

hiver-printemps 2009 - n° 70



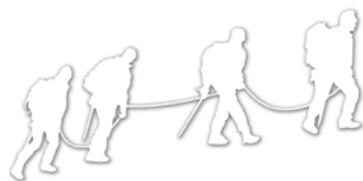
club alpin français

Magazine du Club Alpin Français d'Albertville



SUIVANT SA VOIE

hiver-printemps 2009



- 3 Editorial**
Janine Husson
- 4/6 A la recherche de l'arche de Noé**
Jean-François Grandidier
- 7/9 Randonnée dans la Vallée Etroite**
Jean-Louis Arnol
- 10-12 Naissance de la toponymie montagnarde (suite)**
Henri Barthélémy
- 13 Escalade**
Mathieu Pesenti
- 14-15 En passant par le lycée**
Jean-François Grandidier
- 16-17 Ecole d'aventure 13/18 ans**
Joaquim Ferreira
- 18-19 Fête de la Montagne**
Jean-François Grandidier
- 20/22 Calendrier ski de montagne loisir**
Roland Bellot Champignon
- 23 Calendrier ski alpin**
Patrick Comerson
- 24-25 Calendrier raquettes à neige**
Daniel Martin
- 26-27 Calendrier Ski alpinisme compétition**
Ludovic Barboni
- 28 Ecole de ski "Petit CAF"; Agenda**
Janine Husson
- 29 Assurances ; Carnet du club**
- 31 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
• Web : www.clubalpin.com/albertville
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

Tarif indicatif : 1,20€, abonnement gratuit pour les adhérents du CAF Albertville
Directeur de la publication : Janine Husson
Responsable revue : Jean-Claude Monod
Création graphique : Atelier Pierre de Lune
Mise en page : Alain Bénêteau
Couverture : A. Bénêteau : Ski sur l'Ararat
imprimé par Nouvelles Impressions

Photos :

Jean Louis Arnol, Jean-François Grandidier, Alain Beneteau, Patrick Degouve, Janine Husson, Jean-Claude Monod, Joaquim Ferreira, Daniel Martin, Cristophe Monciaud .

Ont collaboré à ce numéro :

Roland Bellot Champignon, Claude Colombet, Patrick Comerson, Patrick Degouve, Jean-François Grandidier, Jean-Claude Monod, Charles Dazza, Ludovic Barboni, Henri Barthélémy, Pierre Gonin, Daniel Martin, Jean Louis Arnol, Danièle Haxaire, Gilbert Dunand Martin, Claudie Gaudichon, Janine Husson .

ISSN : 1776-131-X

Dépôt légal : décembre 2009

ISBN : 978-2-9525045-6-0

EAN : 9782952504560

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. *Il est préférable de ne pas partir seul.*



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 internationale FSC (Forest Stewardship Council).

Merci à nos partenaires pour leur soutien

RhôneAlpes



Renouvellement...

Une Olympiade va s'achever, c'est-à-dire pour notre Club, le renouvellement des membres du Comité Directeur, du Bureau et l'élection d'un nouveau Président.

Il paraît nécessaire de regarder en arrière pour estimer le chemin parcouru. Ces quatre années ont été très riches par la qualité du travail, la variété des créations, la valeur de l'imagination, menées avec efficacité et compétence par Régis Desmus. La tâche de Président demande un gros investissement, une grande somme de travail et de responsabilité que Régis a assumé avec rigueur. Nous l'en remercions vivement.

Pour mémoire, quelques engagements et les réalisations du CAF d'Albertville depuis 2004 :

- Convention avec les écoles primaires : Plaine d'Albertville, Ugine, les Millièrès pour l'escalade.
- Convention avec le lycée Jean Moulin pour les classes de la seconde à la terminale : Ski Alpinisme, Via Ferrata, Spéléo.
- Labellisation de l'Ecole d'Escalade et l'Ecole d'Aventure.

•Montagne en Fête : Trail d'Albertville lié à l'Eco Evénement.

•Soirées Voyages Lointains.

•Etude du sommeil avec l'association des médecins ORL d'Albertville.

•Journée prévention : colloque sur la gestion des risques et amélioration de la sécurité.

•Dans le cadre du développement durable : étude de la gestion des déchets dans nos refuges.

Mais rien ne peut se faire sans un travail d'équipe bien structuré. Les membres du Comité Directeur et les Responsables d'activités sont des personnes dynamiques et passionnées, elles agissent efficacement dans tous les domaines. Elles animent effectivement leur commission et sont l'élément de base de la vie du club. Elles proposent à tous un grand nombre d'activités avec des calendriers élaborés de longue date et suivis avec fidélité mais sans rigidité. Certaines vous emmènent loin de nos massifs familiers pour des raids à pieds ou à skis : Pyrénées, Alpes du sud, Suisse etc...jusqu'en Turquie...



Mais il ne faut pas oublier les bénévoles qui travaillent dans "l'ombre" : nos trésoriers, l'équipe de la revue, de la gestion et travaux des refuges, de l'informatique : postes importants et absorbants, indispensables à la vie du club.

L'assemblée générale du 13 décembre 2008 sera le départ d'une nouvelle Olympiade avec le renouvellement du Comité directeur. Le Club est en recherche constante de bonnes volontés.

Il est difficile de déceler le désir, de découvrir la vocation, en un mot de s'adresser à la bonne porte. Le travail à faire est important, la tâche à accomplir est passionnante. Il reste encore des places pour ceux qui aiment se dépenser. Rendez-vous à l'Assemblée Générale.

Janine Husson

Présidente du Club Alpin Français d'Albertville



Convocation à l'assemblée générale ordinaire du club :
Samedi 13 décembre 2008, Salle du Val des Roses à 20h

A LA RECHERCHE DE L'ARCHE DE NOE

Il est des montagnes

qui nous sont familières, des montagnes qui appartiennent à notre imaginaire collectif.

Peut-être ces montagnes participent-elles ou ont-elles participé à notre destin, notre devenir de montagnards, d'alpinistes ?

telle celle de Terray sur la passerelle de l'avion portant Lachenal dans ses bras, participe en France à construire le mythe.

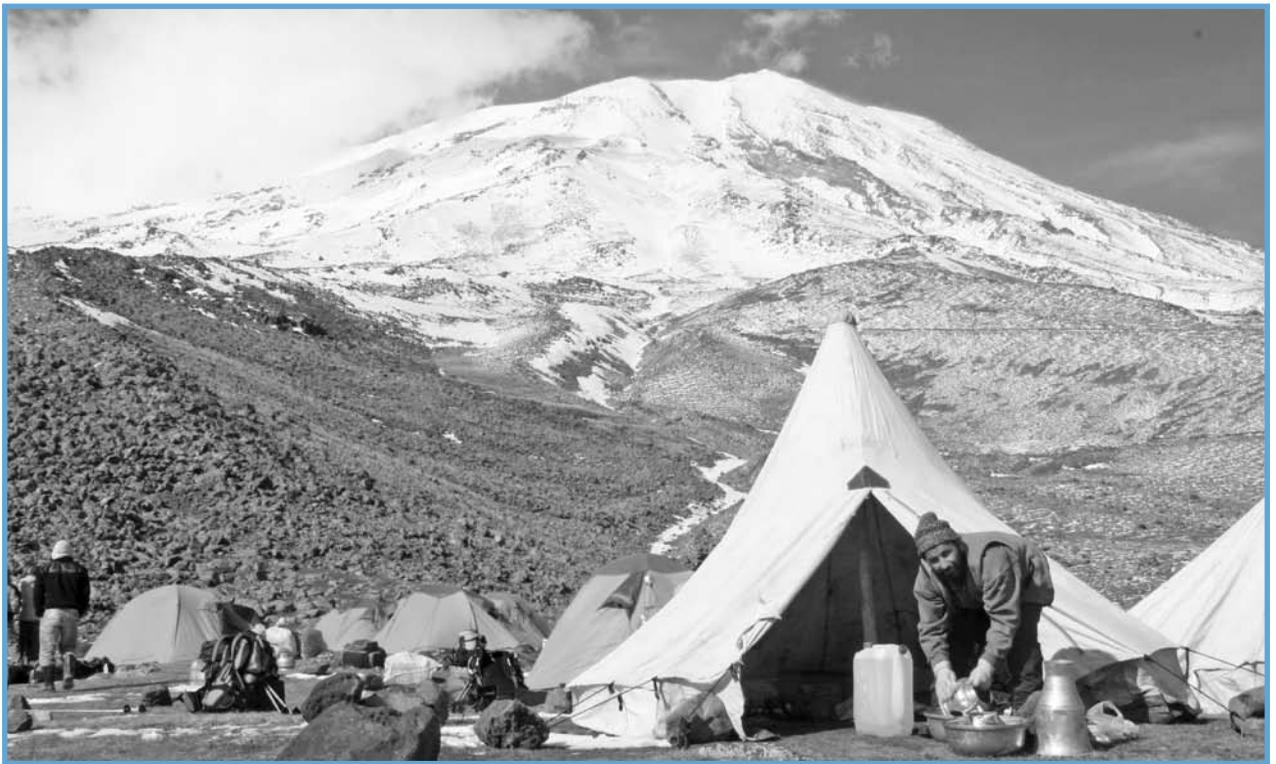
Et puis l'Ararat !

Cette montagne biblique où se serait échouée l'arche de Noé et où la création aurait échappé au déluge.

qui surgit des hauts plateaux et domine de sa masse et de sa hauteur – plus de 3000 mètres au-dessus des terres – toute cette région de la Turquie, aux frontières de l'Iran et de l'Arménie.

Mais aujourd'hui,

20 avril 2008, tout est différent. La montagne est bien là, devant



L'Ararat, montagne mythique, vue du camp de base, 2900 m.

Le Cervin est l'une d'elles. De nombreuses publicités, films, affiches...utilisent son image, sa forme, pour en faire l'archétype de la montagne.

Le Fuji Yama, au Japon, représenté par les peintres, aquarellistes et poètes depuis toujours en est une autre.

L'Annapurna, le premier 8000 jamais gravi, avec des images fixées dans la mémoire collective,

J'ai fait connaissance de l'Ararat, enfant sur les bancs du catéchisme ; pensez donc, une montagne aussi célèbre que cela !

Je l'ai découverte quelques années plus tard, lors de mes voyages au Moyen Orient et dans l'est de la Turquie.

Chaque fois, c'était la même magie. Une montagne haute et puissante, un cône régulier

nos yeux, toute proche et nos skis sont posés devant l'hôtel. Dans quelques heures nous allons rejoindre le pied du volcan pour nous élever sur ses pentes.

