

Pour laisser derrière nous un hiver pluvieux, rien de tel qu'un bon petit programme de printemps pour mettre du soleil dans la tête. Vous verrez que du mois d'avril au mois de juin pour finir par l'apothéose du camp alpin de cet été à Bourg d'Oisans, il y a de quoi faire le plein de soleil.

Enfin, certains n'ont pas attendu pour aller chercher le soleil. Parfois même en montant au-dessus des nuages si on se réfère au message transmis par Lyne ci-dessous.

Avec le renouveau du site internet du club mis en place par Emmanuel, nous avons gagné quelques facilités dans l'enregistrement et la diffusion du programme des activités. N'hésitez pas à nous faire un retour de votre ressenti concernant le site par mail au club ou directement à Emmanuel. Et nous attendons également vos articles et photos pour le faire vivre.

## *Un week-end dans le Jura*

Cher journal,

De retour d'un savoureux week-end raquettes dans le Jura, la neige était au rendez-vous et le soleil aussi. Grâce à nos guides expérimentés, nous nous sommes régalés et avons passé un bon moment de détente. Je recommande à tous ces séjours. Ces parenthèses de plaisir pour se ressourcer et faire le plein d'énergie !

Nous nous sommes même retrouvés autour d'une raclette sur Fontainebleau afin de visionner toutes nos photos.

Un grand merci pour l'accueil à Denis et Isabelle.

Bonus : photo prise sur le retour du Crêt de la neige...là où l'on marche sur les nuages... Reconnaissez-vous votre président ?

Cette photo a été sélectionnée par un journal...

Lyne



### A noter ce trimestre :

- Les **sorties falaises** (Michel et Hervé)
  - **Week-end multiactivités** (Annie)
  - Les **randonnées de l'été** (Jean-Louis)
  - **Camp alpin d'été** (Odile et Sonia)
- ...et un **goûter en bord de Seine**(Christian)

Club alpin du pays de Fontainebleau

## LA VIE DU CLUB

### 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<sup>e</sup> étage.

Date	Encadrants	Sortie
Me 23 mai 20:30 - 22:30	Georges Tsao	<b>Soirée vidéo : CAUCASE Entre deux mers sur deux skis, un film de Mario Casella. 1000 km à skis de la mer Caspienne à la mer Noire.</b>
Me 13 juin 19:30 - 20:30	Isabelle Moratelli	<b>Réunion de mise sous enveloppes du programme du 3<sup>e</sup> trimestre.</b>
Me 13 juin 20:30 - 22:00	Odile Zaniolo, Annie Adam	<b>Réunion de préparation du camp alpin d'été.</b> La réunion de préparation du camp alpin nécessite réellement la présence des participants.
Me 20 juin 20:30 - 22:00	Saïd Oulabsir	<b>Réunion de préparation des forums de la rentrée, 20h30 en salle Madagascar à la maison des associations.</b> <b>Afin de préparer les forums des associations qui auront lieu en septembre sur Fontainebleau-Avon et Bois-le-Roi.</b>

### Animations convivialité

(SONIA URRESOLA)

Di 17 juin 15:30 - 17:00	Isabelle Moratelli, Christian Chapirot	<b>Baignade et goûter en bord de Seine, pour tous, rendez-vous à Livry-sur-Seine à 15h30</b> Christian vous propose de venir le rejoindre en bord de Seine au cours de sa randonnée pour une baignade suivie d'un goûter. Maillots de bain et sandales indispensables, rendez-vous au niveau de l'ancien embarcadère en hémicycle du Parc de Livry. Stationnement à l'entrée de l'espace naturel sensible puis gagner à pied l'embarcadère en bord de Seine vers le fond du parc.
-----------------------------	---	---


Si vous avez des idées pour des moments festifs et conviviaux à partager, n'hésitez pas à contacter Sonia.

### 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 «infocaf77 », à : [contact@cafbleau.fr](mailto:contact@cafbleau.fr). Ensuite vous pourrez vous-même écrire à [infocaf77@cafbleau.fr](mailto:infocaf77@cafbleau.fr).

