



N° 100. Un compte rond qui méritait bien un numéro spécial d'autant qu'il coïncide avec les 25 ans d'existence du club alpin du Pays de Fontainebleau.

Alors au fil des 12 pages de ce numéro en couleur, outre le programme de vos activités préférées pour les prochains mois, vous pourrez lire les témoignages de plusieurs d'entre nous.

Merci à tous ceux qui ont participé à ce numéro par leurs mots ou leurs photos pour nous raconter leur club.

Mais les autres ont encore la possibilité d'apporter leur contribution en participant au concours de dessin pour le prochain tee-shirt ou en apportant leur aide à Sonia pour l'organisation de la fête des 25 ans au mois d'octobre.

D'ici là un bon printemps à tous.

LA VIE DU CLUB

Concours de dessin pour les 25 ans du club !

Pour la réalisation du prochain tee-shirt du club, le règlement est page suivante.



Concours de dessin pour les 25 ans du club. Dates : du 1er avril au 1er juin 2017.

Le **tee shirt** sera en **coton bio** et sera fabriqué en rétribuant le travail à sa juste valeur. Le prix sera de 12 €.

1) Association organisatrice : le Club Alpin Français du pays de Fontainebleau.

2) Objet : **Réalisation d'un dessin pour le nouveau tee shirt du club.**

Taille du dessin - **largeur 20 à 30 cm max - hauteur 20 à 40 cm max.**

Utilisation des couleurs du logo de la FFCAM (bleu, rouge et gris). Le noir n'est pas exclu. Le participant doit réaliser un dessin représentant les activités du club. Les traits du dessin doivent être nets, afin de le reproduire.

Au dos du dessin seront spécifiés de manière bien lisible les nom et prénom. Si c'est un mineur, il faudra joindre une feuille avec les nom, prénom, coordonnées postales et le numéro de téléphone du représentant légal, suivi de son autorisation comme suit : « Je soussigné(e) (prénom, nom), parent / tuteur légal de (prénom, nom enfant), autorise l'enfant à participer au concours de dessin.»

Le dessin ainsi réalisé devra être envoyé au siège du club ou par mail à l'adresse suivante : contact@clubalpinfontainebleau.fr Le dessin doit également être libre de tous droits ; en aucun cas, le dessin ne devra porter atteinte aux droits de propriété intellectuelle et droits à l'image d'un tiers. Le dessin ne devra pas mentionner ou faire apparaître une quelconque marque, signe distinctif ou tout autre signe protégé par le droit de la propriété intellectuelle.

3) Le Comité Directeur du 14 juin 2017 sélectionnera le dessin qui sera ensuite reproduit sur le tee shirt du CAF du pays de Fontainebleau.

Dessinateurs(trices) à vos pinceaux et/ou à vos crayons.

Si vous n'avez pas d'idées ! N'hésitez pas à vous inspirer des reproductions existantes des autres clubs. Le dessin humoristique est très apprécié.

Encouragement de tout le Comité Directeur.

Moments de convivialité

(Sonia Urresola)

Dans le cadre de la convivialité , des sorties-rencontres sont proposées :

Sa 10 juin au bord du Loing à Moret-sur-Loing , pour un pique-nique et baignade. Et si le cœur nous en dit , on peut ensuite aller écouter de la musique au Thalies théâtre.(ouvert aux amis et famille)

Sa 7 / di 8 octobre : nous fêterons les 25 ans du **Caf Fontainebleau**, donnez toutes vos idées pour une fête réussie !

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.

- **Mercredi 31 mai de 20h30 à 22h**, réunion de **calage des programmes du 2^e semestre.**
- **Mercredi 7 juin, de 20h30 à 22h**, réunion de **préparation du camp alpin** (Annie Adam, Sonia Urresola, Odile Zaniolo, Jean-Louis Dufлот).
- **Mercredi 14 juin de 20h30 à 22h**, mise sous enveloppe de l'édition du **3^e trimestre du programme.**

Informez-vous par courrier électronique...

