous orientons vers les Pyrénées Espagnoles, dans le Parc National d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici. Ce parc est situé dans la partie centrale de la chaîne pyrénéenne dans la province de Lérida.

Les Encantats ou « enchantées », ce sont 2 pics rocheux jumeaux, le petit (2738m) et le grand (2747m). La légende raconte que 2 chasseurs partis chasser au lieu de se rendre à une messe dédiée à Sant Maurici, ont été pétrifiés par une malédiction divine.

Ce parc est composé d'une multitude de lacs (ou Estany), naturels ou de barrage, de nombreux sommets (tuc, pic...) granitiques dont certains dépassent les 3000m, de forêts de pins noirs aux formes torturées, d'alpage avec ses jolies vaches grises en liberté ; en résumé : des paysages enchanteurs ! (quoique certains passages de col, ou port, l'étaient beaucoup moins !)

Notre trek de 6 jours de marche, de refuge en refuge, suit la trace du fameux trail « Carros del Foc » ou « Charriots de Feu ». Ce nom aurait été donné car certains



gardiens de refuge sur cet itinéraire ressemblaient aux acteurs de ce célèbre film ! (source non vérifiée)

Après quelques incertitudes vue la situation sanitaire, c'est à 8 que nous partons du petit village de Tredos, plein d'enthousiasme, avec nos gros sacs sur le dos (10 à 12 kg), le beau temps annoncé.

Je vous laisse découvrir les différentes étapes décrites par les participants.

J2 : lundi 31 août: Tredos refuge Amitges (2380m) par Pierre

Nous partons de la petite ville de Banhs de Tredos après un déjeuner très copieux dans l'hôtel où nous avons passé la nuit. Quelques km en voiture pour nous rapprocher du point de départ puis nous empruntons un agréable sentier dans le val d'Aran (balisé «circuit des lacs»). Montée dans une forêt de pins entrecoupée de sorbiers. Le ciel se dégage peu à peu avant de laisser place à un franc soleil. Quelques passerelles en bois pour traverser les endroits un peu humides, un bref arrêt devant une jolie

cascade, puis nous continuons le sentier facile et bien balisé (marques jaunes) .

Ce sentier parallèle à la route évite d'emprunter celle-ci qui n'est ouverte qu'aux taxis.

Nous arrivons bientôt au premier lac de barrage (le lac Major de Colomer) près du refuge du même nom. Belle vue sur le lac avant d'emprunter le GR 11 vers le port (col en catalan) de Ratera puis le refuge d'Amitges. Ce GR est bien balisé: marques rouges et blanches, cairns et panneaux indicateurs des temps de marche.

Environ 400 m de dénivelé jusqu'au col en passant près de nombreux lacs plus ou moins importants. Belle vue avant le col sur cinq lacs situés à différentes altitudes.

Arrêt au col (2585 m d'altitude) pour se reposer, déjeuner, goûter au délicieux génépi de Tito et admirer en contrebas un superbe lac vert émeraude.

On quitte ensuite le GR pour descendre vers le refuge, Ce dernier est dominé par de belles aiguilles granitiques dont le pic d'Amitges et les aiguilles des Encantats, les « enchantées » .

Refuge agréable, au bord d'un lac (l'Estany – lac en catalan – gran d'Amitges) doté d'une grande terrasse où nous pourrions nous reposer, boire un coup, préparer la journée du lendemain et admirer le superbe paysage. Détente les pieds dans l'eau (du lac) pour ceux qui le désirent et possibilité de prendre une douche avant de dîner.

Bref une agréable première journée avec un dénivelé positif de 878 m, négatif de 274 m, un temps de marche d'environ 6 heures au milieu d'un très beau paysage surtout minéral et lacustre.



J3 : mardi 1 septembre : Refuge Amitges (2380m) refuge JM Blanch (2330m) par Jean Marie

Réveil dur après une nuit marquée par quelques bruits insolites empêchant certains de se reposer paisiblement. Mais un petit déjeuner copieux et varié (avec charcuterie et fromage !) nous permet de reprendre des forces pour nous lancer, à l'heure précise sonnée par nos encadrants, dans cette étape qui sur la carte semble longue.

Stat à l'appui : 8h 40 de parcours total, 15km, dénivelé positif 1130m, pour les plus téméraires ...

Descente prudente du refuge dans un parcours boisé de résineux vers l'Estany de Sant Maurici.

Mais rapide remontée vers le Mirador de l'Estany qui offre un point de vue remarquable sur le célèbre Estany de Sant Maurici qui donne son nom au parc national objet de notre trek.

Vue unique aussi, pendant tout notre parcours, sur les 2 Pics des Encantats, dominant la vallée de Monestero, dont nous faisons le grand tour.

Pendant que certains se contentent de regarder où ils posent leur pied, l'œil aiguisé de notre amis Yves repère les premières bêtes des Pyrénées : trois isards qui brouettent paisiblement, confondus avec les rochers, sur les bords de l'Estany de Monestero en contrebas de notre sentier.

Lente approche du couloir menant au Coll de Monestero (2716m) qui nous fait découvrir le début de l'enfilade de lacs qui mène à notre objectif du jour, le refuge JM Blanc. Lacs qui tout au long de notre cheminement vont émerveiller nos yeux par la couleur de leurs reflets, tantôt bleu noir, bleu azur ou eaux turquoises

Halte bien méritée à ce col permettant aux uns de se reposer tranquillement pour la suite et pour les autres de gravir, en AR, le Pic de Monestero (2877m).

Lente descente vers le refuge qui se poursuit au milieu des multiples lacs entrevus du col et se découvrant au fur et à mesure de notre avancées ouvrant sur des replats herbeux occupés par de belles 'vaches' pyrénéennes, couleur souris, broutant en toute liberté.



Descente jusqu'au refuge (2330m) qui nous impressionne et dont les mots me manquent pour le décrire (les photos en diront davantage) et dont la présentation dans le programme est loin d'être surfaite : «refuge (2330m) au bord d'un lac « dont les rives – par effet d'optique- semblent se jeter dans le vide. Sans conteste l'un des sites les plus merveilleux des Pyrénées ! » Fatigué, chacun a profité de la soirée à sa façon de ce beau cadre : toilette et bain de pieds dans un coin isolé au bord de l'eau, promenade autour des lacs, contemplation et méditation ...Belle et longue journée finissant dans un cadre apaisant.



