



club alpin français

## Massif de la Vanoise

Le Parc a 50 ans

## Protection de la montagne

Les actions et projets

## Escalade

La rénovation du mur de la halle olympique

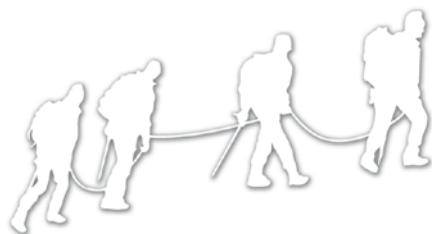
## Activités

Tous les programmes à venir



# SUIVANT SA VOIE

été - automne 2013



## SOMMAIRE

### 3 Editorial

Jean- Pierre Saint Germain

### 4/10 le Massif de la Vanoise

Interview du directeur du Parc: Marie Cavalière, Denis Plaze

CAF et protection de la montagne : Marie-Claude Laurent

Topo alpinisme : Hervé Delcher

Topo rando-pédestre : Alain Bénéteau

Portfolio : Pierre Gonin, Alain Bénéteau

Bibliothèque : Charles Dazza

### 11 Le nouveau mur d'Escalade

Kurt Nagel

### 12 Ecole d'aventure

Cédric Charbonnier

### 13 Ecole de ski "Petit CAF"

Janine Husson

### 14 Lycée J. Moulin : Option EPS

Cathy Clouet

### 15 Canyon/Spéléologie

Bertrand Faraut/Yann Tual

### 16/18 Alpinisme

Claire Muller, Ulrich Launay

### 19 Escalade Loisir

Mathieu Pesenti

### 20/21 Randonnée pédestre

Claudie Kérouanton

### 22 Le Grand Parcours d'Arèches-Beaufort et

la Grand Arctissime

### 23 Trail d'Albertville

Jean- François Grandidier

### 24 Ski-alpinisme de compétition

Ludovic Barboni

### 25 Sécurité-Formation

Claire Muller

### 26 Agenda

Comité départemental FFCAM

Jean-Claude Monod

### 27 Les refuges



#### Administration

Club Alpin Français d'Albertville

4 route de Pallud - 73200 Albertville

Association à but non lucratif fondée en 1893.

• Tél : 04 79 32 10 49

• Courriel : [caf.albertville@online.fr](mailto:caf.albertville@online.fr)

• Web : <http://caf.albertville.online.fr>

Agrément Jeunesse et Sports n° 73.S.9.00

Siret 775 671 316 00039 - Ape 9.26C

Association affiliée à la FFCAM

24 av. de Laumière - 75019 Paris

Reconnue d'utilité publique

Agrément tourisme AG075950054

Abonnement gratuit pour les adhérents

du CAF Albertville

Directeur de publication : JP Saint Germain

Responsable revue : Jean-Claude Monod

Mise en page : A. Bénéteau,

Couverture : A. Bénéteau : Sabot de Vénus en Vanoise.

#### Photos :

L. Barboni, R. Bellot-Champignon, A. Bene-  
teau, C. Charbonnier, A. Croibier, B. Faraut,  
P. Gonin, J-Fr. Grandidier, J. Husson, Cl. Ké-  
rouanton, Ph. Miège, J-Cl. Monod, M. Pe-  
senti, Y. Tual

#### Ont aussi collaboré à ce numéro :

M. Andreys, L. Barboni, N. Berry, M. Cava-  
lière, C. Charbonnier, H. Delcher, P. Eyga-  
zier, B. Faraut, J-Fr. Grandidier, J. Husson,  
Cl. Kérouanton, M-Cl. Laurent, Cl. Muller,  
K. Nagel, M. Pesenti, D. Plaze, Y. Tual, D.  
Vergne.

ISSN : 1776-131-X

Dépôt légal : mai 2013

La reproduction, même partielle, de tous  
les articles et illustrations parus dans ce  
semestriel est interdite.

**Avertissement :** les activités physiques et  
sportives de montagne peuvent être des  
activités dangereuses qui nécessitent de  
l'expérience et une parfaite connaissance  
des techniques. *Évitez de partir seul et  
communiquez si possible votre itinéraire à  
des proches*



Revue imprimée sur papier FSC. Ce label  
garantit la gestion durable des forêts sur la  
base des critères économiques, sociaux et  
environnementaux de l'organisation inter-  
nationale FSC (Forest Stewardship Council).

**Merci à nos partenaires pour leur soutien**

Rhône-Alpes





*Pelve, Réchasse et Grande Casse vus du lac de Bellecombe*

Au moment où je rédige cet édit, l'hiver tarde à laisser la place au printemps malgré les primevères qui fleurissent dans la vallée. Un hiver qui pour notre plaisir nous aura permis de pratiquer les sports de neige tard dans la saison, compte tenu des précipitations accumulées.

Ce numéro, vous le constaterez en le feuilletant, est largement dédié à **notre environnement et à la protection de la montagne.**

• Tout d'abord, nous fêterons les 50 ans de la création du parc de la Vanoise ; les CAF de Savoie et notre Club Alpin montreront leur attachement à cette grande ambition que nos prédécesseurs ont su concrétiser en participant aux manifestations qui auront lieu à cette occasion ; le point d'orgue aura lieu à Termignon en Haute Maurienne le 7 juillet.

Une interview d'Emmanuel Michau directeur actuel du PNV permet de mesurer l'impact qu'a eu cette création à différents niveaux : faune, patrimoine, humain, développement local ; il évoque aussi les enjeux pour les années à venir et bien évidemment les tensions liées au positionnement des collectivités locales vis-à-vis de la charte d'adhésion proposée par le conseil d'administration.

Je ne peux conclure ce paragraphe sans me réjouir avec vous tous du classement du Vallon du Clou situé sur la commune de Sainte Foy. Cette décision intervenue par décret le 25 mars instaure de manière définitive la protec-

tion du paysage et patrimoine humain de ce vallon.

• Denis Plaze, vice-président en charge pour le CAF d'Albertville de la protection de la montagne et du développement durable nous sensibilisera s'il en était besoin à ces sujets d'actualité qui engagent les futures générations.

Si la protection de la montagne est une vraie préoccupation, nous veillons à ne pas avoir une vision caricaturale l'opposant au développement économique. Les stations de ski au-delà de la dimension sociale et économique constituent pour nos jeunes notamment, une porte d'entrée des sports de neige et un moyen de découvrir l'environnement montagnard. Le CAF d'Albertville, au travers de son école de ski animée par Janine Husson en est le témoin.

Rédiger un édit est aussi un exercice personnel et je ne peux résister à l'envie de vous faire part de quelques moments de bonheur vécus cet hiver.

• En tout premier lieu la Grand Arctissime qui pour sa quatrième édition a connu un immense succès réunissant dans une même ferveur 260 participants, skieurs de randonnée et pratiquants de la raquette ; un événement festif et sportif qui permet de mesurer la beauté et les potentialités des mas-

sifs qui entourent le bassin Albertvillois

• Le Grand Parcours ski de montagne organisé sur le site mythique d'Arêches. Piloté par le Comité Départemental de la Savoie 130 participants ont pu au travers des différents ateliers découvrir ou revisiter les conditions d'une pratique de la montagne en sécurité

Ces deux événements ont mobilisé de nombreux bénévoles de notre CAF, bénévoles sans qui l'organisation d'événements, la transmission de compétences ne seraient possibles. Bravo.

#### **Pour conclure... en deux points**

• Je voudrais saluer le véritable renouveau de la commission Alpinisme pilotée par Claire Muller et Ulrik Launay. Un programme diversifié ayant pour objectif de pratiquer cette discipline en terrains variés et répondre aux différents niveaux des adeptes

• La communauté de communes de la région d'Albertville entreprend dès cet automne la réhabilitation de la Halle Olympique ; un bâtiment qui abrite une structure artificielle d'escalade exceptionnelle où de nombreux jeunes Albertvillois ont bâti leurs succès sportifs. Une nouvelle structure permettra dans deux ans de prolonger cette ambition voulue il y a plus de 20 ans par nos prédécesseurs.

*Jean-Pierre Saint Germain,  
Président du Club Alpin Français d'Albertville.*

Pour prendre contact, venez nous rencontrer à notre permanence, tous les vendredis de 18 h30 à 20 h. Vous pourrez vous informer, y rencontrer les différents responsables d'activités, vous inscrire au club et aux sorties du week-end.



# PARC DE LA VANOISE

## Interview d'Emmanuel Michau Directeur du Parc National de la Vanoise.

*Le PNV fête en cette année 2013 son cinquantième anniversaire, quel est le bilan de ces cinquante années ?*

Il me semble utile en premier lieu de rappeler ce qu'est le PNV dans son origine et au fil de son histoire.

Le Parc National de la Vanoise a été créé en 1963, il constituait le premier parc français près d'un siècle après la création des premiers parcs aux Etats Unis (Le parc de Yellowstone en 1872.NDLR). Cela a entraîné pour le PNV une double exigence : la créativité et l'exemplarité sur son territoire. D'une situation isolée, il a été ensuite amené, avec l'essor des autres espaces protégés à s'ouvrir à des coopérations inter parcs sur le plan national et international avec du transfert d'expériences profitables.

Cinquante années après, le bilan est important, il est marqué tout à la fois par des avancées notables mais aussi par des zones de progrès que nous identifions aujourd'hui clairement.

Au titre des avancées notables, je citerai le maintien de l'intégrité territoriale du cœur, l'évolution de ses paysages de sa faune et de sa flore, les acquis en matière de connaissance, de résultats de recherche, enfin son impact économique.

Le maintien de l'intégrité territoriale du cœur de Parc était notre vocation première dans un contexte où les zones périphériques exerçaient une forte pression dans le cadre du plan neige qui a permis de créer le plus vaste domaine skiable du monde facilitant ainsi le maintien

des populations locales et de développement économique des vallées. Maintenir l'intégrité paraît simple mais nécessite en fait une attention et un dialogue de tous les instants.

Les évolutions en cinquante ans sont notables. La plus visible est l'évolution de la faune. En 1963, le Parc accueillait 60 bouquetins et 450 chamois ; l'aigle royal était rarissime. Cinquante années après, nous dénombrons 1600 bouquetins, 4000 chamois, 40 couples d'aigles royaux et nous avons bénéficié de la réintroduction du gypaète barbu dans les Alpes ; trois couples sont installés sur le territoire du parc. Cette évolution de la faune a bien entendu profité aux zones périphériques et a permis de participer à des réintroductions dans d'autres massifs (Ecrins, Vercors, Chartreuse pour le bouquetin). Les paysages façonnés par l'activité agricole restent valorisés, la production du Beaufort a fortement marqué nos alpages tout en préservant voir en complétant la richesse de la flore. Le patrimoine aussi est mieux connu et suivi, y compris en aire d'adhésion. Les données en seront bientôt accessibles par internet.

L'impact économique du Parc est moins connu mais il est tout aussi important. Le PNV est un acteur économique local avec sa centaine de salariés permanents ou saisonniers et ses programmes d'aménagement ou d'entretien (refuges, sentiers, centres d'information) permettant de



contribuer à l'activité des entreprises locales. Cependant l'impact économique majeur est indirect, il est induit par la fréquentation touristique du Parc (750 000 visites dénombrées du 15 juin au 15 septembre 2011). Cela produit des retombées économiques à la fois sur le réseau des refuges (16 refuges PNV sur un total de 24 dont quatre "refuges portes") mais aussi sur l'ensemble des hébergements et des commerces installés dans les communes riveraines du cœur de Parc et sur les professionnels guides et accompagnateurs. Rappelons que les activités de pleine nature représentent en Savoie près de 700 équivalents temps plein de professionnels et génèrent un chiffre d'affaire de l'ordre de 40 millions d'euros (étude ATD 2011). La part de la Vanoise est importante dans ces chiffres.

La plus belle illustration de ce bilan nous vient des enquêtes effectuées auprès des usagers du Parc ; ces enquêtes révèlent une bonne image du PNV auprès des visiteurs.

Cependant nous identifions également des zones d'ombre qui constituent pour nous des zones de progrès.