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» (5 euros par jour, 3 jours maximum consécutifs ou non) peut vous être également proposée.



25 ans déjà ! Pendant toutes ces années les passionnés de montagne, randonneurs et grimpeurs ont trouvé au CAF de Fontainebleau un cadre souple et accueillant pour vivre leur passion et partager les expériences.

J'ai goûté aux retrouvailles pour partager les joies de la grimpe, les repas en commun, les récits des exploits et les préparatifs des projets, parfois sous une simple bâche en guise d'abri de fortune.

J'ai en mémoire un départ très tôt en Ariège pour terminer la voie avant l'orage, trop tôt car la barrière du camping était encore fermée ! Une solution fut trouvée : le mensonge. La sortie était transformée en évacuation d'urgence d'une camarade en crise aiguë ! Appel au gardien du camping, en vain. C'est finalement l'équipe de nettoyage qui nous a ouvert.

Autre souvenir celui d'une dégustation d'infusion d'absinthe. Un plaisir rare qu'on n'oublie pas ! Il fut tout de même trop difficile de terminer le gobelet. Mais la montagne en été est un véritable jardin dont on ne se lasse pas et les fleurs ne laissent pas de goût amer ! Michel

ESCALADE

(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.

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
------	-------------	----------	--------	-------------	------

Avril

Sa 1er	Hervé Michel	Bloc	<u>Orange AD, Bleu D-, Rouge TD-, blanc ED</u>	14h , parking commun Isatis et Cuisinière	Franchard Isatis (Parcelle 766, accès ouest)
Di 9	Céline Boissier	Bloc	<u>Orange AD, Bleu D+</u>	14h , parking de la Plaine de Chanfroy près d'Arbonne-la-Forêt	Rocher de Milly secteur Cornebiche (Parcelle 74, accès sud)
Sa 15	Hugues Accarie	Bloc	<u>Orange AD+, Bleu D</u>	14h , parking à proximité d'Arbonne-la-Forêt le long de la D64 au niveau de l'aqueduc.	Drei Zinnen (Parcelle 84, accès ouest)
Di 16 au sa 22	Michel Lardenois	Falaise	<u>Tous niveaux mais cordées autonomes</u>	Dentelles de Montmirail. Covoiturage et camping de Violès. Inscriptions auprès de l'organisateur avant le 1^{er} avril.	
Di 23	Thierry Liger	Bloc	<u>Orange AD+, circuit jaune à proximité</u>	14h , parking de la Croix Saint-Jérôme	Pignon Poteau (Parcelle 114, accès sud-ouest)
Sa 29	Malik Benreguig	Bloc	<u>Tous niveaux</u>	14h , parking du Rocher Canon sur D142E	Rocher Canon (Parcelle 858, accès est)
Sa 29 au lu 1 ^{er} mai	Hervé Béranger	Falaise	<u>Niveau 5b/c recommandé, cordées autonomes.</u> Monolongueurs.	Bugey (Crept, Cerdon, Neuville-sur-Ain). Covoiturage. Camping municipal du Point Vert à Serrières-de-Briord. Inscriptions auprès de l'organisateur avant le 23 avril.	

Mai

Di 7	A confirmer	Bloc	<u>Tous niveaux</u>	14h , parking du Rocher Cailleau près du Vaudoué	JA Martin (Parcelle 170, accès sud)
Sa 13	Hugues Accarie	Bloc	<u>Jaune PD+, Orange AD+, Rouge TD</u>	14h , parking du cimetière de Noisy-sur-Ecole (bout du parking)	La Ségognole (Parcelle 138, accès nord)
Sa 20	Hervé Michel	Falaise	<u>Tous niveaux</u>	Covoiturage, sortie à Vieux-Château (Bourgogne) . Inscriptions auprès de l'organisateur avant le 13 mai.	
Je 25 au di 28	Hervé Béranger	Falaise	<u>Tous niveaux mais cordées autonomes.</u>	Diols et environs (St-Moirans, Valcroissant, Petites Roches de Crest, Pont-de-Barret, le Claps, éventuellement Bénévise). Monolongueurs, éventuellement une grande voie suivant participants. Covoiturage. Camping Les Accacias à Vercheny. Inscriptions auprès de l'organisateur avant le 13 mai.	
Sa 27	Malik Benreguig	Bloc	<u>Tous niveaux</u>	14h , parking du cimetière de Noisy-sur-Ecole	Cul-de-Chien (Parcelle 134, accès sud-ouest)