J4 : mercredi 2 septembre. Refuge JM Blanch refuge Colomina par Maryse et Tito Petit refuge JM Blanch très agréable, petit dortoir pour 8 avec vue sur le lac, une situation paradisiaque !

Petit déjeuner un peu léger par rapport au diner copieux et savoureux.

Départ 8h, quelques photos faites par notre reporter de charme Annick pour immortaliser les lieux magiques !

La brume sur le lac donne une douceur à l'étendue du lac. C'est féérique !

Nous quittons le refuge Joseph Maria Blanc vue sur l' Estany Tort de Peguera, je sais que je reviendrais.....

Nous partons sur les sentiers, des passages sur des rochers de granit, en direction du GR11 (la route des lacs) Estany Trutto ; Le passage d'un barrage, d'un côté vue sur le lac en lisière d'un escalier en forme d'amphithéâtre, site atypique !

Montée en direction de l'Estany Gelat ou de Cap de Port

La vue est magnifique au Collada de Capdella ou de Saburo avec un petit encas en observant un troupeau d'isards sur une crête.

Le passage du pas de l'Os fut le plus intense de la journée, une vue vertigineuse sur l'Estany de Saburo.

Nous surplombons et longeons les 2 lacs d'Estany de Mar et de Colomina, l'eau claire et turquoise donnent un air tropical. Les berges de ce lac sont faciles d'accès mais interdiction de se baigner dans les lacs du Parc St Maurici !

Nous aurons le plaisir de prendre un bain de pied bien apprécié tandis que les plus courageux feront une ascension de 200 m sur une crête.

Avant l'arrivée du refuge de Colomina, nous traversons un petit pont, sur le côté une belle cascade débordante, nous accueille avec une vue splendide sur un ruisseau en forme de cœur, des montagnes verdoyantes en fond de vallée.

L'intérieur du refuge est simple et moderne, bien équipé. Accueil chaleureux !

Annick V, nous a fait découvrir un jeu de société qui a animé joyeusement nos soirées !

Tito fut mon compagnon de route pour la plume de ce jour.



J4 : mercredi 02 septembre après-midi par Yves

Arrivés au refuge bien tôt, nous visiterons la contrée en ce début d'après -midi, notre groupe de trois opte pour une rando alpine destination le col de Mainera 2722 m.

Du refuge, nous passons entre l'Estany Frescau et l'Estany de Mar, jusque-là le sentier herbeux n'a que peu de dénivelé et le sol souple repose nos jambes, le col à vue nous fait entrevoir une cheminement futur dans du gros bloc granitique, notre souplesse et agilité vont être mises à contribution.

Si quelques cairns nous guident à vue, nous devons faire preuve de vigilance pour ne pas dévier de notre objectif. Les blocs franchis, c'est une sente de petits éboulis et sable grossier qui nous mènera au col, l'attention est mise à contribution.

Enfin le col, étonnamment pas de lac sur ce versant et un changement de paysage avec des montagnes arrondies recouvertes de prairie ; vers notre descente, les lacs se succèdent, mais avant le champ de gros blocs qu'il faudra franchir par le tracé de l'aller.

Au passage quelques canards col vert profitent d'une plage déserte.

Bel exercice qui mérite bien une cotation randonnée alpine.

J5 : Jeudi 03 septembre refuge Colomina refuge Estany Llong par Yves

Descente vers l'Estany Tort, le sentier rejoint une étonnante voie ferrée étroite, certainement mise en place pour les constructions des infrastructures environ-

nantes, où nous pouvons supposer que des mulets tiraient des wagonnets, elle guide nos pas sur quelques centaines de mètres.

Se succèdent les lacs aux eaux cristallines qui dorment dans leur berceau granitique, les montagnes aux tons de gris s'y reflètent.

Le col de Dellui est atteint à 2576 m, longue pose pour certains et un aller-retour au Pic de Dellui à 2802 m pour quatre insatiables des vues sur lacs, au sommet deux en contre bas, un vol de nombreuses hirondelles des rochers nous accueille, leur voltige embellit notre contemplation.

Nous retrouvons notre groupe pour la descente à l'Estany de Dellui, pose repas et farniente les pieds au frais au bord du lac.

Sur la terrasse du refuge d'Estany Llong, une bolée de cidre nous réhydrate.

J6 : Vendredi 4 septembre Rifugio Estany Llong à rifugio Ventosa Carros de Foc (Les Charriots de feu) par Jacques

Après le petit déjeuner, le départ est donné 8 heures, et nous commençons la journée par une descente sur une piste carrossable jusqu'à l'altitude 1900.

Suite à ce petit réveil musculaire, nous attaquons par un chemin qui monte droit dans la pente le long du ruisseau de Contraix, et après une halte sur l'une des rares zones plates dans un paysage de pins noirs, d'herbes et des méandres du torrent, pour souffler et boire avant

de continuer toujours droit dans le pentu jusqu'à l'Estany de Contraix, où une nouvelle pose est effectuée pour s'alimenter et visionner le panorama, et repérer notre chemin (Annick en profite pour faire un petit cours de cartographie)

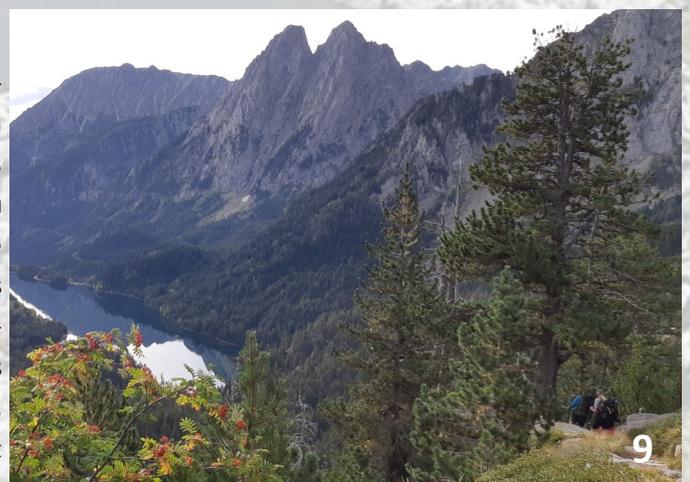
Nous poursuivons ensuite par la montée, dans un milieu qui est devenu complètement minéral, souvent composé de gros blocs de granits, mais toujours droit dans la pente, pour arriver au Collet de Contraix que nous rebaptiserons « la brèche à Maryse » à l'altitude 2749.

