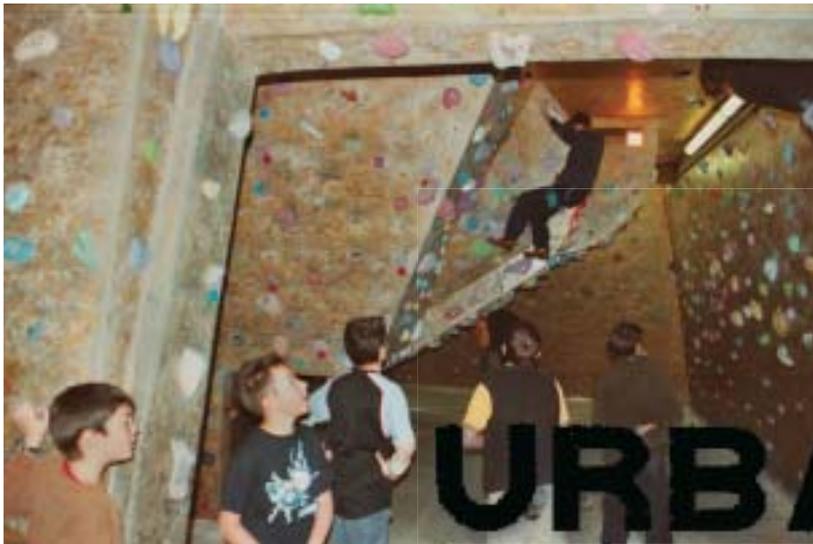


Camp de base



n°10 avril 2006

Bulletin de liaison du CAF Lagnieu



URBAN CLIMBING

MUR
MUR
salle d'escalade de Lyon

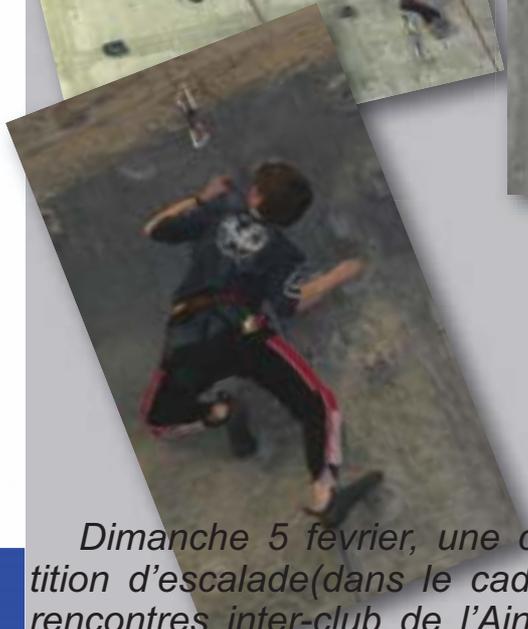
Ce n'était d'abord qu'un murmure et puis c'est devenu une réalité : on emmènerait les enfants de l'école d'escalade à Mur-Mur Lyon. La date du dimanche 11 décembre a été proposée. On ne pensait pas avoir beaucoup de monde car toute une journée, ça fait long. Eh bien, ils ont pratiquement tous répondu à l'appel. Nous sommes donc arrivés à 25 à Lyon (6 encadrants, 2 parents et 17 enfants). Un vestiaire nous a été affecté et hop à l'échauffement. Un vrai régal dans les structures où tomber rimait avec rigolade, tellement les coussins étaient épais. Les voies, pour certaines bien plus hautes qu'à Lagnieu, n'ont rebuté personne, bien au contraire et il y avait le choix (300 voies) !. La pause méridienne a été avancée, les émotions ça creuse, et l'après-midi s'est déroulée avec la même intensité. Il y en a qui ont grimpé en tête pour la 1^{ère} fois sans problème, d'autres s'éclataient à grimper la tête en bas dans les blocs et la mappemonde a vu bon nombre d'entre eux essayer d'en venir à bout. Le départ était décidé pour 16h et ce n'était pas facile de s'en aller. Bref, une belle journée pour tous.

Une expérience très positive qui ne demande qu'à être renouvelée.

Joëlle Monneur



Compète d'escalade de St Vulbas



2

Dimanche 5 février, une compétition d'escalade (dans le cadre des rencontres inter-club de l'Ain), était organisée par le club de Saint-Vulbas.

Pour la première fois le Club de Lagnieu a décidé d'aligner des volontaires. Ils étaient 10 à relever le défi : Thomas BRISON, Adrien et Antoine BUSSOLARO, Camille et Pauline CAYSSIALS, Kévin et Ketty MONFLIER,, Nicolas MESURE, Laura MERTZ, Grégoire Christin.