Juin

Sa 3 au lu 5	Week-end Multi-activités à Cormot en Bourgogne ainsi que falaises de Rémigny. <u>Tous niveaux.</u> Inscriptions auprès de Annie Adam.				
Sa 10	Hervé Michel	Bloc	<u>Jaune PD+, autre circuit à proximité : bleu TD-</u>	14h , parking de la Vallée de la Mée près du Vaudoué	Rocher du Général (Parcelle 145, accès sud)
Di 18	Hervé Béranger	Falaise	<u>Tous niveaux</u>	10h , Mur de Dammarie ou Glandelles. Manoeuvres de cordes en préparation du camp alpin de juillet jusqu'à 12h30. Contacter l'organisateur pour le lieu et le matériel.	
Sa 24	Malik Benreguig	Bloc	<u>Tous niveaux</u>	14h , parking de la Canche aux Merciers	Canche aux Merciers (Parcelle 107, accès est)

Un oubli de corde lors d'un week-end à Cormot (merci au Décathlon de Châlon).

La Sainte-Victoire avec Yvon Autret, du brouillard du petit matin jusqu'au coucher du soleil avant une descente à la frontale pour aller rassurer les amis sur le point d'appeler les secours.

Le versant nord du Pic de la Grave, avec quelques débutants. La rimaye très ouverte et la longue hésitation avant de s'engager. Le contournement de la glace et des séracs par le rocher où Isabelle Hamon prend le relais à l'ouverture avec sa facilité habituelle. Le sommet d'où les néophytes découvre l'univers de la haute montagne (3667m) et les abîmes du Vallon de la Selle. Une course magnifique et complète... et le retard dans un rappel de la descente : une corde trop courte... La dernière benne loupée, la longue descente dans la vallée par le chemin. 2300 m plus bas à la nuit tombée, les pieds couverts d'ampoules de Pascal Wavsic mais la magnifique omelette gruyère-champignons-pomme-de-terre d'un petit bar de la Grave accompagnée de breuvages pour éteindre notre soif.

Dominique Colson et Hubert Protin pris par le brouillard dans le Massif du Mont Blanc, bivouaquant sans s'en douter à quelques centaines de mètres de leur voiture.

Mais le CAF, ce ne sont pas que des anecdotes, ce sont des amis, une ambiance, des journées d'encadrement, de l'initiation de jeunes ou moins jeunes, mon premier 6a, des journées peintures, nettoyage, des réunions avec l'ONF, commissions SNE et érosion, le COSIROC, du bloc, de la falaise, de la montagne, du VTT, de la rando, du ski, de la raquette, du canoë, des soirées diapos, des pots, des bouffes.

En résumé, 25 années de partage, de plaisir, de bonheur et malheureusement pour nos disparus de la douleur.
Patrice

Juillet

Sa 8 au sa 22	Camp alpin près d'Ax-les-Thermes. Se reporter au paragraphe ci-après.			
Di 23 au di 30	Hervé Béranger	Falaise	<u>Parois rocheuses.</u> <u>Niveau AD+ à TD-</u> , cordées autonomes.	Beaufortain et Vanoise. Rassemblement de cordées autonomes en grandes voies avec marche d'approche. Covoiturage. Camping à définir entre Aime et Bourg St-Maurice. Inscriptions auprès de l'organisateur avant le 30 juin.