Mais l'Ararat, montagne mythique s'il en est, fait partie de ces sommets qui se méritent !

L'aventure a commencé il y a plusieurs mois déjà. Il nous a fallu remplir des demandes d'autorisation en plusieurs

et fastidieux exemplaires puis envoyer tous ces documents à l'ambassade de Turquie. Ce fut ensuite plusieurs mois d'attente avant d'obtenir l'accord

A mesure que nous nous élevons sur les pentes du Suphan Dag, le paysage s'offre à nos yeux et nous prenons conscience de l'immensité du lac de Van. Il s'agit d'une

est magnifique, le lac de Van, immense, s'étale à nos pieds et le cratère du Suphan ajoute une touche surréaliste à l'impression de démesure.

Mais il est temps, après cette mise en jambes, de rejoindre la ville de Dogubayazit au pied de l'Ararat.



Maintenant, l'aventure va prendre des allures d'expédition. Les choses sérieuses commencent !

Ici, sur ces plateaux balayés par le vent, le passage d'une expédition en quête de l'Ararat permet aux villageois kurdes de gagner un peu d'argent en louant leur service pour porter le matériel. Cela apporte de l'argent dans les villages où l'essentiel de l'activité est pastorale.

Camp de base, 2900 m,

du gouvernement de gravir **LE** sommet.

Mais nous devons encore nous présenter au consulat de Turquie à Lyon afin d'obtenir sur nos passeports le précieux permis d'ascension, moyennant une centaine d'euros !

Ces joyeuses et toujours agréables formalités étant achevées, nous pouvions enfin nous envoler – mi avril 2008 – vers la Turquie et l'est du pays à quelques 1700 km d'Istanbul.

En arrivant à Van,

nous retrouvons avec plaisir Yusuf notre guide et Yilmaz le cuisinier, avec qui nous étions dans le Taurus en 2007 !

Le premier objectif de notre séjour, était l'ascension du Suphan Dag, volcan de 4000 m, qui domine l'immense lac de Van.

Le départ skis aux pieds du village de Hamantepe restera pour tous un grand moment. Les enfants, bientôt suivis par les hommes du village, viennent voir ces étrangers bizarres qui grimpent sur les montagnes.

C'est ainsi, dans la joie et les rires, que nous démarrons notre randonnée qui promet d'être longue !

véritable mer intérieure à 1700 m. d'altitude.

Ici ont prospéré puis disparu de nombreuses civilisations. Les arméniens et les kurdes y ont vécu, y vivent encore puisque nous sommes au cœur du "Kurdistan", comme nous le rappellent sans cesse la très forte présence militaire et les incessants contrôles et check point sur les routes.

Après quelques 6 heures de progression et pas loin de 2000 m de dénivellée, nous foulons le sommet du Suphan Dag balayé par des vents violents. Le paysage

avec une vue dégagée sur la suite de l'itinéraire.

Ce soir le temps est clair et la suite s'annonce plutôt bien !

Demain, nous continuerons vers le camp 1 avec les porteurs.

Nous chaussons assez rapidement les skis alors que les porteurs, eux, progressent plutôt sur les rochers.

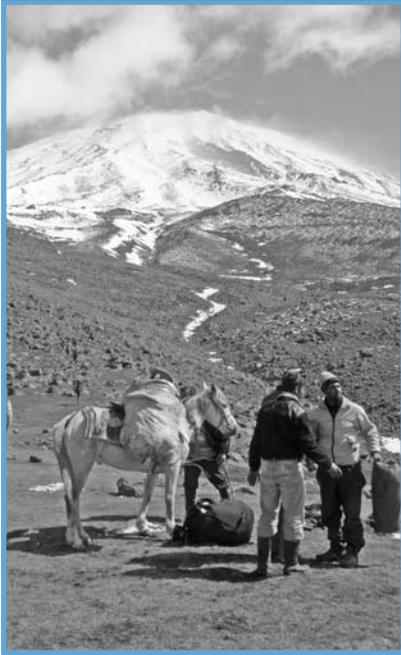
Camp 1, 3750 m,

Le camp est installé sur des banquettes de neige, la vue est magnifique sur les plateaux et la ville à nos pieds.

Là haut, au dessus de nos têtes, à encore 1300 m de dénivellée, on



au camp 1, vers 3750 m d'altitude...



devine la longue crête sommitale de l'Ararat.

Mais pour le moment, nous occupons notre temps à fixer le mieux possible nos tentes. Le vent s'est levé durant notre progression et maintenant cela commence à souffler très fort... La nuit sera particulièrement

agitée avec des rafales de vent violentes. Les tentes se plient et se déforment dans tous les sens... mais elles tiennent bon !

Devant la force du vent, nous décidons d'attendre le lever du jour...pour finalement partir sans que celui-ci ne faiblisse.

4500 m,

nous posons les skis dans la tourmente et continuons notre progression à pieds sur une large croupe rocheuse. Plus nous nous élevons et approchons du sommet sud, plus le vent forcit, et maintenant la visibilité est réduite à quelques mètres...

5012 m,

altitude affichée par le GPS, juste sous le sommet sud... la progression devient des plus aléatoire et il semble peu raisonnable voire impossible de s'engager sur le vaste plateau neigeux qui mène au sommet. Nous peinons à tenir debout et la lutte contre le vent est trop incertaine !

La mort dans l'âme, nous décidons de faire demi tour.

Il était écrit que ce jour nous ne parviendrions pas au sommet de l'Ararat !

Notre quête s'achève donc dans la tempête à 5000m à quelques mètres seulement du sommet convoité.

La nuit suivante au camp 1 sera tout aussi violente et la journée du lendemain sera mise à profit pour déséquiper les camps, toujours sous des bourrasques de vent très violentes, et redescendre de la montagne.

L'aventure montagnarde s'achève donc mais durant ces quelques jours nous aurons vécu une belle aventure humaine entre nous, mais aussi avec les porteurs et muletiers.

Nous n'aurons pas trouvé l'arche de Noé, mais nous garderons dans la tête le visage fier de nos porteurs et l'image magnifique du volcan Ararat !

Octobre 2008 JF Grandidier



Altitude 5012 m, au GPS, point atteint sur le sommet sud de l'Ararat...

Randonnée dans la Vallée

Etroite



En cet hiver 2008,

notre choix de randonnée s'était porté sur "la Vallée Etroite" et le mont Thabor. Des topos, découverts sur Internet, avec de belles photos, avaient aiguisé notre soif de découvrir ce coin de paradis entre Vanoise et Ecrins. De plus, nous adorons l'ambiance "Dolce Vita" des refuges italiens et la vallée Etroite étant une enclave italienne dans les Hautes-Alpes devenue françaises en 1946 : tout nous poussait donc dans cette contrée. Le 14 mars, notre groupe de 11 randonneurs est donc parti pour cette vallée "du bout du monde" sous un soleil radieux. Pour nous savoyards, cette vallée Etroite est à proximité, à portée de mains, au-dessus de Bardonnèche, mais

la route étant fermée l'hiver, et voulant diversifier notre périple, nous avons choisi de partir de la vallée de Névache. Le Fréjus et le col du Montgenèvre franchis, nous voilà donc dans la vallée de Névache, à la chapelle de Ames (1600 m) pour poser les voitures et attaquer notre randonnée. Les sacs sont un peu lourds, en ce premier jour, mais la joie de découvrir de nouveaux paysages, de fouler des neiges vierges, de déguster la cuisine italienne, de vivre une "aventure" entre copains durant trois jours et d'avoir un bel objectif comme le

Thabor, ravit et donne

Le soleil

des ailes à notre petite bande. illumine rapidement tous les massifs environnants en nous apportant cette luminosité si

spécifique du sud, mariant le bleu du ciel de la côte d'azur et le blanc resplendissant des neiges des alpes du sud.

Au milieu des bois de mélèzes, de pins cembro et de pins sylvestres, dominés par de magnifiques "Fées" nous progressons tranquillement par la combe des Thures jusqu'au col du même nom (2194 m). Au fil de la montée, comme à l'habitude, même si tout le monde suit consciencieusement la trace, les discussions vont bon train, et une ambiance conviviale s'installe petit à petit.

La montée

étant un peu courte, et la journée pas très avancée, nous avons alors décidé de poursuivre en tirant sur la gauche jusqu'au col de l'Etrou du Vallon (2489m), point culminant de notre journée. De là, nous voyons une partie de la Combe du Vallon, parcours que nous ferons dans deux jours pour le retour. Mais nos estomacs crient déjà famine. Les Rois Mages, Melquior, Balthazar et Gaspard, les 3 montagnes qui nous dominent, en face, peuvent alors contempler tout ce petit monde



sortir qui le saucisson, qui le sandwich, qui la tomme dans un joyeux brouhaha de plaisanteries et de conversations sur la montagne, le ski, les enfants, le temps etc.

Les forces reprises,



nous attaquons notre descente sur le refuge "I Ré Maggi" de la vallée Etroite. Si pour la montée, nous n'avons pas eu de problèmes, toute la caravane marchant au même rythme, la descente n'en sera pas de même. En effet, bien vite, un membre du groupe nous donne des signes de difficultés, pour skier en toutes neiges, avec un lourd sac sur le dos. La pente s'accroît vers le fond de vallée, des traversées de couloirs où les avalanches sont déjà descendues sont à franchir, les arbres se resserrent, les chutes succèdent aux chutes. Les remises sur pieds successives finirent par nuire à sa résistance physique. Jean-Louis et Jean-Laurent, les organisateurs de ce périple, s'inquiètent devant tant de difficultés, l'encadrent, l'aident, le réconfortent et le motivent de plus en plus. Les bons skieurs, eux, s'en donnent à cœur joie pour dévaler la pente mais en contrepartie, ils sont obligés d'attendre régulièrement encore un peu plus, car en randonnée, même si un de nous n'a pas le même niveau, nous partons

ensemble, nous skions ensemble et nous arrivons ensemble, c'est le principe même de la sortie collective et surtout de la sécurité.

Il faut reconnaître que notre compagnon d'infortune, les 2 JL

l'ont découvert le matin même de la course. Des écrits et des coups de téléphones sur les difficultés du raid, les pentes, les distances, la technique de ski en toutes neiges avaient été échangés, mais, grave erreur, pas de contact physique. Pas la moindre sortie, par exemple, un week-end précédent, pour tester ses capacités et son niveau de randonneur. Tout était fondé sur l'auto évaluation de notre compagnon.

Bref, la descente sur le refuge fut un peu longue, périlleuse, inquiétante et stressante mais par bonheur, elle fut menée à bon port. Nous avons alors découvert un magnifique refuge italien, (1765 m) au milieu d'un petit village à l'architecture ravissante, avec murs en pierres, toit de lauzes et charpente cossue.