Après une courte pause, nous procédons à une descente très technique et ardue dans un couloir de pierres et de cailloux qui roulent sous les pieds, suivi d'un pierrier composé de gros blocs de granits (chaos) sans fin, dans lequel il convient de rester attentif pour garder le bon chemin.

Après un repas pris sur un belvédère dominant la vallée des Estanys de Gran Colieto, et de Colieto, la descente se poursuit dans les blocs de granits et quelques petites portions de chemins en terre jusqu'à l'Estany de Colieto.

Pour finir, après cette marche éprouvante dans les blocs et cailloux, un petit raidillon d'une centaine de mètres nous attend pour atteindre el rifugio de Ventosa, en Belvédère sur l'Estany Negre.

Au cours du repas devant une vaisselle en porcelaine certes dépareillées, mais de Limoges quand même, et dans un brouha espagnol, nous avons évoqués cette journée de marche très technique, voire fatigante, mais dans un site de toute beauté.



J7 : Ventosa- Banos de Tredos : 6^e jour de marche ultime étape par annick V

Nous avons passé la nuit au refuge de Ventosa à 2214 m d'altitude. Ce refuge jouit d'un emplacement remarquable, il surplombe le superbe lac, l'Estany Negre. De sa terrasse, la vue est imprenable.

De plus, les toilettes étant à l'extérieur, certains ont admiré le paysage nocturne : la lune qui éclairait les sommets et le lac, un beau ciel parfaitement dégagé et étoilé...un petit moment magique !

Comme tous les matins, tout est bien rôdé : réveil à 6h45, petit-déjeuner à 7h et départ à 8h.

C'est donc à 8 heures précises que nous quittons le refuge de Ventosa.

Nous démarrons par une petite montée qui longe un torrent et qui nous mène à un premier lac.

Le soleil levant éclaire les cimes qui se reflètent dans l'eau du lac, c'est encore magique ! Un paysage digne d'une aquarelle.

Nous cheminons ainsi par petites montées successives et en haut de chacune d'elles, un nouveau lac, voire plusieurs lacs s'offrent à notre regard.

Même au bout de 6 jours, pas de monotonie, nous sommes toujours aussi émerveillés devant la beauté des paysages parsemés de lacs dont les formes et les couleurs varient en fonction de la lumière du jour.

Le parcours choisi est une variante qui permet de cheminer au milieu de cet univers lacustre. C'est juste magnifique, on pro-

fitte, on s'extasie, chacun y va de son commentaire " c'est beau ! encore un lac ! ..."

Un petit détour par un col nous permet de découvrir la vallée de la Restanca. De ce col, nous découvrons encore une magnifique vallée et deux jolis lacs.

De retour sur notre itinéraire, nous nous dirigeons vers le col de Caldes (2568m) , qui sera notre passage le plus élevé de la journée et le dernier col de la semaine à franchir !

De ce col, la vue est toujours aussi belle. D'un côté, nous revoyons notre parcours arrière et ses nombreux lacs avec au loin une vue sur les glaciers et sur le Pic de l'Aneto, point culminant des Pyrénées.

De l'autre côté, nous apercevons le lac de Colomers et quelques autres jolis lacs d'altitude du cirque de Colomers ainsi que le col de Ratera, col que nous avons franchi le premier jour.

Eh oui, notre tour touche à sa fin....

Après une pause pour prendre le temps d'admirer ce paysage, nous entamons la descente vers le lac de Colomers.

C'est une agréable descente. Le terrain est plus facile que la veille, nous sommes dans la verdure puis nous allons suivre un torrent dans un paysage devenu bucolique.

La pause déjeuner se fera sur un gros rocher bien plat en surplomb du lac de Colomers.

Ensuite, nous décidons d'aller prendre un café au refuge de Colomers tout proche.

Ici, on s'imprègne une dernière fois de ces

beaux paysages typiques des Pyrénées car la boucle sera bientôt bouclée...

Nous n'avons plus qu'à rejoindre et à traverser le barrage pour retrouver le sentier de montée emprunté 6 jours plus tôt...

Mais, il nous reste encore 5 kms pour retrouver le parking.

Cette dernière partie du trajet est facile. C'est un chemin pas trop caillouteux et relativement peu pentu qui chemine plus ou moins en forêt. Néanmoins, nous restons vigilants.

Nous arrivons au parking à 15h45.

Notre circuit est terminé et c'est avec un immense plaisir que nous posons le sac à dos que nous n'aurons plus à porter !

Oui, il faut préciser qu'avec les mesures Covid, nous avons dû emporter nos duvets et des chaussures pour le soir. Ce qui a alourdi nos sacs...nous avions des sacs dont le poids variait entre 10 et 12 kg...

Mais, malgré cet inconvénient, chacun a su gérer l'effort et tout s'est très bien passé, aucune blessure, hormis quelques éraflures sur les rochers !

C'est à Salardu que nous prenons un verre bien mérité avant de retrouver notre hôtel où une bonne douche nous attend !

Cela fait deux jours que l'on se lave dans l'eau du torrent !

Nous nous retrouvons ensuite pour faire le bilan de la semaine (bilan très positif) et pour une dernière soirée au restaurant !

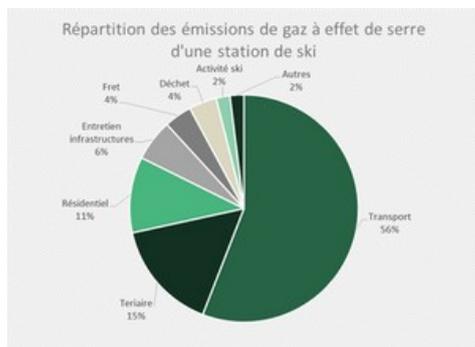


Et pour conclure, nous avons passé une superbe semaine, dans une ambiance sympathique, au milieu de paysages superbes, avec une équipe soudée toujours souriante (ou presque !)