Octobre

Ve 20 au sa 28	Hervé Béranger	Falaise	<u>Niveau 5c minimum,</u> <u>cordées autonomes.</u> Monolongueurs et quelques grandes voies.	Léonidio et Kyparissi dans le Péloponnèse. Hébergement retenu par l'organisateur en hôtel, 16 personnes maximum , budget d'environ 700 € ,. Inscriptions auprès de l'organisateur avant le 1^{er} avril.
----------------------	-------------------	---------	--	--

La voie du Levant est l'une des plus belles des Calanques en particulier pour sa solitude sauvage, pourtant ce jour-là en débouchant sur l'étroit 6è relais je croisais les regards ébahis de deux tourtereaux qui se "jouaient" : "Les amoureux qui s'bécotent sur les bancs publics " et lancèrent un accusateur : Mais ! on se croyaient tout seuls !!!

Quand vous irez un de ces quatre peut-être les rencontrerez -vous, venus célébrer un de leurs plus beaux souvenirs.

Guy

Escalade à la salle Karma :

Et n'oubliez pas les séances d'escalade à la salle Karma à Fontainebleau qui ont lieu le jeudi soir à partir de 18h jusqu'en mai en fonction de la météo (hors vacances scolaires). Renseignements auprès de Hugues qui détient les précieux tickets d'entrée (prix de vente 8 € pour les membres du club à jour de cotisation).

ESCALADE JEUNES

« Je m'appelle Gwendal et j'ai 8 ans. J'ai commencé l'escalade en septembre 2016. Pour moi c'est une bonne découverte. Je pensais que c'était simple de grimper et des fois ça l'est. J'aime bien ce sport car je m'amuse et je me muscle aussi et puis c'est un petit groupe et pour moi c'est mieux. En fait je préfère aller en salle car j'aime beaucoup monter avec des cordes. Je voudrai continuer l'année prochaine. »

Gwendal

« Mon témoignage en tant que parent est que ce sport correspond pour l'instant aux souhaits de mon fils et qu'il ne s'en lasse pas contrairement à d'autres essais d'activités sportives. Il est toujours aussi motivé depuis septembre ce qui est pas mal pour lui. Contrairement à lui, je pense que c'est mieux de la pratiquer en forêt. L'avantage également est que ce groupe est restreint permettant une attention pour tous les enfants. S'il souhaite, je renouvellerai l'expérience l'année prochaine. »

Laurence



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.



Dans les prochains mois :

- **Sortie les 20 et 21 mai** en falaise en **Bourgogne (Vieux-Château)**. Hébergement en camping. Renseignements et inscriptions auprès de Frédéric Campani.
- **Me 24 au sa 27 mai : Camp4.17 bleu.** C'est reparti avec cette année des nouveautés. <https://fr-fr.facebook.com/cafcamp4/>

« Notre fille, Elise, avait pratiqué de l'escalade, en salle, depuis près de 3 ans lorsque nous sommes arrivés à Fontainebleau.

Nous avons pensé que ce serait facile pour elle de continuer sa pratique de l'escalade dans cette ville, au vu de la réputation des blocs de Fontainebleau (qui dépasse les frontières).

Mais peu nombreux sont les clubs qui accueillent des enfants si jeunes (elle avait alors 9 ans) dans une discipline qui exige pas mal de concentration pour rester en sécurité.

Nous avons découvert en septembre 2015 le CAF et son activité d'escalade jeunes, qui heureusement pour nous reprenait. Ils ont accepté Elise, malgré son jeune âge.

Nous avons été séduits par ce concept de pratique en forêt allié à la pratique en salle, qui non seulement permet de s'entraîner toute l'année, quelques soient les conditions météo, mais permet plus de variété dans l'activité.

Quel bonheur de se retrouver en forêt par une journée ensoleillée ! De plus Fred, Irène et Annie sont toujours heureux de nous faire partager leur passion pour ce sport, de nous donner quelques ficelles, c'est un plaisir d'assister à tout ou partie du cours.

