



club alpin français
Pays de
Fontainebleau

bulletin trimestriel n° 98
octobre • novembre • décembre
2016

MAISON des ASSOCIATIONS
6 rue du Mont Ussy
77300 FONTAINEBLEAU

LA VIE DU CLUB

Un été chaud et ensoleillé se termine durant lequel nous avons fait le plein de souvenirs : Slovaquie, Val d'Aoste, Valgaudemar. Cela nous a permis d'oublier un peu les déconvenues météorologiques du printemps.

Le programme de cet automne va nous permettre une reprise en douceur avant les activités de l'hiver qui se dessinent déjà.

L'école d'escalade a repris ses activités le samedi pour les jeunes adhérents tandis que Hugues annonce le redémarrage de l'activité escalade du soir à la salle Karma dès le jeudi 6 octobre.

Plusieurs sorties à la journée voire sur plusieurs jours sont également programmées en randonnée.

De quoi entretenir la forme après l'été.

Bonne reprise à tous.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

Elle est fixée au **mercredi 16 novembre 2015** à la Maison des Associations de Fontainebleau, 6 rue du Mont Ussy, à 20h30 (2^e étage, salle Madagascar). L'invitation et les modalités du scrutin seront envoyées à tous les membres du club.

Comme chaque année, nous ferons le bilan et nous procéderons au renouvellement d'une partie des membres du comité directeur. Ceux-ci reçoivent mandat pour 3 ans. **Vos candidatures sont bienvenues, veuillez les adresser à la présidente Laurence Kuperfarb avant le 21 octobre 2016.**

CONTACTS, COORDONNÉES

Adresse postale du Club :
**Maison des Associations, 6 rue du Mont Ussy,
77300 FONTAINEBLEAU.**
Pour tous renseignements, lieux de réunion, **adhésion**, etc. :

06 10 46 71 61

Adresse électronique : contact@clubalpinfontainebleau.fr

Site Internet : <http://www.clubalpinfontainebleau.fr>
<http://www.facebook.com/#!/groups/280107433050/photos>

Et sur Twitter : [@cafbleau](https://twitter.com/cafbleau)

A noter ce trimestre :

- Escalade en Sicile du 20 au 27 octobre (Hervé).
- Randonnée dans le Vercors du 31 octobre au 5 novembre (Irène)
- Soirée d'ouverture de la saison neige le 23 novembre.

RÉUNIONS



Vous pouvez rencontrer les principaux cadres de notre association lors des réunions ouvertes à tous. Sauf mention expresse, les réunions se tiennent dans nos locaux à :

Maison des Associations de la ville de Fontainebleau
6 rue du Mont Ussy
Salle Madagascar, 2^e étage.

Pour faire des propositions d'animation de réunions, contacter Isabelle Moratelli.

- **Mercredi 16 novembre**, de 20h30 à 22h, **assemblée générale** (Laurence Kuperfarb).
- **Mercredi 23 novembre** : **lancement de la saison neige** avec rétrospective de la saison écoulée à la maison des Associations à 20h30, projection de vidéos (Georges Tsao).
- **Mercredi 30 novembre**, de 20h30 à 22h, réunion de **préparation du programme du 1^{er} trimestre 2017** (Isabelle Moratelli).
- **Mercredi 14 décembre**, de 20h30 à 21h30, réunion de **mise sous enveloppe du programme** du prochain trimestre (Isabelle Moratelli).

Adhérez ou renouvelez par carte de crédit...

Pour les personnes déjà au club, au 1^{er} octobre 2016, c'est le moment de renouveler votre adhésion pour un an.

Vous pouvez adhérer par courrier (la fiche d'inscription est téléchargeable sur le site internet du club) et payer par chèque, Chèques-Vacances ou coupons Sports.

Cependant vous pouvez nous aider à réduire notre travail bénévole de gestion, en renouvelant ou en prenant votre adhésion **par internet, avec votre carte de crédit**.

Pour renouveler, utilisez le site <https://extranet-clubalpin.com/renouveler>, puis vous indiquerez votre numéro d'adhérent et le code figurant sur l'appel individuel 2016/2017.