Après

avoir pris possession de notre dortoir, la traditionnelle bière, ou boisson désaltérante, fut prise sur la terrasse, en profitant pour le reste de l'après midi d'un beau soleil, nous délassant et nous ravigotant. Cette après midi fut aussi l'occasion de demander à notre compagnon d'infortune de rester le lendemain au refuge car nous avons programmé le mont Thabor. Cette course de 1400 m de dénivelé s'avérait pour lui, au vu de la descente d'aujourd'hui, beaucoup trop difficile. Nous avons pensé qu'il était injuste de pénaliser dix personnes des joies d'une magnifique randonnée, avec des paysages à ravir, une montée longue, un sommet qui se mérite et une descente super agréable. Je l'avoue avec bonheur et soulagement, il accepta, s'étant de lui-même rendu compte de sa différence de condition physique. Mais même dans de telles circonstances, il n'est pas évident du tout, pour un encadrant de sortie, de prendre



une telle décision, même si elle s'impose au nom de la sécurité, de l'homogénéité du groupe, de l'ambiance, de l'harmonie et pour la suite de la randonnée.

Le repas du soir fut, comme à l'accoutumée en Italie, gargantuesque, avec les traditionnelles pâtes et même la tisane et le "pousse". Ce fort moment de convivialité est aussi privilégié pour la discussion et la connaissance approfondie du groupe.

Le 15 mars,

après un petit déjeuner copieux, aux aurores, nos dix larrons se sont donc élancés à l'assaut du mont Thabor, sous un soleil radieux. Après 4h de montée, nous avons ainsi pu découvrir la chapelle de Notre Dame des sept douleurs, haut lieu de pèlerinage italien. Le sommet à 3173 m, fabuleux belvédère sur l'ensemble des Alpes françaises et Italiennes nous laissa découvrir un paysage de toute beauté sur une circonférence de 360°. Après la pause casse-croûte, la descente fut très agréable et chacun put, à sa guise, enchaîner des godilles comme des virages plus larges avec des passages en poudreuse comme en neige croûtée ou à peine décaillée du printemps. Bref tout le monde apprécia la montée et comme d'habitude, la descente. Nous fûmes aussi heureux, en arrivant au refuge, de retrouver

notre compagnon qui avait occupé notre absence par une balade, aller, retour, sur la route enneigée, en direction de Bardonnèche.

La fin d'après-midi nous apporta, en même temps que la sieste, de gros nuages menaçants. La soirée elle, nous donna la pluie, et toute l'inquiétude sur la météo du lendemain.

Heureusement

le 16 mars, nous découvrièmes, au réveil, un léger saupoudrage



au niveau du refuge et même si notre ascension pour ce jour final débuta un peu dans le brouillard, par une très belle montée dans la forêt puis dans les alpages, elle se



poursuivit avec de plus en plus de trouées et d'éclaircies ainsi que de la neige pour passer sous la pointe de l'Enfournant et arriver au Col du Vallon (2645 m) dans 20cm de poudreuse et sous un très beau soleil.

Je vous laisse imaginer les 7 Km de descente de la Combe du Vallon, dans de telles conditions. La neige d'un blanc limpide, les montagnes environnantes meringuées à point, le ciel d'un bleu d'azur. Tout était réuni pour terminer ce périple en beauté et même notre compagnon qui avait bien retrouvé ses forces, dans cette neige légère, se régala. Le bas du vallon étant déneigé, il fallut porter un petit moment les skis, mais arrivé à Névache, tout le monde était ravi : les participants qui avaient connu d'autres horizons, dans de bonnes conditions et dans une ambiance sympa ; les organisateurs car tous étaient arrivés au bout du chemin sains et saufs. Ils se sont juste promis que dorénavant, pour les raids à venir, ils feront une sortie systématiquement avant, avec tous les participants et ne prendraient plus personne sans connaître son niveau de ski. Ils souhaitent aussi que cette aventure fasse prendre conscience aux futurs participants qu'ils ne peuvent pas et ne doivent pas se lancer dans des raids sans avoir le niveau physique et technique requis.

Alors à de prochaines sorties.



Jean-Louis Arnol



NAISSANCE DE LA TOPONYMIE MONTAGNARDE

La toponymie remonte à l'Antiquité et même à la Protohistoire

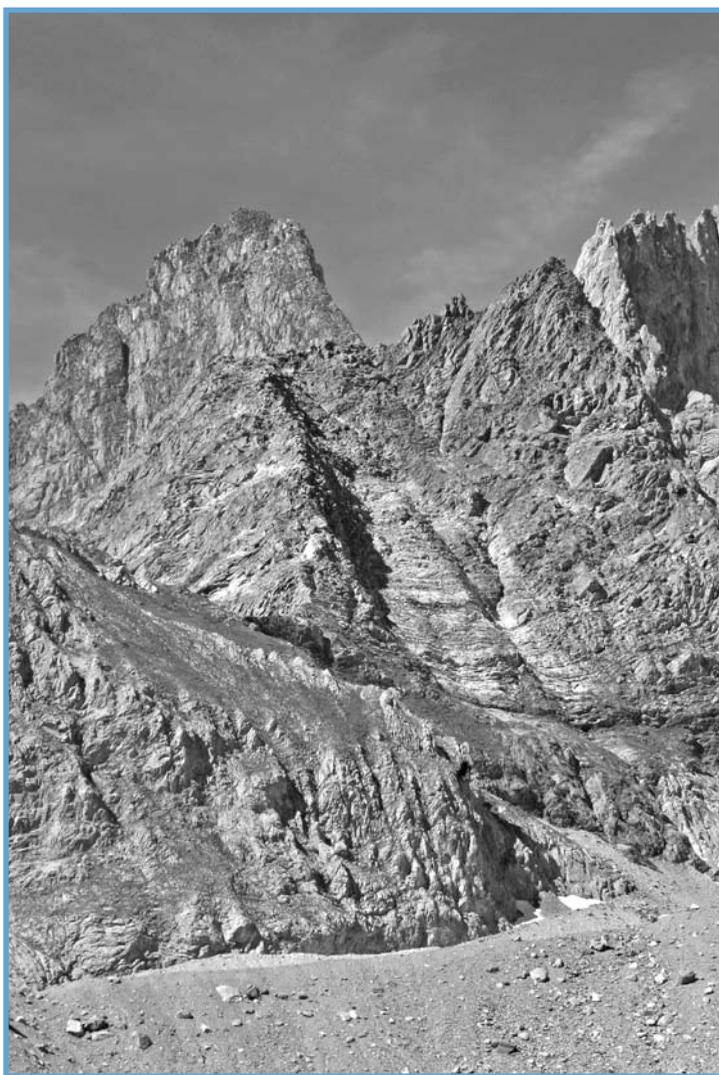
L'origine de nos noms de lieux prend ses racines lointaines au sortir du Néolithique, dans les premiers dialectes de l'humanité alpine. Restés exclusivement parlés, ceux-ci ont disparu intégralement de l'histoire, c'est le cas pour le Gaulois qui, parlé pendant plus de 1000 ans, a péri corps et biens. Mais les linguistes ont recensé des centaines de radicaux et de mots antérieurs à l'usage du latin, qui ont survécu, cachés et déformés dans notre vocabulaire et nos noms de lieux. Leur origine ne tombe pas toujours sous le sens.

Ainsi les racines de mots ou radicaux de l'Age des métaux (2000- 50 av. J.C.), utilisées par les peuples alpins (en Savoie, les Ceutrons et Médulles...), précèdent-elles les langues celtiques d'origine indo-européenne. La plupart expriment une idée de relief, de sommet, de rocher, comme les radicaux cal de calade, calanque, car, gar de Gardiole, Gargan, cairn, pelv de Pelve, Pelvoux. On

connaît bien également clap de clapier, Clap (amas de rochers), lav, lau de lauze, le gl de glière, espace pierreux, glacier, de même que les balmes ou baumes, abris sous roche. Le plus célèbre, Alpe (arpette), très vieux nom, signifie

de Bellachat ou Belle-Étoile n'indiqueraient pas un beau sommet mais un sommet tout court.

Certains radicaux d'origine gauloise ont bien survécu dans nos dialectes alpins : Nant (ruisseau), brig de Briançon, Brégançon, Brengenz (rocher fortifié), la désinence dun de Verdun, Chateaudun (fortification) ou euil (de ialo, clairière) de Breuil. Les noms de divinités celtes ont perduré dans le français : ainsi Bourbon, Borbolion viennent directement du dieu Borbo des sources bouillonnantes, Arc, Aar, Isara (Isère) nomment les anciens dieux des rivières comme les Dor, Tor, Tur de Doron, Torrent. Morge et randa (Randens) eux, indiquaient une frontière gauloise.



La grande et la petite Glière (Vanoise)

déjà prairie d'altitude tandis que cham, calm (campagne, champagne, Lachamp) indique de vastes espaces nus dont ont hérité les Lachat ou Chamrousse. Bel ou bal

travers les langues romanes qui en sont issues, Franco-provençal, Dauphinois, Provençal... On connaît la floraison savoyarde des Forclaz (furcula, petite four-

che), celle des Villards, fermes issues des villae romaines devenues des hameaux, les désinences en y (de acum, domaine de...) à Mercury, Gilly, Grésy. Les Monts, Paluds, Chabrières, sont transparents comme les toponymes issus de noms d'arbres (Biolley pour betulla, bouleau, Frasse pour le frêne, Vernay pour l'aulne, Charmette).

Même chose pour les noms d'animaux, orsière, louvière, cervière (loup cervier ou lynx) et même fée (lac des Fées) ou faye pour feta, brebis.

Au Moyen-Age, se sont multipliés les Roche ou Peyre, les Puy, Pech, Poyat dérivés de podium, les Touvet (lieu du tuf), Thuiles (lauzes ?), Chatelard, Beaufort, Chosal, Masure, les Crêt, Côte, Pra, Mollard (hauteur), bien savoyards. Et, bien sûr, avec la religion omniprésente, c'est l'invasion des noms de paroisses en Saint... ou Notre-Dame.

À toutes les époques, les paysans sont, à travers leurs dialectes régionaux, logiquement à l'origine de la toponymie.

Une origine paysanne revue par les alpinistes et les géographes.