Depuis leur origine, les Parcs Nationaux, même s'ils ont noué des partenariats en aire d'adhésion, ont beaucoup focalisé leurs actions et leur communication sur les cœurs de Parc. La conséquence est que l'intégration avec les populations locales est mitigée. Ce constat est partagé avec l'ensemble des Parcs Nationaux. Cependant le PNV a des spécificités qui ont amplifié



cette situation. Historiquement, le cœur de parc a intégré plus de zones privées, avec de nombreux chalets d'alpage. Cela a créé "un sentiment de dépossession" et nécessite plus qu'ailleurs des autorisations, pour gérer la circulation des véhicules et/ou pour des aménagements en particulier. Le caractère plus développé de l'aire d'adhésion par son activité touristique d'hiver a également créé moins de lien que dans des parcs plus ruraux. Enfin le parc n'est pas toujours accepté dans ses missions de préservation des espèces protégées pour le compte de l'Etat en aire d'adhésion (Ex zones périphériques du Parc. NDLR) et à mesurer leur impact sur le cœur de Parc.

Enfin, si la fréquentation et son corrolaire le risque de "sur fréquentation" sont maîtrisés, nous sommes inquiets de constater comme tous les acteurs de la montagne que les jeunes générations fréquentent de moins en moins nos massifs alpins.

**Au regard de ces "zones de progrès", comment imaginez-vous les cinquante prochaines années ?**

Imaginer les cinquante années à venir n'est pas facile, la prédiction est



un exercice difficile. Cependant les perspectives d'actions ne se puisent pas seulement dans ces zones de progrès. D'abord il y a la maîtrise des évolutions : Evolution des nouvelles pratiques de la montagne (raquettes à neige, parapente, ski hors piste...) de plus des activités qui sont de plus en plus "zappées". Sur ce plan la FFCAM est un acteur essentiel, en particulier en raison de sa politique de formation pour une pratique de la montagne responsable et respectueuse de l'environnement. Evolution de la fréquentation, les jeunes, les personnes à mobilité réduite, nous faisons à cet égard un travail considérable sur l'accessibilité



du Parc. Il nous faut reconquérir nos supporters de demain.

Evolution des pratiques agricoles avec une probable intensification voir extension des alpages exploités tout en maîtrisant la cohabitation avec la faune sauvage et le maintien de la naturalité de la haute montagne.

Evolutions induites par le changement climatique. Les glaciers sont en forte régression, cela aura des conséquences essentielles sur les ressources en eau et impactera les communes riveraines qui sont de plus en plus en demande de ressources en eau. Le réchauffement climatique a également des effets sur la flore et la faune, les limites forestières, la disparition progressive des zones humides remarquables, des combes à neige. Nous devons observer ces évolutions à travers des observatoires des lacs d'altitude, l'identification "d'alpages sentinelles" et devons créer des territoires de référence pour mesurer les changements à travers des réserves intégrales.

Puis il y a ces zones de progrès. La charte d'adhésion en cours a fait couler beaucoup d'encre. Cependant il nous faut poursuivre quant au défi que constitue l'intégration du PNV sur le territoire. Le PNV ne peut agir de manière isolée. Les SCOT (Schéma de Cohérence Territorial. NDLR) ont un rôle d'orientation essentiel à jouer, ils sont les lieux d'écoute partagée et de définition conjointe de l'avenir. Les communes riveraines du Parc continueront à aménager, elles peuvent trouver dans les expertises du PNV des conseils quant à leur développement durable, une anticipation pour mieux gérer les espèces protégées et faire de contraintes environnementales des atouts forts, en particulier pour une meilleure

fréquentation estivale.

**Quelles sont les manifestations organisées à l'occasion des 50 ans du Parc ?**

Ce sont celles à notre initiatives et celles à l'initiative de nos partenaires.

Le Parc organisera toute une série de manifestations dont le point d'orgue se déroulera à Termignon le 7 juillet. Une ascension de la Dent Parrachée sera entreprise par des cordées de jeunes avec le CAF. Cette ascension pourrait être retransmise en direct dans un "village du Parc" à Termignon. Par ailleurs il y a un projet consistant à un croisement de collégiens issus de la Maurienne et de la Tarentaise avec nuits en refuge, une exposition de plein air à Chambéry, ville des montagnes.

Enfin il y aura les initiatives de nos partenaires pour fêter le parc, nous avons lancé un "appel à projets" pour des manifestations labellisées, pour des "balades étonnantes".

Je sais que la FFCAM va nous proposer plusieurs manifestations et je souhaite dire combien le partenariat avec les clubs CAF nous est cher.

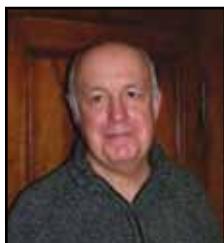
Le CAF fut dès les années 60 l'une des associations ayant le plus contribué à la création du PNV et nous partageons une même culture de la montagne et de sa protection : culture de l'éducation à la responsabilité.

**Propos recueillis par Marie Cavaliere et Denis Plaze**



# Pourquoi et comment le CAF est-il engagé dans la protection de la montagne et son développement durable ?

**Denis Plaze vice-président chargé de la protection de la montagne et du développement durable, pouvez nous dire ce qui a motivé votre engagement au CAF ?**



La montagne a toujours été pour moi un lieu de pratiques sportives diversifiées mais aussi et surtout un lieu d'émerveillement.

Emerveillement des saisons, des paysages, de la flore et de la faune, un lieu de silence et de recueillement. Après une activité professionnelle bien remplie, lorsque j'ai proposé à Jean-Pierre Saint Germain de consacrer du temps de bénévolat au CAF et qu'il m'a proposé le volet protection de la nature et développement durable, ma motivation était déjà toute construite.

**Pourquoi la FFCAM est-elle engagée dans la protection de la nature ?**

Depuis sa création, le CAF a une forte légitimité dans le dossier de la protection de la nature et ce, au moins pour deux raisons :

- Ses membres sont des "utilisateurs de la montagne" pratiquant de multiples activités. Ils représentent une "masse" importante d'usagers au niveau national répartie sur tout le territoire (plus de 1000 adhérents au CAF d'Albertville, environ 6000 pour les clubs de Savoie). De plus, ce sont des "utilisateurs" tout au long de l'année, au fil des quatre saisons.
- Par ailleurs le CAF est, depuis sa création, un "aménageur de la montagne" par la création d'un réseau de refuges et d'hébergements avec une préoccupation constante quant à leur impact sur le milieu. A ce jour le refuge de la Croix du Bonhomme en est un bon exemple (énergies renouvelables, questions sur les effluents...).

Aujourd'hui il existe de nombreuses associations menant des actions qui s'inscrivent dans des mêmes objectifs. Sur le plan local, nos partenaires sont notamment Vivre en Tarentaise, la FRAPNA, Mountain Wilderness... Une des missions du CAF est donc de travailler dans le cadre de ce partenariat. Mais nous gardons nos singularités liées à notre projet associatif : être un lieu de formation aux pratiques de la montagne poussant à l'autonomie et à la responsabilité. Par ailleurs, les enjeux le plus souvent dépassent un club local et notre partenariat doit s'inscrire dans un périmètre élargi au département, à la région, aux actions nationales, la lutte contre le bruit sous toutes ses formes en est un exemple emblématique.

**Quelles sont les actions et projets en cours sur lesquelles le CAF d'Albertville est engagé ?**

Le CAF d'Albertville est depuis des années engagé dans un nombre d'actions diversifiées que l'on peut classer dans deux catégories : des initiatives visant à la protection de la montagne et des actions contentieuses.

Concernant les initiatives, je me contenterai d'en citer quatre :

- Avoir la préoccupation de l'impact écologique de chacune de nos activités. Le Trail d'Albertville en est un bon exemple, il bénéficie du label "manifestation sportive de nature et développement durable" délivré par les services de l'Etat.
- Proposer que nos adhérents deviennent des "observateurs éco vigilants" au cours de leurs activités de montagne. Il ne s'agit pas de créer un réseau de délation mais à l'image de ce qui se pratique en Autriche, alerter quant aux atteintes à la montagne. Le CAF pourrait recueillir ces informations et les traiter avec les autorités compétentes. Ceci doit être expliqué et organisé, avec par exemple un livret explicatif pour savoir quelles sont les différentes agressions de l'environnement et comment les noter sur le terrain.
- Organiser un événement phare à l'occasion du cinquantième anniversaire du Parc National de la Vanoise. Le projet est en cours de construction avec un comité de pilotage ad hoc. La manifestation se déroulera à l'automne et cherchera à réunir une projection d'un film emblématique, un débat ainsi qu'un concours

ouvert aux scolaires du bassin Albertvillois ainsi qu'aux adultes. Des détails seront donnés lors de la diffusion de la prochaine "News letter".

- Enfin réaliser un projet local puis départemental de cartographie des sites dits "sensibles" et conseils sur les conduites à tenir lors de l'organisation de nos activités.

**En ce qui concerne les actions contentieuses, nous sommes engagés aux côtés de nos partenaires sur quatre sujets d'actualité :**

- Notre implication dans l'enquête publique concernant la **Charte du parc national de la Vanoise** (voir la news letter de mars 2013). Le législateur a souhaité mieux inscrire les Parcs dans leur contexte local. Les conseils d'administrations sont désormais majoritairement constitués d'élus locaux, la charte vise à mieux définir les interactions entre le Parc et ses communes riveraines. Partout le débat a été serein sauf en Vanoise. Le PNV est particulier car il est entouré du plus grand réseau mondial de stations de sports d'hiver. Dès lors, le PNV est vécu par certains comme "un gêneur" quant à leurs projets de développement. A ce jour, après 3 ans de travail et le rejet de la charte par de nombreux conseils municipaux, une commission d'enquête (+ de 3000 contributions à la commission !) est close et les conclusions seront rendues fin avril. Le CAF, à tous ses échelons, a émis une position favorable à la charte en s'éloignant d'une position simpliste consistant à opposer développement économique et protection de la nature.
- Le classement du Vallon du Clou pour lequel le CAF est mobilisé depuis des années aux côtés de ses partenaires.
- Le projet d'extension du domaine skiable de la station de la Rosière à travers l'équipement du Mont Valezan. Un recours est en cours de traitement mais un permis de travaux a été délivré par le maire, une réunion avec la sous-préfète d'Albertville est prévue fin mars.
- Le problème du bruit en montagne. Cela concerne les motoneiges, les motos, les quads, les 4x4. Le CAF a été interpellé par leur fréquentation au-dessus du Fort du Mont à l'insu d'une interdiction par la loi et de la présence d'une faune fragile. De même à Valmorel un terrain leur est dédié et ceci de façon hors la loi. Ces actions ne peuvent qu'être inter associatives.

**Propos recueillis par Marie-Claude Laurent, nouveau membre de notre Comité de Rédaction**



Le vallon du Clou, fermé par les pointes d'Archeboc et Ormelune



## PAYSAGES ET LUMIÈRES DE VANOISE...



# Pointe de Labby

3521m

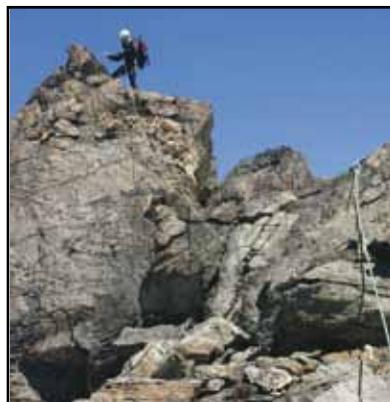
## "L'arête du soleil"

ou

Labby ne fait pas le moine

La pointe de Labby par l'arête du soleil est une fort belle course, pas franchement difficile (cotation AD) avec un passage en 4C (4B obligé) et très bien équipée pour ceux qui ne souhaitent pas s'encombrer d'une quincaillerie trop pesante. Mais il n'est pas interdit aux puristes de faire fi des plaquettes ; en ce cas, il leur faudra se munir de coincesurs, de sangles et d'au moins 6 dégaines.

La course peut se faire à la journée (une



bien bonne journée tout de même) à condition de partir du refuge de la dent Parrachée ou à défaut de celui du fond d'Aussois.

