A photograph of a person climbing a rock face. The climber is wearing a blue helmet and a dark blue shirt. They are positioned in the lower right of the frame, reaching up towards the rock. The rock face is light-colored and textured. The background shows a clear blue sky and some green foliage on the right side.

Camp de base

n°8 novembre 2004

Bulletin de liaison du CAF Lagnieu

Un week-end aux Rouïes

Ce samedi, il fait un temps splendide, les prévisions météo sont excellentes pour demain, si elles ne se trompent pas, nous risquons de nous faire plaisir. Quand nous partons de La Bérarde, il est environ quinze heures. Nous ne portons pas les skis car la neige est à quelques mètres des voitures ; fort heureusement, les sacs sont assez lourds comme ça. La montée sera courte pour aujourd'hui: environ une heure jusqu'au refuge du Carrelet. Situé au pied du glacier du Chardon, il sera notre point de départ pour une longue journée qui nous permettra de basculer dans une vallée voisine qui nous conduira à Champhorent, où nous avons laissé une voiture pour rentrer à La Bérarde et boucler ainsi le week-end.

Nous arrivons au refuge vers seize heures, le soleil est déjà caché par les montagnes et le froid se fait sentir ; nous trouvons vite une solution pour préparer la nuit qui s'annonce glaciale : du thé, quelques bougies, de la charcuterie par ci, du génépi par là et ... un bon duvet.

Il est cinq heures quand nous avançons dans le vallon, frontales allumées ; nous tentons de suivre difficilement l'itinéraire repéré la veille



sur la rive gauche du torrent. Nous bataillons un peu dans une neige profonde quadrillée par quelques aulnes « attachants »... Au lever du soleil, nous sommes sur le glacier du Chardon et nous découvrons les environs. Pic du Vaccivier à gauche, pointe du Vallon des Etages à droite et bientôt le passage de l'Ane qui nous amène au glacier des Rouïes. Il fait très froid, l'eau des gourdes est gelée, mais le groupe, optimiste, avance d'un bon pas.

Après une courte pause, nous fixons les skis sur les sacs et crampons aux pieds, nous grimpons dans ce passage étroit où la pente varie entre quarante et quarante cinq degrés. La fatigue alourdit nos jambes, mais le soleil nous dynamise et au bout de trente minutes, nous atteignons le glacier de La Lavey ; les premiers arrivés attendent les suivants et après un petit casse-croûte, nous rechaussons les skis pour la dernière grimpette vers le col de La Lavey.

A quelques mètres du col, la



neige est glacée mais ce sera le dernier obstacle à franchir et les pierres qui dégringolent de la paroi du Vallon incitent les derniers à ne pas traîner.

Onze heures et nous sommes au col ; un bel endroit qui nous permet de nous détendre un peu, de nous restaurer, de prendre quelques photos et d'observer les crêtes et sommets qui seront à leur tour le but de nos sorties de fin de semaine.

A midi, nous entamons la descente ; la neige est bonne, peut-être un peu dure car le soleil ne l'a pas

encore réchauffée. Nous croisons les premiers randonneurs de la journée qui viennent au refuge de La Lavey.

Nous descendons vers le lac des Rouies en nous éparpillant, chacun cherchant à faire « sa » trace en toute liberté. La largeur de la pente nous permet toutes les fantaisies.

Après le magnifique pont de pierre du Vénéon, la féroce remontée à Champhorent calme nos dernières ardeurs. Nous savourons le calme de cette fin d'après-midi.

Mes camarades regagnent les plaines tandis que je reste sur place pour faire un petit périple en solitaire dans les Cerces et le Mont Thabor ; mais ceci est une autre histoire.

Marie Ivanes

Sortie collective en mars 2003 : traversée du col de La Lavey.

Andréosso Richard
Contassa Christophe
Deschamps Jean-Paul
Ivanes Marie
Maillard Alban
Ratigner Philippe
Thomas Fabien.