Les appellations usuelles de mont, montagne, val, combe, riou, foux..., font partie de cet abondant legs toponymique institutionnalisé par les cartes actuelles, soit des centaines de termes utilitaires issus des dialectes romans parlés dans les siècles passés. Pour les paysans d'alors, ces termes employés usuellement possédaient un sens précis qui, après l'abandon quasi total de ces dialectes au profit du français,

s'est estompé dans la langue actuelle et citadine que nous pratiquons de nos jours. Le centralisme linguistique a eu raison des idiomes régionaux. Ainsi, borie, caire, jas, palud, pertuis, isles, voire rosière, plagne, serre, essart et tant d'autres aussi chantants ne sont plus pour nous porteurs de sens. À 1500 m

termes spécifiques des paysages et de la géographie physique, disciplines pratiquement abandonnées au profit de la géographie économique. Si les termes de moraine, rimaye, garrigue, contrefort, adret et autres versants n'offrent encore aucune ambiguïté, en revanche val, cluse, reculée, crêt... prennent



La Meije ou Pointe du midi de la Grave (Ecrins)

d'altitude, une rosière n'a rien d'un jardin de roses, ni d'une jeune fille vertueuse, mais tout d'un marais à roseaux. Loin d'être un endroit plat, une plagne est plantée d'érables planes. Pour un (et non une) serre, ne pensons pas à un rapace, mais à une longue crête dentelée comme une scie.

Quant aux torrents, les paysans les nommaient selon les massifs ruz, riou, nant, doron, ..., non sans leur accoler à l'occasion des noms évocateurs de leurs déprédations saisonnières tels que Merderet, Bramafan (brame la faim), Riou Bourdou (qui bourdonne) ...

Les géographes ont, quant à eux, fait un large usage de ce vocabulaire originel, contribuant ainsi à le populariser, mais en lui donnant une signification souvent ciblée ou biaisée par rapport au sens originel. L'école et le lycée ont diffusé ces

en géographie un sens structural précis qui tend à être oublié : le val du paysan jurassien est large et à versants évasés, mais le géographe lui ajoute une structure synclinale spécifique. Pour ce dernier, une montagne n'est qu'un relief vigoureux, tandis que pour le paysan alpin d'autrefois, elle représentait un alpage d'altitude, le montagnard étant toujours l'alpagiste. Le sérac, fromage de petit-lait, est devenu une «tour» glaciaire instable entre deux crevasses. Par chance, un causse représente pour tous un plateau calcaire sans circulation d'eau, donc couvert d'une maigre végétation, avec des formes de relief spécifiques, liées à la dissolution du calcaire par l'eau d'infiltration (les dolines, poljés, lapiaz, termes d'origine slovène).

Certains termes se sont également popularisés dans leur sens originel, tels que aven, lapiaz, garrigue, lau-

ze, calanque (calanco en italien désigne un ravin).

Inversement, les sensations, l'appréhension du vide notamment, gagnent le vocabulaire : un torrent dans son lit en gorge qui n'était autrefois qu'un nant ou un ruisseau devient un ravin pour le citadin peu habitué à la pente, de même qu'une lanche ou pente raide est pour lui un précipice. On n'oubliera pas non plus qu'un pas ou un passeur désigne en fait un passage scabreux, à plus forte raison un malpas. Quant aux nombreux pics ou aiguilles ayant inspiré les noms de sommets, ils montrent que même les anciens avaient le sens de l'hyperbole.

L'apport des pionniers de l'alpinisme

Avec les débuts de l'alpinisme s'ouvre la voie de l'exploration géographique, là encore grâce aux

Anglais. En dépit d'un matériel et d'une technique rudimentaires, les Whymper, Coolidge, Matthews... montrant une résistance et une hardiesse exceptionnelles, accomplissent dès la moitié du dix-neuvième siècle de nombreuses premières en compagnie de leurs guides valaisans, valdôtains, dauphinois ou savoyards. Initialement paysans et chasseurs de chamois, ceux-ci se reconvertissent en guides ou porteurs de haute montagne, d'autant plus intrépides que règne une véritable compétition pour les premières et que les "messieurs" paient bien. La passion et la vocation de guide ne viendront que par la suite. Notons à ce propos que les vallées népalaises de l'Himalaya connaissent actuellement, chez l'ethnie sherpa entre autres, un processus tout-à-fait analogue.

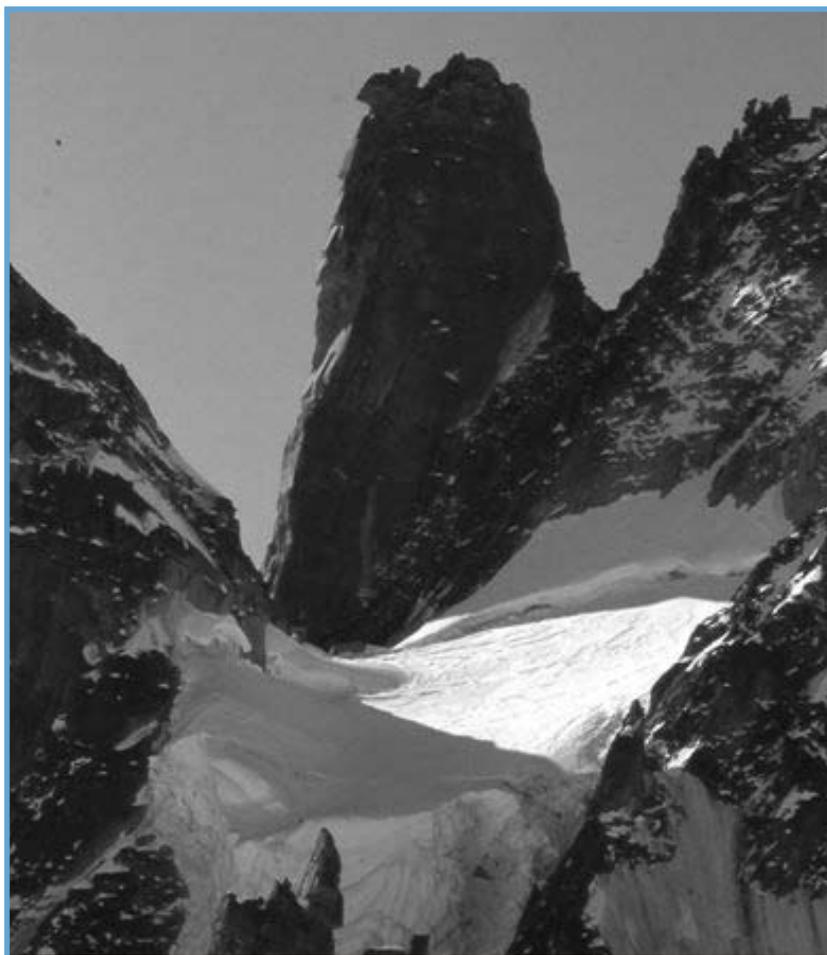
Au dix-neuvième siècle, des dynasties de guides célèbres com-

menent ainsi à Chamonix avec les Charlet ou les Ravanel, en Oisans avec les Gaspard, les Turc, les Engilberge.

Remarquons à leur actif, outre leurs innombrables premières en compagnie de clients, un rôle méconnu et essentiel pour notre sujet : étant les seuls à connaître et baptiser les noms de lieux en haute montagne, ils fixent, à leur insu, pour la postérité, la plupart des noms de sommets, glaciers et lieux-dits à travers la cartographie naissante des montagnes. L'ensemble de la toponymie vient, en haute comme en moyenne montagne, directement d'appellations d'origine paysanne.

Rien d'étonnant dès lors à ce que, dans la toponymie montagnarde, fleurissent les appellations imaginées, simples et d'origine rurale : Glacier Blanc, Aiguille Verte ou Rousse, Pic, Grande-Casse, Plan, Creux ou Crozets, Balmes, Râteau, Ciseaux, Peigne ... D'autres se situent par rapport au village, ainsi les Aiguilles de Chamonix, l'Aiguille de la Bérarde, la Meije qui est au «midi» de La Grave. Pieux et imprégnés par la religion, les paysans avaient également souvent nommé leurs villages d'après leur saint patron et placé un peu partout des croix et des oratoires à intentions protectrices, leur imaginaire leur inspirant par ailleurs la vision du Doigt de Dieu, des silhouettes de Moine, Capucin, Cardinal, voire d'ogre (Eiger) et, bien sûr, des interventions diaboliques (l'Infernet, les Aiguilles ou Ponts du Diable).

Les derniers noms alpins de sommets et de voies seront donnés en l'honneur – posthume - accordé aux noms des Amateurs d'abîmes aurait dit Samivel, grands alpinistes pionniers, auteurs de premières célèbres comme les Gaspard, Coolidge, Dibona, Whymper, Zsygmondi...



Le grand Capucin (massif du Mont Blanc)

Henri Barthélémy

ESCALADE

Stages escalade : calendrier 2008 - 2009

**OPEN NATIONAL
D'ESCALADE JEUNES
2008**

ALBERTVILLE

20 et 21 décembre
benjamins, minimes, cadets, juniors
-> halle olympique <-

Samedi : 2 voies flash
accueil benjamins & minimes entre 7h et 8h
accueil cadets & juniors entre 13h et 14h

Dimanche :
1/2 finales flash à partir de 8h
finales à vue à partir de 11h

Co.RAL
SAVOIE CONSEIL GENERAL

club alpin français
Albertville

ALBERTVILLE
Olympique

ffme

infos sur <http://www.clubalpin.com/albertville>

ADULTES

Comme l'année dernière, à partir du mois de janvier, des "modules d'apprentissage - techniques de cordes et sécurité" seront organisés lors des cours d'escalade à la halle.

Au menu : descente en rappel, relais en grandes voies, mouflages, techniques de réchappes...

Samedi 28 et dimanche 29 mars, week-end à Omblèze (Vercors) : escalade

Samedi 25 et dimanche 26 avril, week-end à Orpierre : escalade et découverte grandes voies (places limitées).

Du 10 au 14 juillet stage en Corse : escalade, canyoning, via ferrata et grandes voies (se manifester tôt pour l'organisation).

JEUNES

Février : du 7 au 9, stage d'escalade (10-18 ans) à Claret (Hérault), prix 160 € tout compris (transport, hébergement, nourriture).

Avril : du 4 au 6, stage d'escalade (10-18 ans) à Orpierre (Alpes du sud), prix 140 € tout compris (transport, hébergement, nourriture).

Pendant le mois de Mai des sorties falaises seront organisées pour le passage des livrets d'escalade (infos complémentaires en cours d'année).

Été : du 4 au 6 Juillet, stage multi activités (8-12 ans) à Aussois, prix 120 € tout compris (transport, hébergement, nourriture).

Mathieu Pesenti

Pour plus d'informations : voir Mathieu à la halle Olympique aux heures de cours.