De l'un ou de l'autre refuge rejoindre le lac du Gényépy (la mare, la flaque ou le borbier du Gényépy selon la saison...). En suivant des cairns qui nous donnent le sentier à travers le pierrier, il faut rejoindre le glacier de Labby (un petit glacier). Nous évoluons à plus de 3000 mètres, le cheminement sur le glacier passe de droite à gauche (nord, est, nord si vous préférez) pour débou-



cher au col de Labby à 3328 mètres après un passage à 40° tout de même. Il faut bien compter deux ou trois heures pour prendre pied sur le glacier suivant, celui de la Mahure qui se trouve juste derrière le col. En partant à flanc, par une longue traversée et un raidillon qui se mérite (plus de 40°) on arrive au passage de Rosoire, une brèche sous la pointe du Gényépy. C'est là que l'on commence à tâter du caillou, du beau caillou, du micaschiste à priori (argillite très métamorphisée à base de quartz et de paillettes de mica, un peu de culture ne doit pas nuire) . A corde tendue on suit assez logiquement le fil de l'éperon gauche jusqu'à une autre petite brèche d'où part véritablement l'aventure (il semble être possible de partir directement de là, ce qui permet d'éviter le passage de Rosoire). On franchit un mur d'une dizaine de mètres (4B). La suite est plutôt évidente plus ou moins sur le fil de la crête en direction de l'ouest. L'itinéraire débouche sur un ressaut, puis une vire et il faut repérer la fissure que l'on doit remonter (10 mètres). Pour varier les plaisirs on enchaîne par une

petite dalle. De là on reprend au mieux le sommet de l'arête. Profitez-en pour jeter un œil au panorama, un petit regard à la dent Parrachée ou les pointes du Gényépy. Je me suis toujours demandé d'où venait ce nom de Parrachée et bien je suis toujours dans l'expectative, soit cela vient du patois pareis qui veut dire paroi (P.Col) , d'un certain Parrachay né à Dijon ou enfin selon une vieille source sarde d'un glacier appelé Parrachez, situé plus au nord. Et moi qui pensais que cela venait du paraclét, le consolateur biblique. Bref, de l'arête, on voit bien sa face nord. Le plus difficile à partir de là est de repérer le relais du prochain rappel d'une dizaine de mètres. Cette "manip" réalisée, il faut s'attaquer à une belle pointe par une cheminée cotée 4C. On reste sur l'arête jusqu'au second rappel (20 mètres). On part à droite et l'on gravit une nouvelle pointe. Le cheminement est assez logique d'autant que les plaquettes nombreuses indiquent bien le passage. On arrive à un troisième rappel (facultatif pour les plus lestes, la désescalade est possible). Le sommet de la pointe de Labby n'est plus très loin, mais il reste encore un petit rappel avant l'ascension finale pour enfin culminer à 3521 mètres.

La descente se fait en suivant la voie normale de montée. On rejoint une antécime et on suit sa croupe jusqu'au glacier. La course est variée, d'ampleur, elle offre toutes les facettes de l'alpinisme dans un cadre superbe, franchement que demander de plus.

Hervé Delcher



**Exposition** : Course d'arête au soleil toute la journée

**Point de Départ** : Refuge de la Parrachée

**Dénivellation** : 1000m du refuge au sommet de la Pointe de Labby

**Difficulté** : AD,4C maximum en excellent rocher.

Neige et rocher. 400 mètres de longueur. Belle course d'arête aérienne et variée en escalade, désescalade, 4 rappels (3 de 10m et 1 de 20m).

**Équipement** : les rappels et relais sont équipés

**Matériel** : 1 piolet, crampons, broches, 1 brin de 45m, casque, 6 dégaines, grandes sangles

**Horaires** : Du refuge au col de Rosoire : 3 heures

Du passage de Rosoire à la Pointe de Labby : 3 à 4 heures

**Descente** : 2 heures de la Pointe de Labby au Refuge de la Parrachée.

# TOPO RANDO-PeDESTRE

## Col du Génép (2903m)

Bel itinéraire en boucle qui permet de découvrir les glaciers de Rosoire et du Génép perchés au-dessus de la vallée des Prioux.



Du parking du Pont de la Pêche, emprunter le large chemin carrossable de gauche (interdit à la circulation) qui rejoint rapidement les chalets de Montaimont. Suivre ensuite le sentier de gauche, direction refuge de la Valette, jusqu'au plan des Bos, puis se diriger à droite vers le cirque du Génép, par un sentier qui surplombe le plan de la Somaz. En juin, on peut admirer, dans les pentes proches du sentier de très beaux lys martagon. La pente se redresse pour franchir un ancien verrou morainique, et déboucher dans le cirque du Génép. Sur un petit replat, à l'entrée du cirque, se trouvait le petit refuge du Génép, emporté par une avalanche en 1981. De là, on peut observer les glaciers qui ferment le cirque et avec quelques précautions apercevoir quelques uns des nombreux chamois qui peuplent



les versants du Roc du Blanchon. Les moins bons marcheurs ou les plus contemplatifs peuvent fort bien s'arrêter dans le cirque pour jouir de son magnifique panorama. Pour les autres, vers 2350m, le sentier se redresse ; un peu plus haut, laisser à main

droite le sentier qui mène vers la pointe Ariande, pour suivre la petite sente morainique, un peu plus raide. Les moraines sont constituées de blocs de roches



plus ou moins gros et de galets, arrachés à la montagne par le glacier. Sur le sentier, les cailloux et le sable roulent sous les chaussures, ce qui ne facilite pas toujours la progression ! Un replat bien dégagé puis quelques pentes faciles encore enneigées en début de saison permettent d'accéder sans difficulté au col du Génép (2903 m) que des chamois gardent jalousement en épiant les intrus !

Au col du Génép un cairn imposant marque le passage qui permet de franchir la Crête de l'Argentine.



De l'autre coté du col, c'est le vallon de Rosoire et plus haut, le glacier et le passage homonymes par où se faufile l'itinéraire qui permet aux randonneurs



glaciaires et skieurs de montagne de prendre pied sur les Dômes, entre les pointes de Labby et du Génép.

Ce sera pour une autre fois...

Sous le col, coté Rosoire, un petit lac s'est formé dans un creux, qui n'est pas marqué sur la carte. Il y a peu, le glacier descendait jusque là. La descente se poursuit à travers des éboulis où l'on trouve des blocs aux formes étranges.

On retrouve alors le sentier qui arrive du Col d'Aussois, un des itinéraires du Tour des Glaciers de la Vanoise, qui passe par les chalets d'alpage du Ritord, puis le refuge du Roc de la Pêche où l'affluence des randonneurs et des promeneurs est parfois impressionnante !

Au final, une rando très peu fréquentée qui fera le bonheur des amateurs de la faune très présente et d'une flore remarquable de diversité.

*Alain Bénéteau*

**Point de Départ** : Parking du Pont de la Pêche (Pralognan, vallée des Prioux)

**Dénivellation** : 1150m du pont de la Pêche au Col du Génép

**Difficulté** : P2T2 : parties hors sentier à la descente.

**Horaires** : Du parking au col : 3h/3h30  
Descente et Retour au parking : 3h.

Au total, une boucle à l'écart des foules de 5/7h de marche.



**Banque de Savoie**  
TOUT NOUS RAPPROCHE

<b>Albertville Centre</b> 62, rue de la République 73200 Albertville Tél. 04 79 37 78 81	<b>Albertville Sauvay</b> 735, avenue Joseph Fontanet 73200 Albertville Tél. 04 79 32 51 96
---	--

Agence ouverte du mardi au samedi  
Distributeur Automatique de Billets

Agence ouverte du lundi au vendredi

www.banque-de-savoie.com



**ALBERTVILLE**  
**Bracq**  
Opticiens  
Tél. 04.79.32.39.04



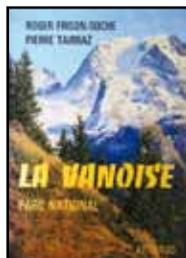
# BIBLIOTHEQUE

Une sélection d'ouvrages sur la Vanoise, disponibles à la bibliothèque du club et présentés par Charles Dazza.



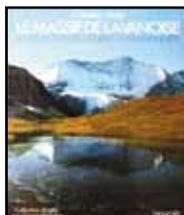
## Découvrir le patrimoine naturel de Peisey-Nancroix

Un inventaire des richesses naturelles de la commune : Villages et hameaux, prairies, landes, forêts et alpages. Faune et flore ; les espèces qui s'y développent et les animaux qu'on y trouve.



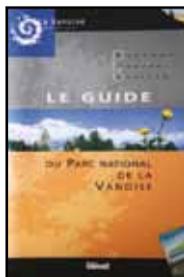
## La Vanoise Parc National

*Roger Frison-Roche et Pierre Tairraz*  
L'un et l'autre Savoyards et montagnards ont su rendre l'atmosphère privilégiée de cette Vanoise qui accueille le visiteur et l'invite au retour.



## Le Massif de la Vanoise

*Les 100 plus belles courses et randonnées de Charles Maly*  
Alpinisme, randonnée, escalade. Des itinéraires précis dans tout le massif pour profiter au mieux de toutes les possibilités de ce splendide terrain de jeux.



## Le Guide du Parc National de la Vanoise

livre qui aiguise la curiosité et guide qui donne envie de marcher avec ses 40 itinéraires de randonnée facile qui permettent de découvrir les richesses du premier parc national Français.



## Pralognan la Vanoise

*vie journalière et alpinisme de 1860 à 1914 de Jacques De Leymarie*  
Mémoires et documents, agrémentés de photos et gravures d'époque. Les mutations d'un village de montagne.



## Trente-Planes Roman de Juliette Airel

Les conditions de vie d'une jeune institutrice dans un village reculé de montagne : une intense poésie se dégage de ces pages que l'on vit plus qu'on ne les lit...

La bibliothèque est accessible lors des permanences du vendredi soir de 18 h 30 à 20 h dans la limite des disponibilités des bénévoles ; les ouvrages peuvent être empruntés pour une durée de 3 semaines. Ouvrages et cartes peuvent être consultés sur place. Des volontaires sont souhaités pour aider à tenir les permanences. Plus d'infos : <http://caf.albertville.online.fr>

**LA FERME DU COTEAU**  
73460 TOURNON

Pommes, Poires,  
Jus et Marmelades

Vente à La Ferme → Mercredi Après-Midi  
Vendredi Après-Midi  
Samedi Matin

**AB**  
AGRICULTURE  
BIOLOGIQUE

04.79.31.48.35 / 06.20.51.29.25

**LiBRaIRie**  
*des Bauges*

Tous vos livres de montagne, les topos  
d'escalade, les guides et cartes.

104 rue de la République 73200 Albertville  
tel : 04 79 32 00 91

**SAVOIE AVENTURE**  
SPECIALISTE  
DES SPORTS  
DE PLEINE NATURE

Individuels - Groupes - CE - Séminaires

Tel : 04 56 41 10 99  
[www.savoie-aventure.com](http://www.savoie-aventure.com)

# Vers un avenir radieux de l'escalade à Albertville

Le projet de rénovation de la Halle Olympique va bouleverser profondément les habitudes des grimpeurs du CAF d'Albertville. Dans un premier temps, nous aurons à faire face à l'indisponibilité du mur pendant la durée des travaux, c'est-à-dire pendant deux saisons.

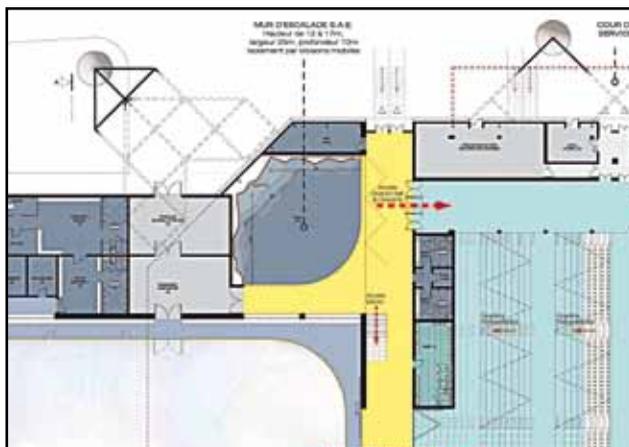
Qu'allons-nous découvrir à la rentrée 2015 ?

