

N° 76 Trimestriel : automne 2017

CAF DE FOUGERES



Stage jeunes dans le massif des Ecrins

LE MOT DU PRESIDENT

Bonjour à tous

D'abord je commencerai par une petite présentation de notre club. Celui-ci a été créé en 1993 à l'initiative de 2 membres du club (Gérard Du. et Joël) férus de montagne. Pendant 19 ans, les murs de la salle des Cotterêts ont été notre lieu pour l'apprentissage de l'escalade. Ceux-ci nous servent encore pour les cours de débutants et de perfectionnement pour les jeunes. Depuis 2011, notre club dispose d'une superbe structure de grimpe et d'une salle de bloc grâce à l'investissement des municipalités de Dompierre et Luitré pour la construction d'une salle de sports.

Notre club est affilié à la FFCAM (Fédération Française des Clubs Alpins). Vous pouvez consulter le site pour découvrir toute son actualité ainsi que les formations proposées. Autrement, pour permettre à nos jeunes de participer aux compétitions, nous avons créé une sous-section affiliée à la FFME (Fédération Française de la montagne et de l'escalade). Depuis plusieurs années, les résultats sont excellents (participation aux championnats de France de difficulté et de bloc).

La vie du club :

Notre organisation pour l'ouverture de la salle de Dompierre et l'apprentissage de l'escalade pour les adultes débutants sont basés sur le volontariat d'une douzaine de personnes. Celles-ci se relaient chaque semaine (une permanence toutes 6 semaines par équipe de deux). Toute nouvelle personne prête à s'investir est la bienvenue. Pour aguerrir les compétences pour l'encadrement, des formations sont organisées par le comité régional. Toute personne intéressée est invitée à se faire connaître.

Cette année pour encadrer les jeunes débutants et les compétiteurs à Dompierre, le club a embauché un B.E. (brevet d'état d'escalade). Je souhaite la bienvenue à Malo Leroy. Pour les autres cours aux Cotterêts, 6 bénévoles assurent l'encadrement.

Bonne grimpe à tous

Michel DELATOUCHE

Calendrier des compétitions 2017/2018

- 11 et 12 novembre : championnat départemental de bloc (minimes à vétérans) à Rennes.
- 09 et 10 décembre : championnat départemental de difficulté (minimes à vétérans) à Guichen.

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
Nicolas CHEVALIER
Gérard DUFEU
Laurent GUILLAUME

Maurice LABBE
Rachel MEILLERAIS
Rachel MORIN
Jacky TALIGOT

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 jeune 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 le nouveau BE Malo aidé d'un jeune.
- confirmés et compétiteurs : de 19h30 à 21h00 avec Malo.

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 21h00 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			
Responsables	1 ^{ère} semaine – du... au...	2 ^{ème} semaine – du... au...	3 ^{ème} semaine – du... au...
Gérard Du Pierre	N°36 du 04 au 09/09	N°42 du 16 au 21/10	N°48 du 27/11 au 02/12
Michel Nicolas	N°37 du 11 au 16/09	N°43 du 23 au 28/10	N°49 du 04 au 09/12
Jacky Maurice	N°38 du 18 au 23/09	N°44 du 30/10 au 04/11	N°50 du 11 au 16/12
Pascal Jean-Michel	N°39 du 25 au 30/09	N°45 du 06 au 11/11	N°51 du 18 au 23/12

Rachel Christophe	N°40 du 02 au 07/10	N°46 du 13 au 18/11	N°52 du 25 au 30/12
Rachel Mo. Gérard De. Jean-Yves	N°41 du 09 au 14/10	N°47 du 20 au 25/11	N°01 du 01 au 06/01

Sorties en falaise du samedi

Pour les sorties jeunes, le départ se fait du **parking d'Inné** à Fougères.
Etre à l'heure pour le départ fixé par mail. En cas de mauvais temps, la sortie peut être annulée.

Remarque : les sorties jeunes sont également ouvertes aux adultes qui doivent prévoir leur propre matériel.

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
14 octobre	jeunes	Mézières	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

Championnat régional de difficulté les 13 et 14/05/2017 à Dompierre du Chemin :

147 sportifs toutes catégories confondues y ont participé sur 2 jours. Le club alpin fougerais était représenté par 7 jeunes. Titouan Boucher a terminé sur la 3^{ème} marche du podium, tandis que Julien Guillaume a obtenu une place de vice-champion de Bretagne. Tous les 2 sont qualifiés pour le France. Voici les résultats :

Minimes filles : Camille Bossé 20^{ème}

Minimes garçons : Titouan Boucher 3^{ème}

Cadettes : Chloé Deschamps 10^{ème}

Cadets : Baptiste Deschamps 20^{ème}
Antoine Henri 21^{ème}

Juniors hommes : Julien Guillaume 2^{ème}
Stanislas Pelé 9^{ème}





Championnat de France de difficulté le 04/06/2017 à Quimper :

Minimes garçons : Titouan Boucher 51^{ème}

Bravo, belle performance pour une première !

