

N° 75 Trimestriel : printemps 2017

CAF DE FOUGERES



Sortie au Saut-Roland : photo Jean-Michel

LE MOT DU PRESIDENT

Enfin, les beaux jours

Pour commencer, l'assemblée générale de notre fédération (FFCAM) s'est déroulée les 28 et 29 janvier à Lyon. Le nombre de licenciés (92487) est encore en augmentation cette année dont 4 % de jeunes de (– de 18 ans) en plus. 6637 personnes ont suivi une formation de notre fédération dont 1200 personnes brevetées. A l'issue de cette assemblée générale, un nouveau président a été élu (Nicolas Raynaud) en remplacement de Georges Elzière qui ne souhaitait pas se représenter à l'issue de cette olympiade (4ans).

Pour notre club, le moment fort de cette année est l'organisation du championnat régional de difficulté toutes catégories, des benjamins aux vétérans, les 13 et 14 mai à la salle de Dompierre.

Le démontage de toutes les prises du mur et de la salle de bloc s'effectuera le mercredi 3 mai de 18h30 à 22h. Toutes les prises seront nettoyées au Karcher le vendredi 5 par le « club » des jeunes adhérents (retraités) et personnes disponibles.

L'installation des tapis de protection de la salle et de la tribune s'effectuera le vendredi après-midi.

Les ouvriers de voies interviendront à partir du mardi matin 9 mai jusqu'au vendredi.

L'organisation de cette compète nécessitera l'investissement des adhérents et des parents des jeunes.

Différents postes seront à tenir :

- 2 personnes pour le parking le matin
- 6 personnes pour l'accueil et la confirmation des inscriptions
- une douzaine de personnes en relai pour tenir la buvette et la restauration
- 6 licenciés pour assurer les 1/2 finales et les finales le samedi et le dimanche (si possible différents)

Cette organisation va entraîner la suppression des cours des jeunes du vendredi soir les 5 et 12 mai. Ceux-ci pourront se joindre au cours du samedi matin aux Cotterêts le 6 mai de 10h à 11h30. Même chose dans la salle des Cotterêts pour les adultes le mercredi 10 mai de 20h à 22h.

Nous mettons à contribution les jeunes, les parents des jeunes et les licenciés pour nous préparer crêpes, gâteaux, etc.

Enfin, les belles journées de printemps et d'été vont nous permettre de regoûter au rocher.

N'attendez pas pour connaître les manœuvres (réchappes, relais) en falaise sur les couennes ou les grandes longueurs. Prévoyez quelques matériels (longe, machard), nous pourrons vous former en salle. Pour les sorties adultes, s'inscrire sur la page facebook : voir article journal n°74.

Bonne grimpe

Michel DELATOUCHE

Infos en vrac

- La salle de Dompierre ferme le samedi à partir du 06 mai.
- En mai et juin, grimpe en falaise le samedi après-midi. La salle ne sera ouverte qu'en cas de mauvais temps.
- L'encadrement du mercredi soir se fera uniquement à l'extérieur en juin. La salle sera donc fermée à 20h30 après le départ de Laurent (sauf repli intempéries).
- Le vendredi soir, l'encadrement des adultes est maintenu en salle. Les confirmés peuvent aller grimper dehors s'ils le veulent.

SECTION ESCALADE

Entraînements en salle pour les jeunes

✓ ***Le samedi matin de 10h00 à 11h30 aux Cotterêts et 1 fois / mois à Dompierre***

Gérard De, Jean-Yves, Rachel Mo et un ou deux jeunes assurent l'encadrement.

✓ ***le mardi soir de 18h00 à 20h00 aux Cotterêts***

Pour la préparation aux compétitions, deux encadrants près des voies : Michel et Gérard Du.

✓ ***le vendredi soir de 18h00 à 21h00 à Dompierre***

- débutants : de 18h00 à 19h30 avec Gérard Du ou un initiateur.
- confirmés et compétiteurs : de 19h30 à 21h00 avec Laurent.