## Une nouvelle SAE (structure artificielle d'escalade) ; la grimpe en toute liberté.

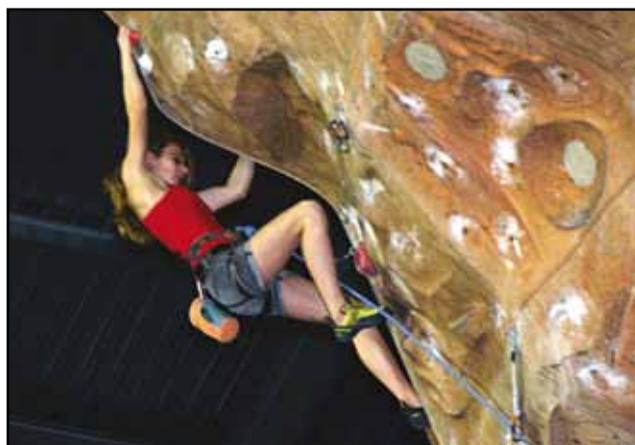
Un mur flambant neuf dans un espace dédié et indépendant! La Co.Ral a tenu largement compte des remarques faites par les utilisateurs lors des multiples réunions de concertation préalables à l'élaboration du projet. Cette concertation se poursuivra d'ailleurs pendant toute la durée des travaux. Nous pouvons nous réjouir de cette démarche constructive et citoyenne de Co.Ral dans laquelle le CAF d'Albertville a toute sa place.

### Le cahier des charges retenu est le suivant :

Le nouveau mur doit retrouver en hauteur et inclinaisons les caractéristiques qui ont fait la renommée de l'ancien mur (17m de hauteur max) mais l'augmentation de la surface de



*l'emplacement du nouveau mur d'escalade dans le projet de rénovation de la halle olympique, à la place du bar actuel*



grimpe profitera aux pratiques de découverte, d'initiation et d'escalade loisir qui font cruellement défaut aujourd'hui (nous passerons à un mur de 35 m de large).

L'autre changement important est l'emplacement du nouveau mur qui correspond à celui de l'actuelle buvette, dans un espace indépendant et protégé qui permettra de réduire les fermetures à un strict minimum. Comme d'habitude, le CAF sera étroitement associé à la définition des profils définitifs.

En gros, c'est fromage, dessert et cerise sur le gâteau ... **Le maintien de l'escalade est assuré**, mais en attendant il va falloir se priver de mur pendant deux saisons ; ça sera dur ! A l'heure de la rédaction de ces lignes, des pistes sérieuses sont à l'étude pour une mise à disposition d'une structure de pan temporaire sur le bassin albertvillois. Une fois de plus, nous pouvons noter une parfaite collaboration entre la ville d'Albertville, Co.Ral et le CAF . A l'heure de la publication, je pense que nous pouvons confirmer la construction d'un pan provisoire dans une salle de 60m<sup>2</sup> ou plus. Pour ce faire,

nous utiliserons au mieux les éléments existants à la Halle (prises, panneaux de bois, etc.) et nous ferons appel aux bénévoles pour nous aider. Mais ce qui compte avant tout pour nos membres c'est que l'activité escalade du CAF soit maintenue grâce à ses deux structures : Gymnase du centre ville et pan temporaire.

### Une fin en beauté

Nous avons souhaité accompagner la mise à la retraite de ce mur mythique par une belle fête de la grimpe, qui se déroulera le samedi 8 juin toute la journée à la Halle. Baptisé "**the last one**", Dernier d'une longue série de brillantes compétitions (rappelons simplement les nombreux Opens jeunes, deux Coupes de France, plusieurs Championnats de France), cet événement se déroulera sous forme d'un contest convivial.

Celui-ci sera accessible à tous et notamment à tous ceux qui ne pratiquent pas la compétition. Chacun choisit son niveau de grimpe – de débutant à expert, puis réalise 5 voies dans son niveau pour lesquelles on dispose de 6 essais au total. Ca sera donc les 6 dernières voies réalisées sur le mur. Il y aura une finale pour les meilleurs, de la slackline, et de l'ambiance! Attention toutefois, comme d'habitude sur l'ancien mur, les places sont limitées. Inscrivez-vous au plus vite !

*Kurt Nagel*



# ECOLE D'AVENTURE 13/18 ANS

L'école d'aventure, une aventure humaine pour nos apprentis montagnards...



**Nos objectifs :**

- Initier ou perfectionner les jeunes aux sports de montagne
- Sensibiliser ceux-ci sur cet environnement fragile
- Leur transmettre les connaissances nécessaires à chaque pratique (sécurité, évolution...).
- Devenir autonome pour pouvoir évoluer en toute sécurité dans l'avenir



Mathilde, Louisa, Jérémy, Siméon, Etienne, Brendan, Simon et Ben, voici nos 8 jeunes apprentis montagnards. Âgés de 14 à 16 ans, tous motivés pour gravir les sommets de nos massifs.

La saison d'hiver se termine peu à peu; cascade de glace, tournoi de la Gorzderette, ski nordique et ski de randonnée ont été au programme cet hiver...

*Infos auprès de Cédric Charbonnier : 06.03.86.27.04*

## Programme printemps / été / 2013



Date	Activité	Massif	Lieu
Avril (date à définir)	Escalade	Entraînement grande voie	
8 mai	Escalade	Aravis	Crêt des Mouches
01 juin	Escalade	Bauges	Traversée de l'Arcalod
8/9 juin	Alpinisme	Beaufortain	Mont Tondu
Juin (date à préciser)	VTT	Beaufortain	
Juillet (date à préciser)	Canyon	Bauges	
Septembre (date à préciser)	Spéléo	Bauges	
Octobre (week end à définir)	Escalade	Lubéron	Dentelles de Montmirail



**ORGANISATION CONSEIL ASSURANCES**  
26, avenue des Chasseurs Alpins  
73200 ALBERTVILLE

Assurances Habitation, Dommages et Automobile. Responsabilité Civile. Prévoyance et Social. Retraite et Capitalisation. Toutes Assurances du Particulier et de l'Entreprise.

**Votre Contact :**

**Claudie BONAIVITACOLA**

Tél : 04 79 32 31 67 - Fax : 04 79 37 44 15  
E-mail : [claudie.gaudichon@oca-albertville.fr](mailto:claudie.gaudichon@oca-albertville.fr)



**CHAUSSURES  
MESERE**

Dépositaire

**MEPHISTO M**

Place de l'église - 73200 ALBERTVILLE

# ECOLE DE SKI "PETIT CAF"

Cette saison d'hiver 2013 nous a apporté un très bon enneigement avec de la bonne "poudreuse" mais dommage que le beau temps n'ait pas toujours été au rendez-vous. Par sécurité, nous avons été obligés d'annuler une sortie, ce qui n'était pas arrivé depuis plusieurs années. Notre Ecole de Ski labellisée par la FFCAM a encore connu cette année un gros succès ; le nombre d'inscrits est toujours en progression. 115 enfants ont suivi les cours dispensés par nos bénévoles formés à l'enseignement et renforcés par les moniteurs ESF de Crest Voland. De très bons résultats ont été obtenus cette année dans tous les tests du flocon au chamois.

## Résultats des tests ESF 2013

**Flocon :** Cariou Iris, D'Hert Elliott, Dunoyer Maïeul, Hayoz Lou, Jarre Amélie, Moreno Léna, Avriillier Maxime, Rodiant Mathieu, Touchard Théo.

**1ère étoile :** Cavigneau Hugo, Recordon Mathis, Déglise Jean, Fourny Anatole, Girard Maël, Lamulle Maël, Lassuye Léa, Levét Alexandre, Malheiro Juliette, Merge Pauline, Picollet Nils, Rodriguez Lou, Ruda, Manon, Soulier Justine, Triollet Emma.

**2ème étoile :** Bossu Arsène, Boucherand Joy, Ciferman Maïka, Clavel Benjamin, Duc Alexandre, Duc Maxime, Emanuelli Benjamin, Combaz Tony, Gillard Adrien, Gillard Simon, Guillot Tony, Hugonin Lucie, Jarre Gladys, Lamulle Yanis, Mérendet Maximin, Piffet Florian, Reydet Nathan, Samson Félix, Touchard Maël, Wieczorech Emy.

**3ème étoile :** Abate Noah, Demeo Manon, Desvarenes Marlène, Dunoyer Aloïs, Hugonin Emma, Lassiaz Valérie, Brunier-Coulin Océane, Mola Benoit, Mola Mickaël, Parcot Matthieu, Parcot Anatole Rizetto Célia, Rodriguez Elsa, Silvin Thomas, Vassault Adèle, Vinzi Samy, Fiastré Lilou, Besson Laura, Jarre Alexis.

**Etoile de Bronze :** Roger Dorian.



**Etoile d'Or :** Boivin Pierre-Alain, De Veyrac Igor, Fay Valentin, Bruneau Solène, Malheiro Manon, Rodiant Simon, Barcelo Thomas, Bonjean Lisa, Samson Elliott, Richiero Mathis, Maugis Timeo.

**Snowboard : découverte :** Cariou Galdric, Mor Paul. **1er degré :** Bellet Guillaume, Benne Damien. Piffet Aurélien. **2ème degré :** Traversier Aïnara, Rodriguez Léa. **3ème degré :** Jouslin Jérémy

**Flèches : Vermeil :** Boivin Grégoire, Vergne Robin, De Veyrac Aymar. **Argent :** Rodiant Thomas, De Veyrac Igor, Pachoud Clément, Contri Valentin, Boivin Pierre-Alain. **Bronze :** Hugonin Marie,



Maugis Timéo, Martinez Léna. **Fléchette :** Malheiro Manon, Lassiaz Zacharie.

**Chamois : Vermeil :** Vergne Robin. **Argent :** De Veyrac Aymar, Pachoud Clément, Contri Valentin, Contremoulin Mathilde. **Bronze :** Martinez Léna, Boucherand Enzo. **Cabri :** Lassiaz Zacharie.

Un grand bravo à tous ces jeunes qui ont bien mérité leurs médailles et à l'année prochaine.

Janine Husson

/ Spie batignolles sud est

**spie batignolles**

Direction régionale : 1091, avenue de La Boisse - 73024 CHAMBERY CEDEX  
Tél : 04 79 68 27 27 - Fax : 04 79 68 27 28

---

ENTREPRISE GENERALE / BATIMENT / TRAVAUX PUBLICS / PEINTURE

---

Siège : 68, chemin du Moulin Carron - B.P. 6 - 69571 DARDILLY CEDEX  
Tél : 04 78 66 35 00 - Fax : 04 78 66 35 10

**SAR**  
ENVIRONNEMENT

Négoce de métaux ferreux et non ferreux  
Démolition industrielle  
Location de bennes  
Gestion de déchets

**Richard GREIFFEMBERG**

Chemin du Vernay - 73460 Sainte Hélène sur Isère  
Tél : 04 79 32 47 42 - Fax : 04 79 32 86 85 - Port : 06 16 53 56 13  
E.mail : s-a-r@wanadoo.fr

# LYCÉE JEAN MOULIN : OPTION EPS

## "montagne évasion"

L'option montagne existe depuis des dizaines d'années au Lycée Jean Moulin. Son fonctionnement a évolué au cours du temps par respect des programmes et des textes de l'Education Nationale. C'est une option facultative choisie à partir de la classe de seconde (évaluée en cours de formation), qui se prolonge jusqu'en Terminale (coefficient 2 au BAC).



L'option "montagne évasion" fait le bonheur chaque année d'une cinquantaine de jeunes lycéens encadrés par deux professeurs d'EPS.

Elle s'appuie sur la pratique de deux activités :

- \* La course en dénivelé pour l'entraînement aux Trails et Cross Alps.
- \* La randonnée estivale et hivernale : lecture de carte, orientation, gestion de son effort, connaissance du milieu d'évolution...