L'accueil dans les refuges, situés dans des emplacements superbes, a toujours été cordial.

L'impact carbone du ski : quelle est la réelle pollution ?

Allez skier c'est se déplacer, consommer, faire vivre une économie ... Et donc émettre des gaz à effet de serre. Pourtant, la répartition des émissions de gaz à effet de serre n'est pas sans surprise.



Voici le détail des postes les plus émetteurs de gaz à effet de serre (GES) dans les activités d'une station de ski (selon l'étude de l'ANMSM et les études Bilan Carbone® réalisées):

1 - Le transport avec 56 % des émissions! C'est donc le transport vers le lieu de villégiature qui engendre le plus d'émission de

gaz à effet de serre.

Les visiteurs étrangers représentent 44% de cette pollution, 19% pour les visiteurs français et **37% pour le transport des résidents**

2 - L'industrie tertiaire, très présente dans une station de ski avec la restauration, les hébergeurs, les commerces, les activités de loisir comme les patinoires, cinémas... représente 16% des émissions de gaz à effet de serre.

3 - Le secteur résidentiel (et en grande partie son pendant énergétique) représente 11% des émissions de GES.

4 - L'entretien des infrastructures (routes, parking, bâtiment...) représente 6% des émissions de GES d'une station de ski.

5 & 6 - Le transport de marchandises et la gestion des déchets émettent chacun 4% des gaz à effet de serre d'une station de ski. Ces flux sont en plus très concentrés dans le temps, au plus fort de l'activité touristique des stations de ski.

7 - L'activité ski (dans l'ordre d'émission les dameuses pour 58%, les enneigeurs pour 25% et les remontées mécaniques pour 17%) représente 2% des émissions totales de gaz à effet de serre des stations de ski. Bien loin de l'image très polluante de cette acti-

tivité, même si son impact n'est pas infime il reste mesuré dans la répartition totale des émissions de GES.

Le reste - L'agriculture, l'industrie de l'énergie et les procédés industriels complètent le bilan des émissions de gaz à effet de serre d'une station de ski.

A l'inverse des idées reçues, l'activité ski a proprement parlé n'est donc pas du tout celle qui émet le plus de Gaz à Effet de Serre lors d'une semaine de vacances.

Quelques pistes pour réduire son impact environnemental lors de la pratique de sport outdoor :

Eviter le transport individuel pour aller pratiquer en outdoor
Consommer de manière responsable en termes d'achat de matériel
Privilégier des produits locaux ou du matériel fourni de manière durable

A chacun d'agir à son échelle pour diminuer son impact et ainsi nous permettre à tous de pratiquer le plus longtemps possible nos activités favoris.

Claire-Anne Bourgois Bouvier

Bureau d'études Damoé

VDM nouvelle tentative par la face sud....

Hello, je m'appelle Éric et je suis passionné de Vélo De Montagne !

Coucou, c'est moi, Isa et j'aime parcourir la montagne avec mon vélo, à la recherche d'émotions pures en descente et aller à la rencontre de la nature sans gaz d'échappement.

En juin dernier, impulsée par Éric, l'idée de relancer l'activité VDM au CAF de Moûtiers germe aussi dans la tête de deux autres adhérents, Isabelle avec qui on se partage l'organisation des sorties et avec Yves qui nous apporte son soutien pour la programmation et les conseils technico-administratifs et aussi par sa présence régulière aux sorties !

D'autres avant nous ont espéré faire rentrer le VDM au programme du CAF mais sans grand succès...

Alors peut être aurions-nous dû engager une réflexion sur le type de pratique, de public avant de relancer l'activité mais nous avons opté par l'option « envoyer et voir ensuite... »



Alors nous voilà partis au fil des WE sur les massifs alentours avec trois mois plus tard un bilan certes fragile mais qui reste très positif avec déjà 7 sorties réalisées.

Nous avons étoilé nos virées autour de Moûtiers : d'Albertville à Aime en passant par Valmorel, Courchevel et Pralognan et nous avons touché 11 adhérents avec 26 participations.

Le constat, c'est d'avoir réussi à rassembler des vélos classiques et électriques dans des randos ambitieuses entre 1000 et

1300 mètres de dénivelée, un niveau technique 2 et 3 pour les descentes, des petites portions de poussage portage pour accéder à de beaux points de vue comme le petit Mont Blanc ou le Mont Jovet.

Bien motivé par ces sorties, une dernière sortie devait avoir lieu le 30 octobre mais ce satané COVID a encore fait des siennes et nous voilà encore une fois confinés. Pas facile cette année 2020.

L'émulation de notre petit groupe nous permet d'aller plus haut, plus fort et plus heureux aussi car c'est avant tout dans un esprit de convivialité et avec de bons moments de rigolade que nous profitons de nos virons en montagne !

À suivre.... Avec tout plein de projets de sorties, voir de séjours itinérants dès le printemps 2021.

Belle saison d'hiver sur les skis à tous.

Éric et Isa

Alors tu ressors ton vélo et tu nous rejoins au printemps ????