Une semaine d'escalade aux Dentelles de Montmirail

Du 16 au 23 avril 2017

Lundi 17 avril

De notre refuge, nous apercevons les différentes chaînes des Dentelles de Montmirail :

Chaîne du Clapis, la plus proche de nous ; chaîne de Gigondas en arrière plan puis plus loin la chaîne du Grand Travers. Nous choisissons de nous rendre à Gigondas nord arête Lagarde

Matin, Gigondas nord arête Lagarde

Cordée Nicolas / Jacky : **Oral ou Moral 6b/c**

Cette voie ne réussit pas à Jacky qui chute au départ de la voie. Il se blesse au coude là où il avait déjà une douleur et à la tête qui saigne abondamment. Après coup, il constate que sa blessure à la tête est bénigne mais son biceps présente un sérieux hématome qui ne lui permettra plus de grimper de tout le séjour.

Week-end à Vichy 6b

Décidément, Nicolas tape fort dès les premières voies.

Cordée Philippe / Maurice : **Tintin sous la dentelle 4c-5b/c**

Petite Emeline 3b-5b (B)-4c-5a + montée sur l'arête non équipée, sortie par le petit trou, on passe du côté soleil.

Arête de l'aiguillette 5c/6a

Superbe voie verticale avec un départ difficile car patiné, la suite est une colonne carrée fissurée horizontalement.

Cordée Gérard / Rachel : **Galinette 5b**

Tintin sous la dentelle 4c

Ils renoncent à poursuivre dans la 2ème longueur.

Allons Z'enfants 5c

Petite Emeline 3b-5b (B)-4c-5a

Les cradots 5c

Après-midi ; Gigondas sud Brèche de Pousterle

Cordée Nicolas / Jacky : **L'éperon du dièdre** 5b/c

Fifi les petits bras 6b

Le dièdre 5c

Ne tirez pas sur l'oiseau moqueur 6a/b

Cordée Philippe / Maurice **Le dièdre** 5c

Cordée Gérard / Rachel **La péripatéticienne** 4b

Mardi 18 avril

Le vent souffle très fort ce matin, nous décidons de nous rendre au rocher St Julien à Buis-les-Baronnies.

Nous formons deux cordées :

Gérard / Rachel : **Les guêpes**, voie de 90m 5b-5b-5b+

Départ à midi, retour au pied de la voie pour le pique-nique. Perte de temps due à un groupe de lillois qui monte en flèche avec une débutante.

Les piliers gris, L1 de 45m 5b

Nicolas / Philippe / Maurice **L'espadon**, 110m 5c-6a-5b-5c

L1 Philippe, L2 Nicolas, L3 Philippe, L4 Nicolas

Une autre longueur nous permet de sortir sur l'arête d'où nous avons un magnifique panorama sur Buis-les-Baronnies. Du sommet, nous apercevons la tyrolienne de la voie ferrata. Une cordée de trois filles nous rejoint au relais. Nous apprenons qu'elles sont de Clermont-Ferrand. Nous les retrouverons au pied de la voie alors que nous prenons un temps de réflexion avant d'attaquer deux vois en 6a à la suite de Nicolas.

La gastronome du gris, 30m 6a

Nicolas et Philippe grimpent en tête, Maurice en moulinette.

Ca va saigner, L1 de 35m 6a+

Nicolas en tête, Philippe et Maurice en moulinette.

On love les cordes, il est déjà 19h, Jacky doit nous attendre au parking.

Encore une journée bien remplie, nous avons évité le mistral et profité d'une journée bien ensoleillée.

Ce soir ce sera un bœuf bourguignon préparé par Jacky. Fourbus et repus nous regagnons notre dortoir.

Mercredi 19 avril

Retour dans les Dentelles de Montmirail, chaîne du Clapis côté sud, au niveau de la Brèche de deux heures, secteur 12. La marche d'approche nous échauffe sérieusement. Nous atteignons le pied de l'arête bien verticale.

Cordée Nicolas / Philippe / Maurice **Blocus**, 95m 5c/6a-5c/6a-5b

L1 Philippe, L2 Nicolas, L3 Maurice

Le pas de départ est douloureux pour les doigts. Au sommet le vent souffle violemment en bourrasques, il fait presque froid. Philippe en tee-shirt redescend le premier.

Scorpiouille, 45m 6a (B)-5b/c

Garogolot, 45m 6b (B)-5b/c

Pas de bloc au départ

Cordée Philippe / Gérard **Gueule de loup**, 35m 5b/c

Cordée Nicolas / Maurice **Italian shoes**, 45m 6a+

Nicolas en tête, Maurice en moulinette. Superbe écaille au départ

Cordée Gérard / Rachel **Extrême droite**, 70m 5c-5b+

Gérard en tête

Douce romance, 50m 5c-5b

Gérard en tête

Jeudi 20 avril

Nous retournons au Clapis, Hadamard est, secteurs 1 et 2. Le chemin d'accès est nettement plus fréquenté et entretenu. Il nous amène directement au pied de la Brèche de la salle à manger.

Cordée Nicolas, Philippe, Maurice **Traînée marron**, 35m 5c

Nous la grimpons en tête tous les trois.

Matin : **Orange mécanique**, 55m 6a-5b/c

L1 35m 6a Philippe, L2 20m 5c Nicolas 5. Je reste en second

Après-midi :

Baramine et belles écailles, 25m 5c

Arrivée dans le jardin

Philippe et Nicolas en tête, Maurice en moulinette.

Nid d'écureuil, 6a-6a

L1, 30m, Philippe suivi de Nicolas

L2 Chute de Philippe au passage du toit incliné, ils renoncent à cette deuxième longueur.