Pour les nouvelles adhésions de personnes non inscrites auparavant, utilisez notre site <http://www.clubalpinfontainebleau.fr>, bouton « Comment adhérer ».

Si votre conjoint, votre enfant, ou votre petit-enfant veut devenir un nouveau membre, indiquez votre numéro d'adhérent comme « chef de famille », et utilisez le même code que pour votre renouvellement.

Informez-vous par courrier électronique...

Aidez-nous à réduire notre travail d'envoi du bulletin, **en ne recevant plus ce bulletin par la poste**. Il vous suffit d'envoyer un courriel depuis votre adresse électronique, en utilisant comme objet le mot «subscribe» (ne pas mettre les guillemets), comme texte rien ou de préférence votre nom, à : progcaf77-request@ml.free.fr. Vous recevrez dorénavant un courriel avec une pièce jointe contenant le bulletin dans un format imprimable.

D'autre part, si vous voulez communiquer des nouvelles ou **donner des rendez-vous entre cafistes du club**, inscrivez-vous à la «liste» **infocaf77**, en envoyant un courriel, dont l'objet sera «subscribe», à : infocaf77-request@ml.free.fr. Ensuite vous pourrez vous-même écrire à infocaf77@ml.free.fr.

CALENDRIER DE NOS ACTIVITÉS

Les sorties sont réservées aux membres du club à jour de leur cotisation, sauf pour les manifestations «ouvertes au public» et les sorties intitulées «découverte».

Il est possible de venir faire une initiation en contactant le club pour trouver une sortie adaptée. Nous organisons également des **sorties spécifiques intitulées «découverte» dédiées à l'initiation**. Elles sont ouvertes aux non-membres à condition d'être pré-inscrit quelques jours à l'avance avec nom, prénom, adresse, téléphone, date de naissance, téléphone de la personne à prévenir en cas d'accident. Une assurance «découverte» (3 euros par jour, 3 jours maximum consécutifs ou non) peut vous être également proposée.

ESCALADE

(animateur Thierry Liger)

Nous organisons chaque week-end des sorties d'escalade, sur bloc, sur mur et en falaise.

Les sorties sur blocs se déroulent dans les massifs autour de Fontainebleau. Elles sont ouvertes à tous. Les rendez-vous se situent directement sur les sites (13h30 en hiver et 14h en été).

Les mineurs doivent contacter au préalable les encadrants qui leur indiqueront si la sortie est adaptée. Les mineurs de moins de 14 ans doivent être accompagnés de leurs parents.



Attention !!! en cas de mauvais temps, la sortie peut-être annulée. Dans certains cas le lieu peut-être modifié. En cas de doute, contacter l'encadrant.

Niveaux techniques indicatifs :

Les massifs de Fontainebleau offrent plus de 300 circuits. Leur couleur indique le niveau de difficulté : blanc enfants, jaune, orange, bleu, rouge, blanc, noir. Il est par ailleurs précisé pour chaque circuit une cotation complémentaire :

F = Facile, PD = Peu Difficile, D = Difficile, TD = Très Difficile, ED = Extrêmement Difficile.

Les sorties tous niveaux regroupent sur un même site toutes les difficultés.

Pour les sorties en falaise, contacter l'organisateur pour obtenir les informations nécessaires (niveaux, lieux, transport, hébergement,....).

Le matériel comprend: baudrier, 3 mousquetons à vis, 2 anneaux de cordelette pour autobloquant (7 mm), 1 dispositif d'assurage type Reverso, 1 longe, chaussons, casque, et même un topo (pour participer au financement du matériel d'équipement des falaises). Pour l'initiation, le matériel peut être prêté. Une cordée autonome doit maîtriser les manœuvres en ascension, descente, échappatoire, l'itinéraire, l'évaluation des dangers, etc.

(*) **Certaines entrées sur mur d'escalade sont payées par le club** pour favoriser la pratique au sein du club : 12 places environ pour les membres à jour de cotisation, dans l'ordre d'inscription, les demandes suivantes étant prioritaires pour la séance suivante ; les entrées mur sont **payantes pour les personnes en «sortie découverte»**.

Par courtoisie pour les encadrants, il est recommandé de les prévenir par SMS ou par téléphone de votre participation les jours qui précèdent la sortie ou le matin même.