Les 7, 8 et 9 juillet, 6 jeunes grimpeurs du CAF Albertville se sont rendus à Virieu-le-grand pour un stage multi-activités : escalade, via ferrata et parcours acrobatique forestier.

L'été a bien commencé pour eux puisque le beau temps était au rendez-vous. En plus des activités ils ont pu apprécier les nuits sous la tente et le plein air pendant 3 jours.

Les petits jeunes (9-10 ans) étaient très à l'aise au sommet de la via ferrata du Col du Chat pourtant très impressionnante !



EN PASSANT PAR LE LYCEE...

Depuis plusieurs années, le CAF a mis en place un partenariat avec le lycée Jean Moulin. C'est ainsi que chaque année, les cadres du club reprennent le chemin de l'école pour leur grand plaisir. Les interventions sont ciblées sur la neige et la sécurité ainsi que la découverte du ski de ran-

donnée. Elles sont coordonnées avec le travail des professeurs de la section montagne qui tout au long de l'année et pendant les 3 années de l'option amènent les jeunes vers la découverte des activités de montagne et les accompagnent vers l'autonomie. Le CAF d'Albertville apporte ses

compétences sur des activités plus techniques et met au service des jeunes son savoir-faire et sa passion.

Mais à l'issue de chaque sortie, le plaisir et l'enthousiasme des jeunes nous font comprendre que la trace que nous élaborons ensemble est sur la bonne pente !



Questions à ...

Professeurs : Annie, Cathy et Françoise

Depuis quand fonctionne ce partenariat avec le CAF d'Albertville ?

Le lycée Jean Moulin a renouvelé cette année la convention avec le CAF d'Albertville, cela fait donc bientôt 5 ans que nous construisons des projets ensemble.

Sous quelle forme s'applique ce partenariat ?

C'est vraiment un partage de

compétences autour des pratiques de montagne et surtout de la connaissance des risques de la neige et de la découverte pour les élèves du ski de randonnée.

Qu'est ce que cela apporte au professeur d'EPS que vous êtes ?

Sans la présence des encadrants bénévoles CAF, il ne serait pas possible pour nous de faire vivre ces activités aux élèves. Cela permet d'avoir un encadrement de qualité et une présence d'adultes suffisante au regard de la sécu-

rité et en plus grâce au réseau de partenariat du CAF, de pouvoir disposer de matériel de randonnée performant. C'est vraiment appréciable.

Toutes les conditions sont réunies pour proposer aux élèves des activités de qualité, en toute sécurité.

Et en plus cela se fait dans une bonne ambiance, la convivialité est toujours au rendez-vous.

En quoi cela enrichit-il l'option ?

Cela permet une véritable ouver-



ture sur toutes les pratiques de montagne en complément de ce que nous proposons déjà au quotidien. Après ces 3 années d'option, les élèves ont vraiment acquis des compétences de conduite d'itinéraire, de connaissance de la neige et des risques possibles. Et pour certains élèves, c'est peut-être aussi leur donner envie d'aller plus loin dans leurs pratiques de montagne en rejoignant le CAF.

Elèves : Mylène et Guilhain

Quel est le plus pour vous, élève ?

Pouvoir découvrir d'autres activités de montagne comme la via-fer-

rata ou le ski de randonnée.

Comment est perçue l'intervention du CAF et le rôle des encadrants ?

C'est bien, car on apprend à utiliser des ARVA, à faire du ski de randonnée. Ils nous expliquent les risques de la montagne et en plus ils sont sympas. Il y a une bonne ambiance. Et souvent on découvre vraiment de beaux paysages.

A l'issue de l'option que reste-t-il de ces échanges ?

On sait qu'il faut faire attention en montagne et qu'avec la neige, c'est encore plus difficile de se repérer. Nous sommes plus conscients des

risques et des limites de ce que l'on sait faire.

Encadrant : Roland Bellot

Qu'est ce que cela apporte à un encadrant de participer à ces sorties ?

Le contact avec les lycéens est très enrichissant. Leur approche de la montagne est complètement différente de celle des adultes, c'est très nouveau. Et puis ils sont très motivés et heureux d'être en montagne.

Qu'est-ce que tu penses pouvoir apporter à ces jeunes ?

Communiquer ma passion, mais aussi mon vécu et mon expérience en tant que bénévole, c'est important, c'est un peu la passation de l'expérience. L'idée est aussi de faire prendre conscience des règles élémentaires de sécurité avant et pendant une sortie en montagne.

Comment te situes-tu par rapport au fonctionnement du lycée et des professeurs ?

Etre à l'écoute des professeurs, de leur attente, celle des jeunes aussi mais avec toujours à l'esprit la sécurité.

Octobre 2008, Interview réalisée par
JF Grandidier



ÉCOLE D'AVENTURE 13/18 ANS

Les sports de montagne sont une remarquable école de la vie, basée sur l'apprentissage, l'effort et l'engagement. Pour transmettre ces valeurs, le Club Alpin Français d'Albertville a mis en place des structures spécifiques pour que les enfants puissent les découvrir. L'école d'aventure est l'une de ces structures. L'école d'aventure du Club Alpin Français d'Albertville est une organisation créée pour les jeunes âgés de 13 à 18 ans désireux de s'initier ou de se perfectionner dans toutes les activités de montagne (moyenne montagne, sentier et forêt, terrain enneigé, cascade de glace, haute montagne, monde souterrain, canyon, parcours en hauteur).

Le principe de fonctionnement.

Le programme d'activités proposé est spécialement élaboré pour les jeunes qui ont envie de bouger. Plaisir, découverte, amitié, à tous les instants. Afin de favoriser l'esprit d'initiative et l'engagement de ces derniers, les sorties sont choisies en concertation avec eux. Le programme est donc fait sur-mesure, il répond à leurs envies. Les sorties sont encadrées

par une équipe composée, suivant leur difficulté technique et leur durée, de professionnels ou de cadres fédéraux de l'association reconnus pour leurs compétences et leurs qualités morales. Notre école d'Aventure bénéficie d'un label de qualité délivré par la fédération française des clubs d'alpins et de montagne (FFCAM).

L'association est ouverte toute l'année. Concernant les sorties, elles se déroulent généralement le week-end. Elles peuvent être sur un format à la demi-journée, la journée, sur deux ou plusieurs jours. Autant que possible, elles se déroulent en milieu naturel, terrain d'aventure par excellence.

Conditions d'accès à l'école d'aventure

Il faut réunir les conditions suivantes :

Etre âgé entre 13 à 18 ans.

Avoir sa licence à jour de cotisation (voir le secrétariat pour les différents modes de paiement).

Fournir la fiche d'inscription dûment remplie avec 1 certificat médical attestant l'absence de contre-indication à la pratique du sport

datant de moins d'un an.

S'acquitter du droit d'entrée à l'école d'aventure (50€ pour l'année de cotisation en cours). Ce prix représente la participation financière forfaitaire qui inclut la location du matériel, les frais d'encadrement si recours à un professionnel. Elle ne couvre pas les frais de transport, d'hébergement et frais personnels qui restent à la charge du bénéficiaire.

Joaquim Ferreira

Témoignage...

Voilà maintenant trois ans que l'Ecole d'Aventure a été créée et j'y suis inscrite depuis l'année dernière. Ma première sortie s'est déroulée en ski de randonnée, au col du Pré, où l'on a aussi fait de la recherche ARVA.

Quelques semaines plus tôt, les autres jeunes avaient fait de l'escalade sur une grande voie : la Tête de Balme.

Dès mon arrivée, tout le monde m'a bien accueillie, ce qui fait que je me suis très vite intégrée.

Ont suivi plusieurs sorties en peau de phoque, comme le Passage de la Charmette, le Col St Jacques ou le col du Tour Noir.

A chaque sortie le sourire, les blagues et la bonne humeur étaient au rendez-vous, même si, parfois, pour moi, c'était assez difficile ! Les encouragements et les sourires ainsi que la volonté d'atteindre le sommet m'ont beaucoup aidée.

Fin janvier, nous avons également fait de la cascade de glace et nous avons participé à la Gorzderette, par équipe de deux, à Champagny-en-Vanoise : il y a eu une excellente ambiance et nous avons beaucoup ri. Malheureusement, nous n'avons pas pu aller au Grand



Paradis (qui culmine à 4061m d'altitude) en Italie à cause de la météo. D'ailleurs, plusieurs sorties ont dû être annulées à cause des conditions météo.

J'ai passé une année bien remplie et forte en émotions, avec une équipe très sympa et soudée. L'année qui arrive promet d'être belle...

Loriane



Programme "Ecole d'aventure" : Saison 08/09

DATES	ACTIVITES	DESTINATION	COMMENTAIRES
Oct. 08	cartographie +escalade (grande voie)	à définir	initiation
Nov. 08	recherche arva +spéléologie	à définir	initiation
Déc. 08	ski de randonnée	à définir	si la neige est au rdv !
Janvier 2009	cascade de glace +ski de randonnée	Champagny	½ journée avec S.Husson (guide) à la Gorzderette par équipe de 2
Fév. 09	ski de randonnée	2 js en lauzière	nuit en refuge
Mars 09	ski de randonnée	à définir	
Avril 09	ski de randonnée	Grand Paradis 4061 m	nuit au refuge Victor Emmanuel
Mai 09	alpinisme +spéléologie	grand parcours	rendez-vous FFCAM
Juin 09	alpinisme +canyon	à définir	stage d'alpinisme avec S.Husson (guide)
Juil. 09	à voir selon moti- vation des troupes !		



Pour votre information :

les dates précises sont à définir selon la disponibilité de l'encadrement et les conditions météorologiques. Avant les sorties, vous recevrez un mail d'information.





TOPASTUBES
Informatique

Vente et maintenance de
matériel informatique

Tél. : 04 79 32 01 92

Fête De LA MONTAGNE

Edition 2008

Déjà 4 ans...cette fête de la Montagne 2008 en était à sa 4ème édition !

Une météo clémente et plutôt favorable, même si la température à l'arrivée au fort de Tamié a donné à cette journée une forte odeur d'automne.

180 coureurs sur le Trail d'Albertville, 85 sur la Grimpette au fort et une belle réussite sur la randonnée populaire, en particulier avec les enfants et les familles au départ de Mercury...

Décidément cette journée s'inscrit maintenant comme une activité majeure et un rendez vous incontournable de notre club.

Les bénévoles ne s'y trompent pas car ils sont nombreux et fidèles maintenant à s'investir dans

l'organisation et le bon déroulement de cette journée.

Les partenaires eux aussi ont compris l'enjeu et le potentiel important de cette fête de la montagne. Nous les en remercions.