Cordée Gérard / Rachel **Diane**, 20m 5a

Traînée marron 5c en moulinette pour Gérard et Rachel

Cordée Maurice / Gérard / Rachel **Jardin**, 40m 5b/c-5b/c

Maurice en tête suivi de Gérard puis Rachel, vent violent dans la voie.

Cheeseburger, 30m 5c (B)

Maurice en tête, Gérard et Rachel en moulinette

Diane, 20m 5a/b

Maurice suivi de Gérard

En fin de journée Maurice assure Nicolas dans **Silence**, 30m 6a (B)

Vendredi 21 avril

Retour au Clapis face ouest de la Brèche de la Salle à Manger secteur Maryline, sur de belles dalles grises.

Matin Cordée Philippe / Gérard / Rachel **Maryline**, 65m 5b-3c

Philippe en tête suivi de Gérard puis Rachel

Cordée Nicolas / Maurice **Epah**, 35m 5c/6a

Nicolas suivi de Maurice

John Kennedy, 40m 5b

idem

Petrol Hann, 35m 6a (B)

idem

Cordée Philippe / Gérard **Petrol Hann**, 35m 6a (B)

Philippe assuré par Gérard

Cordée Nicolas / Rachel **Ouarzazate et s'enfuir** 6a+

Nicolas assuré par Rachel. Cette voie est sous évaluée, elle mérite un 6b+

La cotation doit être ancienne.

Le coin de rue (EA) 6c+

Nicolas place la première dégainé puis renonce.

Cordée Gérard / Rachel / Maurice **Les jupons de Maryline**, 40m 5a
Gérard en tête suivi par Rachel puis Maurice.

Cordée Philippe / Nicolas **Epah**, 35m 5c/6a
Philippe en tête suivi par Nicolas.

Cordée Gérard / Rachel / Maurice
? 5b-5c

Maurice en tête dans les deux longueurs suivi de Gérard puis Rachel.

Cordée Nicolas / Philippe **Bénédetti**, L1 35m 5c (R)

Nicolas monte en tête cette voie en 5c de couleur marron, noire ; les prises sont grasses, glissantes dans une fissure continue oblique.

Philippe renonce. Ainsi ce termine cette journée.

Samedi 22 avril

Nous nous rendons au Rocher St Christophe. Nous faisons le tour du rocher et découvrons un piton rocheux à l'écart comportant une grotte équipée d'un relais.

Philippe et Maurice décident de monter dans la grotte par une voie courte et facile. De la vaste grotte ouvrant de deux côtés on a une vue magnifique sur les différentes chaînes des Dentelles de Montmirail. Un passage nous permet d'atteindre le sommet. Le rocher est équipé en voie ferrata par la FFME.

Jacky, Nicolas et Rachel ont contourné le rocher et grimpé au dessus d'une chapelle très ancienne, aménagée sommairement. C'est certainement un lieu de pèlerinage, un espace est aménagé pour la messe en plein air avec un autel fait d'une grosse pierre plate.

Nicolas grimpe dans **La Bidule**, 35m 5c

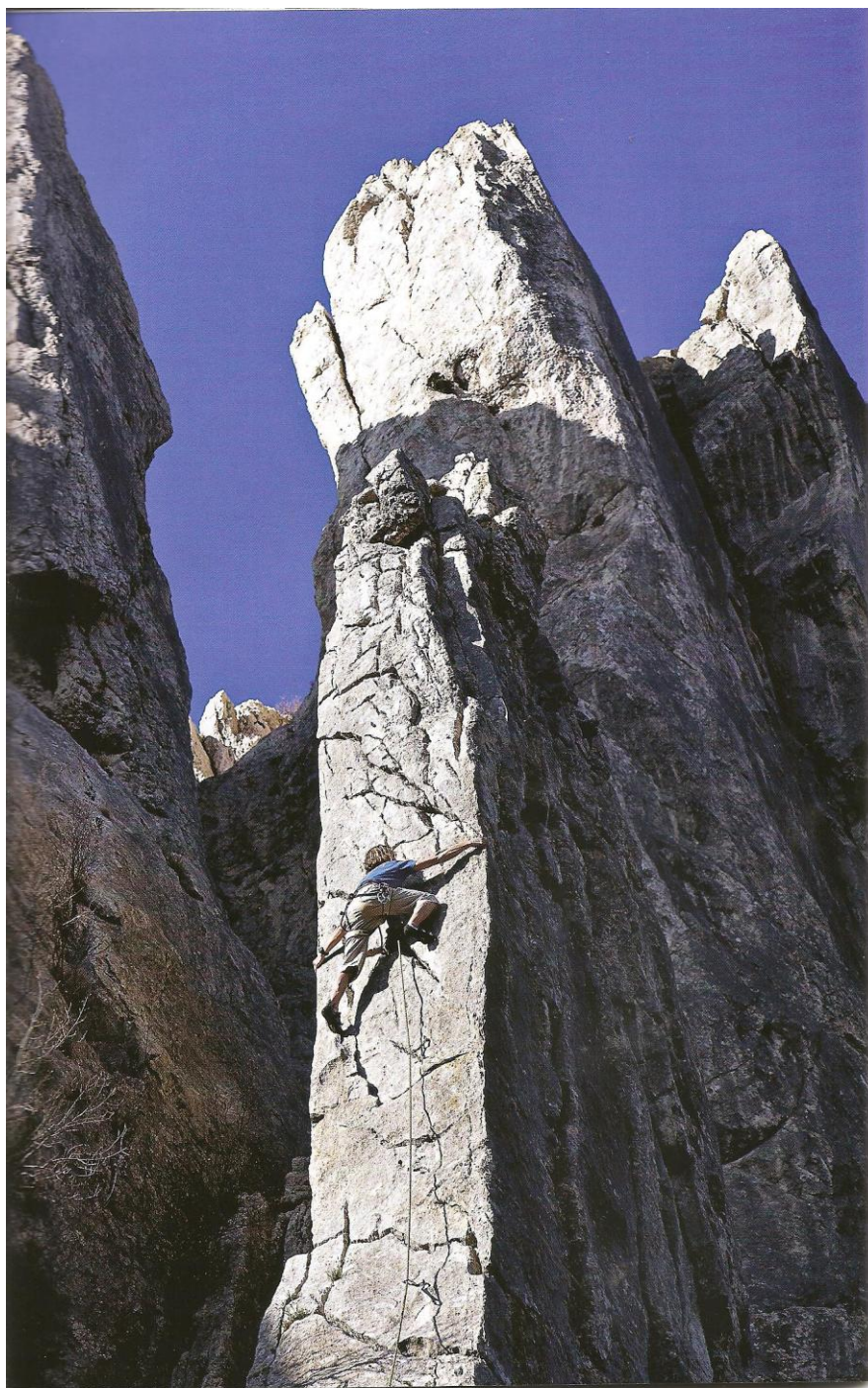
Ensuite il part dans **Truc Mush** 6a dont le début est commun au deux voies.