Date	Responsable	Activité	Niveau	Rendez-vous	Site
Octobre					
Di 2	Hubert Protin	Bloc	<u>Jaune PD, orange AD</u>	14h , parking de la Croix Saint-Jérôme.	Rocher des Potets (parcelle 133, accès nord)
Sa 8	À confirmer	Bloc	<u>Orange AD, bleu D+</u>	14h , parking de la Plaine de Chanfroy	Rocher de Milly – secteur du Corne Biche (parcelle 74, accès sud)
Di 16	Malik Benreguig	Bloc	<u>Tous niveaux</u>	14h , De Soisy-sur-Ecole prendre la D83, direction la Ferté-Alais puis après croisement, prendre sentier carrossable à droite	La Padole
Du je 20 au je 27	Hervé Béranger	Falaise	<u>Niveau 5c recommandé, cordées autonomes, mono-longueurs</u>	San Vito en Sicile L'hébergement en maison est réservé par l'organisateur pour 12 à 14 places. Budget de l'ordre de 500 € en transport et location. Les inscriptions sont closes.	
Sa 22	Claude Toth	Bloc	<u>Orange AD, bleu D-, rouge TD-</u>	14h , parking de Franchard-Isatis	Isatis (parcelle 766, accès ouest)
Sa 29	Hugues Accarie	Bloc	<u>Orange AD, Bleu D</u>	13h30 , se garer sur la D64 au pied de l'aqueduc côté sud, chemin de Bois Rond, 200 m un peu avant le virage menant au parking de la Canche aux Merciers en venant d'Arbonne-la-Forêt.	Drei Zinnen (parcelle 84, accès ouest)

Novembre

Sa 5	Thierry Liger	Bloc	<u>Jaune PD+, orange AD+, bleu D, rouge TD+</u>	13h30 , parking de la Vallée de la Mée près du Vaudoué.	Rocher du Potala (parcelle 162, accès sud-ouest)
Di 13	A confirmer	Bloc	<u>Tous niveaux</u>	13h30 , parking de la Croix Saint-Jérôme.	95.2 (parcelle 130, accès nord)
Sa 19	Hervé Michel	Bloc	<u>Orange AD+, bleu D, noir TD+</u>	13h30 , parking de la buvette du Bas Bréau de Barbizon.	La Roche aux Dames (parcelle 714, accès est)
Di 27	Hubert Protin	Bloc	<u>Jaune PD-, t à proximité bleu TD-</u>	13h30 , parking de la Vallée de la Mée près du Vaudoué.	Rocher du Général (parcelle 145, accès sud)

Décembre

Sa 3	Thierry Liger	Bloc	<u>Jaune PD-, orange AD, bleu D+, rouge TD+</u>	13h30 , parking de la Canche aux Merciers	Canche aux Merciers (parcelle 107, accès est)
Di 11	Hubert Protin	Bloc	<u>Orange AD- du « bas », proches orange, bleu, rouge</u>	13h30 , parking du cimetière de Noisy-sur-Ecole.	91.1 (parcelle 135, accès sud-ouest)
Sa 17	Hervé Michel	Bloc	<u>Tous niveaux</u>	13h30 , parking du cimetière de Noisy-sur-Ecole.	Cul-de-Chien (parcelle 134, accès sud-ouest)

Escalade à la salle Karma :

Les séances d'escalade à la **salle Karma à Fontainebleau** reprennent cette année le **jeudi soir à partir de 18h** (hors vacances scolaires). Hugues vous y attendra dès le **6 octobre** munis des précieux tickets d'entrée (prix de vente 8 € pour les membres du club à jour de cotisation).

ESCALADE JEUNES

Pour les jeunes de plus de 10 ans, attirés par l'**escalade**, le club CAF de Fontainebleau propose de grimper pendant les **samedis scolaires**, sans compter de possibles sorties plus longues.