Dans une ambiance bien sympathique, et sous les encouragements de leurs copains et des encadrants, (Joëlle, Alice et Yves), ils ont donné le meilleur d'eux-mêmes.

Les aînés, : Adrien, Camille, Grégoire, Kévin, ont grimpé en tête.

Les plus jeunes : Antoine, Ketty, Laura, Nicolas, Pauline, Thomas ont grimpé en moulinette.



A la fin de cette journée , tous , aussi bien encadrants que participants nous sommes repartis avec l'envie de revenir l'année prochaine Les enfants ... tous à vos chaussesons.

A noter : Les belles 4ème places de Laura Mertz (poussine) et Kevin Monfler (minime).

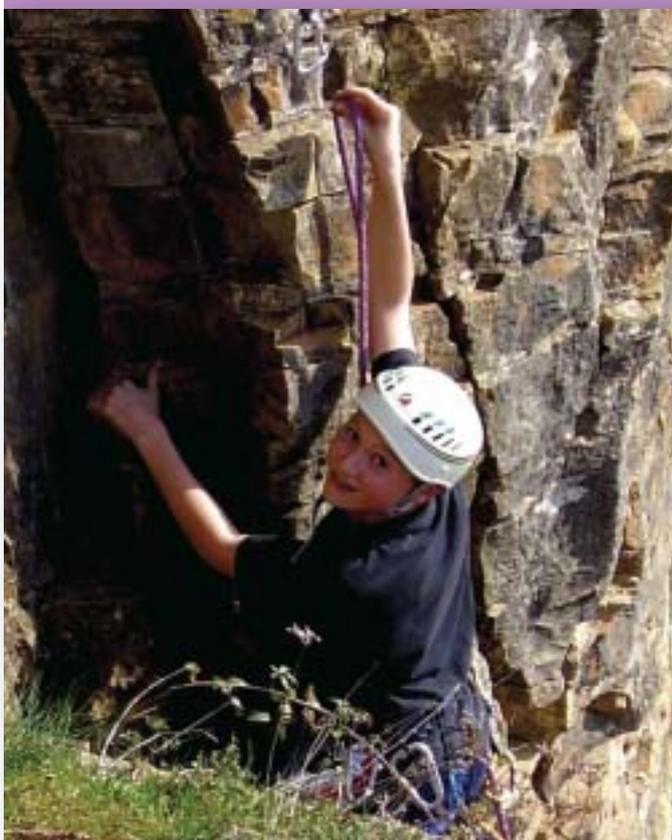
Alice Gagnadre

PROJET GLOBAL JEUNES MINEURS 2005/2006

Dans le cadre du projet global jeunes mineurs voici le programme retenu pour cette saison 2005/2006.

Nous avons voulu donner aux jeunes mineurs la chance de pouvoir se perfectionner dans le domaine de l'escalade d'une façon significative, tout en gardant notre axe prioritaire : la découverte de la montagne.

Nous avons donc sollicité une monitrice brevetée d'état, Dominique Gazarian pour mener à bien un projet d'entraînement en extérieur et en grandes voies.



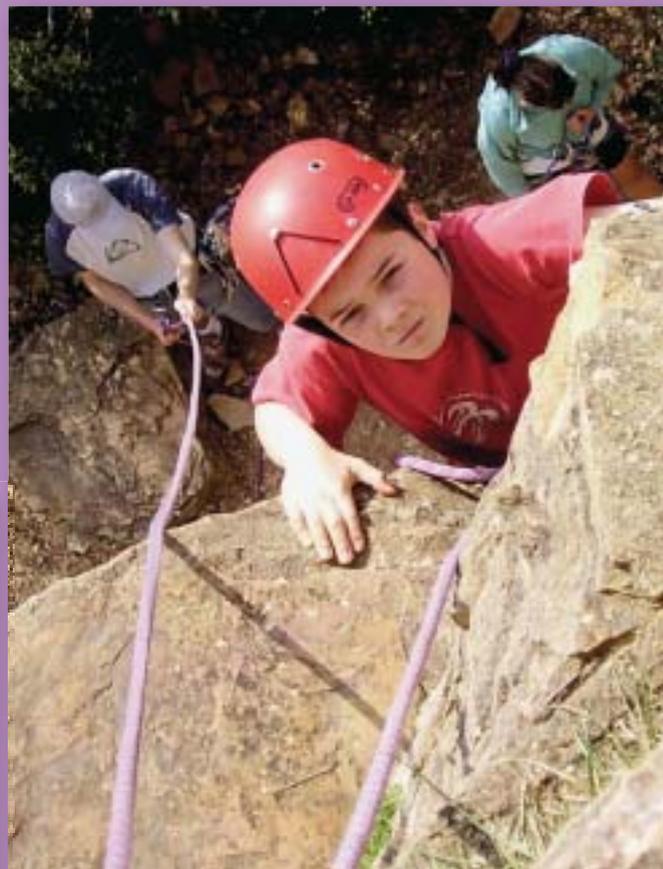
Les entraînements du mercredi avec le groupe de bénévoles SAE sont bien sûr maintenus, ils restent le socle du projet.