Philippe et Maurice montent la 5c en moulinette avant le pique-nique. Puis c'est le tour de la 6a toujours en moulinette.

Nicolas trouve la voie **Le caprice des vieux** 6a (R) assuré par Maurice d'une niche d'où il ne peut le voir progresser. Nicolas atteint le relais après de grosses difficultés. Maurice renonce à le suivre, il descend en rappel.

C'en est terminé de cette semaine d'escalade sur ce nouveau site particulièrement bien aménagé. Nous avons souffert du mistral les trois premiers jours, le ciel bleu n'a été troublé par aucun nuage. Notre gîte à Lafare, magnifique petit village ne comportant qu'un café restaurant, était le lieu idéal pour se détendre et se remettre des efforts fournis jour après jour dans les marches d'approche et les voies sous les assauts du vent. Merci à Jacky de nous avoir véhiculés et être resté près de nous à nous aider dans la recherche des voies.

Maurice



Arête de l'Aiguillette

TOUR DE LA VANOISE 2017

Du 17 au 25 juin 2017



Prêts pour le départ devant l'hôtel A+

Le groupe : Gérard et Nicole Dufeu, Pierre Sourdin, Philippe Pasqué, Patrick Deshayes (un ami de Pierre, nouvel adhérent au CAF de Fougères), Maurice Labbé.

Gérard a préparé un tour de La Vanoise à l'intention du club (retraités du CAF de Fougères). Philippe est le seul à ne pas appartenir au club, il est encore si jeune ! Sa présence se révélera très utile lors de notre périple alpin.

Les hébergements :
Hôtel A+ de Pralognan (2 nuits)
Refuge du lac Merlet
Refuge de Peclet-Polset (2nuits)
Refuge de la Dent Parrachée
Refuge d'Arpont
Refuge du col de La Vanoise

6 cols franchis : Col de Saulges 2456m
Col du Chant Rouge 2531m
Col du Soufre 2819m
Col de Chavière 2798m
Col du Ravin Noir 2941m
Col de La Masse 2923m

1 glacier : Le Dôme de Polset 3326m

Dénivelés cumulés : + 4760 m / - 3444m

Samedi : départ en 2 voitures à 6 heures de chez Pierre, direction Pralognan.
Arrivée vers 16h30

Dimanche : Pralognan 1400m / Refuge du lac Merlet 2417m



Dénivelé de 1000m sous un soleil impitoyable ; je ressens très vite des difficultés à monter en continu. Je fais des arrêts fréquents, Patrick reste derrière moi pour m'encourager. Très vite je me sens mal, je vomis au bord du sentier sous les yeux de Patrick et Philippe. Gérard est inquiet, il me soulage

de mon piolet. Un peu plus loin, nous nous arrêtons pour pique-niquer. Je n'ai aucun appétit. Nous repartons, je suis tant bien que mal. Gérard et Philippe arrivés au col redescendent pour prendre mon sac ainsi que celui de Nicole qui n'a pas faibli pendant toute la montée. Après le repas et une nuit où je dors très peu, nous nous préparons pour rejoindre le refuge de Peclet-Polset.