Week-end sécurité sur glacier 12 13 juin 2004

2

Ce sont les premiers séracs du glacier de Tré La Tête que nous avons choisis pour ce week-end «sécurité sur glacier». Dominés par le Mont Tondu, l'Aiguille de la Bérangère, des Lanchettes, et des Dômes de Miage, nous aurions dû être comblés

par un spectacle des plus magnifiques; hélas, toutes ces superbes aiguilles étaient noyées dans les nuages.

Pour les adeptes du saut à l'élastique, se laisser tomber dans une crevasse, pendus par une corde et assurés par un camarade, ne leur

aurait causé aucun problème. Hélas, peu d'entre nous pratiquent cette activité et certains ont trouvé la chute un peu longue. Les parois de glace défilaient un peu trop vite devant leurs yeux et le fond de la crevasse se rapprochait de façon inquiétante... Nolwenn, dont c'était la première expérience, en parle encore...

Nous avons fait deux ateliers et tout le monde a pu à tour de rôle être sauveteur et sauvé. Même si ce genre d'exercice : arrêt d'une chute, construction d'un corps mort, mise en place d'un système de mouflage et retrait d'une personne d'une crevasse requiert un apprentissage régulier, tous ont pris conscience qu'on ne se promenait sur un glacier en sifflotant, et qu'un minimum de règles de sécurité pouvait éviter d'avoir à faire face à des situations difficiles à gérer. Mieux vaut donc anticiper !

Les conditions météorologiques ne

se sont pas améliorées le lendemain. Sans pitié pour nous, le brouillard, la neige puis le grésil nous ont accompagnés à partir du Col des Chasseurs jusqu'à la selle du Mont Tondu, tout au long de l'arête Nord-Ouest...

Ce fut quand même une belle ascension et tous les participants en ont retiré du plaisir ou tout du moins une expérience intéressante.

Ce week-end « sécurité sur glacier » a été encadré par Béatrice, Régis et moi-même. Nous avons fait profiter nos huit camarades de l'enseignement qui nous avait été dispensé lors du stage initiateur d'Alpinisme de l'été 2003, en Suisse. Nous pensons reconduire chaque année ce genre de sortie, car il nous paraît important que tout alpiniste ou randonneur d'altitude puisse faire face à ce genre de situation.

Jacques Domer

En dehors du cercle des connaisseurs, dire que l'on pratique la randonnée en raquettes prête plutôt à sourire. Cette activité hivernale souffre d'une fausse image.

On imagine des groupes du troisième âge en sortie club, des dames seules et d'âge mûr se pressant autour du jeune et bel accompagnateur, des familles en « sortie découverte » autour des stations de ski, et à qui on explique la différence entre un pin à crochets et un épicea.

La raquette peut être tout ça, mais elle peut être aussi un excellent moyen de randonnées hivernales, sportives engagées dans des massifs peu propices au ski. Sa maniabilité vous permettra d'aller partout. Le tour de la Chartreuse en cinq jours, raconté ci-après, en est un bel exemple.

J. D.

TOUR DE LA CHARTREUSE
du 26 au 31-12-2003

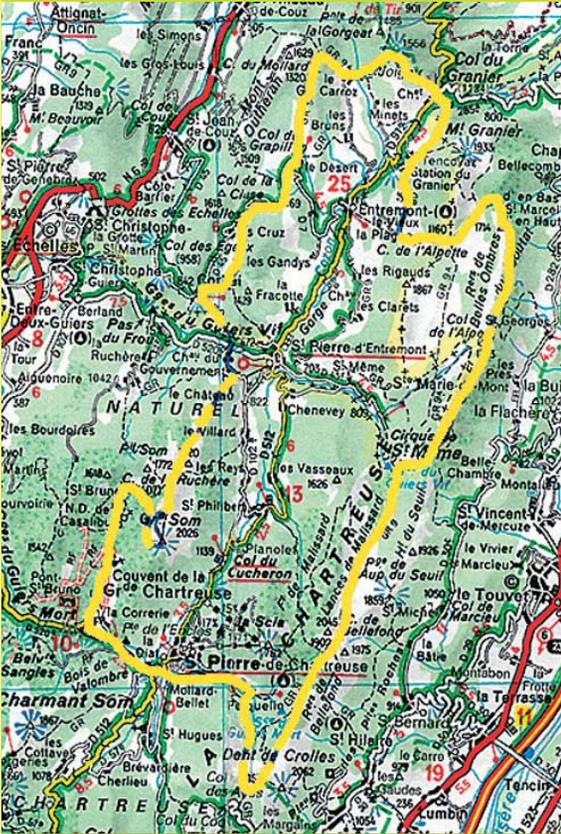
Fin d'année 2002 entre Noël et le Jour de l'An, nous avions décidé, Jacques et moi, de traverser la chaîne des « Monts Jura » du sud au nord. Dominé par le crêt de la Neige à 1718m d'altitude, ce petit massif