[www.cafbleau.fr](http://www.cafbleau.fr) a évolué.

A cette occasion, vous avez pu découvrir les nouvelles fonctionnalités :

- support des smartphones et des tablettes ;
- diffusion des contenus sur les réseaux sociaux: vous retrouverez les nouveaux articles sur nos pages Facebook : <https://www.facebook.com/caf.p.bleau> et <https://twitter.com/cafbleau> ;
- cartographie : inclusion de cartes dynamiques (zoom, recadrage, multicouches dont IGN), dans les agendas, les articles, les comptes rendus. Sur ces cartes, il est possible de faire figurer la trace GPX d'un itinéraire prévu ou réalisé ;
- Le site est passé en https, pour permettre la géolocalisation sur smartphone ou tablette : en cliquant sur l'icône  , votre position réelle s'affiche sur la carte.
- Des possibilités nouvelles d'affichage de diaporamas photos, vidéos, etc...

Chaque adhérent peut contribuer, en rédigeant un article ou un compte rendu de sortie, en proposant un lien intéressant ou en faisant un commentaire. N'hésitez pas, vous pouvez compter sur l'aide de notre webmestre, Hervé Béranger !

Emmanuel

## 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 préinscrit 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.

## 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	Encadrants	Sortie
Di 1 <sup>er</sup> avril 14:00 - 18:00	Malik Benreguig	<b>bloc - Franchard Isatis</b> <u>niveaux</u> : Orange AD, Bleu D-, Rouge TD-, blanc ED
Sa 7 avril 14:00 - 18:00	Thierry Liger	<b>bloc - Rocher de Milly - Secteur du Cornebiche</b> <u>niveaux</u> : Orange AD, Bleu D+ Parking de la Plaine de Chanfroy
Sa 14 avril 14:00 - 18:00	Céline Boissier	<b>bloc - Apremont Butte aux Dames</b> <u>niveaux</u> : orange AD+; bleu D; noir TD+ Parking de la buvette de la Caverne aux Brigands
Di 15 avril au di 22 avril	Michel Lardenois	<b>Falaise - Séjour autour de Saou</b> Séjour falaise à Saou et sites proches, renseignements et inscription auprès de l'organisateur, Michel Lardenois. Grimpeurs autonomes dans le niveau 5+.
Sa 21 avril 14:00 - 18:00		<b>bloc - Beauvais Est - Rocher du Duc</b> <u>Tous niveaux</u> Parking sur la D75
Di 29 avril 14:00 - 18:00	Malik Benreguig	<b>bloc - Pignon Poteau</b> <u>niveaux</u> : Orange AD, Jaune PD à proximité Parking de la Croix Saint-Jérôme
Sa 5 mai 14:00 - 18:00	Hervé Michel	<b>bloc - 91.1</b> <u>niveaux</u> : Jaune PD+, orange AD, orange AD+, rouge TD Parking du cimetière de Noisy-sur-Ecole
Di 6 mai au di 13 mai	Hervé Béranger	<b>Semaine d'escalade dans des falaises de l'Hérault</b> Semaine d'escalade au <b>Caroux</b> , à <b>Bédarieux-Caussanel</b> , <b>Bédarieux-Roc Rouge</b> , à <b>Landeyran</b> . <u>Tous niveaux</u> . Grimpeurs autonomes. Hébergement en camping (camping du Caroux à Mons-la-Trivalle). <b>Inscriptions avant le 15 avril</b> auprès de l'organisateur, qui réservera le camping.
Di 13 mai 14:00 - 18:00	Sans encadrement	<b>bloc - J.A. Martin</b> <u>Tous niveaux</u> : jaune PD-; orange AD+; bleu ciel D; bleu D+; rouge TD+ Parking du Rocher Caillau - Le Vaudoué
Sa 19 mai au lu 21 mai	Annie Adam	<b>Week-end multi-activités dans le Jura, à Baume-les-Dames.</b> Voir rubrique dédiée
Sa 19 mai 14:00 - 18:00	Malik Benreguig	<b>bloc - La Ségognole</b> <u>niveaux</u> : Jaune PD+, orange AD+, rouge TD Parking du cimetière de Noisy-sur-Ecole (au bout du parking)
Sa 26 mai 14:00 - 18:00	Hervé Béranger	<b>bloc - Apremont Sangliers</b> <u>tous niveaux</u> , circuit non balisé Parking à proximité du carrefour du Grand Veneur
Sa 26 mai 14:00 - 18:00	Hervé Béranger	<b>bloc - Apremont-Sangliers, tous niveaux non balisés</b> Apremont-Sangliers, <u>tous niveaux</u> non balisés. Parking à 200m du carrefour de la Croix du Grand Veneur, au sud (D301).
Di 27 mai 14:00 - 18:00	Sans encadrement	<b>bloc - Rocher Guichot</b> <u>niveaux</u> : orange AD-, bleu D, rouge TD+
Sa 2 juin 14:00 - 18:00	Thierry Liger	<b>bloc - Cuvier</b> <u>niveaux</u> : orange AD+ ; bleu TD-; rouge TD+; noir ED-; blanc ED+ Parking du carrefour de l'Epine sur la D607 (ex-N7)
Sa 9 juin 14:00	Hugues Accarie	<b>bloc - La Ségognole</b> <u>tous niveaux</u> : Jaune PD+, orange AD+, rouge TD Parking du cimetière de Noisy sur Ecole
Di 10 juin 14:00 - 18:00	Malik Benreguig	<b>bloc - Rocher du Général</b> <u>niveaux</u> : jaune PD-, bleu TD- parking de la Vallée de la Mée
Sa 16 juin 14:00 - 18:00	Céline Boissier	<b>bloc - Rocher d'Avon</b> <u>niveaux</u> : orange AD; bleu AD+ Parking au carrefour de la Mayenne sur la N6 en venant du carrefour de l'Obélisque à Fontainebleau (environ 2 km)