Lundi : Refuge du lac Merlet 2417m / Refuge de Peclet-Polset 2474m



La nuit a été bénéfique pour certains, pour ma part j'ai très peu dormi. Après un petit déjeuner copieux, nous nous préparons pour cette 2ème étape. Pierre se plaint de ses trapèzes que j'ai essayé de soulager avec des shiatsus, les cris à chaque pression m'ont contraint à arrêter le massage. Il a réclamé une onction d'arnigel des mains de Nicole, ce que je comprends malgré ma conviction de l'efficacité de mes shiatsus. Nous voilà partis pour une longue étape avec franchissement de deux cols, col du Chant Rouge 2531m, puis col du Soufre 2819m. Entre les deux cols, nous passons près du refuge du Saut 2196m. J'ai bien récupéré et Philippe nous appelle l'équipe Philippe-Maurice. Après 7h de marche, nous posons nos sacs sur la terrasse du refuge Peclet-Polset ; une bonne bière nous réunis pour célébrer cette 2ème journée.

Mardi : Montée au Dôme de Polset 3326m



Départ à 4h à la frontale. La descente effectuée hier soir dans la douleur ne nous pose aucun problème pour la remontée que nous appréhendions. Dans la pénombre du matin sur le sentier d'approche, Pierre a eu du mal à trouver le chemin parmi les cailloux : absence de cairn et d'indication. La montée au dôme se passe bien, je sens que j'ai repris des forces et que je suis prêt à effectuer cette ascension. Arrivés au pied du glacier après avoir franchi bien des névés, nous nous préparons pour la marche sur le glacier.

Deux cordées : Philippe, Patrick et moi
 Gérard, Nicole et Pierre

Nous grimpons jusqu'à l'épaule du dôme que nous atteignons alors que la température ramollit dangereusement la couche de neige. Ceux qui descendent du dôme sont en difficultés. Nous renonçons à gravir les 100 derniers mètres qui nous amèneraient au sommet convoité. Nous nous restaurons avant de redescendre sans traîner vers le refuge.

Mercredi : Refuge Peclet-Polset 2474m / Refuge La Dent Parrachée 2511m



Départ tranquille vers 8h, le premier col de Favière 2798m est une formalité. Nous descendons au lac de La Partie 2458m qui scintille mais nous laisse perplexe sur notre itinéraire. Nous contournons le lac tant bien que mal. C'est alors une montée difficile dans des éboulis au col du Ravin Noir 2941m. Passé le col, la descente a donné des sueurs froides à certains : visualisez une pente très raide encombrée de schiste fin comme de l'ardoise recouvrant un sol meuble qui se dérobe sous nos pas et vous aurez une petite idée de la confiance que l'on a en posant le pied. En y mettant le temps, nous sommes tous arrivés en bas sans trop d'égratignures au niveau du Petit Rateau 2781m. La montée et la descente du Ravin Noir se sont déroulées totalement hors sentier à l'aide de la carte et de l'altimètre. Il nous reste le col de La Masse 2923m à franchir. Philippe et Nicole en tête se chargent de trouver le passage du col ; pas de cairn pour nous guider, nous découvrons enfin une pancarte signalant le col et le chemin à suivre pour la descente. Très longue descente de 700m qui se termine par un pont à 2206m franchissant le torrent qui alimente les deux lacs de barrage Plan d'Amont et Plan d'Aval situés à notre droite. Il

nous reste à gravir 300m pour atteindre le refuge de La Dent Parrachée 2511m. A l'arrivée, la bière est la bienvenue après cette rude journée avec passages de 3 cols et deux descentes éprouvantes. Les gardiens du refuge nous attendaient avec impatience et commençaient à s'inquiéter. Nous totalisons 1252m de montée et 1215m de descente, 11h30 de marche, cela suffit pour aujourd'hui, repos !

Jeudi : Refuge La Dent Parrachée 2511m/ Refuge de l'Arpont 2309m



D'après les infos dont nous disposons, 7h de marche sont nécessaires pour atteindre l'Arpont. Nous reprenons le chemin que nous avons laissé hier soir pour monter au refuge. Le début est un chemin très fréquenté donc en excellent état. Cela devient vite chaotique, par contre le décor est somptueux, nous découvrons des cascades majestueuses. Le passage des torrents est parfois acrobatique. Le sentier suit assez fidèlement les courbes de niveau traversant d'immenses pierriers témoignages de l'érosion qui modèle la montagne avec le temps. Le passage de la Combe d'enfer est particulièrement

pittoresque, le sentier passe au milieu de gros blocs tel un labyrinthe ce qui est très inhabituel. Alors que nous nous croyons proches du refuge, une pancarte nous apprend qu'il est à une heure de marche, donc nous en déduisons qu'il nous faut grimper avant de poser nos sacs. En effet, en consultant la carte nous sommes à 2095m et le refuge est à 2309m. Nous ne l'apercevrons qu'au dernier franchissement d'une barre rocheuse, ultime effort avant la fin de cette étape.

Vendredi : Refuge de l'Arpont 2309m / Refuge du col de La Vanoise 2516m



5h de marche prévues, nous en ferons un peu plus. Sentier en balcon avec traversées de pierriers. On passe près du lac Rond avant d'arriver au refuge. Un nouveau refuge très cossu remplace l'ancien de construction traditionnelle utilisant les matériaux de l'environnement. Ce qui étonne dans les constructions nouvelles, c'est l'utilisation du bois dans des épaisseurs qui surprennent : tout y est surdimensionné !