Entraînements en salle pour les adultes

Pour se maintenir en forme et pour profiter des sorties en falaise du samedi, rien ne vaut un peu d'échauffement sur les verticales et dévers du mur de la salle de Dompierre. Le mur est ouvert :

- ✓ ***Le mercredi de 19h30 à 22h00*** (séance encadrée) ou de 18h30 à 21h00 pour les confirmés qui le souhaitent
- ✓ ***Le vendredi soir de 20h00 à 22h30*** (séance encadrée)
- ✓ ***Le samedi après-midi de 15h00 à 18h00*** (séance non encadrée) du 1^{er} octobre au 30 avril.

L'organisation est la suivante : 2 ou 3 responsables sont désignés pour une semaine complète. A tour de rôle, chaque responsable assure l'ouverture et la fermeture de la salle pour les 3 séances, ainsi que l'encadrement le mercredi et le vendredi soir auprès des adultes selon les besoins.

Salle de Dompierre			
<i>Responsables</i>	<i>1^{ère} semaine – du... au...</i>	<i>2^{ème} semaine – du... au...</i>	<i>3^{ème} semaine – du... au...</i>
Rachel Mo. Gérard De. Jean-Yves	N°14 du 03 au 08/04	N°20 du 15 au 20/05	N°26 du 26/06 au 01/07
Gérard Du Pierre	N°15 du 10 au 15/04	N°21 du 22 au 27/05	N°36 du 04 au 09/09
Michel Nicolas	N°16 du 17 au 22/04	N°22 du 29/05 au 03/06	N°37 du 11 au 16/09
Jacky Maurice	N°17 du 24 au 29/04	N°23 du 05 au 10/06	N°38 du 18 au 23/09
Pascal Jean-Michel	N°18 du 01 au 06/05	N°24 du 12 au 17/06	N°39 du 25 au 30/09
Rachel Christophe	N°19 du 08 au 13/05	N°25 du 19 au 24/06	N°40 du 02 au 07/10

Sorties en falaise du samedi

Le départ a lieu Place de la République à 13h30, sauf pour les falaises plus éloignées.

Etre à l'heure pour le départ (avant l'heure, ce n'est pas encore l'heure). En cas de mauvais temps, le programme peut changer : la décision se prend à l'heure du RDV et dans ce cas, la séance peut être reportée au samedi suivant ou bien être annulée.

Remarque : les sorties jeunes sont également ouvertes aux adultes qui doivent prévoir d'emmener le matériel qui leur est dédié.

Des sorties supplémentaires pour les adultes intéressés peuvent se programmer à la salle le mercredi ou le vendredi soir ou encore via facebook « c'est où qu'on grimpe ? » (voir en dernière page).

Samedi falaise			
Dates	Participants	Lieu	Responsables
20 mai	jeunes stage montagne	Ile-aux-Pies (journée entière)	1 ou 2 initiateurs
10 juin	jeunes stage montagne	Clécy (journée entière)	1 ou 2 initiateurs
17 juin	jeunes	Saint-Baudelle	initiateurs et adultes

Participation aux frais de déplacements (adultes)

Pour les déplacements sur les sites d'escalade, voici les tarifs proposés si vous voulez participer aux frais de déplacement du véhicule :

CLECY	3,0€	MONT DOL	1,5€
FOSSE ARTHOUR	2,0€	MORTAIN	1,5€
ILES AUX PIES	2,5€	RENNES	1,5€
MEZIERES	1,0€	SAULGES	2,0€

Résultats des compétitions

Open départemental de difficulté les 10 et 11/12/2016 à Coesmes :

Environ 60 sportifs dans la catégorie jeunes y ont participé. Le club alpin fougerais était représenté par 6 jeunes qui ont obtenu un podium dont une première place pour Julien Guillaume. Résultats :