2008 a vu également, et ce fut une avancée importante, la prise en compte de la gestion de l'environnement et surtout la conscience que nos activités sportives ou de loisir doivent peser le moins possible sur la nature. Ce fut, je crois, assez réussi grâce à des initiatives diverses, vaisselles recyclables – produits locaux – renforcement du système de navettes – pénalités dans le règlement pour déchets jetés – abandon



du marquage peinture – nettoyage de tout le parcours dans les jours qui suivent...

Amoureux de la montagne, nous devons ainsi démontrer qu'il est possible de promouvoir les activités de pleine nature tout en respectant le milieu !

Tout cela, ajouté à la passion et au dynamisme de chacun fait de cette journée un bel événement, apprécié par les participants.

Ces quelques témoignages en sont l'illustration, plus que de longs écrits !

Rendez vous le 27 septembre 2009 pour la 5ème édition du trail d'Albertville

JF Grandidier



Déjà la 4ème édition et pas une infidélité. Rares sont les courses et notamment les trails qui me motivent sur une si longue période.

Si tous les ans je reviens avec enthousiasme c'est que cette course réussit à conjuguer un parcours exigeant, des décors superbes à une convivialité sans faille.

Rien de plus attirant après une

épreuve relevée (concurrence et tracé) que de se retrouver dans ce magnifique fort où règne une ambiance chaleureuse et où tout est fait pour le bien-être de l'athlète.

"Un grand merci à toute l'organisation. Restez comme ça, surtout ne changez rien".

GORRY Franck
Sportivement



Récits de concurrents

C'est la première fois que je participais à ce trail d'un format original. J'accompagnais ma femme qui voulait faire ce trail pour être classée au challenge des Bauges. Pour moi, je savais que cette course allait être très rapide et ça a été le cas. Le départ est très rapide avec Joel qui part très vite ; je suis resté au contact avec Aurélien et Frank, puis on a pris un peu d'avance avec Aurélien dans la descente avant de se retrouver à 4 pendant un bon moment, Lionel et Frank nous ayant rattrapés.

Nous étions assez serrés jusqu'au col du Haut du Four, mais j'étais déjà bien entamé et je ne pouvais suivre le rythme ; j'ai bien craqué sur le Parc à Mouton et laissé Francois Hivert me doubler. Pour la descente avec 3 min de retard j'ai essayé de donner le maximum sans penser à la relance et en fin de descente je reviens 3ème après être revenu sur Franck et Francois. La relance a été un chemin de croix avec de grosses crampes sur les cuisses et les mollets et je n'ai jamais pu suivre le rythme. Je termine donc 5ème avec 7 min de retard sur la tête et juste devant le 6ème. Même si beaucoup me comptaient dans les favoris, je ne suis pas surpris du résultat, d'une part à cause d'une course un peu courte en temps d'effort mais également à cause de cette fin de saison chargée professionnellement et personnellement. Au niveau de l'organisation c'était très bien, je n'ai pas eu l'occasion de tester les ravitaillements, je regrette simplement le ravitaillement d'arrivée un peu limité. Sinon le lieu d'arrivée est très bien, bonne ambiance et sympa pour la famille mais malheureusement nous avons eu un peu froid. Au niveau du parcours c'est très intéressant et un beau parcours qui mérite d'être plus connu. Quelques portions sur bitume ne sont pas très agréables. Je n'ai

malheureusement pas eu l'occasion de rester à la remise des prix mais je garde un bon souvenir et j'essaierai de revenir l'année prochaine. En connaissant la fin du parcours, je gèrerais peut être différemment la course.

Ludovic Pommeret

Le trail d'Albertville est une course difficile comme toutes les courses mais qui gagne à être connue. Elle est très variée avec un départ plutôt roulant pour mes petits mollets de grimpeuse, une montée au fort qui calme les plus énervées et à partir du fort la course commence... Pour cette année Céline Lafaye nous a fait le plaisir de venir nous agacer et une fois qu'elle est partie devant j'ai pu essayer de me faire plaisir derrière. J'ai commencé à relever la tête dans le Parc à Moutons mais sans voir personne malheureusement !

J'ai pu faire une bonne descente, une belle chute et le plaisir de voir mon fan club venir à ma rencontre en cette fin de parcours ce qui m'a redonné du baume au coeur pour m'enfiler les derniers raidillons. Bravo Céline et à l'année prochaine pour ce même magnifique parcours.

Magali Jacquemoud



Je n'avais jamais participé à ce trail. Je n'aime pas m'inscrire 6 mois à l'avance pour une course et sur ce trail je me suis inscrit le matin même. Super convivialité à l'inscription. Pour moi, le parcours est super. De nos jours, tous les organisateurs ont tendance à allonger les parcours pour avoir "l'ultra" le plus dur !

Pour moi, les montées étaient très belles et à aucun moment monotones car on alterne petits sentiers, grands chemins et différents types de terrains. On finit en beauté au sommet du Parc à Moutons. La descente est technique mais roulante. La particularité est que la descente est plus courte en dénivelé que la montée ce qui est intéressant.

Domage qu'il ait fait si froid pendant le repas au col de tamié.

Très beau rendez vous pour les trailers. A refaire en gardant ce parcours afin d'améliorer le temps !

Lionel Bonnel

Trail d'Albertville

Trail 22km-2000m **Grimpette au Fort 9km-800m**

27 septembre 2009

alpin, naturellement!

3ème Challenge du Parc des Bauges

MIZUNO club alpin français Albertville www.clubalpin.com/albertville J.F. Grandidier Tel : 06 83 12 40 18 WINTERSPORT Parc des Bauges

Ski De Montagne Loisir

	destination	massif	déniv. +	alt. max	diff.	accompagnateur
novembre 2008						
29	Exercices ARVA à Farette					B. Caubet - J. Husson R. Bellot-Champignon
Décembre 2008						
20	Ski de piste en Station + découverte du matériel + ARVA					R. Bellot-Champignon Janine Husson Serge Lepaul - Patrick Bois
27	Ski de piste en Station + découverte du matériel +ARVA					R. Bellot-Champignon Janine Husson Serge Lepaul - Patrick Bois
Janvier 2009						
3	Initiation - Logis des Fées	Lauzière	600 m	1850 m	F	R. Bellot-Champignon Janine Husson Serge Lepaul - Patrick Bois
4	Pointe du Lavouet	Beaufortain	1100 m	2410 m	F	G. Lennoz - Cl. Muller
4	Roche Plane	Beaufortain	1076 m	2166 m	F	J.-Cl. Monod - S. Lepaul
10	Pointe du Truc	Mont Blanc	550 m	1811 m	F	R. Bellot-Champignon Janine Husson Serge Lepaul - Patrick Bois
11	Recyclage des cadres (hiver)					
11	Dôme de Vaugel	Beaufortain	1000 m	2225 m	F	Ch. Capitant - G. Capitant Hélène Clause
17	Initiation - Mont Clocher	Beaufortain	650 m	1976 m	F	R. Bellot-Champignon Janine Husson Serge Lepaul - Patrick Bois
17	La Pointe de Cerdosse	Beaufortain	1150 m	2595 m	F	Jo. Ferreira - Pat. Valat
18	Trace de Vaugel					
18	Petit Arc	Lauzière	1215 m	2365 m	F	Serge Lepaul
24	Initiation - Col de la Gitte	Beaufortain	1085 m	2300 m	SM	R. Bellot-Champignon Janine Husson Serge Lepaul - Patrick Bois
24	Les Enclaves	Beaufortain	1250 m	2465 m	F	Bernard Caubet
25	Mont Jovet	Beaufortain	1300 m	2588 m	F	D. Vergne - Cl. Muller
31	Mont Rosset	Beaufortain	1100 m	2450 m	F	J. L. André - J.L. Arnol



Le ski de montagne vous attire ?

Vous avez raison ! Vous allez découvrir des paysages presque vierges, au prix de quelques efforts à la montée, et l'immense plaisir de la descente, avec le maximum de sécurité... Cependant, cette pratique hors-piste ne s'improvise pas : vous serez accompagnés par des encadrants bénévoles formés et expérimentés, qui au travers de conseils, d'astuces et d'éléments de sécurité, vous amèneront petit à petit vers votre autonomie de skieur de montagne...

La saison 2009 s'organise autour de plusieurs niveaux : **un cycle d'initiation** (avec des sorties en station pour conforter les techniques de descente), **un programme de collectives** pour continuer à s'améliorer, tout au long de la saison, avec des sorties de dénivelées progressives, afin de pouvoir faire des raids en fin de saison. La sécurité est prise en compte durant toute la saison, avec des exercices ARVA, effectués à chaque sortie.

Adeptes du ski de montagne la saison 2009 s'annonce prometteuse !

Roland Bellot-Champignon

	destination	massif	déniv. +	alt. max	diff.	accompagnateur
Février 2009						
1er	Initiation - Quermoz	Beaufortain	1000 m	2296 m	F	R. Bellot-Champignon Janine Husson Serge Lepaul - Patrick Bois
1er	La Tournette	Bornes	1350 m	2350 m	BS	Daniel Vergne Jean-Claude Monod
7	Initiation					R. Bellot-Champignon Janine Husson Serge Lepaul - Patrick Bois
8	Col du Sambuy	Belledonne	1323 m	2528 m	F	Thierry Binet Didier Ortholland
14	Initiation					R. Bellot-Champignon Janine Husson Serge Lepaul - Patrick Bois
14	Circuit du Bellachat	Lauzière	1800 m	2484 m	BSA	Gilles Lennoz
15	Roc Pellegrin	Belledonne	1300 m	2530 m	BS	R. Bellot-Champignon
21	Initiation					R. Bellot-Champignon Janine Husson Serge Lepaul - Patrick Bois
21	Tour des Acrays	Beaufortain	1300 m	2200 m	BS	Joaquim Ferreira Patrick Valat
22	Les Sybelles					
22	Rocher de Plassa	Vanoise	1260 m	2835 m	BS	Serge Lepaul
28	Grande Journée	Beaufortain	1200 m	2460 m	SM	Paul Durand
28 1er	Tour de la Cime de Gargan	Traversée				N. de Resseguier J. Spinato - Claire Muller
Mars 2009						
1er	Combe Bronsin	Lauzière	1110 m	2489 m	BS	Jean-Laurent André Jean-Louis Arnol
7	Col des Verts	Aravis	1400 m	2550 m	BS	Daniel Vergne
8	Lancheton	Lauzière	1000 m	2420 m	BS	Yves Gonnet
14	Col de la Mine de Fer	Belledonne	1088 m	2400 m	BS	Julien Spinato Claire Muller
13 au 15	Raid Roche Brune	Isoard				Jean-Laurent André Jean-Louis Arnol
15	Selle du Puy Gris	Belledonne	1450 m	2758 m	BSA	Thierry Binet Didier Ortholland
21	Le Roc du Blanchon	Vanoise	1300 m	2750 m	BS	R. Bellot-Champignon