Samedi : Refuge du col de La Vanoise 2516m / Pralognan 1400m



Ici, on ne contourne pas, on traverse. (Lac des Vaches)

3h pour rejoindre Pralognan fin de notre périple ; nous flânon car nous arriverons bien assez tôt. Nous observons des cordées dans des voies vers le sommet de l'aiguille de La Vanoise. En consultant le topo des voies, on s'aperçoit que nous aussi nous pourrions grimper jusqu'au sommet de ces voies bien verticales. Le sentier nous fait traverser des zones couvertes de rhododendrons aux fleurs rouges noyant des rochers qui pointent ça et là. Certains sont très rugueux, très adaptés à des pas de bloc. Nous retrouvons les sapins et bien vite des pâturages. Déjà nous apercevons les toits de Pralognan. En entrant dans l'agglomération par une ruelle, nous faisons halte à un abreuvoir. Un panneau indique une cascade et une voie ferrata qui mériteraient une petite visite. Le cœur n'y est pas. Nous avons hâte de poser les sacs, alors nous regagnons l'hôtel. C'en est bien terminé, nous avons pu admirer de beaux tapis de fleurs en pleine éclosion, par contre il n'y avait pas beaucoup d'animaux en dehors des marmottes et de quelques oiseaux. Ce fut un beau périple où il fallait avoir la condition physique pour tous les sentiers et les très nombreux névés que nous avons traversés, ainsi que pour porter des sacs relativement lourds pour chacun (affaires personnelles, eau, nourriture, crampons, baudriers, piolets, quelques mousquetons et aussi deux cordes de rappels de 45m). Merci à Gérard de nous avoir guidés et emmenés sur ces sentiers traversant des sites majestueux. C'est un beau souvenir pour nous 6.

Maurice

COUP DE BARRE AUX ECRINS

20h00, le 17 juin 2017, voie Gaspard en face sud du Dôme des Ecrins, 3800m ...

Bon à vrai dire la situation me semble bien compliquée ! D'un côté on vient de passer 3 grosses journées de montagne avec Sergio, mais d'un autre, je dirai plutôt au-dessus de moi, il y a une grosse pierre qui me tombe dessus ... Bon là je le fais au ralenti, mais sur le coup je n'ai pas le temps de me poser trop de questions, il ne faut pas rester dessous !!!

16h00, le 15 juin 2017, Col des Avalanches, 3500m ...

L'endroit est toujours aussi magique ! On vient de se taper 1800 mètres de dénivelé, 8 heures de marche, le tout chargés avec des sacs à dos pesant le poids d'un âne mort. On a fait tout ce chemin pour bivouaquer ici à 3500 mètres d'altitude ...

06h00, le 16 juin 2017,

On est encordé, il vaut mieux d'ailleurs car les lieux pourtant d'apparence si familière comportent d'énormes crevasses, pour certaines bien ouvertes, mais les autres ? Et vu que les seules traces locales sont celles que nous laissons derrière nous, la prudence est de rigueur ! Nous sommes au pied de la Voie Gaspard en face sud du Dôme des Ecrins. Cet itinéraire que nous connaissons bien pour l'avoir fait l'automne dernier sera également celui de notre repli du lendemain. Punaise, la première longueur est sèche ... pas de neige ! Les pierres étant bien bloquées dans la glace, l'ascension est possible ... C'est parti ! A part cette partie délicate, le reste est en condition, on ne traîne pas, on se relaie pour atteindre la sortie du couloir ...

09h30, le 16 juin 2017, sommet du Dôme des Ecrins, 4015m ...

C'est ma quatrième ascension de ce sommet et la seconde par cet itinéraire ... c'est aussi mon premier sommet, mon premier 4000, en 1994 lors d'une sortie organisée par le CAF de Fougères, merci à Gégé & Joël de m'avoir transmis cette passion pour la montagne. Les lieux sont toujours aussi paisibles ... on casse une croûte et on redescend ...

12h00, le 16 juin 2017, couloir de descente de la voie gaspard, 3900m ...

Nous sommes à la moitié du couloir, c'est à mon tour de descendre et soudain je sens comme une impression de vide ... disons que le rappel ne me retient plus, pire la pierre qui retenait ma corde s'est détachée et s'écroule dans le

vide en faisant un barouf du tonnerre ! J'ai le réflexe de me rattraper et de rester collé à la pente de neige ... Bon sur ce coup-là j'ai eu chaud ... disons que je suis en train de faire une partie de flipper et que je viens de perdre la première balle ... je lance la seconde, la partie continue ...

13h30, le 16 juin 2017, glacier du Vallon de La Pilatte, 3500m ...

... mais rapidement je perds la boule en mettant les 2 pieds dans une crevasse ... bien profonde d'ailleurs ... j'ai tout juste le temps de voir les entrailles de la bête ... humm, bon disons que c'est là qu'une corde peut être utile sur un glacier ... étroite en surface mais bien profonde ... je lance la troisième et dernière balle de la partie ...

05h30, le 17 juin 2017, départ de la face sud de la Barre des Ecrins, 3500m ...