Minimes filles : Emeline Gullient 8^{ème}
 Camille Bossé 10^{ème}

Minimes garçons : Titouan Boucher 6^{ème}
 Mathis Michel 10^{ème}

Juniors hommes : Julien Guillaume 1^{er}
 Stanislas Pelé 4^{ème}



Open national de bloc les 17 et 18/12/2016 à Mayenne :

Ce week-end, s'est déroulé la plus grosse compétition jamais organisée au nord des Pays de la Loire à Mayenne. 517 sportifs dans les catégories jeunes, seniors et vétérans y ont participé. Le club alpin fougerais était représenté par 3 jeunes et 2 seniors. Résultats :

Juniors hommes : Julien Guillaume 1^{er}
 Quentin Hanry 5^{ème}
 Allan Bouffort 16^{ème}

Seniors hommes : Côte Schnebelin 4^{ème}
 Guillaume Roussel 72^{ème}



Championnat régional de bloc les 28 et 29/01/2017 à Plougoumelen (56) :

Ce week-end, s'est déroulé le championnat de Bretagne de bloc escalade à Plougoumelen près de Vannes. 177 sportifs y participaient sur 2 jours. Le club alpin fougèrais était représenté par 10 jeunes et 1 senior. 2 titres de champion ont été remportés par le CAF de Fougères ainsi qu'une place de vice-champion. Julien Guillaume fut 1^{er} chez les juniors le samedi. Le dimanche, Côme Schnebelin fut également 1^{er} et Julien Guillaume 2^{ème} dans la catégorie des seniors. Tous les deux sont qualifiés pour le France dans les 2 catégories pour Julien.

Résultats :

Minimes filles : Emeline Gullient 15^{ème}
Camille Bossé 20^{ème}

Minimes garçons : Titouan Boucher 7^{ème}
Mathis Michel 11^{ème}

Cadets : Kilian Chopin 13^{ème}
Antoine Henri 17^{ème}

Juniors hommes : Julien Guillaume 1^{er}
Quentin Hanry 5^{ème}
Stanislas Pelé 8^{ème}
Allan Bouffort 9^{ème}

Seniors hommes : Côme Schnebelin 1^{er}



Championnat de France de bloc les 25 et 26/02/2017 à Brest :

360 sportifs ont participé à cette manifestation. Le club alpin fougerais y était représenté par un seul junior, Julien Guillaume qui réussit 6 blocs sur 8 comme 2 finalistes, ce qui le positionne à la 10^{ème} place. Un score très serré où seul le nombre d'essais les a départagés.



Championnat de France de bloc seniors les 04 et 05/03/2017 à la Baconnière (53) :

89 sportifs de toute la France chez les hommes et 80 chez les dames étaient présents. Le club alpin fougerais était représenté par 2 séniors hommes. Côme Schnebelin y signe sa meilleure performance en passant en demi-finale à la 16^{ème} place. Quant à Julien Guillaume, il se classe 57^{ème}, ce qui est bien pour une première chez les seniors.

Laurent

Compétition des plus jeunes à Saint-Malo

Le samedi 11 mars, je me suis déplacé à Saint-Malo avec 10 jeunes du Club pour une compétition d'escalade découverte.

J'étais accompagné de Mélanie, Eloïse B., Loanne, Eloïse A., Lillie-Rose, Romane, Virgil, Aïdan, Julien et Lilio. Pour 6 d'entre eux, c'était le Baptême.

Le matin, il y avait une dizaine de voies à réaliser en moulinette. Le décompte se faisait sur le Top (pour arriver en haut).

Ensuite, en début d'après-midi, une série de cinq blocs était également au programme.

A l'issue de ces deux programmes, un classement a été fait et 7 jeunes ont atteint les finales.

Nous avons obtenu 3 podiums.

Mélanie : 3^{ème} en poussine

Virgil : 2^{ème} en poussin

Julien : 3^{ème} en benjamin

C'était une journée très agréable où les jeunes se sont très bien investis.

Merci aux parents accompagnateurs pour leur participation en tant que jury.