Les collectives

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

- Posséder la **licence CAF** 2020-2021 (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

PROGRAMME DES SORTIES RAQUETTES

Date	Description
Me 25/11	Sortie raquettes ou rando pédestre, à voir - Sylvie/JM
Me 2/12	Sortie raquettes ou rando pédestre, à voir
Sam 5/12	Journée recyclage sécurité neige pour les encadrants - Patrick Vahiné - 0685820821 - vahine.patrick@gmail.com
Me 9/12	Sortie raquettes ou rando pédestre, à voir
Me 16/12	Doucy - Annick
Me 23/12	Dôme de Vaugelas/Les Pars - Annick
Dim 3/01	Sortie journée sécurité pour tous, (il est fortement conseillé d'y participer) Yannick Gazengel - 06 42 58 08 91 - gazengel.yannick@orange.fr
Me 6/01	Sécurité neige à Naves - Tous
Me 13/01	Dos de Crêt Voland - Annick
Me 20/01	Mont des Archets - JM
Me 27/01	Pleine lune aux logis des Fées - Annick/JM
Me 27/01	Roche Plane/Des Maisonnettes - JM
Me 3/02	Montagne de Sulens - Annick/Sylvie
Me 10/02	Mont de la Guerre par Tincave - Annick
D 14/02	Crève-Tête - TN - 900m - Philippe Poupart - 06 21 98 42 19 - philippe.poupart73790@gmail.com
Me 17/02	Bec Rouge - JM
Me 24/02	Roche Pastire - Annick
Me 3/03	Refuge de Presset - Annick
Me 10/03	Col du Loup - Annick
Me 17/03	Hauteluze, col de la cycle - Annick/JM
D 21/03	Lauzière- TN - 800m - Philippe Poupart - 06 21 98 42 19 - philippe.poupart73790@gmail.com
Me 24/03	Quermoz / Hautecour, Naves ou Montgirod - JM
Me 31/03	Pointe de la Fenêtre/Châtelard - JM
D 4/04	Champagny- Le - Haut - TN - 600 à 800m - Philippe Poupart - 06 21 98 42 19 philippe.poupart73790@gmail.com
Me 7/04	À voir
S 10 et D 11/04	La Rechasse, nuit au refuge de la Vanoise - TN - 1000m - Philippe Poupart - 06 21 98 42 19 - philippe.poupart73790@gmail.com
Me 14/04	Col de la Vanoise/Pralognon/remontées - Annick

PROGRAMME DES SORTIES SKI DE RANDO

Date	Description
S 5/12	Journée recyclage sécurité neige pour les encadrants - Patrick Vahiné - 0685820821 - vahine.patrick@gmail.com
D 13/12	Depuis Grand Naves remise en jambes - TN - 800 à 1000 m - Yannick Gazengel 06 42 58 08 91 - gazengel.yannick@orange.fr
D 20/12	Dôme de Vaugelaz de 2 217 m) - TN - 800 m - Max Bal - 04 79 09 72 11
D 27/12	Le Clapet (2 615 m) - Le Mont - TN - 1000 m - Christian Saussey - 06 41 26 57 50 - christian.saussey@orange.fr