Une sortie grande voie est prévue pour 4 jeunes (ceux qui sembleront les plus au point) sur les rochers de Presles.

Les dates et les sorties proposées:

- 1/ HIERE/AMBY le 08 04 2006 de 13h00 jusqu'à 18h00 (escalade)
- 2/ VERTRIEU le 22 04 2006 de 13h00

jusqu'à 18h00 (escalade)



3/ CREPT le 14 05 2006 toute la journée départ de Vertrieu à 9h30 (escalade)

4/ GRANDES VOIES à PRESLES les 03 et 04 06 2006 (escalade, 4 personnes maxi)

L'équipement à prévoir pour ces quatre sorties est le suivant : Baudrier, chaussons, casque, casquette, lunettes de soleil, une paire de chaussures de randonnée ou une paire de bonnes baskets, tee-shirt de rechange, un vêtement coupe vent ou un pull suivant le temps.

Dans le sac à dos ne pas oublier le casse-croûte une bouteille d'eau de 1 litre minimum.

Deux sorties montagne sont prévues, voici les dates, les horaires vous seront donnés avec le bulletin d'inscription:

- 1/ Une sortie randonnée en Alpage le 21 05 2006.
- 2/ Une sortie facile en altitude sur

un sommet enneigé, l'Etendard, 3464 mètres dans le massif des grandes Rousses. Nuit au refuge de l'Etendard 2430 mètres.

Un bulletin d'inscription vous sera proposé avant chaque sortie.

Patrice LAVAUX

04-74-38-26-32 / 06-61-22-59-77



3 compagnons, 3 semaines, 3 volcans...

Ainsi pouvons-nous résumer notre périple au Chili au cours du mois de Janvier 2006.

Objectif : l'OJOS del SALADOS, 6850 m. Il s'agit du plus haut volcan au monde, en activité. Pas de difficulté technique, mais attention le froid mord facilement et l'altitude ne fait pas de cadeau.

Personnellement, j'ai eu un début de MAM au premier 5300. Mes 2 coéquipiers, C. CHÊNE et C. CORNELOUP m'ont tout de suite proposé de redescendre à 2300 m.

Après une récupération bénéfique à SAN PEDRO d'ATACAMA, nous sommes repartis pour parfaire notre acclimatation et visiter le geyser de TATIO, avec un petit bain d'eau chaude à 4200 m. Enfin l'approche au camp de base se fera après plusieurs heures en 4X4 pour atteindre 5200 m.

Le lendemain, nous irons lentement au refuge à 5800 m pour bien économiser notre énergie.

Le 23 Janvier, nous tentons l'ascension. Sur la dernière arête, dans des conditions extrêmes (- 28°C et 25 cm de neige en 4 heures), nous décidons de faire demi-tour à 6700 m. Il restait 150 m à partir du cratère pour atteindre la pointe rocheuse du sommet. Suite aux renseignements dont nous disposions, cette étape est déconseillée par mauvais temps et vent fort.

Au retour, nous avons perdu le refuge et après quelques recherches dans le brouillard, à 5800 m, C. CORNELOUP a enfin trouvé l'abri rustique.

Après 2 heures de repos, nous rejoignons le camp de base où, une autre expédition nous a chaleureusement offert une délicieuse soupe chaude.

Richard Andréosso

DECOUVERTE DE LA MOYENNE MONTAGNE EN RAQUETTES A NEIGE

Depuis plusieurs années la raquette à neige connaît un essor croissant qui tient essentiellement à la mise au point d'un matériel performant, pratique à chauser et fiable.



Il n'y avait que des dates arrêtées, sans programme défini. Nous avons choisi des balades en fonction des conditions de neige et de la météo : Plateau du retord, Hautes combes jurassiennes, le Pinet en Chartreuse, la Pointe de Sous Dine dans le Barga.