Les objectifs proposés sont les suivants :

- **découvrir ou reprendre l'escalade** sous ses diverses formes (milieu naturel, forêt de Fontainebleau et structures artificielles) puis d'aller vers l'autonomie, en sécurité, au cours de séances animées par **Frédéric Campani, moniteur B.E.**
- **partager** des valeurs telles que la solidarité, l'entraide, l'écoute et l'esprit de groupe.
- **perfectionner** sa technique sur de beaux murs artificiels ou en forêt sur les nombreux sites de blocs.
- participer éventuellement à des stages, week-ends ou séjours d'escalade.

=> Pour tout renseignement, prendre contact par le numéro du club 06 10 46 71 61.

RANDONNÉE CLASSIQUE

(animateur Jean-Louis Duflot)

Les sorties intitulées « **découverte** » sont des sorties d'**initiation** (les non-membres doivent se pré-inscrire pour assurance à la journée). Sauf précisions et dénivelés, les **niveaux indicatifs** sont : Facile, Moyen (3,5 à 4,5 km/h), Soutenu (4,5 à 5,5 km/h), Sportif (plus de 5,5 km/h ou fort dénivelé). Pensez au covoiturage !



Date	Responsable	Niveau	Rendez-vous	Site
------	-------------	--------	-------------	------

Octobre

Di 2	Christian Chapiro	<u>Facile</u>	14h , parking de la Croix Saint-Jérôme.	Vers le Coquibus
Di 9	Irène Nogier	<u>Facile</u> , sur la journée	11h05, gare de Joigny (89) à l'arrivée du TER en provenance de Paris qui dessert Melun, Fontainebleau, Moret. Horaires de la randonnée adaptée à un retour en train. Pour le transport en train, contacter l'organisatrice avant le 5 octobre.	Joigny et bords de l'Yonne. Prévenir l'organisatrice de votre participation au plus tard le vendredi 7 octobre.
Sa 15	Saïd Oulabsir	<u>Soutenu</u> 4h/4h30,	9h , parking de la Croix Saint-Jérôme.	25 Bosses
Di 16	Jean-Louis Duflot	<u>Facile</u> , 3h, découverte	14h , mairie de Voulx. Possibilité de covoiturage depuis gare de Montereau (prévenir l'organisateur).	Orvanne.
Sa 22 Di 23	Annie Adam	<u>Facile</u>	Randonnée sur 2 jours autour du Canal de Briare. Contacter l'organisatrice début septembre.	
Di 30	Isabelle Moratelli	<u>Facile</u> , 3h, découverte	13h30 , parking de Franchard	

Novembre

Di 6	Jean-Louis Duflot	<u>Facile</u> , 3h, découverte	13h30 , devant l'église de Vernou-sur-Seine. Possibilité d'accès en train depuis Melun arrivée 13h20 en gare (dans ce cas prévenir l'organisateur).	Des côteaux de Seine vers la ferme du marais.
Di 13	Saïd Oulabsir	<u>Moyen</u> , 3h	10h , gare d'Avon-Fontainebleau	Sentier Denecourt 2 et 3.
Di 20	Isabelle Moratelli	<u>Facile</u> , 3h	13h30 , parking de la buvette du Bas Bréau de Barbizon.	
Di 27	Nadine Peuch	<u>Moyen</u> , 3h	13h30 , carrefour de Vienne (route de l'escargot parcelle 457)	

Décembre

Di 4	Isabelle Moratelli	<u>Facile</u> , 3h	13h30 , parking de la Canche aux Merciers	
Sa 10	Jean-Louis Duflot	<u>Tous niveaux</u>	Participation à la 8ème édition des « Chemins de Lune » à Châtenoy/Ormesson, cette année sur le thème du Safari. Repas possible.	
Di 11	Jean-Louis Duflot	<u>Facile</u> , 3h, découverte	13h30 , parking de la Grande Vallée sur le CD 58 à la sortie de la forêt. Possibilité d'accès depuis Melun ou Paris avec arrivée en gare de Montigny-sur-Loing à 13h13 (dans ce cas prévenir l'organisateur).	Vers la Mare aux Fées.
Di 18	Annie Adam	<u>Facile</u> , 3h, découverte	13h30 , parking du cimetière de Noisy-sur-Ecole.	