Date	Description
D 3/01	Sortie Journée sécurité pour tous (il est fortement conseillé d'y participer) - TN Yannick Gazengel - 06 42 58 08 91 - gazengel.yannick@orange.fr
S 9/01	Perfectionnement ski de descente - 2ème étoile - Sortie avec l'école de ski à la demi-journée de 12h30 à 17h30 Patrick Vahiné - 0685820821 - vahine.patrick@gmail.com
D 10/01	Massif des Bauges, selon enneigement - TN - 1000 m - Yannick Gazengel - 06 42 58 08 91 - gazengel.yannick@orange.fr
S 16/01	Perfectionnement ski de descente - 2ème étoile - Sortie avec l'école de ski à la demi-journée de 12h30 à 17h30 Patrick Vahiné - 0685820821 - vahine.patrick@gmail.com
D 17/01	Pointe du Col (2319 m) depuis La Charvaz selon condition passage par la Roche de Janatan et les crêtes - TN - 1100 m Théophile Freund - 06 48 91 67 80 - theophile.fre@gmail.com
D 17/01	Groupe Traceurs - à définir - TBS - 1400 m - jean-Pascal Loriaux - 06 83 28 85 78 - jeanpascalloriaux@yahoo.fr
Me 20/01	La Petite Sambuy (2107 m) - Seythenex - TBS -1000 m - Philippe Poupart - 06 21 98 42 19 - phippe.poupart73790@gmail.com
S 23/01	Perfectionnement ski de descente - 2ème étoile - Sortie avec l'école de ski à la demi-journée de 12h30 à 17h30 Patrick Vahiné - 0685820821 - vahine.patrick@gmail.com
D 24/01	Dzonfié (2475 m) - TN - 1100 m - Max Bal - 04 79 09 72 11
S 30/01	Perfectionnement ski de descente - 2ème étoile - Sortie avec l'école de ski à la demi-journée de 12h30 à 17h30 Patrick Vahiné - 0685820821 - vahine.patrick@gmail.com
D 31/01	Mont Jovet - ND du Pré - TN - 1300 m - Philippe Poupart - 06 21 98 42 19 - phippe.poupart73790@gmail.com
S 6/02	Perfectionnement ski de descente - 2ème étoile - Sortie avec l'école de ski à la demi-journée de 12h30 à 17h30 Patrick Vahiné - 0685820821 - vahine.patrick@gmail.com
D 7/02	Rochers des Enclaves (2465 m) depuis station du Val Joly Hauteluce - SM - 1200 m Yannick Gazengel - 06 42 58 08 91 - gazengel.yannick@orange.fr
Me 10/02	Pointe de la Grande Journée - BS - 1300 m - Philippe Poupart - 06 21 98 42 19 - phippe.poupart73790@gmail.com
S 13/02	Perfectionnement ski de descente - 2ème étoile - Sortie avec l'école de ski à la demi-journée de 12h30 à 17h30 Patrick Vahiné - 0685820821 - vahine.patrick@gmail.com
D 14/02	Sur la trace de l'autonomie - 800 à 1000 m - SM - lieu à définir - Patrick Vahiné - 0685820821 - vahine.patrick@gmail.com
D 14/02	En direction du refuge du Ruitor, au départ de la Masure - BS - 800 m - Bruno Villard - 06 26 60 64 31
D 14/02	Groupe traceurs - à définir - TBS - 1800 m - jean-Pascal Loriaux - 06 83 28 85 78 - jeanpascalloriaux@yahoo.fr
S 20/02	Perfectionnement ski de descente - 2ème étoile - Sortie avec l'école de ski à la demi-journée de 12h30 à 17h30 Patrick Vahiné - 0685820821 - vahine.patrick@gmail.com
D 21 /02	Crête du Boullissoir depuis Grand Naves - TN - 1000 m - Théophile Freund - 06 48 91 67 80 - theophile.fre@gmail.com
D 28/02	Pic du Rognolet (2659 m) - Celliers - TN - 1300 m - Philippe Poupart - 06 21 98 42 19 - phippe.poupart73790@gmail.com
S 6/03	Perfectionnement ski de rando - 2ème étoile - 600 à 800 m - Sortie avec l'école de ski à la journée de 8h30 à 17h30 Patrick Vahiné - 0685820821 - vahine.patrick@gmail.com
D 7/03	Pointe de Combe Noire depuis La Flachère - TN - 1000 m - Théophile Freund - 06 48 91 67 80 - theophile.fre@gmail.com
D 7/03	Groupe traceurs - à définir - TBS - 2000 m - jean-Pascal Loriaux - 06 83 28 85 78 - jeanpascalloriaux@yahoo.fr
L 8 au D 14/03	Raid Larche - Briançon - TBS - 6700 m - maxi 8 personnes date limite d'inscription 14 février Patrick Vahiné - 0685820821 - vahine.patrick@gmail.com
D 14/03	Crêt du Rey (2628 m) depuis Granier - BS - 1100 m - Yannick Gazengel - 06 42 58 08 91 - gazengel.yannick@orange.fr
S 20/03	Perfectionnement ski de rando - 2ème étoile - 600 à 800 m - Sortie avec l'école de ski à la journée de 8h30 à 17h30 Patrick Vahiné - 0685820821 - vahine.patrick@gmail.com
D 21/03	Sur la trace de l'autonomie - 800 à 1000 m - SM - lieu à définir - Patrick Vahiné - 0685820821 - vahine.patrick@gmail.com
D 21/03	Combe Bénite (2575 m) - Granier - TN - 1200 m - Jacques Vibert - 06 14 28 89 72 - jacquesvibert@sfr.fr
S 27/03	Perfectionnement ski de rando - 2ème étoile - 600 à 800 m - Sortie avec l'école de ski à la journée de 8h30 à 17h30 Patrick Vahiné - 0685820821 - vahine.patrick@gmail.com
D 28/03	Les Bellevilles - TN - 1000 m - Max Bal - 04 79 09 72 11
D 4/04	Le Picheru (2953 m) - Le Villaret du Nial - BS - 1050 m - Christian Saussey - 06 41 26 57 50 - christian.saussey@orange.fr
L 5/04	Col de la Charbonnière (2494 m) - TN - 1100 m - Jacques Vibert - 06 14 28 89 72 - jacquesvibert@sfr.fr
Me 7/04	Miravidi (3006 m) - Versoye - BS - 1700 m - Philippe Poupart - 06 21 98 42 19 - phippe.poupart73790@gmail.com
L 10 au Ma 13/04	Départ Val d'Isère - 1 jour au ref. de la Leisse, 2 jours ref. de la Femma - TBSA - maxi 10 personnes date limite d'inscription 15 mars Yannick Gazengel - 06 42 58 08 91 - gazengel.yannick@orange.fr
D 18/04	Sur la trace de l'autonomie - 800 à 1000 m - SM - lieu à définir - Patrick Vahiné - 0685820821 - vahine.patrick@gmail.com
D 18/04	Creux Noir (3153 m) - Pralognan - TBS - 1500 m - Yannick Gazengel - 06 42 58 08 91 - gazengel.yannick@orange.fr
S 24 et D 25/04	Nuit au refuge de la Glière - BS - 1000 m - Théophile Freund - 06 48 91 67 80 - theophile.fre@gmail.com
D 25/04	Haute Tarentaise - BS - 1000 m - Max Bal - 04 79 09 72 11
S 1 et D 2/05	Ref. du Plan des Gouilles (2350 m), Grand Bec (3398 m) - TBS - 1100 m Yannick Gazengel - 06 42 58 08 91 - gazengel.yannick@orange.fr
S 8 et D 9/05	Sur la trace de l'autonomie - nuit en ref. - 800 à 1000 m - SM - lieu à définir - Patrick Vahiné - 0685820821 - vahine.patrick@gmail.com
J 13 au D 16/05	4 jours en Tarentaise entre France et Italie - TBSA - maxi 8 personnes, date limite d'inscription 13 mars Patrick Vahiné - 0685820821 - vahine.patrick@gmail.com
D 23/05	Vanoise - BS - Max Bal - 04 79 09 72 11
D 6/06	Pecllet (3561 m) par col de Thorens - TBSA - 1200 m - Patrick Vahiné - 0685820821 - vahine.patrick@gmail.com

Un accident sur une route savoyarde

Sur son tracteur Victor est parti faner là-bas, derrière le mollard. Une bien longue route pour lui qui va toujours tû plan. Perché là-haut on a toujours l'impression qu'il fait la potte. Mais non, c'est seulement un cacaniolet qui rêve ou pense à ses agacins. Il est tellement ailleurs sur la route étroite qu'il se déporte sur sa gauche et va emplâtrer la belle voiture qui le croissait.

Et le voilà qui se met à piouler, à ratasser, comme un qui yoyotterait après ce monchu qu'il n'a jamais vu.

Pouvez-pas faire attention qu'il crie tout en éjarattant! Et le voilà qui avouane le pauvre vacancier qui ne parvient pas à placer un mot.

Sauf qu'à un moment il se met à hurler le monchu.

- Mais c'est vous qui êtes complètement à gauche! Vous n'avez pas appris le code de la route? Savez pas qu'il faut rouler à droite? Et pendant cinq minutes au moins il te va l'arsouiller avec des mots que le pauvre autochtone ne comprend pas toujours.

A le voir le Victor, on croirait un bobet. Il est là tête baissée, regardant son tracteur qui ne semble pas avoir souffert du choc. C'est déjà ça!

Mais arrêtez donc d'éjaratter. Vous êtes là tout épouaillé et votre voiture n'a quasiment rien! C'est vrai qu'à part la vitre du phare, il n'y a pas d'autre dégât.

Bon, on va pas faire le tata-cul de-polaille! C'est pas grand chose et j'ai un frère garagiste qui va réparer ça en moins de deux! Allez, on va pas rester là, on finirait par avoir le tozon!