<http://caffougeres.ffcam.fr/>



fime

fédération
française
de la montagne
et de l'escalade

DOMPIERRE DU CHEMIN

Championnat de Bretagne

D'escalade de difficulté

Toutes catégories



12-11 Mai 2017

Entrée libre

Salle intercommunale de

Luitré-Dompierre

Rue du stade à Dompierre-du-Chemin







Gérard Delatouche

Inter-CAF de Liffre

Le 4 Février, le Club d'escalade de Liffre organisait dans leur salle, une rencontre Inter-caf d'Ille et Vilaine.

20 jeunes du Club ont participé en matinée à cette animation amicale.

Le fait de participer à ces rencontres, permet de voir d'autres structures et de côtoyer d'autres grimpeurs.

Merci pour votre participation.



Gérard De

COGNE ou L'ÂGE DE GLACE III

Non ce n'est pas un nouveau film d'animation de la 20th Century Fox mais bel et bien une production du Club Alpin Français de Fougères (Studio Jean-Mich-Much Prod) !

Synopsis :

Après 2 années consécutives passées avec Sergio (CAF de Brest) à parcourir les cascades de glace dans la vallée de Cogne dans le Val d'Aoste en Italie Jean-Mich décide de faire découvrir cette activité à un membre du club ! Mais qui sera l'heureux élu ? Après une recherche qui dura environ 3 secondes et demi, c'est décidé il partira avec Jérôme.

Cette fois-ci ils iront en France dans le vallon du Fournel. Mais après de nombreux échanges avec Dod (Lionel Daudet) et des acteurs locaux, il ne fait pas bon se rendre à l'Argentièr-La-Bessée en ce moment. Les cascades qui étaient en conditions ne le sont plus, il a neigé, les risques d'avalanches sont trop importants ... Jérôme est dépité, lui qui a investi lourdement dans un topo des cascades locales espère bien se faire rembourser par le club qui n'est pas du tout responsable de la météo locale

... Jean-Mich de son côté propose de retourner à Cogne en Italie où les conditions sont souvent bonnes ... lui de son côté a investi modestement dans une nouvelle paire de piolets qu'il souhaite absolument tester cette année ... même si pour cela il lui faut supporter le goût et l'odeur de la polenta tous les jours !

La cascade de Glace :

Activité de montagne qui consiste à grimper le long de véritables cascades, là où il y a tout plein d'eau qui coule en été, sauf que là elles sont gelées ... on progresse avec piolets traction dans les mains, des crampons aux pieds et on s'assure avec des broches à glace.

L'engagement :

Plus tu mets de broches dans une longueur, moins il t'en reste pour aller au relais, à moins de prendre 15 tonnes de matos sur soi et plus tu te fatigues les bras.

Moins tu mets de broches dans une longueur et plus il t'en restera pour aller au relai mais plus tu risques de tomber, mais moins tu te fatigues les bras.

Alors un bon conseil, plus vous réfléchissez plus vous vous emmerdez ... en cascade on laisse ses neurones au placard et on avance !

Les difficultés :

Le principe est comme en escalade, sauf qu'ici les cotations vont du 2 au 7, avec des + en intermédiaire. On pourra dire qu'un 3 est une belle pente à 70% où on en prend plein les mollets et un 5 une cascade verticale avec des parties déversantes ... où là on en prend plein les bras

L'histoire :

Arrivé au Belvédère nous sommes accueillis par la « Mamma » avec un chocolat chaud et une part de gâteau, bon moi de mon côté j'aurai préféré une bière, mais que voulez-vous, s'il faut revenir une quatrième année consécutive pour qu'elle comprenne enfin que je préfère la bière au chocolat, là aussi je suis prêt à laisser mes neurones de côté

J1 – Pattinaggio Artistico : Je traduits pour ceux qui ne connaisse pas l'Italien ... en clair si tu tombes tu glisses ! Cascade de grade 3 très esthétique pour se mettre dans le bain ... glacé :

L1 – Longueur facile à 60/70° qui permet de bien reprendre ses repères

L2 – Avec un mur court mais raide à 80/85° (d'inclinaison, pas Celcius, sinon la glace elle fond) ... là Jérôme se rend compte qu'il faut quand même tirer sur les bras !