A la pratique physique (3H hebdomadaires globalisées sur l'année scolaire) sous forme de sorties à la journée ou de plusieurs jours consécutifs, s'ajoute une formation théorique en salle et pratique sous forme d'ateliers sur le terrain.

Est inscrite également au calendrier des jeunes, leur participation (au travers de l'Association Sportive) au Challenge Pleine Nature et Raid des Lycées.

Un précieux partenariat entre le CAF d'Albertville et le Lycée Jean Moulin a été initié il y a une dizaine d'années. Il se traduit par un soutien régulier de bénévoles du CAF en encadrement et en formation théorique et pratique auprès des lycéens.

Depuis la rentrée de Septembre 2012, les optionnaires montagne ont traversé durant 3 jours une partie du massif du Mont Blanc, ont participé au Trail d'Albertville, se sont éprouvés sur diverses randonnées orientation, en run and bike, en ski de randonnée notamment lors de leur participation au GPS (Grand Parcours Ski) d'Arèches...et l'année est loin d'être terminée !

Cerise sur le gâteau, ces jeunes guidés et aidés de leurs professeurs, organisent au cours des trois années de formation un "voyage lointain", à la recherche d'autres reliefs, d'autres cultures et aventures. Cette année, 16 d'entre eux sont partis 12 jours randonner à la découverte d'une région très peu touristique du Maroc authentique : le massif du Siroua.

Une belle récompense pour ces jeunes qui s'épanouissent à travers l'effort, l'entraide et la vie de groupe, avides de découvrir les différentes facettes de la montagne été comme hiver.

Cathy Clouet

**TOPASTUCES**  
Informatique  
Le Service en plus!

Vente - Assemblage - Dépannage - Maintenance - Réseaux

Tél : 04 79 32 01 92  
Fax : 04 79 37 33 05  
contact@topastuces.com

95 Ave des XVIème JO  
73200 ALBERTVILLE

**DECATHLON**  
Albertville

1227 chemin de la Cassine  
73200 Albertville

# CANYON

Pour toutes les personnes intéressées par l'activité Canyon, merci d'envoyer un mail de demande d'inscription sur notre liste de distribution électronique "Canyon CAF Albertville" à cette nouvelle adresse : [bartcanyon@outlook.com](mailto:bartcanyon@outlook.com)

Une fois inscrits, vous recevrez 6 à 8 jours avant la sortie (le dimanche ou le lundi soir précédent) une proposition d'y participer avec les caractéristiques physiques de la sortie :

- Temps de la marche d'approche
- Temps de descente
- Hauteur maximale des rappels
- Temps de la marche de sortie
- Nombre de places disponibles
- Personne organisant la sortie avec ses coordonnées téléphoniques

Si vous voulez venir faire une sortie avec vos copains, qui ne sont pas forcément licenciés au CAF, c'est possible et il suffit de nous contacter sur l'adresse électronique suivante [bartcanyon@outlook.com](mailto:bartcanyon@outlook.com) afin que nous puissions vous proposer une sortie à la carte.

## Les rendez-vous de la saison :

• **4 et 5 mai et 8 et 9 mai** : stage de progression autonome autour du lac d'Anecy tarif 70 € (hébergement compris) déjà 4 inscrits.

• **21, 22 et 23 Juin** : 10ème Rassemblement Interfédéral de Canyon à Lescheraines en Bauges ; venez en famille découvrir l'activité lors d'un événement festif sur le massif.

• **Septembre / Octobre** : Stage "Grandes Verticales" en prévision si candidats intéressés.

En attendant de vous voir attachés à une corde sous une cascade.

*Tant que l'eau coulera de la montagne...*  
**B@rt**



# SPELEOLOGIE

Connaissez-vous des lieux encore inexplorés par l'homme, où l'on trouve parfois des vestiges préhistoriques, des salles de la taille d'une cathédrale, des formes géologiques surprenantes, des galeries parcourues par des rivières, où il est encore possible de découvrir des formes de vie inconnues ?

• Ces lieux existent sous vos pieds et la section spéléologie du CAF d'Albertville peut vous initier aux techniques permettant leur exploration.

• Une journée d'initiation en compagnie d'un professionnel sera organisée durant ce printemps, en fonction du nombre de candidats qui se manifesteront ; la date sera indiquée prochainement sur le blog de la

section spéléo <http://speleocaf73.canalblog.com/>

• Le traditionnel camp d'été aura lieu cette année du 3 au 11 août, sur la montagne de la Sambuy, et sera ouvert à toutes personnes désireuses de découvrir l'activité, quelque soit son niveau et son âge, au travers de la recherche de nouvelles cavités en surface, de la désobstruction d'entrées, ou de l'exploration de nouveaux réseaux.

Vous pourrez nous rejoindre pour une journée, grâce au télésiège de la station

qui vous amènera au refuge Favres, ou profiter de l'ambiance conviviale apportée par une nuit en refuge non gardé et participer aux projets d'exploration de cette montagne qui conserve encore le secret de nombreuses galeries souterraines inexplorées.

Camp d'été de la Sambuy, accès libre et gratuit au refuge, sur inscription auprès de la section spéléologie (prévoir son couchage et ses repas).

**Contact ; Yann Tual, 06 70 52 67 94**  
ou [ylaut@yahoo.fr](mailto:ylaut@yahoo.fr)



# ALPINISME - SAISON 2013

Pendant l'hiver (janvier et février), la section Alpinisme a proposé des sorties cascade de glace qui ont rencontré un vif succès :

- 2 sorties à la Tour de glace de Champagny et participation possible aux séances du Caf de Meythet grâce à un partenariat,
- 1 sortie en école naturelle aux Brévières,
- et un we grandes voies en glace dans le Val de Cogne. Un grand merci à Julien Spinato, Xavier Dusonchet et Hervé Jouannin pour leur encadrement.

Au printemps (mars et avril), 2 sorties goulotte, encadrées par un guide, ont été mises en place pour le groupe Confirmé (goulottes Pépite à la Petite Aiguille Verte, et Pellissier aux Pointes Lachenal).

Enfin, la pleine saison de l'alpinisme reprend son cours à partir de juin, afin de découvrir des terrains alpins variés tels que glaciers, arêtes rocheuses ou mixtes, voies d'escalade et via ferrata, à travers différents massifs, Vanoise, Haute Maurienne, Mont-Blanc, Ecrins ....

L'objectif du Caf étant de former les adhérents à l'autonomie, l'organisation de la section a été conçue dans une optique de progression : différents groupes de niveaux, avec un cursus incluant des écoles et des courses d'application en début de saison, puis les sorties des bénévoles.

*Responsables de la Commission : Claire Muller et Ulrich Launay*

Une réunion d'information aura lieu

**le vendredi 31 mai 2013, à 18h30, au lycée Jean Moulin**

Attention : Les inscriptions aux écoles, aux soirées manips et aux sorties encadrées par un guide seront prises à cette date là. (ne pas oublier sa carte du Caf et son chéquier !)

## Organisation générale et profils des groupes

Pour la saison 2013, le CAF d'Albertville vous propose 4 niveaux de sortie (Débutant, Initié, Avancé, Confirmé).

Les parcours correspondant à chaque groupe de niveau s'organisent de la façon suivante :

-Ecoles (neige, glace, rocher et terrain d'aventure) : 1 journée sur le terrain, et en complément, 3 soirées en gymnase.

-1 à 2 courses d'application encadrées par des bénévoles ou par un guide

-Les courses encadrées par les bénévoles

Attention, pour déterminer votre profil, lire attentivement les pré-requis demandés (condition physique et expérience technique), ainsi que les objectifs du parcours.

Changements par rapport à 2012 :

- Les Grandes Voies ne feront plus l'objet d'un cycle à part et seront intégrées dans le programme des différents groupes de niveau. Sorties réservées aux gens qui ont déjà l'habitude de grimper, au moins en SAE.

- Pour la Via Ferrata (gérée par Janine Husson, qui sera aidée de Laurent Courtois), les personnes intéressées auront les informations le jour de la réunion de présentation.

### 1. Parcours Débutant (bleu) :

**Objectifs** : réaliser, en tête ou en second, des courses niveau F (facile), en randonnée glaciaire et arête rocheuse facile.

Initiation au cramponnage, aux nœuds et encordements...

**Public** : débutants. Attention, matériel individuel à se procurer (crampons, piolet, casque...)

**Condition physique** : être capable de randonner 1200 m, à environ 400 m / heure.

Attention, la pratique de l'alpinisme nécessite un entraînement physique régulier.

**Expérience technique** : aisance en randonnée hors sentier (pierriers, pentes d'herbe...)

Pour les personnes doutant de leurs capacités en rando alpine, une sortie Initiation au Terrain Varié est proposée en début de saison.

**Avoir suivi** :

- l'école de neige sur le terrain. En complément, 2 soirées en gymnase permettront un approfondissement des techniques d'encordement et de sécurité sur glacier.
- une des 2 courses d'application.

### L'ÉQUIPE DES ENCADRANTS

#### Encadrants bénévoles :

- Courtois Laurent
- Crambade Jean-Luc
- Delcher Hervé
- Dusonchet Xavier
- Foulquier Thierry
- Giacomelli Sébastien
- Hauwel Mathieu
- Husson Janine
- Jouannin Hervé
- Launay Ulrich
- Mazzone Igor
- Muller Claire
- Muller Jean-Marie
- Petit Jean-Paul
- Spinato Julien
- Vergne Daniel

#### Coencadrants :

- Boulesteix Emilie
- Buelle Alban
- Gomez Catherine
- Maître Olivier
- Sere Cyrille

Et des guides de haute-montagne pour nous aider dans notre objectif de formation

### 2. Parcours Initié (jaune) :

**Objectifs** : réaliser, en tête ou en second, des courses niveau PD en neige, mixte et arêtes rocheuses, AD ou D- en escalade.

Seront abordés les points techniques suivants :

- en neige et mixte : gérer une cordée en milieu glaciaire, aborder le cramponnage en pente raide, les arêtes faciles de neige et mixte.

- en rocher : maîtriser les encordements, l'assurage en mouvement, initiation au relais et au rappel, grandes voies faciles.

**Public** :

**Condition physique** : être capable de randonner 1500 m, à environ 400 m / heure .

**Expérience technique** : Petite expérience de second en course de neige ou en rocher facile.

Pour les grandes voies d'escalade, niveau 5a/b en second.

**Avoir suivi** :

- l'école de neige sur le terrain. En complément, 2 soirées en gymnase permettront un approfondissement des techniques d'encordement et de sécurité sur glacier.
- l'école de rocher. En complément, 1 soirée en gymnase permettra un approfondissement des techniques utilisées en rocher.
- une des 2 courses d'application.

### 3. Parcours Avancé (vert) :

**Objectifs :** réaliser, en tête ou en second, des courses niveau PD+ en neige, AD en mixte ou arête rocheuse, D ou TD- en escalade.

**Public :**

**Condition physique :** être capable de randonner 1500 m et plus, à environ 500 m / heure.

**Expérience technique :**

Autonomie en tête de cordée sur des courses PD neige et rocher. (les encordements, relais, rappels, techniques de sécurité sur glacier doivent être acquis).

Pour les courses typées escalade, niveau 5c en second.

**Avoir suivi :**

- l'école de neige (un niveau 2 encadré par un guide est proposé).
- l'école de rocher (des ateliers niveau 2 seront proposés).
- l'école de TA (terrain d'aventure).
- éventuellement la course d'application encadrée par un guide.

#### Inscriptions :

Toute participation aux sorties nécessite une adhésion au Caf d'Albertville et la signature d'une "**Charte des participants**".

Une préinscription dans la section Alpinisme sera faite lors de la soirée de présentation, afin d'établir une liste de diffusion par mail, et de définir des groupes de niveau.

Les inscriptions aux écoles et soirées manips se feront lors de la soirée de présentation.

Une préinscription aux sorties encadrées par les guides se fera également lors de la soirée de présentation. (prévoir 2 chèques, 40€ + 20€, à l'ordre du Caf).

En cas d'annulation tardive (< 7 jours), si le participant n'a pas trouvé un remplaçant, les chèques seront encaissés.