Oui, mais il faut d'abord bouger les engins, c'est un vrai ch'ni ici! En- suite on ira boire un verre, j'ai dépassé il y a peu le bistrot. C'est pas que je suis un bagolu, mais quand même après une émotion pareille, il faut un remontant!

Cinq minutes après, les véhicules bien rangés sur le bord du chemin, les voilà partis au bistrot. Finie l'avouanée, ils discutent gentiment.

Où tu allais toi? Moi j'allais faner derrière le Mollard.

Là où il y a la balme?

Oui, mes champs c'est juste au-dessus.

Ils marchent quelques pas puis Victor reprend :

Tu verras, la Germaine, celle qui sert au bistrot, c'est une vraie barjaque.

Au bistrot, qui n'est pas beaucoup plus grand qu'un cabiolon, il n'y a pas que la Germaine pour les accueillir. Il y a aussi le Séraphin. Un vrai bamboué celui-là qui use le comptoir à force de l'astiquer avec ses coudes.

Et bientôt il part dans des histoires sans nom, pleines de beuferies, qui seraient arrivées à lui ou à d'autres du village. Il est aussi question d'une chèvre d'or qui serait au fond de la balme et que personne n'aurait réussi à trouver.

Victor laisse dire, opine du bonnet, regardant du coin de l'oeil le monchu qui avale

tout, en redemande, est bientôt prêt à partir en expédition.

Oui mais il faudra passer le nant lance Séraphin à Victor. Tu apporteras bien deux planches?

Cela sonne comme une connivence entre les deux loustics, un langage à eux, dont le monchu ne s'aperçoit pas.

Bientôt la décision est prise. On ira la chercher la chèvre d'or. Mais il faut encore arranger les détails de l'expédition.

Allez la Germaine, prépare nous donc des diots avec des crozets. Et puis tu ajouteras bien un reblochon!

En attendant ils boivent l'apéro comme trois compères, et pas un fion ne sort de leurs bouches. Le monchu s'enjoque bien un peu avec des crozets, mais il est si content à l'idée de partir à l'aventure avec les deux autres!

Après avoir bien fait la rioule, ils se séparent et rendez-vous est pris pour le lendemain soir, à minuit, au lieu de l'accrochage.

Le monchu repart, en titubant un peu et dès que sa voiture s'éloigne, voilà les deux autres qui éclatent de rire, un rire qui ne s'arrête pas, un rire à vous faire sortir les gobilles de la tête. Ah! Plus question de moinner maintenant! Non, ils sont tout à leur farce en imaginant ce pauvre monchu, à qui ils n'ont même pas dit arvi, qui va creuler la nuit prochaine en les attendant!

Il pourra toujours compter les étoiles dit Victor. Cela lui passera le temps!

Guy Dumélie
28/08/2020

LEXIQUE

une ABADÉE = une sévère remontrance.

un AGACIN = un cor au pied, un durillon.

ARSOUIILLER = mal recevoir, ou reprendre durement quelqu'un.

ARVI ou A'RVIP A = au revoir.

AVOUANER = gronder avec vigueur, accabler de reproches, secouer.

un BAGOLU = un ivrogne, dissipateur, farfelu.

la BALME = une grotte.

un BAMBOUÉ = un fanfaron bruyant ou pauvre type raté.

une BARJAQUE = une femme très bavarde.

une BEUFERIE = une grossièreté.

un BOBET = un simple d'esprit.

un BRAFAGOILLE = celui qui brasse dans les flaques : un bon à rien.

un CABIOLON = une petite pièce sombre, cagibi, débarras.

un CACANIOLET = un homme maniaque, tatillon, lent, mou.

CHARCLER = tailler dans le vif.

CREULER = trembler, grelotter de froid ou de peur.

un CH'NI = un endroit en désordre.

le COUËCLE = un couvercle (de marmite).

un COURATIER = un homme qui court les femmes.

les CROZETS = petites pâtes carrées, souvent au sarrasin

CUPESSER = culbuter, tomber.

DÉBAROULER = chuter, arriver vite.

ÉJARATTER = remuer frénétiquement bras et jambes

s'ÉMOURGER = se remuer, bouger.

EMPLATRER = entrer en collision.

s'ENJOQUER = s'étouffer avec des aliments bourratifs.

ÉPOULAILLÉ = être effrayé, ébouriffé.

FAIRE LA POTTE = bouder.

un FION = un mot blessant, un pique, moquerie.

la FRUITIÈRE = la coopérative laitière.

la GNIA = une troupe, une nichée, une famille nombreuse.

les GOBILLES = les yeux.

une GOUAPPE = un pilier de bar, buveur.

GROMAILLER = casser des noix pour les manger ou en faire de l'huile.

un MAZOT = un petit chalet où l'on stockait les choses à préserver

MOINNER = ronchonner, geindre, se plaindre.

le MOLLARD = une colline.

un MONCHU = un monsieur, un parisien ou un

touriste.

un NANT = un torrent, un ruisseau.

avoir la NIARD = être de mauvaise humeur.

des NIÔLLES = des nuages.

la OUAFFE = une neige fondante.

PATROUILLER = tripoter.

une PÉTOLE = une petite crotte, petite chose, ou familièrement un petit enfant.

la PIAUTE = la jambe.

PIOULER = crier (ou parler) d'une voix aiguë.

RATASSER = farfouiller ou se répéter.

REBLOCHON = fromage savoyard fait avec le lait gras de la deuxième traite.

Faire la RIOULE = faire la fête hors de chez soi.

SACOGNER = secouer brutalement.

un TABANNÉ = un individu un peu fou et parfois dangereux.

un TÂTA-CUL DE POLAILLE = une personne trop tatillonne et pénible.

aller TÔ PLAN = marcher tout doucement, tranquillement.

avoir le TOZON = avoir le cafard ou ivre.

YOYOTTER = perdre la raison.

**Pointe de la Combe Neuve, Roc de l'Enfer
Dimanche 23 Février 2020**

Deuxième sortie avec le groupe Traceur, pas de dénivelé annoncé, un départ probablement à pied faute de neige, une journée « caniculaire », et j'ai mal dormi... Aïe. Je sens venir la journée difficile.