	destination	massif	déniv. + alt. max	diff.	accompagnateur
mars 2009					
22	Le Sambuis	Belledonne	1550 m 2734 m	BS	Daniel Vergne
21-22	Traversée des Cerces - grand Galibier	Gd Galibier	1500 m 1500 m	BSA	Serge Lepaul
28	L'Archeboc	Alpes Grées	1800 m 3280 m	BS	Gilles Lennoz Claire Muller
28	Col de la Vallée étroite	Thabor	1000 m 2732 m	BS	Jean Laurent André Jean-Louis Arnol
29	Petit Arc	Lauzière	1150 m 2365 m	F	Bernard Caubet
29	Les trois cols	Mont Blanc	1100 m 3323 m	TBSA	Joaquim Ferreira Patrick Valat
28-29	La Réchasse avec Jean-Moulin	Vanoise	1570 m 3212 m	BSA	R. Bellot-Champignon
avril 2009					
4	Tour du Mont Mirantin	Beaufortain	1600 m 2460 m	BSA	N. De Resseguier
4	Miravidi	Mont Blanc	1350 m 3066 m	SM	R. Bellot-Champignon
5	Recyclage des cadres (printemps)				
18	Grand Bec	Vanoise	1800 m 3402 m	TBSA	Daniel Vergne
19	Face ouest de Pécelet	Vanoise	1261 m 3641 m	TBSA	R. Bellot-Champignon
25	Brèche Puiseux	Mont Blanc	1000 m 3432 m	TBSA	Patrick Bois
26	Point du Dard	Vanoise	1560 m 3208 m	TBSA	Jean-Claude Monod
25-26	Raid Villard d'Arêne	Oisans			Julien Spinato N. De Resseguier Claire Muller
	Vacances de Pâques Raid dans les Taurus				Jean-F. Grandidier
	avril 2009 Raid Chamonix-Zermatt				Joaquim Ferreira
mai 2009					
1-3	Dôme des Ecrins	Oisans	2130 m 4015 m	TBSA	R. Bellot-Champignon Joaquim Ferreira

Echelle des cotations :

F : facile, pour tous, y compris aux mineurs

SM : skieurs moyens, pentes moyennes

BSA : bons skieurs alpinistes, pentes raides, techniques alpines

TBSA : très bons skieurs alpinistes, pentes très raides, techniques alpines



SKI ALPIN SAISON 2009

STATIONS		Accompagnateurs
décembre 2008		
14	Courchevel	Mylène Armani
janvier 2009		
04	Courchevel	G. Ferront , G. Roux-Mollard
11	Mottaret	Annie Foret
18	Espace Diamant	Thierry Carron
25	Les Sybelles	Annie Darbelet
février 2009		
01	Val Thorens	Esthel Lozier
08	Valmorel ou Val d'Isère	Claudie Kerouanton
15	Tignes	Alain Carletti
22	La Plagne	Gilbert Roux-Mollard
mars 2009		
01	les Menuires	Monique Canovaz
08	la Rosière.	Jean-François Duc
15	Les Arcs	Arnaud Rochette
22	La Clusaz ou Les 2 Alpes	Patrick Comerson
29	Courchevel, concours du Petit Caf	Claude Colombet, Michel De Talance
avril 2009		
05	Tignes-Val d'Isère	Brigitte Dunand-Frere
13	Les Arcs	Guy Poletti
19	Val Thorens	Jean-Pierre Emonet
26	Tignes-Val d'Isère	Maryvonne Bothard

Le ski alpin au caf ce n'est pas seulement des sorties dominicales, c'est aussi la découverte des grands espaces comme aux Grands Montets, altitude 3500m (*photo 1: hors piste sur le glacier d'Argentière, au pied de l'Aiguille Verte*), ou un excellent moment de détente passé avec les enfants du petit caf lors de leur concours annuel qui se déroule comme chaque année à Courchevel (*photo 2: notre ami Michel, un ancien toujours jeune, très apprécié des surfeurs pour son éternelle bonne humeur*).

En 2009 auront lieu à Val d'Isère les championnats du monde de ski. Nous avons prévu de nous y rendre au moins une fois pour assister à ce spectacle qui vaut sincèrement le déplacement, sauf météo défavorable ou routes inaccessibles.

Nous vous offrons une fois de plus un programme varié avec des possibilités de sorties le samedi (Les Grands Montets) ou sur deux jours (Sestrières, Cervinia). Si vous êtes intéressés par notre activité, venez au moins une fois skier avec nous en toute décontraction et sans obligation. Vous serez les bienvenus et vous passerez vraiment une très belle journée. A bientôt sur les pistes en notre compagnie.

**Patrick Comerson
et son équipe.**



Ce programme est donné à titre indicatif. Il pourra être modifié en fonction des tarifs, des conditions météorologiques, du nombre d'inscrits et des dates des épreuves du championnat du monde de ski qui se déroulera à Val d'Isère en février 2009.

RANDO RAQUETTES

C'est avec une petite pointe d'excitation que nous voyons soudainement la neige blanchir nos sommets. Brusquement, les raquettes et les skis au fond du garage semblent irrésistiblement nous attirer. Ces objets, qui sont restés nos compagnons de route pendant toute une saison en partageant nos aventures, et que nous avons négligemment stockés dans un coin, semblent soudain nous appeler de toute leur

force. Est-ce la soudaine apparition de la neige ? Un changement de température ?

Quoi qu'il en soit, c'est une autre saison qui s'approche et d'autres plaisirs qui se préparent.

Cette année, nous avons, dans la convivialité et l'unité d'une équipe, essayé de mettre en place un programme attractif et diversifié, avec une nouveauté pour 2009, des sorties familiales et débutants au moins un samedi par

mois, avec de faibles dénivelées à la portée de tous.

Je vous rappelle que les inscriptions aux sorties se font obligatoirement le vendredi soir au siège du CAF de 18 à 20 h, ou par téléphone sur le même créneau horaire.

A bientôt à tous sur nos massifs.

**Daniel Martin,
Gilbert Dunand Martin**
et toute l'équipe des bénévoles.

	destination	massif	déniv. +	alt. max	diff.	accompagnateur
Décembre 2008						
07	Les Creux Courchevel	Vanoise 3534 OT	750 m	2659 m	F	André Croibier
14	Praz Vechin depuis La Lierre, sécurité et utilisation de L'Arva	Aravis 3531 OT	430 m	1743 m	F	Claude Colombet
21	Prairie de Montaimont	Lauzière 3433 ET	550 m	1838 m	F	Jean-Louis Peter
Janvier 2009						
04	Le Thiabord	Beaufortain 3532 OT	600 m	2005 m	F	Michel Nieux Yves Gonnet
11	Journée de la raquette à Arêches Beaufort	Beaufortain 3532 OT			F	Daniel Martin
18	Secteur de Valezan	Beaufortain 3532 OT	700 à 1000 m	2217 m	F à AD	Yvonne Sollier
25	Dos de Crêt Volant depuis Les Allues	Vanoise 3534 OT	880 m	2092 m	F	Nathalie Marisaele Jean-Louis Peter
Février 2009						
01	Mont de la Guerre	Vanoise 3532 OT	1050 m	2293 m	AD	Daniel Martin
6,7, 8	Raid raquettes dans le Jura autour de La Frasse	Jura			AF	André Croibier
08	Ban Rouge depuis Notre Dame de Bellecombe, Le Planay	Beaufortain 3531 OT	665 m	1975 m	F	Claude Colombet
15	Col de la Louze depuis Le Mappa	Beaufortain 3532 OT	840 m	2119 m	AF	Gilbert Dunand Martin
22	Col d'Orgeval depuis station de Seythenex	Bauges 3432 OT	600 m	1732 m	F	Véronique Gonnet



	destination	massif	déniv. +	alt. max	diff.	accompagnateur
mars 2009						
01	Montagne de Bettex	Vanoise 3532 OT	865 m	2130 m	F	Daniel Martin
08	Crève-Tête	Lauzière 3433 ET	790 m	2077 m	AD	Nicole Denche
15	Course Master des Neiges	Aravis 3531 OT			F	Hugues Fraix
22	Tête du Torraz	Aravis 3531 OT	960 m	1930 m	D	Yves Gonnet
29	Pointe de la Fenêtre	Vanoise 3433 ET	930 m	2268 m	D	Daniel Martin
Avril 2009						
05	Col de la Cicle	Beaufortain 3531 OT	1150 m	2377 m	D	Gilbert Dunand Martin
mai 2009						
1er au 3	Randonnées raquettes en étoile au départ du refuge du Plan de la Lai	Beaufortain				Daniel Martin

Les samedis 10 Janvier 2009, 24 Janvier 2009, 21 Février 2009, 28 Mars 2009, initiation raquettes à neige, débutants et familles, faibles dénivelées.



date	course	dép	CAF organisateur/type	contact
14 déc	Alpi Champsaur	05	Gap Equipe	regine@champsaur-valgaudemar.com OT.Champsaur/Valgaudemar 04.92.49.09.35
18 janv	Trace de Vaugel	73	Albertville Equipe	sports@bourgsaintmaurice.fr Services des sports 04.79.07.56.3
1er fév	Tour Grand Vey- mont (G3M)	38	DSA Individuel	dauphineskialpinisme.free.fr cafdsa@free.fr
1er fév	Rainkopfraïd	88	Hautes Vosges Equipe / individuel	Clubalpin-hautes-vosges.ffcam.fr
7/8 fév	TSF-Millet CHPT. NAT. EQU.	74	Aravis + Faverges Equipe	www.tsf-millet.org 04.50.44.48.66
15 fév	Croix de Chamrousse (G3M)	38	Isère Individuel	skialpisere.free.fr 06.80.48.29.02
15 fév	Victor de Cessole	06	Nice Equipe/individuel	caf Nice@caf Nice.org marchand.fp@free.fr
22 fev.	Sybelles CHPT. NAT. IND	73	Maurienne Individuel	04.79.37.18.60
1 mars	La Grande Trace	05	Buëch-Devoluy Equipe / Individuel	www.ledevoluy.com O.T. du Dévoluy / 04.92.58.91.91
8 mars	Chamechaude (G3M)	38	DSA Individuel	dauphineskialpinisme.free.fr cafdsa@free.fr
12 / 15 mars	Pierra Menta (course associée)	73	Beaufortain Equipe	www.pierramenta.com
22 mars	Oisans Ski Cimes	38	Bourg d'Oisans Equipe / Individuel	www.montagne-oisans.com 04.76.11.39.73
28-29 mars	Thabor - Chaberton	73/05	Maurienne / Briançon Equipe	caf.briancon@wanadoo.fr www.valfrejus.com 04.79.05.33.83 O.T.Valfréjus
12 avril	TransVanoise	73	Pralognan Equipe	www.transvanoise.fr



ECOLE DE SKI "PETIT CAF"

Au Club Alpin Français, nous attachons une grande importance à la qualité de l'enseignement du ski sur pistes. Ce sont les moniteurs de l'ESF qui supervisent l'enseignement dispensé par les encadrants qualifiés du CAF. Les enfants sont intégrés dans des cours collectifs et les bénévoles veillent à leur sécurité. Ces derniers vont aussi les aider à prendre confiance, ils sauront trouver

les mots pour les encourager et les reconforter. Sérieux, ludique, convivial, c'est comme ça le ski au CAF. Avec 50 ans d'expérience l'organisation est parfaitement rôdée. Tout au long de la saison, ils vont apprendre les techniques indispensables pour bien glisser. En fin de saison, les enfants pourront se présenter aux tests et décrocher sans difficultés : Etoiles, Flèches ou Chamois sans oublier

le Surf qui fait de plus en plus d'adeptes.