à l'abri sous les arbres de la forêt, nous avaient donné le sentiment de jouir de la même liberté qu'eux. Nous avions appelé avec ironie cette randonnée « notre balade écossaise » Elle nous avait malgré tout, mis l'eau

à la bouche pour faire d'autres randonnées de ce type, entre Noël et le Jour de l'An.

Le magnifique massif de la Chartreuse avec ses vastes étendues solitaires, et ses crêtes calcaires, réputé pour son bon enneigement en hiver, nous semblait parfaitement désigné pour notre périple en raquettes fin d'année 2003.

Le 26 décembre au soir, nous arrivons chez Jacqueline et Jean Claude Garnier au Villard, petit hameau de St Pierre d'Entremont en Isère. L'accueil est plus que chaleureux, et nous passons une excellente soirée. Jean Claude propose de nous accompagner le lendemain pour la première étape, qui nous emmènera de la Plagne, hameau de St Pierre d'Entremont en Savoie, à la cabane de Bellefont juste en dessous



4 s'étend sur cinquante kilomètres entre Bellegarde et le pays de Gex. Il surplombe d'un côté la plaine lémanique et de l'autre la vallée de la Valserine. Ce fut pendant trois jours pluie, neige, brouillard et progression à la boussole. Mais la bonne humeur ne nous a jamais quittée. Et la rencontre avec un troupeau de chamois dévalant les pentes, et celle avec des chevreuils

du col portant le même nom. Nous passerons par le col de l'Alpette, le col de l'Alpe en dessous du Pinet, puis la forêt de l'Aulp du Seuil. Jean Claude connaît la chartreuse comme sa poche. Il est d'ailleurs l'auteur d'un livre intitulé « Découverte de la Chartreuse » et d'un film qui racontent les charmes et les mystères de cette belle région.

Dix heures du matin, le 27 décembre, nous arrivons sur un immense plateau enneigé. La montée a été dure, nos sacs sont lourds. Un grand vent chargé de grésil nous fouette le visage. Cela durera toute la journée. Le temps maussade donne aux arbres squelettiques, portant sur leurs branches dépouillées d'épaisses couches de neige, des allures fantomatiques.

Emmitouflés dans nos vêtements chauds, nous progressons raquettes aux pieds au rythme de la musique que souffle le vent. Dans cette solitude que nous offre ce paysage magique et sonore, une parenthèse s'ouvre dans nos vies, nos soucis échappent à nos pensées. Seuls comptent ces instants de liberté que nous vivons à pleins poumons. Arrivés au habert de la Dame, Jean Claude nous quitte pour redescendre dans la vallée ; il nous rejoindra dans deux jours pour la montée au grand Som.

Il n'y a pas âme qui vive sur le plateau, seulement quelques cabanes ou haberts recouverts de neige. La nuit arrive vite, heureusement le col de Bellefont est en vue. Nous devons le passer crampons aux pieds tellement la pente est gelée. En bas, dans la pénombre, un toit et de la fumée qui s'échappe furtivement d'une cheminée. C'est là que nous dormirons.

Toute la nuit le vent, opiniâtre, a secoué les planches de la cabane.