Nous sommes partis à six : Jean-Pascal, Maxime, Christian, Jean-Yves, Julien et Julien (moi-même). Nous posons la voiture aux Échine Dessus (1320m) vers 8h15 et on se met en route. A notre grande surprise, il reste un peu de neige sur la route qui constitue la première partie de notre itinéraire. Première désillusion. Après seulement 15 minutes, la neige se tarit alors qu'on arrive plein Sud.

Dépit, je mets les skis sur l'épaule et on se met à monter tout droit dans l'alpage. Pendant 30 minutes et plus de 200 mètres de dénivelé nous grimpons dans les prés sans voir la moindre plaque blanche.

C'est finalement vers 1750m que nous pouvons enfin chausser. Il n'est même pas 9h30 et je croule déjà sous le soleil de plomb. Les premiers pas à ski tirent sur les jambes. On n'a rien fait et l'effort m'est difficile. Qu'est-ce que je fais là ? Pourquoi se faire du mal comme ça ? Aller, je me fais violence, c'est un jour « sans ». Ça arrive. On éteint le cerveau et on met un pied devant l'autre.

On passe le Fort 2000. Je me fais déjà distancer alors qu'on se dirige vers le Col de la Forclaz (2350m). Il y a de la distance, ce qui lisse le dénivelé... mais il est bien présent. Arrivés au col, il nous faut descendre 50 mètres. La neige est bonne et l'air de la glisse rafraîchit... très brièvement.

Nous repartons. Le vent se lève doucement sur ce long plat qui n'en finit pas de monter. Le soleil qui tape et la température qui chute (enfin !) étourdissent. On remet quelques couches pour se protéger du vent maintenant cinglant. Il fait froid, la faim commence à se manifester également. Un léger tournis et la neige qui colle aux peaux s'ajoutent à la liste des difficultés.

En tapant les skis tous les deux pas, nous arrivons à l'ancien sémaphore (2750m). Il nous annonce que nous entamons l'ascension de la Pointe par son arête Nord. Sous les spatules, la neige s'affaisse tellement qu'on est presque heureux de trouver des zones ventées, dures comme du béton. Encore 3 conversions et on met les skis sur le dos.

Maxime, qui nous a bien fait comprendre plus tôt ce matin qu'il ne déchaussait pas pour des choses comme... l'absence de neige par exemple, nous montre qu'il est



également prêt à en découdre avec brio sur du carrelage à 40 degrés. C'est finalement le vent qui aura le dernier mot en emportant un de ses bâton vers nous alors qu'il déchausse, 15 mètres plus haut, sur la crête en plein courant d'air.

Nous le rejoignons sur la crête en question et nous en profitons pour chausser les crampons : la suite nous impose de sortir le matériel. Cependant, j'ai la tête ailleurs. Pour la première fois de la journée, mon cerveau se remet en marche. Quelque chose me distrait. Des traces de pas. Ce sont les miennes ! D'il y a 4 jours ! Après le Col de la Nova nous avons poussé un peu mais je ne pensais pas que nous étions allés si loin.

Étonnamment, cette petite découverte me redonne le moral. J'arrête de rêvasser, je suis fin prêt à attaquer l'arrête. Je regarde autour de moi, le vent souffle toujours, mais tout le monde à le sourire, tout le monde est prêt.

On attaque par quelques pas dans la neige dure, puis l'on s'enfonce jusqu'à la cuisse. Quelques pas de grimpe sur les rochers et on entame la traversée sous le sommet. Jean-Pascal fait la trace. La neige est profonde et elle s'affaisse, ne permettant pas de tasser de belles marches. On progresse comme on peut, nous sommes tous concentrés mais je ne peux m'empêcher de remarquer que l'ambiance de cette traversée est magique. On surplombe une forte pente immaculée qui s'élargit vers les berges du Lac Noir que l'on devine sous la neige. La souffrance du matin est définitivement passée, place à l'émerveillement.

Sortis de la face, le sommet est à 3 minutes. On s'arrête au plus haut, il n'y a pas un souffle. On profite de la vue à 360° sur la Vanoise, le Beaufortain, le Mont-Blanc et l'Italie. Le paradis est à 2960m, en plein soleil avec un sandwich jambon-fromage et un fond de Genépi.

Mais l'aventure ne s'arrête pas là ! Une fois rassasiés, nous chaussons les skis et descendons la combe du Roignais. La neige tombée il y a 5 jours est bien tassée et revenue en surface. Juste ce qu'il faut pour cet effet « moquette » agréable et joueur. Moi qui n'avais plus d'énergie 2h avant, je me surprends à sauter sur les reliefs. Nous sommes tous refaits !

Hélas, le périple n'est pas fini. Il faut remettre les peaux et remonter au col de la Leisette. Appréhension ? Même pas. Fatigue ? Un peu. Je monte dernier avec le soutien de Jean-Pascal, mais pas distancé cette fois. On pousse même au sommet du Roc de l'Enfer, totalisant plus de 2100m de dénivelé. Une première pour la moitié d'entre nous, et la promesse d'une bonne nuit de sommeil pour nous tous.

Le reste de la descente se fait avec le sourire. La neige est très bonne par endroit mais aussi très changeante... On retiendra que personne ne s'est blessé. Arrivés au Fort 2000, nous bifurquons à gauche de celui-ci pour terminer par un bref couloir pentu. On en profite pour observer une impressionnante coulée de fonte à côté de notre couloir. Pas étonnant vu les températures du jour.

Encore quelques centaines de mètres et faute de neige, nous finissons à pied, en courant à travers champs en chaussures de ski. L'image me fait sourire. Le dernier arrêt se fera au bachal des Échines pour nettoyer nos chaussures avant de reprendre la route, fatigué mais apaisé, les sens retournés par les éléments et par l'effort, et pressé d'une envie irrésistible de revenir s'en mettre plein les jambes et plein la vue avec les copains.

Photos de JP et Julien : <https://photos.app.goo.gl/Wf7yKuwP3VtxGjiC6>



**Au Vieux
Campeur**

www.auvieuxcampeur.fr



Carte Club
L'assurance de profiter
du meilleur du "Vieux"

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



AuVieuxCampeurSociete



auvieuxcampeur



@auvieuxcampeur



@AU_VieuxCampeur