Après notre seconde nuit passée au bivouac, nous nous attaquons à l'objectif du séjour : Atteindre la barre des Ecrins par la face sud et redescendre par la voie repérée la veille. Lors de notre tentative à l'automne dernier nous avions gardé nos crampons, mais là nous optons pour grimper directement en « grosses » (chaussures d'alpinisme). Le rocher est bon, solide, du granite quoi ! Le niveau n'est pas très élevé, mais l'itinéraire est compliqué, on est en altitude, le sac sur le dos et surtout un timing à tenir si on veut rentrer avant la nuit ... car cette course est réputée pour être très longue ... l'une des raisons pour laquelle elle est peu convoitée, comparé aux autres courses du secteur. Tout d'abord il faut suivre une strate blanche, qu'il ne faut pas dépasser sur sa gauche, il faut comprendre par là un bloc de quartz énorme. Sergio improvise un relai juste en-dessous d'une difficulté ... bon OK c'est à mon tour de prendre la tête, mais il y aurait comme un risque de facteur de chute 2 dans ce pas de 5 ... dans ces cas-là tu ne réfléchis pas, tu avances, tu te concentres sur la difficulté et généralement ça finit par ... ouf c'est passé ! La suite est un vrai jeu de piste entre le couloir du câble avec dans sa sortie un joli passage aérien juste au-dessus du col des Avalanches ... là ça envoie du gaz ! Ensuite on arrive au couloir Champeaux qui n'a rien à voir avec le topo ... mais on devine par intuition le passage à suivre. Nous voici maintenant en plein cagnard, il faut dire que c'est le premier jour de canicule et même si nous sommes entre 3900 & 4000m, la neige commence à devenir bien molle. Quelques passages pourris en glace, une longue traversée et nous arrivons au pied du couloir sommital. Les pas sont lents, pas vraiment par la fatigue, mais surtout par la qualité de la neige. Il nous reste une longue traversée d'arête pour atteindre le sommet ...

14h45, le 17 juin 2017, sommet de la Barre des Ecrins, 4102m ...

On y est, on l'a fait ... on est heureux, même si on sait qu'une course n'est terminée que lorsque l'on est redescendu. On exulte de joie pour cette première partie, c'est pour ma part la troisième fois que je viens au sommet de la Barre des Ecrins. On passe une heure là-haut à reprendre des forces pour la suite. Il fait beau, chaud, très chaud d'ailleurs pour cette altitude. On est concentré pour cette descente qui s'annonce très longue. La traversée retour de la barre se fait au ralenti, il n'est pas question de prendre de risques. Un petit rappel au niveau de la brèche Lory et il nous reste à redescendre par la voie Gaspard ... On redouble de vigilance pour chaque rappel. On utilise, voire on consolide les rappels posés la veille. Le passage qui a faillit m'être fatal la veille on l'occulte en le désescaladant. En effet, il nous est impossible de trouver un ancrage sûr à cet endroit. De plus avec cette chaleur les pierres sont moins stables ! Un Abalakoff posé la veille a même disparu, la plaque de glace encore présente une trentaine d'heures plus tôt a complètement fondu. On est dans le dernier rappel, on y est presque, plus que quelques mètres, oui mais ... il y a ce bruit juste au-dessus de moi, je lève la tête ...

20h00, le 17 juin 2017, voie Gaspard en face sud du Dôme des Ecrins, 3800m ...

... et cette fichue pierre qui me tombe toujours droit dessus depuis le début de l'histoire ! OK, je suis à deux doigts d'avoir l'extra-balle mais quand même ! J'ai juste le temps de faire un écart pour l'éviter, mais la pierre m'atteint en pleine cuisse. La douleur est intense, je manque de m'évanouir. J'ai bien senti que rien n'était cassé car il est solide le gaillard, mais j'ai bien compris que la suite allait être bien plus compliquée. Je continue sur une jambe pour atteindre les pentes de neige. Le passage de rimaye se fait sur une jambe également ... je redescends tel un unijambiste les derniers 100 mètres interminables avant de me poser. L'urgence étant de ne plus être sous la menace d'une autre pierre ! La cuisse a doublé de volume, la plaie est profonde, mais ... je continue à sortir de grosses blagues pourries à Sergio ... donc il y a encore un espoir de rentrer entier ! Je continue ma partie de flipper et lance cette fois-ci l'extra-balle que j'ai eu in-extremis ... Bon là j'avoue que je n'étais pas loin du TILT, et je n'ose même pas imaginer le Game-Over !

22h30, le 17 juin 2017, retour au bivouac du Col des Avalanches, 3500m ...

Encordé au frangin nous avançons très lentement. Ma plus grande difficulté étant de lever le pied gauche pour marcher ... disons que ce n'est pas très pratique ! Par contre pour le passage des crevasses l'affaire se complique. Déjà que la veille j'ai mis les 2 pieds dedans ... mais là avec un seul pied ...

bon je m'allonge et passe les crevasse en rampant ! Je viens d'inventer la technique du crawling ... La tente est là juste devant mes yeux, mais je n'arrive plus à avancer, je fais une pause, avance de quelques mètres à nouveau pour faire une ultime pause avant d'arriver à destination. J'ai gagné, je crois que je viens de claquer une nouvelle partie ... à la loterie sûrement !

07h30, le 18 juin 2017, bivouac du Col des Avalanches, 3500m ...