L3 – Longueur facile

L4 – Première longueur en tête de Jérôme avec un passage à 70/75°

L5 – Une longueur très sauvage avec quelques passages raides mais courts

J2 – L'Acheronte : Une longue marche d'approche pour arriver au pied d'une très belle ligne de 400 mètres de dénivelé dans un style goulotte. Une première longueur un peu raide, mais la suite est plutôt cool et un joli passage de mixte que Jérôme fera en tête ... « même pas peur » ça y est je crois qu'il a pigé le truc en laissant lui aussi ses neurones au placard

J2 – Patri : Retour dans une vieille connaissance, une très jolie cascade emblématique avec des sorties en 4 ou 5 selon le choix ... on ne fera que le départ car le soleil est de la partie et il tape dur sur la glace. Bon je l'avoue, on

a gardé quelques neurones de sécurité quand-même. Très bel exercice pour la suite du programme.

J3 – E Tutto Relativo : Là aussi je vais vous traduire l'Italien, si tu lâches, tu chutes ... c'est ce qui est arrivé à une cordée 48h après notre passage !

Une superbe ligne en grade 4 avec un cigare de 20 mètres en 4+

Le départ de celui-ci est une glace de type sorbet, où le piolet plante très bien, trop bien même si bien que la pose de broches n'est qu'illusoire ... je suis en tête dans ce chantier où quand tu t'es engagé la seule issue est par le haut ... il y a bien une autre solution dans l'autre sens mais bon y en a qui ont essayé ... et ils ont eu des problèmes (48h plus tard)

Le problème est que j'ai gardé un seul neurone avec moi, un tout petit, mais qui me fait dire par une voie intérieure qui s'extériorise vite d'ailleurs : « mais qu'est-ce que tu fous là Jean-Mich ! ». Je m'empare de ce neurone perturbateur le jette par-dessus bord, le laissant sûrement à ceux qui passeront 48h plus tard ... et je continue ma progression ... arrivé à mi longueur je pose enfin ma première broche sérieuse, celle où tu te dis, maintenant je peux tomber mais je n'ai pas envie !

Jérôme passera en second dans cette longueur clé et vu la tête de l'artiste à la sortie je me dis que lui aussi avait sûrement gardé quelques neurones sur lui.

J4 – Mondey Money : Un jeudi et pas un sou en poche, c'était le risque à prendre !

Pour ceux qu'on pas pigé ma blague pourrie, c'était pas en Italien cette fois-ci. La grosse journée de la semaine commence par une interminable marche d'approche suivie par une put... de pente de neige.

Jusqu'ici on était les rois du monde dans nos cascades car toujours les premiers arrivés, mais là 3 cordées nous précèdent ... ça va bastonner dur ! Non, non, on ne va pas se battre avec eux, mais gare aux chutes de glace ...

L1, je me lance dans une longueur qui débute par un placage assez fin suivit d'un ressaut assez raide ... on est dans un joli grade 4 avec beaucoup de grésillement qui nous tombe sur la tronche ... ambiance Ben Nevis, quel pied j'adore !

L2 un peu moins dure mais avec une sortie sur un placage délicat (pour info un placage est une fine couche de glace qui recouvre un rocher, on ne peut pas y planter un piolet, mais juste s'agripper dessus, excitant non ?).

L3, belle et très longue section raide, un bon grade 4 sans point de repos ... ayant laissé cette fois-ci toutes mes neurones en bas, je progresse bien, m'économise en broches, et puis là c'est le drame

Vous avez vu ce suspens !