Les inscriptions aux sorties encadrées par les bénévoles se feront dans la semaine précédant la sortie, **avant le mercredi soir** (ou 15 j avant si nécessité de réserver un refuge), soit par mail, soit par téléphone, auprès de l'encadrant responsable de la sortie.

Le nombre de participants sera variable en fonction de la course : groupes de 6 à 10 personnes, incluant les encadrants.



#### Matériel :

une liste de matériel individuel sera à la disposition des participants lors de la réunion de présentation et également sur le site du Caf (rubrique Alpinisme).

Le Caf met à la disposition des encadrants du matériel collectif uniquement (cordes, friends...).

**Attention :** tout matériel perdu (y compris celui du Caf) devra être racheté à titre individuel à son propriétaire.

### 4. Parcours Confirmé (rose):

**Objectifs :** réaliser en tête des courses AD longues en neige, mixte ou rocher, D ou TD en glace et voies d'escalade.

**Public :**

**Condition physique :** être capable de randonner 1500 m et plus, à environ 500 m / heure.

**Expérience technique :** grande autonomie.

Bonne expérience en tête de cordée sur des courses AD.

Pour les courses typées escalade, niveau 5c-6a en tête.



#### Participation financière :

Le recours à des professionnels nécessite un gros investissement financier pour le CAF.

•Le recyclage des encadrants ainsi que les écoles (neige et rocher) où interviennent des guides ou BE sont offerts aux participants.

•Par contre, une participation financière sera demandée pour les sorties encadrées par des guides, le Caf prenant à sa charge le reste du coût réel de l'intervention.

Sortie à la journée : 40€. Sortie sur un we avec montée en refuge : 60€

Attention : ce tarif ne prend pas en compte les remontées ni les nuits en refuge.



# PROGRAMME ALPINISME - SAISON 2013

Dates	Public	Encadrants (professionnels en gras)	Course prévue	Type de course
18 au 20 mai	Avancé	Th.Foulquier, H. Delcher	Calanques	Grande voie
25-26 mai	Tous		Grand Parcours	La Bérarde
25-26 mai	Confirmé, (encadrants)	<b>Guide</b>	A définir	Recyclage : neige et mixte, et / ou de rocher
<b>Vendredi 31 mai 2013, 18h30 , lycée Jean Moulin : Réunion de présentation de la saison</b>				
1er juin	Débutant	Sébastien Giacomelli	Dent Cons ou dent Crolles	Initiation Terrain varié
2 juin	Tous	H. Delcher, Th. Foulquier, Cy. Sere, M. Hauwel, Cl. Muller		Ecole de rocher
3 juin(19h-21h30)	Tous	Cl. Muller, X. Dusonchet	Gymnase J. Moulin	Manips Encordements
8-9 juin	Tous		Grand Parcours Pelvoux	
8 juin	Tous	<b>Guide</b> + L. Courtois, U. Launay,, H. Jouannin, Cl. Muller	Cormet de Roselend (Beaufortain)	Ecole de Neige
9 juin	Avancé	I. Mazzone, J. Spinato aidés par Cl. Muller	Paroi des Masques (Bauges)	Ecole de Terrain d'Aventure
9 juin	Initié	J-L. Crambade, A. Burelle	Rochers du Charvet (.Aravis)	Course de rocher
10 juin(19h-21h30)	Tous	Cl. Muller, L. Courtois	Gymnase J. Moulin	manips Sécu glacier
15 juin	Initié et Avancé	H. Delcher, Th. Foulquier	Grand pic, (Rave Party) (Lauzière)	Grande voie
16 juin	Débutant	L. Courtois, J-M. Muller	vers Val Thorens (Vanoise)	Course d'appli. Déb.
17 juin(19h-21h30)	Tous	H. Delcher, Th. Foulquier, Cy. Sere	Gymnase J. Moulin	Soirée manips Rocher
22-23 juin (1 ou 2 j)	Initié	J-L. Crambade, U. Launay	Mont Tondu, arête E (Mont-Blanc .)	Course d'appli. Init.
22-23 juin (1 ou 2j)	Avancé	<b>Guide</b> + Cl. Muller	A définir	Course d'appli. Av.
29-30 juin	Initié	<b>Guide</b> + C. Gomez	A définir	Course d'appli. Init.
6-7 juillet	Débutant	U. Launay, O. Maître	Pte Ciamarella, Pte Tonini ou Albaron (hte Maurienne)	Course d'appli. Déb.
6-7 juillet	Avancé	D. Vergne, S. Giacomelli	Grande Casse (Vanoise)	Course de neige
13-14 juillet	Avancé	I. Mazzone, J. Spinato	Rateau, arête NE (Ecrins)	Course de mixte
20 juillet	Tous	H. Jouannin, Cl. Muller	Glacier des Lanchettes (Mont-Blanc côté Chapieux)	Ecole de glace
21 juillet	Débutant	<b>Guide</b> , E. Boulesteix	Dôme des glaciers	Course de neige
21 juillet	Initié	H.Delcher, Th Foulquier	Jallouvre, arête Bouquetins (Aravis)	Grande voie
27-28 juillet	Initié	L. Courtois, J-M. Muller	Dômes de Miage (M.t-Blanc)	Course de neige
27-28 juillet	Confirmé	J-P. Petit	Mont Blanc par Bionnassay	Course de neige et mixte
3-4 août	Initié	J-L. Crambade	Pointe Marie, (Maurienne)	Course de rocher
3 ou 4 août	Confirmé	J-P. Petit	(Vanoise)	Grande voie
10 ou 11 août	Avancé	Cl. Muller	arête Aiguille de la Vanoise	Course de rocher
15 au 18 août	Confirmé	Cl. Muller	(Ecrins, Queyras ou Argentera...)	rocher et gdes voies
18 août	Débutant	L Courtois, J-M Muller	Pointe du Dard, Arcelin (Vanoise)	Course de neige
24-25 août				
31août ou 1er sept	Initié et Avancé	M. Hauwel, O. Maître	Pointe de Blonnière, arête à Marion	Grande voie
7 ou 8 sept	Avancé/Confirmé	H. Jouannin, Cl. Muller	Beaupré, arêtes (A) ou voie Gény Academy (C) (Alpes Grées)	Course de rocher ou grande voie TA
14 ou 15 sept	Initié	U. Launay, O. Maître	Grande Val à Courchevel (Vanoise)	Grande voie
21 sept	Avancé	X. Dusonchet, H. Jouannin	Pierra Menta (Beaufortain)	Grande voie
22 sept			<b>Trail d'Albertville</b>	
28 ou 29 sept	Débutant	Cl.. Muller, C. Gomez	Rocher de Plassa (Vanoise)	Course de rocher
5 ou 6 oct	Initié	J-L. Crambade, A. Burelle	Aiguille Noire, arête S (Cerces)	Course de rocher

Attention, les encadrants se réservent le droit d'annuler ou de modifier la destination de leur course en fonction des conditions météorologiques et du groupe. D'autres sorties pourront aussi être programmées en fonction de la disponibilité des encadrants.

# ESCALADE LOISIR

## Programme de l'école d'escalade été - automne 2013

### Adultes

Date	Destination	Région/ Départ	Difficulté	Encadrant
22 juin	Grandes voies	Le Peney Savoie	A partir de 5c	Mathieu / Cyrille
12/ 14 juillet	Multi-activités	Briançonnais A déterminer	Toutes	Mathieu
5 octobre	Initiation falaise	Yenne Savoie	A partir de 5a	Mathieu / Cyrille

Tout au long du mois de juin, des sorties falaises seront proposées le soir à partir de 18h. Inscriptions et informations auprès de Mathieu ou Cyrille pendant les cours.

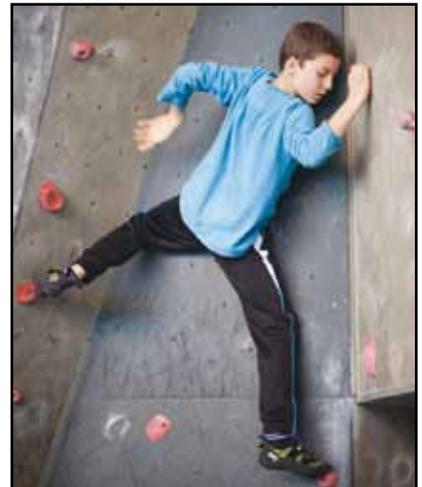


### Jeunes

- **Du 8 au 12 mai** : Rassemblement FFCAM (fédération française des clubs alpins et de montagne) à Fontainebleau pour les 13 – 18 ans. Prix : 160 € tout compris.
- **Le mercredi 29 mai et les mercredis 12, 19 et 26 juin** : Passage des tests d'escalade (voir ci-dessous).
- **Du 6 au 8 Juillet**, stage multi activités (8-15 ans) à Pelvoux (05), prix 140 € tout compris (transport, hébergement, nourriture).
- **Escalade grandes voies le dimanche 6 octobre**. Pré-requis : mousqueton de vermeil ou or.

### Tests Escalade

Le Club Alpin Français d'Albertville propose à tous ses adhérents (de 6 à 18 ans) de valider les acquis de l'année lors d'une demi-journée d'escalade en falaise. Chaque année les enfants ont la possibilité de passer les tests du niveau supérieur (obtention non garantie). Les niveaux sont récompensés par une médaille.



### Fête de l'escalade

Pour marquer la fin de la saison, le CAF Albertville organise la fête de la montagne à Notre-Dame-du-Pré le dimanche 30 juin. Venez faire découvrir l'activité à votre famille (enfants, parents, grands-parents, cousins) à travers cette journée conviviale. Au programme : Escalade, tyrolienne, descente en rappel, parcours via-corda, slackline ... Accès : Depuis Albertville prendre la direction de Moutiers puis Bourg-Saint Maurice. Après Pomblières se rendre à Notre-Dame-du-Pré. Continuer la route en lacets après Notre-Dame-du-Pré jusqu'au camping (sur la gauche), puis entrer dans le camping. Rendez-vous : Au camping à 9h30, dimanche 30 juin. Apéritif offert par le CAF. Barbecue en place, pensez à amener vos grillades.

Panda	Je suis capable d'atteindre le sommet de 3 voies différentes et de redescendre en moulinette.
Ecureuil	Je mets seul mon baudrier et je règle mon casque. Je m'encorde avec un nœud en huit, directement sur le baudrier. J'assure mon coéquipier. Je grimpe une voie de difficulté "3" et redescends en moulinette.
Mousqueton de bronze	Je fais un nœud au bout de ma corde. Je m'encorde. Je grimpe une voie de difficulté "3" en tête. Je grimpe une voie de "4" en moulinette. Je descends en rappel contre assuré.
Mousqueton d'argent	Je suis capable de parer le premier de cordée. J'assure un premier de cordée. Je confectionne une longe. Je love ma corde. Au relais, je m'attache avec une longe et j'installe une moulinette. Je grimpe une voie de difficulté "4" en tête et je pose mes dégaines.
Mousqueton de vermeil	Je sais faire un nœud de cabestan. Je grimpe du 5a en tête, sans repos. Je me longe puis je prépare le relais. De ce même relais, j'assure le second. Je pose un rappel et je descends en m'auto-assurant. Je sais choisir la voie qui correspond à mon niveau à l'aide d'un topo.
Mousqueton d'or	Je sais choisir et réaliser une voie de plusieurs longueurs puis redescendre en rappel.

### Inscriptions Escalade

Les inscriptions pour la saison prochaine auront lieu de 18h à 20h :  
 -Les 2 et 3 septembre pour les anciens adhérents.  
 -Les 4 et 5 septembre pour les nouveaux (prévoir 2 chèques ainsi qu'un certificat médical). Reprise des cours le 9 septembre 2013.