Les cours comprennent des jeux, l'enseignement des techniques pour grimper et assurer, et beaucoup de grimpe. L'apprentissage de la concentration et de l'écoute sont également au rendez-vous. Les progrès vont bon train, dans une ambiance conviviale.

C'est sans hésitation que nous avons ré-inscrit Elise pour une deuxième année, et certainement beaucoup d'autres à suivre... »

Aline et Christophe

« J'aime bien le caf jeunes parce qu'on peut escalader dehors et dedans.

Dehors ça me plaît car on n'a pas partout la chance de faire ça, et ça change car tous les rochers sont différents. A chaque fois on apprend de nouvelles choses et c'est agréable d'être dans la nature.

En salle, c'est aussi bien car on grimpe tous selon notre niveau. Fred nous apprend à grimper en moulinette et en tête.

A chaque fois que je vais à mon cours d'escalade je progresse en grim pant et en faisant des jeux. »
Elise



RANDONNÉE CLASSIQUE

(JEAN-LOUIS DUFLLOT)

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
------	-------------	--------	-------------	------

Avril

Di 2	Isabelle Moratelli	<u>Facile</u> , 3h, Découverte	14h , Carrefour de la Croix de St-Hérem	
Di 16	Irène Nogier	<u>Facile</u> , 3h,	14 h , départ commun avec l'escalade ou Plaine de Sorques 48°20'38.8"N 2°46'32.6"E à l'entrée de Montigny-sur-Loing sur la D104.	Plaine de Sorques, et /ou vers Marion des Roches Prévoir éventuellement des jumelles.
Di 23	Jean-Louis Duflot	<u>Facile</u> , 3h, Découverte	14h , Gare de Nemours	Des Rochers Gréau au Bois de la Commanderie.
Sa 29	Saïd oulabsir	Débutants en bonne forme, 6h, <u>16km</u> , <u>900 m de dénivelé</u>	10h , parking de la Croix Saint-Jérôme	25 bosses. Prévoir repas tiré du sac.

Mai

Di 7	Annie Adam	<u>Soutenu</u> , 24,5 km 6h30	10h30 , devant le château de Blandy-les-Tours.	Val d'Ancoeur. Repas tiré du sac.
Di 14	Gilles Jordan	<u>Moyen</u> , 3h	14h , parking de la maison forestière de la Faisanderie à Fontainebleau.	Rocher de la Combe.
Sa 20	Jean-Louis Duflot	Dans le cadre de la fête de la nature , visite du marais de Larchant avec un guide animateur. Rendez vous 9h sur place durée 2h30 . Inscription indispensable dans les deux semaines précédant la visite . Le nombre de places est limité.		
Di 21	Jean-Louis Duflot	<u>Facile</u> , 3h30, Découverte	14h , devant l'église d'Episy	De l'étang de Villeron au marais d'Episy.
Di 28	Isabelle Moratelli	<u>Facile</u> , 3h, Découverte	10h , musée de la préhistoire de Nemours. 14h pour le départ de la randonnée	Visite du musée (exposition « mémoire rupestre » sur les roches gravées du massif de Fontainebleau), pique-nique puis randonnée l'après-midi.

Juin

Di 4	Week-end multi-activités en Bourgogne. Inscriptions auprès de Annie Adam.			
Di 11	Saïd Oulabsir	<u>Moyen</u> , 2 h	10h , bivouac à l'entrée de Bourron-Marlotte	
	Christian Chapirot	<u>Facile</u> , 3h,	14h , gare de Bois-le-Roi	Baignade possible si le temps le permet.
Di 18	Annie Adam	<u>Moyen</u> , 6 h, 18 km	11h , devant l'église de Lizines sur la D619	Eglises du sud Provinois Repas tiré du sac.
Di 25	Pas de sortie organisée et encadrée par le club. Pour ceux qui le souhaitent un rendez-vous est suggéré à 14h au parking de la Buvette du Bas Bréau de Barbizon.			