Les randonnées sur plusieurs jours

- Du **lundi 31 octobre au samedi 5 novembre** : randonnée en étoile dans le **Vercors entre la grotte de Choranche et les gorges d'Oublèze ou les Monts du Matin**. Niveau moyen, Hébergement en gîte. Coût prévisionnel pour l'hébergement en demi-pension hors covoiturage et suppléments : 250 €. Inscriptions **avant le 14 octobre** avec un chèque d'inscription de 50€. Contacter l'organisatrice Irène Nogier.

Association Stevenson :

L'association Stevenson dont notre club club est partenaire organise le **16 octobre** deux randonnées suivies d'un repas ou d'une après-midi contée :

- **9 h parcours Barbizon / Recloses**, rendez-vous à la mairie de Barbizon ;

- **9h30 parcours Grez-sur-Loing / Recloses**, rendez-vous au pré communal près du Vieux Pont de Grez.

Renseignements sur www.stevenson-fontainebleau.fr



SPORTS DE NEIGE (animateur ski Georges Tsao et raquette Olivier Largillière)

Ski de randonnée, raquette, etc. : N'hésitez pas à contacter Georges Tsao ou Olivier Largillière.

Il est nécessaire de s'exercer avec le détecteur de personnes enfouies sous la neige (DVA), avant de participer aux sorties, quel que soit le type de sortie.



Pour le ski de randonnée, Georges Tsao vous rappelle qu'une bonne condition physique est nécessaire.

Pour les sorties en cars-couchettes : départ et retour à la SNECMA à Villaroche. L'inscription préalable est impérative, avec un chèque pour le transport en car. Le prix dépend de la destination, contacter Olivier Largillière ou Georges Tsao. Si le club annule, vous serez remboursé. Si vous annulez, le remboursement n'est fait qu'en cas de remplacement par quelqu'un.

Soirée de lancement de la saison neige, le mercredi 23 novembre à 20h30 en salle Madagascar de la Maison des Associations de la ville de Fontainebleau.

Venez nombreux pour assister au diaporama de la saison passée.

Le programme des sorties de la saison 2016-2017 vous sera présenté.

Pour tous :

- **Samedi 26 novembre : à 9h45, journée DVA**, manipulation d'appareil de recherche de victimes en avalanche. Rendez-vous au **parking du cimetière de Noisy-sur-Ecole** puis entraînement sur le site du Cul-de-Chien. Prévenir l'organisateur, Georges Tsao, de votre participation.
- **Samedi 3 décembre après-midi** : journée «**trucs et débrouille de l'aventurier hivernal**» proposée par Annie Adam et Benoît Sénéchal. Pour ceux qui se demandent comment affronter l'hiver et les routes enneigées en toute sécurité, vous pouvez venir profiter de la sagesse des anciens du club qui avant vous ont affronté les routes enneigées du Jura, la Burle sur les hauteurs ardéchoises ou du Forez. Comment monter des chaînes, qu'emporter avec soi pour assurer sa sécurité en conditions hivernales. **Renseignements et inscriptions avant le 26 novembre** auprès de Annie Adam.

Ski de randonnée :

Déplacements en cars-couchettes ou covoiturage aux dates suivantes pour 2017, les lieux seront précisés ultérieurement :

- **21/22 janvier**
- **25/26 février**
- **18/19/20 mars**
- **22/23/24 avril**

Raquettes :

Déplacements en covoiturage. Encadrement par Laurence Kuperfarb, Cédric Viviani et Saïd Oulabsir. Inscriptions auprès de Saïd. Niveau moyen aux dates suivantes pour 2017 :

- **14/15/16 janvier : Beaufortain ou Bauges**. Inscriptions **avant le 30 octobre**.
- **24/25/26 février** : lieu à définir en fonction de l'enneigement. Inscriptions **avant le 23 novembre**.
- **mars** (dates précises encore à définir) : semaine de **randonnée à raquettes, Tour du Queyras**. Renseignements auprès d'Olivier Largillière.

Camp d'hiver :

Du **samedi 4 au samedi 11 février 2017 semaine multi-activités neige**, lieu encore à fixer mais très vraisemblablement **en Haute-Maurienne**. Au programme: ski de fond, ski de randonnée, raquettes, ski de piste, fondue et autres spécialités... **Se pré-inscrire rapidement par e-mail auprès de Benoît Sénéchal**.