Enfin je n'appelle pas l'hélico et décide de tenter la descente, après tout je démarre une nouvelle partie de flipper ... avec du recul ce n'était pas le meilleur choix, mais sur le coup je m'obstine à vouloir rentrer comme je suis venu, c'est-à-dire à pied ... même s'il n'y en a plus qu'un seul de valide ... après tout il n'y a que 9km et 1800 mètre de dénivelé négatif ... de la rigolade à côté d'un ultra-trail ... « *oui mais Jean-Mich là tu es unijambiste pas intérim* » ... je n'écoute pas cette voix intérieure qui tente de me raisonner et entreprends la descente. Pour l'occasion je me suis délesté de toute la quincaillerie dans le sac de Sergio ... c'est parti ! Les grosses pentes de neige du départ se passent bien, mais on fait un détour pour éviter un passage bien raide ... là où nous devons remplir nos gourdes ... tant pis, on boira plus tard, non ? Ma gourde est certes presque vide, mais le prochain point d'eau potentiel, n'est pas si loin que ça ... enfin pour un bipède, comme je l'étais encore la veille ... La descente à l'air de bien se présenter, j'avance doucement, mais sûrement et déjà nous décidons que Sergio descende à La Bérarde et remonte pour porter mon sac dans le reste de la descente ... Le genre de plan complètement foireux quoi !

11h30, le 18 juin 2017, au-dessus du refuge de Temple-Ecrins, 2500m ...

Ça fait maintenant 4 heures que je n'ai pas bu une seule gorgée et j'ai soif ... et puis cette chaleur ... les pentes de neige sont dernières moi désormais et là je suis sur le sentier. Et le problème c'est qu'il y a des cailloux sur ce put... de sentier de m... car je n'ai pas le choix il faut lever les jambes ! Je vois bien des ruisseaux, des névés autour de moi ... oui mais ils n'ont pas l'accessibilité PMR (Personne à Mobilité Réduite) car il faut traverser des moraines ... pleines de cailloux forcément, sinon on les appellerait autrement ... Ça sent le complot ! Tous les cailloux se sont mis contre moi et je comprends désormais leur plan d'attaque : La veille, un gros caillou me tombe dessus pour me rendre inoffensif, et le lendemain ce sont des armées de petits cailloux qui m'empêchent de battre en retraite ... cette partie de flipper s'annonce bien compliquée, mais je continue à jouer ... la gorge bien asséchée ! Juste au-

dessus du refuge je croise une randonneuse qui commence à me parler ... mais je n'ai pas envie de te parler moi, et d'ailleurs je n'ai même plus de salive pour te répondre ... j'abrège la conversation, car l'abreuvoir n'est plus très loin et il devient mon seul et unique intérêt du moment !

12h00, le 18 juin 2017, refuge de Temple-Ecrins, 2410m ...

Je suis assis à côté du ruisseau et me réhydrate, je rempli ma gourde, je mange, je reprends des forces ... quel bonheur ! Un couple de randonneurs me propose de descendre mon sac jusqu'à la Bérarde ... j'accepte le coup de main, d'ailleurs ils ne m'en laissent pas le choix, car ils m'ont suivi du regard au loin et avaient bien compris que j'étais blessé ... Ces derniers vont également jouer aux apprentis reporter car dans la descente, toutes les personnes que je croise me demandent si c'est bien moi qui suis blessé : « Heu non, moi je m'amuse à marcher sur un pied car j'aime bien ça ! » ... 9h30 plus tard j'arrive à Bérarde, et plus j'approche du but, plus je deviens connu et célèbre ... c'est bien dommage qu'il faille prendre la route du retour en arrivant, car je suis certain que j'aurai pu me faire payer pas mal de bières au bistrot du coin vu ma célébrité de l'instant ... ce n'est que partie remise ! 8 heures de route nous attendent ...

Ensuite vous me croirez ou pas, mais j'ai très bien dormi, et ce malgré la douleur ...

La vidéo c'est par ici : <https://www.youtube.com/watch?v=i6hhxL2NSuY>



Jean-Michel

Stage jeunes dans le massif des Ecrins

Pour la 11ème année consécutive, le comité départemental FFCAM35 organisait un stage jeunes dans les Ecrins du 8 au 15 juillet. 7 jeunes des 3 clubs CAF (3 fougerais, Titouan, Jordan et Loïc, 3 rennais et 1 lifréen) y ont participé. 2 accompagnateurs les encadraient (moi-même et Jérémie). 3 journées de préparation (Mont-Dol, l'île aux Pies et Clécy) étaient prévues pour préparer ce stage, mais la météo capricieuse a empêché la 3ème sortie. De même, le temps pour cette semaine nous a contrariés pour réaliser de nombreuses grandes voies.

Même en étant connecté en permanence, la météo change très vite en montagne. Heureusement, chaque jeune a pu réaliser une grande voie en début de semaine (Two hot Men 180 mètres pour 3 d'entre eux et A Tire d'Ailefroide 250 mètres pour les 4 autres).

Par contre, en fin de semaine pour l'alpinisme, les jeunes ont pu profiter de bonnes conditions pour réaliser chacun un sommet (les Agneaux et Pic d'Arsine). 2 d'entre eux ont pu réaliser le 2ème jour avec le guide (Basile) une grande voie en rocher sur coinçeurs.

Heureusement pendant les intempéries, nous avons pu nous replier à la salle d'escalade du centre où nous sommes hébergés chaque année.

Le groupe était plus resserré, mais une bonne ambiance existait entre eux.

Merci à Jean et Shinny les gérants du centre de l'Eychauda pour leurs prêts de vêtements, leurs délicieux repas et leur accueil.



Michel

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)