# RANDONNEE PEDESTRE

Je ne ferai pas de grande prose.  
Juste pour vous dire que cette année le Parc de la Vanoise a 50 ans. Et pour le fêter, nous mènerons nos pieds parcourir ses sentiers sur quelques sorties. Le 7 juillet, nous soufflerons les 50 bougies du côté de Termignon. Puis le 14 et le 21 nous randonnerons vers Pralognan. J'espère que cette année le temps sera plus clément avec nous. Je vous souhaite à tous une bonne saison de randonnée 2013

*Claudie Kérouanton*



## PROGRAMME RANDONNEE PEDESTRE - SAISON 2013

Date	Destination	Massif	Déniv. +	Alt. Max.	Diff.	Accompagnateur(s)
28/04	La Monte et Sue - Césarches					
<b>mai</b>						
01/05	Remise en forme Brides Bozel par le chemin des vignes		250 m	15 km A/R	P1 T1	Sandrine Piolat et Jacques Mermin
12/05						
19/05	Circuit dans les vignes à Saint Jean de la Porte	Bauges	500 m		P1 T1	Geneviève Pichon
26/05	Chemin des clochers (Circuit en Hte Combe de Savoie)	Bauges	500m	700m	P1 T2	Patrick Eygazier
<b>juin</b>						
02/06	Basse du Gerbier	Aiguilles d'Arves	670 m	2578 m	P1 T1	Claudie Kerouanton
08/06	Journée des bénévoles du Trail : Rando sur la partie haute du Trail					
09/06	Lac de Pietra Rossa depuis le col Saint Charles	Italie	700 m	2553 m	P1 T2	Claudie Kerouanton
16/06	Le circuit des Pierres à cupules (sentier non balisé)	Beaufortain	600 m	2000 m	P1 T2	Guy Poletti
23/06	Cirque de Rosolin 50 ans du Parc de la Vanoise	Vanoise	906 m	2468 m	P2 T1	Thierry Carron et Esthel Lozier
30/06	Le Lac de la Croix puis le col de la Croix depuis le Glandon	Belledonne	800 m	2529 m	P1 T2	Dominique et Martine Andreys
<b>juillet</b>						
6 / 7/07	Tour de la chaîne des Fiz depuis Sixt Fer à Cheval	Fiz	1000 m	2000 m	P2 T1	Roger Metral
07/07	Refuge de Vallonbrun - Pierre aux Pieds - 50 ans du Parc de la Vanoise	Vanoise	1000 m	2750 m	P2 T1	Claudie Kerouanton
13/07	Les Cirques de Pralognan 50 ans du Parc de la Vanoise	Vanoise	1400m	2554m	P3 T3	Claudie Kerouanton

Date	Destination	Massif	Déniv. +	Alt. Max.	Diff.	Accompagnateur(s)
<b>juillet</b>						
14/07	La route du sel et des tomes de Pralognan à Termignon	Vanoise				Denis Plaze et un garde du parc
21/07	Col de la Grande Pierre 50 ans du Parc de la Vanoise	Vanoise	800 m		P1 T1	Sandrine Piolat et Jacques Mermin
28/07	Col de la Lune et Dos de Crêt Voland	Les Allues	1200m	2300 m	P2 T1	Guy Mathern
<b>août</b>						
04/08	Randonnée à définir					
11/08	La Jonction	Mont Blanc	1500 m	2589 m	P3 T2	Jean-François Duc
18/08	Col de Petit Jean	Aiguilles d'Arves	1400 m	3000 m	P3 T2	Geneviève Pichon
25/08	Boucle de Montartier, La Balme	Lauzière	1100 m		P2 T2	Dominique et Martine Andreys
<b>septembre</b>						
01/09	Grande Sassièrè	Alpes Grées	1500 m	3747 m	P3 T3	Jean-François Duc
07/09	Tour du Mont Saint Jacques (circuit)		700 m		P1 T1	Sandrine Piolat et Jacques Mermin
15/09	Tour du Mont Aiguille (circuit)	Vercors	900 m		P1 T2	Sandrine Piolat et Jacques Mermin
15/09	Grand Mont depuis Saint Guérin	Beaufortain	1127 m	2686 m	P2 T1	Gilbert Dunand Martin
22/09	Montagne en Fête – Trail d'Albertville	Les volontaires seront les bienvenus				
29/09	Les cinq lacs et col de la Nova	Beaufortain	950 m	2811 m	P2 T1/2	Jean-Claude Monod



### Légende Randonnée pédestre

Niveau de difficulté : mise en place d'une double cotation	
Cotation des difficultés physiques = P	Cotation des difficultés techniques = T
<b>P1</b> = jusqu'à 800 m de dénivelée	<b>T1</b> = sentiers faciles
<b>P2</b> = de 800 m à 1200 m	<b>T2</b> = passages raides ou hors sentiers
<b>P3</b> = plus de 1200 m	<b>T3</b> = passages exposés (aériens)
	<b>T4</b> = rochers (passages d'escalade facile) ou/et névés

 Sortie à thème  
 Rando sur 2 jours

**ATTENTION :** pour permettre la réservation des refuges, les inscriptions à ces sorties doivent se faire un mois avant.

# Grand Parcours

## ski de montagne Arêches-Beaufort



Les 19 et 20 janvier derniers, la station d'Arêches-Beaufort accueillait un "Grand Parcours" ski de montagne FFCAM. Piloté par le Comité départemental Savoie, cette édition a réuni près de 130 participants sur les deux jours malgré des prévisions météorologiques alarmistes. Le Comité a pu s'appuyer sur l'implication et l'efficacité de 28 bénévoles des clubs d'Aix-les-Bains, Albertville et Chambéry pour assurer l'animation de cette manifestation et encadrer les participants. Saluons l'engagement de la commune, de l'office de tourisme et des remontées mécaniques d'Arêches-Beaufort qui ont largement contribué à la réussite de cet événement.



# Grand Arctissime



La quatrième édition du Grand Arctissime a obtenu un vif succès ce lundi 1er avril avec 270 participants. D'année en année, ce rassemblement d'amateurs de ski de randonnée et de raquettes de tous niveaux est de plus en plus prisé. Rappelons qu'il était co-organisé par trois associations : Montagnes et Traditions de Ste Hélène sur Isère, Ski-alpinisme du Grand Arc et le CAF d'Albertville. Le beau temps (annoncé) était au rendez-vous et a permis un grand moment de convivialité autour du chalet de la Thuile où des bénévoles avaient préparé 160 litres de soupe bûcheronne.



# TRAIL D'ALBERTVILLE

Dimanche 22 septembre 2013



## Trail d'Albertville et Montagne en fête

Trois parcours chronométrés 100 % nature  
"Trail d'Albertville": 34 km-  
"Balcons de Mercury": 21 km et  
"Belle Etoile": 9 km.

Arrivée en plein cœur du village de Mercury.  
Et toujours Montagne en fête avec des animations pour tous (randonnée pédestre, escalade, kayak, slack-line...)

**Samedi 8 juin** – rando pédestre sur la partie haute du trail : col du haut du Four / Parc aux Moutons / Tamié...suivie d'un barbecue "géant" à Mercury : *Une journée sympa pour les bénévoles !*

### Contacts :

Ludovic Barboni 06.83.26.12.58  
ludovic.barboni@wanadoo.fr  
Jean-F. Granddier 06.83.12.40.18  
jean.grandidier@wanadoo.fr



Comme chaque année, la CAF Albertville fait appel aux nombreux bénévoles, sans qui cette manifestation ne pourrait avoir lieu.



**SATORIZ**  
le bio pour tous !  
310, Rue Louis Armand - 73200 ALBERTVILLE  
Tél. 04.79.32.35.71

**INTERSPORT**  
LE SPORT COMMENCE ICI  
Zone du Chiriac  
73200 Gilly sur Isère  
Tel : 04 79 32 45 08

# SKI ALPINISME DE COMPETITION

A l'heure où la revue prend forme, la saison est loin d'être terminée, et l'enneigement exceptionnel de cet hiver, que l'on ne croyait pouvoir vivre qu'à travers les souvenirs de nos anciens, promet encore de belles perspectives printanières. Pour le groupe de ski alpinisme cela s'est traduit par un entraînement facilité par la proximité inédite de certains terrains de jeux : la butte derrière la maison, le champ du père François, la forêt aux sangliers, avec à la clé, de nouveaux itinéraires qui ne pourront probablement être répétés avant longtemps.



Vincent Henaff nouveau membre du CA

Pour les organisateurs de courses, la tâche a été plus compliquée, avec la mise en place de nombreux parcours de replis dans des conditions nivologiques délicates mais toujours dans un esprit montagne auquel nous rendons hommage. Les Albertvillois se sont illustrés dans les deux temps forts du calendrier de l'Alpiskitour.

En début de saison au championnat individuel aux Rocs en haute Savoie ou le club s'était déplacé massivement pour la deuxième année consécutive (Espoir homme : 1° Jérémy Loret – Vétérans femmes : 3° Olga Françon).

Puis sur les pentes de la Tournette et de la montagne de Sullens, pour la TSF Millet support du championnat par équipes où les féminines du club ont largement occupé le podium (Seniors femmes : Gaelle Martin/Julie Mottier - Isabelle Ciferman/Alice Lauga – Olga Françon/Sabine Morand Vétérans Hommes : 2° Gilles Gontharet/Thierry Jorioz).



Gaelle Martin membre du groupe excellence et organisatrice de la GrandArctissime

La Pierra Menta vient de s'achever, notons les belles performances de Gaelle Martin 10°, Yannick Aboulikam 50°, Jérémy Loret 54°, Nicolas Hoffman 57°, Vincent Henaff 78° et parmi le gros du peloton, une première participation et un rêve réalisé pour Norman Bideau et Rémy Magdinier dans cette course mythique. A l'heure où vous lirez ces lignes d'autres athlètes seront allés défendre les couleurs de la ville dans le val d'Aoste, les Dolomites, ou sur les dômes de la Vanoise, ou simplement fait partager leur passion à des novices lors de la GrandArctissime. Bravo à tous et rendez-vous l'hiver prochain pour le stage de début de saison au mois de Novembre.

*Jean-François Grandidier/ Ludovic Barboni*



TSF Millet



- Espaces verts
- Elagage
- Aménagement, petits TP
- Cours d'eau et berges
- Sentiers : entretien et création
- Travaux forestiers

**ALPES PAYSAGE**  
Aménagement de l'espace naturel

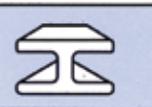
[www.alpes-paysage.com](http://www.alpes-paysage.com)

Entreprise certifiée **Qualipaysage**

Z.A. Terre Neuve - Gilly-sur-Isère  
BP 202 - 73276 Albertville Cedex  
mail : [contact@alpes-paysage.com](mailto:contact@alpes-paysage.com)

**04.79.37.88.33**

**entreprise DESBIOLLES S.a.**



**CONSTRUCTIONS  
METALLIQUES  
CHAUDRONNERIE**  
LEVAGE - MANUTENTION



Rue des Chevaliers  
73540 LA BATHIE - Tél. 04.79.31.01.15 - Fax 04.79.89.60.50  
site : [www.desbiolles.fr](http://www.desbiolles.fr) - e.mail : [infos@desbiolles.fr](mailto:infos@desbiolles.fr)

# sécurité- formation

## Formation

Depuis la création de la Commission Sécurité et Formation fin 2008, les actions de Formation au sein du club d'Albertville se poursuivent, en priorité en direction des encadrants :

- Soirée d'exercices autour du thème "Trace hivernale" avec Sébastien Escande, guide et formateur à l'ANENA, pour les encadrants des activités hivernales. (novembre 2012)
- Recyclage sur le terrain des cadres en ski alpin, avec des moniteurs, et en ski de randonnée avec le guide Jacques Maurin (janvier 2013)
- Soirée de recyclage en secourisme avec les pompiers d'Albertville (janvier 2013)



- Recyclage sur le terrain des cadres en alpinisme, avec un guide, et en randonnée pédestre, avec un accompagnateur en montagne (mai 2013)

Pour les participants, la formation s'effectue principalement lors des sorties



collectives, où la mission du Caf est d'amener les adhérents à une certaine autonomie, grâce aux compétences des encadrants bénévoles, ou à l'intervention de professionnels (guides, AMM, BE escalade...) sur certaines journées. D'autre part, chaque année depuis 4 ans, une conférence en lien avec le thème de la sécurité (notamment la nivologie et le danger d'avalanches) a été organisée, excepté en 2012, où de nombreux Caf voisins ont pris le relais. Une prochaine conférence en 2013 aura probablement pour thème la protection de l'environnement, priorité du nouveau mandat du Comité directeur du Caf.