Je reprends l'histoire ... impossible d'avancer, ma corde me tire en arrière et ma dernière broche est assez loin en dessous ... je sors un neurone de secours dans ma poche pour comprendre la situation : C'est la première cordée qui redescend en rappel et qui s'est pris les pieds dans notre rappel ... bon j'ai failli me taper une bonne chute mais je remets mon neurone dans ma poche pose une broche et c'est reparti

L4 c'est pour Jérôme qui nous termine cette très belle ascension

Bilan de la journée : On a perdu un réverso, failli perdre une broche, je me suis pris un pavé de glace sur la troche ... mais qu'est-ce qu'on est bien ici !

J5 – Lillaz Gully : Dernière journée et sixième cascade de la semaine « ma che bella cascata ! » ne cherchez pas c'est de l'italien et ça veut dire qu'on a passé une très bonne journée.

Petite marche d'approche, mais très longue pente pour atteindre le pied de la voie

L1, passage un peu raide mais bien marqué

L2 & L2, pentes de neige faciles

L4, une succession de ressauts raides

L5, Jérôme se lance en tête dans cette belle longueur en tête avec de jolis passages raides et techniques ... hé hé, ça y est, il est dedans le bougre !

L6, c'est le passage clé de la cascade avec un passage de Mixte en M4+ où là le rocher se mêle à la glace, on cramponne sur du caillou, certains mettrons les mains avec les piolets sur le dos, moi j'opte pour garder mes pioches à la main. Un bon coup de cul à donner et c'est passé

L'une des plus belles cascades de la semaine !

Epilogue final :

Après ce récit qui aura donné envie à tout le monde de se séparer de ses neurones, le club va forcément investir dans du matos de cascade de glace de style piolets, broches, etc ... et peut-être un jour notre vieux souhait d'avoir une cascade de glace au Saut-Roland verra-t-il le jour ?

Si quelqu'un connaît bien le maire d'ailleurs ...

Le Teaser :

Jean-Mich-Much Prod vous invite à voir le teaser du film de la semaine sur ce lien :

<http://jmheudre.blog.sfr.fr/2017/03/cogne-saison-cascade-de-glace/le-teaser.html>

Le Film :

Le montage vient d'être bouclé, sa sortie en salle est prévue en avril mai, un lien vers celui-ci sera joint au teaser au moment venu

Je ne raconte pas « que » des conneries, il y avait bien un film !

Jean-Michel



Randonnée alpine en Vanoise

Programme : parcours de 7 jours avec 6 nuits en refuges

Départ de Fougères le samedi 17/06

Départ en randonnée de Pralognan le 18/06, 6 nuits en refuge et retour à Pralognan le samedi 24/06

Retour à Fougères le dimanche 25/06

Randonnée alpine sur sentiers et hors sentiers avec passages de cols enneigés et ascensions de quelques sommets de 3300m et 3500m et ,pour terminer, une option finale à 3800m selon la météo, les conditions de neige et la condition des participants.

Tous les refuges sont également joignables par les sentiers de randonnée classiques

Durée de marche journalière : de 4-5 heures à 8 heures selon les tronçons et les itinéraires choisis...

Une réunion de préparation aura lieu le mercredi 26 avril à 21h00 à la salle de Dompierre.

Nous sommes quatre pour le moment mais il y a encore de la place...

Gérard Dufeu



Ligne à très haute tension dans les Hautes Alpes



Amoureux de nos belles montagnes, il me semble important que vous soyez au courant des écrits suivants :

A travers les Alpes, des projets de ligne THT (Très Haute Tension) sont **en** train de voir le jour, avec des conséquences sociales et environnementales importantes.

Deux lignes sont prévues, l'une irait de Gap à Embrun et l'autre du Lac de Serre-Ponçon à l'Argentière-La-Bessée.

Les travaux sont commencés alors que les recours engagés ne sont toujours pas jugés et qu'un rapport des services de l'état décrivant 442 infractions sur ce chantier vient d'être rendu public.

Ce projet est imposé par le Réseau de Transport d'Electricité (RTE) !

Les recours sont actuellement étudiés mais RTE passe en force et compte sur la lenteur de la procédure pour arriver à ses fins.