« Adhérer au Club alpin français, c'était pour moi (re)découvrir la montagne sous ses différentes facettes et pratiquer plusieurs sports de montagne, le tout dans un cadre sécurisé et une ambiance conviviale. Le premier week-end auquel j'ai participé dans les Vosges, fin février, avec la section CAF du Pays de Fontainebleau, ne m'a pas déçue : très belles randonnées, organisation et logistique irréprochables, accueil chaleureux, groupe auto-porteur et facilitant. Juste de quoi avoir envie de recommencer - dès que possible. »
Chantal

Et dans les prochains mois...

- **8 et 9 avril** : sortie sur **Châblis**, visite de caves, covoiturage. Renseignements et inscriptions auprès de l'organisateur, Saïd Oulabsir.
- **3, 4 et 5 juin** : "**Tour du Mont Aiguille**" niveau moyen (6 personnes). Renseignements auprès de l'organisatrice, Nadine Peuch.
- **Sa 3 au lu 5 juin** : **Week-end multi-activités** (escalade, randonnée, ..) au refuge CAF de Vauchignon en **Bourgogne**. Covoiturage. Organisation des repas à définir. Inscriptions auprès de Annie Adam.
- **Di 25 juin au sa 1^{er} juillet** : **Des gorges de la Carança au sommet du Carlit**. Randonnée itinérante entre Pyrénées Orientales et Ariège. Hébergement en refuge (1/2 pension). Pas de difficultés techniques (sentiers localement aériens mais équipés). Port du sac avec affaires personnelles. Accès possible en train via Perpignan ou Latour-de-Carol. Informations et inscription rapidement auprès de l'organisateur Jean Louis Dufлот.
- **Di 10 au sa 16 septembre** : **Un tour dans le Beaufortain**. Randonnée itinérante d'alpages en sommets entre le Mont Blanc et la Vanoise. Hébergement en refuge (1/2 pension). Pas de difficultés techniques (sentiers localement aériens) mais paysages exceptionnels . Port du sac avec affaires personnelles. Informations et inscription auprès de l'organisateur Jean Louis Dufлот.
- **Du sa 30 septembre au di 8 octobre** : **randonnée itinérante** dans la **Serra Estrela au Portugal**. Huit personnes maximum. Renseignements et inscriptions auprès de l'organisateur, Olivier Largillière.



Week-End Raquette 13 -15 January at the Plateau des Glières was an exceptional experience for me. I learned my first steps on the snow rackets, thanks to dear 'caffistes' who gave me priceless advice, and were all the time supportive and encouraging.

After two snowy days, we woke up into the sunny Sunday. I'll never forget the moment we reached the plateau and were tracing our path across the plateau - the sky so blue... it was so peaceful, pure, beautiful...
Vesna



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.

Ski de randonnée :

- **Je 6 au di 9 avril** : Tour de la Meije suivant conditions et enneigement. Pour skieurs expérimentés. Covoiturage. Inscriptions auprès de Georges Tsao.
- **Sa 22 au lu 24 avril** : car-couchettes SNECMA. **Valais Suisse.** Niveau soutenu. Inscriptions au plus vite auprès de Georges Tsao.

J'ai découvert l'alpinisme et réalisé des sommets à plus de 4000 m dont le Mont Blanc grâce au club. Je ne m'en serais jamais crue capable ! Des souvenirs inoubliables.
Laurence

ALPINISME

OLIVIER LARGILLIÈRE

- **Ve 19 au sa 20 mai** : Maurienne (Aussois). Via Ferrata du Pont du diable (6 tronçons de AD à D) et le Râteau d'Aussois (en fonction des conditions : voie rocheuse 3+ max ou randonnée alpine). 3 cordées autonomes max (6 personnes). La via ferrata est très soutenue, l'autonomie en escalade est nécessaire. Co-voiturage et hébergement en gîte. Inscriptions au plus vite auprès de Cédric Viviani.
- **Ve 16 au di 18 juin** : course d'alpinisme : la Grande Ruine (F+). Nuitée en refuge et co-voiturage. 6 personnes maximum. Une très bonne forme physique est nécessaire et ainsi que l'autonomie en escalade. Inscriptions au plus vite auprès de Cédric Viviani.