Mais les formations mises en place par le Caf d'Albertville ne remplacent pas le cursus de formation nationale de la FFCAM (soutenue par les Comités régionaux et départementaux).

Sont proposées des formations diplômantes dans de nombreux domaines : nivologie et trace hivernale, orientation, sécurité sur glacier... et à différents niveaux (UV 1 et 2 sur un we puis stages initiateur, pour l'encadrement, sur plusieurs jours)

Pour plus de détails sur le déroulement de la formation, consulter le site du Caf d'Albertville, rubrique Sécurité et Formation : <http://caf.albertville.online.fr/php/spip.php?rubrique19>

## Sécurité

Concernant la Sécurité, l'objectif des 4 années à venir est de mettre en pratique dans toutes les activités le Plan d'Actions élaboré fin 2012 par un groupe de travail.

Ce plan définit notamment quel est le rôle de la Commission Sécurité et Formation, le rôle des responsables de commission, et enfin le rôle des encadrants, l'objectif principal restant d'accroître la sécurité des groupes par la qualification des encadrants et la formation des participants.

Afin de superviser cette mise en œuvre, une nouvelle fonction a été créée au sein du club : Vice-président aux Activités, fonction actuellement assumée par Ulrick Launay.

Nous travaillerons aussi en plus étroite collaboration avec le Comité départemental, notamment avec Olivier Moret, chargé de mission et responsable de la formation pour le département.

Ce Plan d'Actions ainsi que tous les documents nécessaires aux encadrants (fiche de sortie, fiche de secourisme, charte des participants, aides à la décision...) sont disponibles sur le site du Caf d'Albertville, rubrique Sécurité et Formation : <http://caf.albertville.online.fr/php/spip.php?rubrique19>

Claire Muller

**CITYA**  
IMMOBILIER

vosre AGENCE  
**À ALBERTVILLE**

Citya CHARBONNIER  
8 rue Claude Genoux  
**04 79 32 67 89**

■ Location ■ Gestion ■ Vente ■ Syndic ■ i-Citya

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

CULTURE

**velo**

ALBERTVILLE

# AGENDA

## Samedi 8 juin :

Journée festive des bénévoles Montagne en fête/Trail d'Albertville avec randos sur les hauteurs du parcours du Trail

## 21, 22 et 23 juin 2013 :

Rassemblement Inter fédéral de canyon 2013 dans les Bauges à Lescheraines. Pour la FFCAM, les CAF de Chambéry, Grenoble et Albertville sont associés pour l'organisation. Ce stage a pour objectif de permettre à des personnes ayant déjà une pratique de la descente de canyon ou de l'escalade d'aller plus loin dans cette activité pour acquérir de l'autonomie par une démarche d'apprentissage des techniques de sécurité et de progression en milieu spécifique.

## Dimanche 7 juillet :

50 ans du Parc National de la Vanoise "Village du Parc" à Termignon

- Ascension de la Dent Parrachée par l'école d'aventure filmée et retransmise en direct au village du Parc à Termignon.

- Randonnée "La route du Sel" au départ de Pralognan la Vanoise



## 30 août au 1er septembre 2013 :

2ème Géofestival du Beaufortain, pour mieux comprendre et découvrir l'aventure humaine au travers des recherches et de l'extraction des richesses du sous-sol de ce massif : cuivre, or, gypse, uranium, fer, charbon, ardoises, marbre, sel, cristaux...

Vendredi 30 août à Beaufort

- 20h30 : conférence-échange avec Jean-Marie Pelt

Samedi 31 août à Beaufort

- Conférences, expositions, café-rencontres dans les villages, courtes géopromenades, soirée festive et repas sur le thème des cristaux

Dimanche 1er septembre :

- Journée géopromenades dans le massif du Beaufortain

Sur inscription préalable avec participation financière. Contact et infos :

<http://www.geofestival.org>

Contact@beaufortaingeodecouvertes.org

## Été 2013 : Destination Kirghizie

De mi-juillet à début août 2013 : 2 treks de 20 à 25 jours :

- L'un dans la région du lac Issyk-Kul avec l'ascension de sommets de 5000m. Sommets "faciles", type randonnée glaciaire

- L'autre trek vraisemblablement dans la région du lac Song-Kul et les massifs montagneux qui le bordent. Des paysages variés, de la steppe aux vallées verdoyantes et sommets glaciaires, des grands lacs... un peuple de nomades...

Dans les deux cas, découverte de la vie et des traditions des peuples nomades, nuits sous la yourte...

Sur place, fonctionnement avec une petite agence kirghize qui assure toute la logistique.

## 22 septembre 2013 :

Trail d'Albertville et Montagne en fête Trois parcours chronométrés 100 % nature "Trail d'Albertville" : 34 km - "Balcons de Mercure" : 21 km et "Belle Etoile" : 9 km. Arrivée en plein cœur du village de Mercure.

Et toujours Montagne en fête avec des animations pour tous (randonnée pédestre, escalade...)

## Le Comité Départemental FFCAM

Le comité de Savoie des clubs alpins et de montagne regroupe les 19 clubs du département et compte près de 6000 membres dont 1300 jeunes. Chaque club propose des candidats au comité directeur. Elus pour quatre ans, les membres du comité directeur choisissent les membres du bureau. Lors de la dernière assemblée générale électorale qui s'est tenue à Chambéry le 26 novembre 2012, Jean-Pierre Saint Germain a été élu président du comité départemental. Anne-Marie-Lefur, de Moutiers, a accepté le poste de secrétaire et Noémie Jacquelin de Chambéry est devenue trésorière. Actuellement, nous sommes quatre pour représenter le club d'Albertville dans cette instance : Esthel, Janine, Jean-Pierre et moi-même.

Le comité de Savoie est l'interlocuteur privilégié des institutions départementales comme le Conseil Général, la DDCSPP (ex Jeunesse et Sport), le comité départemental olympique et sportif (CDOS), le parc national de la Vanoise, etc. C'est aussi un espace

d'échanges entre les différents clubs CAF de Savoie qui permet notamment de resserrer les liens associatifs et de faciliter la mise en commun d'expériences.

Il porte un projet politique ambitieux dans quatre domaines : la jeunesse, la formation et la sécurité, la protection de la montagne et les refuges. Il conduit une politique volontariste d'animation autour des activités de montagne, principalement envers les jeunes ; il favorise les formations, y compris celles des cadres aux côtés du Comité régional de la FFCAM et participe à la protection de l'environnement par des discussions, prises de position et dialogues avec les instances concernées.

Pour mettre en œuvre sa politique, le comité départemental de Savoie s'est doté depuis un an d'un chargé de développement professionnel. Olivier Moret porte au quotidien la politique du comité dans les quatre axes définis par les élus. Ces missions se sont traduites par des résultats concrets avec

notamment l'édition de la plaquette "Refuges en famille" récompensée par le trophée de Savoie 2013 (catégorie tourisme), la création d'une nouvelle école de ski alpin au CAF de Moutiers ou la première édition du Grand Parcours ski de montagne à Arêches-Beaufort en janvier 2013.

En outre, le comité départemental apporte une aide financière aux projets des clubs comme les écoles d'escalade, de ski ou d'aventure, les formations et les événements. Il soutient six groupes espoir et promotion en alpinisme et ski alpinisme qui permettent à des jeunes de s'investir à un bon niveau dans chaque discipline. Pour mener à bien sa politique, il perçoit une cotisation des clubs de Savoie et bénéficie de subventions fédérales. Jeunesse et Sport ainsi que le Conseil Général 73 contribuent aussi pour une large part à son fonctionnement sur la base de contrats d'objectifs révisés à chaque olympiade.

Jean-Claude Monod



# NOS REFUGES

## Refuge du Col de la Croix du Bonhomme (2443 mètres)

A cheval sur les massifs du Beaufortain et du Mont Blanc (carte IGN 3531 ET commune de Bourg Saint Maurice), ce refuge offre aux randonneurs un confort appréciable et une super ambiance en période gardiennée. 113 places disponibles dont 86 en box de 4 à 6 lits, avec restauration et douches chaudes. Le refuge est gardé de mi-juin à mi-septembre. Le prix de la nuitée pour les adhérents CAF est de 10,90€. A noter qu'un système de réservation par internet va se mettre en place à l'été 2013 et sera complètement opérationnel pour 2014. (Tél refuge en période gardée : 04 79 07 05 28 ). Pour toutes réservations et renseignements contactez Tristan Guyon – Galinée 35730 Pleurtuit Tél 02 99 88 49 15 – email : [refuge.bonhomme@free.fr](mailto:refuge.bonhomme@free.fr).



## Refuge du Plan de la Lai (1822 mètres)

Situé dans le massif du Beaufortain, à l'entrée du Plan de la Lai et sous le Cormet de Roselend (carte IGN 3532 OT), ce refuge offre facilité d'accès et intimité par sa taille (19 places + 1 yourte 6 places). Très bien entretenu, il offre un confort appréciable dans ses 2 petits dortoirs (dont un lit double !). Le refuge est ouvert et gardé de début juin à mi-septembre. Le prix de la nuitée pour les adhérents CAF est de 7,55 € (Tel refuge en période gardée : 04 79 89 07 78). Pour toutes réservations et renseignements hors saison ; contactez Philippe Letard Tel : 04 79 70 07 67 - email : [philippe0109@orange.fr](mailto:philippe0109@orange.fr).



C'est depuis l'an dernier notre ami Dominique Brenon qui préside la commission chargée de la gestion de nos deux refuges au sein du CAF d'Albertville.

La plaquette "Refuges en famille" réalisée par le Comité départemental FFCAM a obtenu un prix aux Trophée de Savoie décerné par le Conseil Général dans la catégorie Tourisme.



Quelques mots sur le refuge de Pisset dans le Beaufortain géré par le CAF de Chambéry, mais bien connu des randonneurs locaux. Ce refuge construit en 1969 au pied de la Pierra Menta, versant Tarentaise, et agrandi en 1972 a fait l'objet cette année d'un programme de reconstruction. Comme pour tous les refuges CAF, c'est le Comité directeur de la FFCAM qui a donné son accord sur le projet. Les travaux (1,5 millions d'€) sont subventionnés à hauteur de 50% par le Conseil général et 30 % par le Conseil régional Rhône-Alpes, le reste étant pris sur les fonds propres de la fédération. L'ancien refuge a été complètement rasé en septembre dernier. La nouvelle structure a été montée

dans la foulée. Les aménagements intérieurs sont réalisés à partir de début avril. Doté de panneaux solaires thermiques et photovoltaïques, le nouveau refuge pourra accueillir confortablement 30 personnes dès le 1er juillet 2013. Plusieurs chantiers de bénévoles ont été organisés (ou vont l'être) pour compléter le travail des entreprises : démontages intérieurs dans l'ancien refuge, étrépage, déneigement, finitions extérieures...

**ALPAGE LE MÈGEVAN**  
COISINE FAMILIALE, AMBIANCE MONTAGNE  
[www.lernegevan.com](http://www.lernegevan.com)

A La Giettaz,  
Au cœur du massif des Aravis entre La Clusaz et Megève

04 79 32 93 64 - Ici uniquement et sur réservation

**Nouvelles Impressions**

CONCEPTION ET RÉALISATION DE TOUS VOS IMPRIMÉS  
ZA du Chiriac / 73200 ALBERTVILLE  
Tél. 04 79 32 00 73 / [info@nouvelles-impressions.com](mailto:info@nouvelles-impressions.com)  
[www.nouvelles-impressions.com](http://www.nouvelles-impressions.com)

# Au Vieux Campeur

SYMBOLE DU CHOIX, DU CONSEIL ET DU PRIX

Crédits photos : A. Descamp - E. Bray - C. Durando



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

PARIS QUARTIER LATIN • LYON • THONON-LES-BAINS • SALLANCHES  
TOULOUSE-LABÈGE • STRASBOURG • ALBERTVILLE • MARSEILLE  
• GRENOBLE • CHAMBÉRY (ÉTÉ 2015)

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