Ne nécessitant pas beaucoup d'apprentissage, cet ancien moyen de locomotion permet d'évoluer sur des terrains difficilement praticables autrement, et nous offre la possibilité de pénétrer l'intimité de la moyenne montagne hivernale sans trop de difficultés.

Au CAF de Lagnieu, nous avons de plus en plus d'adeptes, et pour satisfaire la demande, nous avons dû acheter deux nouvelles paires de raquettes.



Toutes se sont déroulées dans la joie et la bonne humeur même si parfois la météo ne s'y prêtait pas ou, si comme dans le Jura, suite à une erreur de parcours nous avons dû, pour retrouver notre chemin emprunter des terrains très pentus au travers de la forêt.

J'espère que la saison prochaine nous serons encore plus nombreux à découvrir de nouveaux paysages.

P. Lavaux



5eme Cross du Bramafan

Le club Alpin de Lagnieu organise une course à pied à forte dénivellée : un parcours de 10 km et de 480 m de dénivellée positive. Venez nombreux participer à cette épreuve qui est inscrite au Challenge Départementale de course de montagne.

6

Camp de Base n°10 avril 2006

Bulletin de liaison des Cafistes du club de Lagnieu

CAF, rue Pasteur 01150 Lagnieu

Photo de couverture : Fred Blanrue, Hautes Combes Jurassiennes

Programme rédactionnel : F Chaboud, J Domer, Y Grambert

Imprimerie Fontaine Ambérieu

Ce bulletin vous est ouvert, faites le vivre en l'alimentant en textes et images.

Renseignements 04 74 61 33 99 ou 04 74 34 69 26 ou 04 74 35 97 88

SORTIES PARENTS ENFANTS

Le CAF, c'est pour tous... et même pour les tout-petits ! Quand on est devenu parent (ou même grand-parent), on a envie de faire découvrir la montagne à ses enfants. C'est à partir de cette idée, qu'une nouvelle proposition de sorties est née. Des sorties adaptées aux petits, qu'ils soient capables de marcher quelques heures seuls ou sur le dos de Papa (les mamans portent le casse-croûte !).

Ces sorties peuvent se faire à la journée ou même avec une nuit en refuge. Ce sera l'occasion d'observer les marmottes, les bouquetins, chamois et autres animaux de nos montagnes, découvrir des fleurs que l'on ne voit jamais dans nos plaines ... Sortir avec d'autres enfants, c'est très stimulant pour ceux qui rechignent à marcher quand ils sont seuls avec leurs parents. Si vous êtes intéressés, contactez Françoise Chaboud au :

04 74 35 97 88,
fchaboud@clivia.fr

Une première sortie à la journée pourrait se faire le 20 ou 21 mai dans le massif des Bauges et une seconde sortie avec nuit au refuge des Aiguilles d'Arves (au dessus de Valloi-

re) pourrait avoir lieu les 24 et 25 juin.

Massif des Bauges : Le Mont Julioz. Altitude : départ 1060m, arrivée antécime : 1645m, sommet : 1673 m. Dénivellé : 590m. Temps de marche à la montée : 2h. Temps de descente : 1h 15 Description : belle arête rocheuse dominée à l'est par la masse imposante du Mont Trélod, le Mont Julioz plaira aux enfants qui s'amuseront dans les passages rocheux faciles de la partie terminale.

Refuge des aiguilles d'Arves : En balcon, dans les pentes herbues et fleuries descendant de l'Aiguille de l'Épaisseur, au dessus du torrent des aiguilles, face à la longue crête sévère d'Argentière et avec vue sur la Méridionale et la Centrale. La faune est particulièrement présente (chamois, marmottes, hermine et un couple d'aigles). Altitude : 2260m. Dénivellé : 600m Temps de montée : 2h

Programme : 1er jour : Départ Lagnieu 12h direction Valloire puis hameau de Bonnenuit. Montée au refuge. 2ème jour : randonnée en direction du col des Aiguilles et retour à Lagnieu.

Françoise Chaboud



FONTAINE

Imprimerie



Zone Industrielle - 625, Rue Léon-Blum **AMBÉRIEU-EN-BUGEY**
Tél. 04 74 38 11 79 - Fax 04 74 38 37 69
E-mail : imprimerie.fontaine@wanadoo.fr

Agence : Imprimerie Dauphinoise - 87, Grande-Rue 38390 MONTALIEU-VERCIEU - Tél. 04 74 88 40 59 - Fax 04 74 88 58 94

04 74 35 97 88