Au lever du jour, épuisé, il s'est tu. Le feu s'est éteint. Le froid fait crisper nos doigts sur nos bols de thé d'où s'élève en dansant des petits nuages de buée. Après un rapide rangement des lieux, nous chargeons nos sacs. La beauté sauvage du paysage nous

attire à l'extérieur et déjà nous reprenons notre chemin.

Notre direction est celle de la dent de Crolles, puis du trou du glas, le col des Ayes par lequel nous

redescendrons sur St Pierre de Char treuse. Le ciel bas, est gris, sans relief. Il est lourd et pèse comme un couvercle sur tout le plateau. Des petits flocons de neige flottent doucement dans l'air avant de se poser au sol. Décidément, ce n'est pas le beau temps. Vers midi nous sommes au-dessus de la barre rocheuse. Le trou du glas qui permet de la passer est introuvable. La neige noie les formes et les contours, et la correspondance entre la carte et le terrain est difficile. Nous nous engageons dans une sorte de défilé. Celui-ci débouche sur le vide. Nous revenons sur nos pas, puis nous nous dirigeons sur ce qui nous semble être un cairn. Effectivement, haut perché sur un rocher, c'est bien un cairn qui défie les intempéries. Le chemin est là, dans un étroit canyon où nous restons coincés avec nos sacs, puis nous arrivons à la grotte dans laquelle nous cassons la croûte. Sous ces rochers s'abritaient à l'âge

CROSS DU BRAMAFAN



Cross du
Bramafan
20 juin 2004

La 3ème édition du cross du Bramafan a eu lieu le 20 juin 2004, porté à 10 km aller-retour cette année. Avec une météo très médiocre et sous la pluie 68 coureurs s'étaient inscrits, encadrés par une équipe de 40 bénévoles pour assurer la sécurité, le ravitaillement et le chronométrage.

Une éclaircie juste à propos permettait un départ dans de meilleures conditions. Malheureusement, suite à un problème de balisage après le 6ème km, une dizaine de coureurs, dont certains favoris, s'est engagée dans une mauvaise direction et de ce fait, ne se sont pas trouvés classés à la hauteur de leurs performances. La course s'est néanmoins bien déroulée et le CAF bien représenté par la 3ème place de Philippe Courthalliac, la 1ère féminine Anne Ruelen termine en 54'43, juste derrière Rémy Fontaine du CAF aussi. Très belle performance pour

ces coureurs.

La remise des prix s'est effectuée sous le soleil en présence de Monsieur Charles de la Verpillière, Président du Conseil Général de l'Ain, et Monsieur Moingeon, Maire de Lagnieu.

Les organisateurs remercient tous les partenaires (entreprises, commerçants, clubs, municipalité) et particulièrement les coureurs pour leur compréhension et la bonne tenue de cette épreuve.

Un grand bravo à tous.



Matos

Nous vous rappelons que le club possède du matériel qu'il est possible de louer. Le matériel emprunté le jeudi devra être rendu le jeudi suivant sinon la location sera facturée autant de fois que de semaines écoulées. Un chèque de caution sera demandé et restitué au retour du matériel après vérification.

MATERIEL	CAF	NON CAF	CAUTION
ARVA	4	8	230
BAUDRIER	2	4	30,50
BROCHE à GLACE	1	2	30,50
CORDE de RAPPEL	5	10	153
CORDE SIMPLE	4	8	92
CRAMPONS	2	3	30,50
FRIEND à l'unité	2	3	46
FRIENDS Jeu de 6	6	12	275
LONGE VIA FERRATA	3	6	30
MATELAS THERMAREST	2	4	75
PELLE à NEIGE	2	3	30,50
PIOLET	2	3	75
RAQUETTES	3,50	5	75
SONDE	2	3	46
TENTE	9/W.E 15/sem	15/W.E 20/sem	300

Repas à l'annexe samedi 20 Novembre

Repas de fin de saison ouvert à tous. La réservation des couverts est obligatoire : contacter Claude Varrault au 04 74 35 72 41.

Les plus courageux montent à pied par le GR 59, 7 heures de marche, 1 400 m de dénivellée (mise au point le Jeudi précédent à la réunion hebdomadaire).



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