Enfants acceptés dès l'âge de 6 ans.

Les inscriptions auront lieu au siège du CAF les mercredis 3, 10, 17 décembre 2008 et le lundi 5 janvier 2009 de 18h à 19h30.

1ère sortie le mercredi 7 janvier 2009.

Janine Husson



AGENDA

Samedi 13 décembre 2008

Accueil des nouveaux adhérents, suivi de l'assemblée générale du club, Salle du Val des Roses, Albertville à 20h. Tous les adhérents du club y sont invités.

20 et 21 décembre 2008

Open jeunes d'escalade d'Albertville à la halle olympique : un grand spectacle sportif, venez nombreux !

Avril 2009

Soirée "voyages lointains", organisée par le CAF d'Albertville à la Cantine Bio.

Mai 2009

Le Grand Parcours à Ailefroide (05) : découverte de l'alpinisme, ateliers pédagogiques encadrés par des guides de haute montagne. Manifestation accessible aux débutants.

Dimanche 27 septembre 2009, 5ème édition de Montagne en fête, organisée par le CAF d'Albertville : trail, grimpe au fort et animations dans le fort de Tamié.

BIBLIOTHEQUE

La bibliothèque est accessible lors des permanences du Vendredi soir de 18 h à 20 h dans la limite des disponibilités des bénévoles ; les ouvrages peuvent être empruntés pour une durée de 3 semaines. En cas de doute, téléphonez avant de venir. Des cartes de toute la France et même de l'étranger peuvent être consultées sur place.

Charles Dazza, responsable et animateur depuis des lustres de cette activité, aurait besoin de trouver une aide, voire un remplaçant provisoire ou définitif.

Merci de vous faire connaître auprès d'un responsable.

ASSURANCES

2008-2009 : Pour tout savoir sur les garanties d'assurances !

Nous vous présentons les évolutions importantes apportées au niveau des garanties d'assurances pour l'exercice 2008/2009.

Nouveauté: Les garanties sont acquises dès la souscription de la licence pour la **période du 1er octobre 2008 au 30 septembre 2009**.

La couverture d'assurance reste acquise jusqu'au **31 octobre 2009 uniquement** afin de permettre le renouvellement de la licence. Par anticipation, les nouveaux adhérents sont couverts dès le 1er septembre 2008, année de leur première adhésion.

Dès lors que la licence est renouvelée, ce sont les nouvelles conditions d'assurance qui s'appliquent.

Les garanties automatiques accordées par la **"licence – assurance"** :

Responsabilité Civile – Défense (Automatique avec la Licence)

Assurance de personne (qui reste facultative, Il faut notifier son choix sur l'appel de cotisation pour la souscrire) comprenant :

- Assistance ,
- Frais de recherche,
- Individuelle-Accident,
- Recours – Protection Juridique,
- Remboursement des frais de séjours pour le ski, forfaits mécaniques, cours de ski.

Il vous est proposé également une **Assurance corporelle renforcée, IA Sport** qui majore les capitaux Individuelle-Accident

Une plaquette détaillée de l'ensemble de ces garanties est à votre disposition sur demande à notre Club. N'hésitez pas à vous informer.

Pensez donc à renouveler très vite votre licence 2009 pour ne pas vous exposer à une rupture de vos garanties d'assurance.

Un an déjà

Brigitte s'en est allée dans l'éternité de l'absence et laissait tous ses amis dans une profonde tristesse. Bénévole, elle apporta sa disponibilité et son énergie au service des intérêts du club. Entrée au CAF en 1969, elle s'intégra très vite dans toutes les activités : ski alpin, rando, alpinisme. Rapidement elle prendra des responsabilités, elle estimait devoir rendre ce qu'elle avait appris avec, disait-elle, ses moyens et ses possibilités. Tout d'abord, elle présida aux destinées de l'école de ski du "Petit CAF" qu'elle conduisit pendant 16 ans. En 1996, elle rejoignit la com-

mission des refuges. Elle prendra les fonctions de maître d'œuvre et conduira la plupart des travaux de rénovation de nos bâtiments. C'était manifestement pour elle une véritable passion. Vice-présidente de l'association et membre du Comité Départemental, elle mènera à bout de bras les dossiers de subventions. Elle nouera avec les gardiens de refuges et les artisans des relations constructives. Elle travaillera avec ardeur à l'amélioration des



conditions de travail et de l'habitat de nos gardiens. Elle avait échafaudé des projets pour les années à venir, la vie ne lui en a pas laissé le temps. Comme une revanche sur le destin, Brigitte avait souhaité reposer à la Croix du Bonhomme. C'est au mois de juin que sa famille et ses amis du CAF l'ont accompagnée sur "sa montagne". Brigitte nous laisse à tous le souvenir d'une bénévole fervente, d'une femme de cœur et de fidélité.

Notre souvenir va aussi à Pierre Vernaz et à sa famille. Après quelques années de simple adhérent, il avait été sollicité pour un poste de trésorier. C'était une lourde responsabilité à laquelle il avait répondu. Pendant 19 ans, de 1979 à 1998, Pierre a été un gestionnaire compétent et dévoué. Il participa aux "randos famille" avec ses trois enfants, puis il les amena à pratiquer le ski alpinisme et l'escalade qui devinrent pour eux une réelle passion. Bénévole motivé pour les "corvées" de nos refuges, Pierre a été présent aux refuges de Lachat, du Plan de la Lai, de la Coire, du Ruitor et en 1992 à la Croix du Bonhomme pour les travaux de peinture et nettoyage précédant l'inauguration... Le CAF d'Albertville lui dit toute son estime et sa reconnaissance.

Carnet du club

Heureusement la vie continue : c'est un beau "Roman", c'est une belle histoire comme le dit le faire-part de Carol et Igor Mazzone pour la naissance de leur fils Roman, né le 3 juin 2008.

Félicitations aux parents et longue vie à Roman.

Départs et remerciements

Gontran Legardinier, responsable de la revue depuis 2004, a quitté le département pour des raisons professionnelles. Nous le remercions pour son dévouement. Il est remplacé par Jean-Claude Monod qui gérait déjà l'organisation de la mise sous enveloppe et les soirées Voyages Lointains.

CULTURE VELO ALBERTVILLE

CYCLES Patrick PECCHIO
271 avenue Georges-Pompidou
73200 GILLY-SUR-ISERE



des vélos et des hommes

Tel 04.79.32.18.42 / E-mail 73albertville@culturevelo.com

DÉPOSITAIRES

MEPHISTO®

Chaussures Mesère

Place de l'Eglise • 73200 ALBERTVILLE



Organisation Conseil Assurance
ALBERTVILLE

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

VOTRE CONTACT :

Claudie GAUDICHON - BONAVITACOLA
26, av. des Chasseurs Alpins - 73200 Albertville
Tél. 04 79 32 31 67 - Fax 04 79 37 44 15
E mail : cca.albertville@wanadoo.fr

Banque de Savoie

spie batignolles

Siège social : /Spie batignolles sud est
1091, av. de la Boisse - 73024 CHAMBÉRY CEDEX
Tél. 04.79.68.27.27 - Fax 04.79.68.27.28

ENTREPRISE GÉNÉRALE / BATIMENT / TRAVAUX PUBLICS / PEINTURE

Agence : 68, Chemin Moulin Carron - B.P. 6
69571 DARDILLY CEDEX
Tél. 04.78.66.66.50 - Fax 04.78.66.35.12

SATORIZ

le bio pour tous !

310, Rue Louis Armand - 73200 ALBERTVILLE
Tél. 04.79.32.35.71

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 - e.mail : infos@desbiolles.fr

NOS REFUGES

Refuge de la Croix du Bonhomme (2443m)



Le refuge est ouvert et non gardé, dès maintenant et jusqu'au 1er juin 2009. Vous pouvez bénéficier d'un séjour hors gel grâce au chauffage solaire. Il est doté de 30 couchettes, de couvertures, de bois, de gaz et de vaisselle. **Pour tous renseignements**, s'adresser au Club Alpin Français d'Albertville au 04 79 32 10 49 ou bien au gardien : Tristan Guyon au 02 99 88 49 15.

Refuge du Plan de la Lai (1822m)



En hiver, le refuge est ouvert et non gardé, lorsque la route d'accès au cormet de Roselend est fermée, suivant l'enneigement. Possibilité d'ouverture au printemps, sur réservation. Il possède 14 couchettes pourvues de couvertures, une réserve de bois, du gaz et de la vaisselle.

Renseignements et réservation auprès des gardiens : Sylvie Cucuat et Philippe Letard, Le Platon 73270 Beaufort sur Doron. Tel : 04 79 38 72 25. Pas de réservation possible par e-mail.

Activités possibles : Traversée du Beaufortain à skis ou en raquettes.

Avant de quitter un refuge, n'oubliez jamais d'éteindre le feu, de fermer les portes et les fenêtres et d'acquitter le montant des nuitées ! Merci et bon séjour.



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

Hiver 08/09

Choix énorme

Conseils avisés

Profitez des prix
les plus bas du marché...
toute l'année !



Au Vieux Campeur

Consultez également nos catalogues (700 pages)
directement sur notre nouveau site

www.auvieuxcampeur.fr



OUVERTURE 08

Paris Quartier Latin * Lyon * Thonon-les-Bains * Sallanches * Toulouse/Labège * Strasbourg * Albertville * Marseille