En adhérant au Caf du Pays de Fontainebleau, je souhaitais reprendre une activité physique régulière dans le cadre d'une pratique collective. Je n'ai pas vaincu le K2 mais les résultats ont été bien au-delà de mes attentes. Certes, il m'arrive d'en baver mais j'ai participé à des sorties magnifiques, je me suis beaucoup amusée et je me suis fait des amis. Aussi, quand l'occasion s'est présentée de renvoyer l'ascenseur à cette association qui me donne tant, je n'ai pas hésité et j'ai intégré le secrétariat du club pour lequel j'ai du temps libre.

Avec Jean Louis Dufлот et Isabelle Moratelli, nous assurons donc une partie des tâches administratives. C'est souvent très intéressant, parfois stressant comme les dossiers de demande de subventions mais, savoir que ce travail permet le fonctionnement du club, est toujours très gratifiant.

Annie

CAMP ALPIN ESTIVAL

Finalement, c'est dans **dans les Pyrénées françaises** près d'Ax-les-Thermes que le **camp alpin** se déroulera cette année du **8 au 22 juillet**. Au programme comme les autres années, randonnées, escalade et alpinisme.

Aux manettes pour l'organisation cette année : Annie Adam, Sonia Urresola, Odile Zaniolo, Jean-Louis Duflot.

Vous trouverez d'ici peu la fiche d'inscription téléchargeable sur notre site ou en en faisant la demande à Annie.

Une **réunion de préparation** se déroulera le **mercredi 7 juin, 20h30** à la Maison des Associations, 6 rue du Mont d'Ussy à Fontainebleau. Celle-ci nécessite réellement la présence des participants au camp alpin.

Chacun est incité à se préparer physiquement et techniquement pour le camp. Une **séance « manœuvres de cordes »** vous est vivement proposée par Hervé Béranger le **18 juin** (cf partie « Escalade »).

Que la montagne est belle, et cruelle !

N° 100 : notre club fête donc ses 25 ans et au compteur ce sont des centaines de courses, des milliers de km parcourus et probablement des dizaines de milliers de blocs gravis...

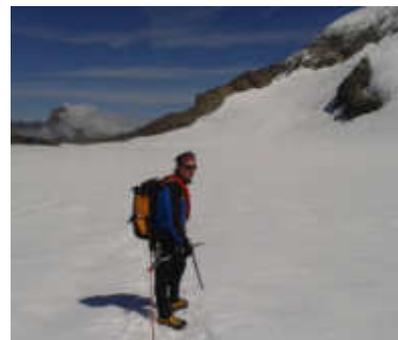
Loin de moi l'idée de noircir ce tableau, et encore moins celle d'effrayer nos jeunes adhérents, mais je tiens à cette occasion à rendre hommage à nos compagnons de courses disparus brutalement en l'espace de quelques années lors d'une triste série noire.

Anne, Pascal, Marc et Charlotte , je pense à vous.

Vous avez trouvé la mort en pratiquant votre passion qui est aussi la mienne. Ces disparitions nous rappellent que la prudence doit guider nos pas. Il m'arrive souvent au sommet d'une course comme au détour d'un chemin de penser à eux , en pleine vie, que ces pensées les accompagnent...

A bientôt sur les montagnes,
rédigé au refuge du Langenberg le 25/02/17 à 5h30.

Olivier



CONTACTS

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

<http://www.facebook.com/#!groups/280107433050/photos>

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

Adresse électronique :

contact@clubalpinfontainebleau.fr

Site Internet : <http://www.clubalpinfontainebleau.fr>