98% des avis exprimés lors de l'enquête d'utilité publique étaient défavorables, et malgré cela le projet a été validé.

Ce projet qui a pour but de rénover le réseau électrique vieillissant est en réalité une « mascarade » qui anticipe une connexion vers l'Italie avec une possible augmentation de voltage à 400 000 volts !

C'est également une atteinte à l'économie touristique, des craintes pour la santé des personnes et des animaux ... un bouleversement de l'équilibre écologique avec de nombreuses espèces protégées : Zones Natura 2000, Parc National des Ecrins, réserve de Biosphère de l'Unesco, etc ...

En résumé : 356 pylônes de 42m de haut, des quantités impressionnantes d'arbres abattus, un survoltage nocif à toute forme de vie dans ce haut lieu sauvage de notre pays ... tout ça pour des fins spéculatives !!!

Alors tout comme Stéphanie Bodet, Lionel Daudet, Arnaud Petit, pour ne citer qu'eux, je pense qu'il est important de préserver nos montagnes en nous mobilisant contre ce projet honteux.

Amoureux de nos belles montagnes, on ne peut pas rester insensible face à un tel désastre.

Pour information : Toute manifestation contre ce projet est pacifique, artistique et humoristique (par ex sur cette photo, une highline entre 2 pylônes)

Une pétition en ligne contre ce projet est disponible en suivant ce lien :

<https://www.change.org/p/sauvons-la-haute-durance-faites-arreter-les-travaux-des-lignes-aeriennes-tht-en-haute-durance>

Merci d'avoir pris le temps de lire cet article. Et si vous vous sentez concernés vous aussi, n'hésitez pas à partager en diffusant cette information.

Jean-Michel

LES DIRIGEANTS DU CLUB

Président : Michel DELATOUCHE

Trésorier : Pierre SOURDIN

Secrétaire : Gérard DELATOUCHE

Vice président : Jean-Michel HEUDRE

Trésorier adjoint : Pascal VERDON

Autres membres du bureau

Jean-Yves BUFFET

Maurice LABBE

Nicolas CHEVALIER

Rachel MEILLERAIS

Gérard DUFEU

Rachel MORIN

Laurent GUILLAUME

Jacky TALIGOT

La Boutique du Club

TEE SHIRT du club en promo à 7 euros seulement.

Orange, taille grand large ou bien seyante, confortable en toutes saisons, design artistique au verso, le tee-shirt du club est encore en vente. S'adresser à Michel DELATOUCHE, le chef de projet.

TOPO des sites d'escalade d'ILLE et VILAINE

Envie de grimper au Mont-Dol ou à l'île aux pies ? Facile de choisir ses voies avec le topo d'escalade.

MATERIEL : - N'hésitez plus ! Que vous soyez vendeur ou acheteur, passez vos annonces pour du matériel d'escalade : chaussons, dégaines autres objets d'hiver ou de saison. S'adresser à Michel DELATOUCHE.

CHAUSSENS : - Et si les semelles de vos chaussons vous accueillent toujours avec le sourire quand vous les tirez du sac, vous pouvez les envoyer à "SOS ESCALADE" pour une deuxième jeunesse. Deux ressemelages ont généralement lieu / an : en avril et en octobre. S'adresser à Jacky.



Adresse du site internet : <http://caffougeres.ffcam.fr/>

Pour une meilleure gestion et communication au niveau du club, signalez si vous changez d'adresse mail en cours de saison à : caffougeres@ffcam.fr

clubalpinfougeres 
<https://www.facebook.com/clubalpinfougeres/>

c'estoùqu'ongrimpe ? 
<https://www.facebook.com/groups/172559309815933/>

Conseil d'impression : ce journal est rédigé pour être imprimé au format A5 (moitié d'un A4).

Utilisez la fonction brochure ou « livret de messe » de votre imprimante pour ainsi imprimer 4 pages recto/verso par feuille A4 (N'imprimez ce livret que si nécessaire)