Di 17 juin 10:00 - 12:30	Hervé Béranger	<b>Manoeuvres de corde en falaise, à Glandelles</b> Techniques de sécurité en escalade, rappel, remontée sur corde, traction grenouille. <b>Apporter son casque</b> , son matériel personnel, et <b>s'inscrire</b> auprès de l'organisateur.
Di 24 juin 14:00 - 18:00	Malik Benreguig	<b>bloc - la Canche aux Merciers</b> <u>tous niveaux</u> Parking de la Canche aux Merciers
Sa 30 juin 14:00 - 18:00	Thierry Liger	<b>bloc - Rocher Canon</b> Tous niveaux Parking de Rocher Canon
Sa 7 juillet au sa 21 juillet	Odile Zaniolo	Voir rubrique « Camp alpin d'été »
Me 17 octobre au ve 26 octobre	Hervé Béranger	<b>Séjour d'escalade à Kalymnos</b> Escalade tous niveaux, mais <b>grimpeurs autonomes</b> . Projet qui demande de prendre les réservations de billets d'avion et de logement très à l'avance, dès avril. Les dates sont en anticipation de trois jours par rapport au début des vacances scolaires. Le budget transport et logement est de l'ordre de 650 €. S'inscrire auprès de l'organisateur dès que possible.

### **Escalade à la salle Karma:**

Les séances d'escalade à la salle Karma à Fontainebleau ont lieu le jeudi soir d'octobre à avril à partir de 18h . 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**

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 :**

- **Samedi 24 mars** : sortie en **falaise à Glandelles**
- **Samedi 14 avril** : sortie au **viaduc des Fauvettes**
- **Samedi 2 et dimanche 3 juin** : sortie en **falaise en Bourgogne (Vieux Château)**. Hébergement en camping. Renseignements et inscriptions auprès de Frédéric Campani.

## **Week-end multiactivités**

- **Week-end multi-activités dans le Jura, à Baume-les-Dames.**  
Voici un week-end de **trois jours (Pentecôte) à Baume-les-Dames**, près de Besançon, où nous pourrions nous rassembler pour partager plusieurs activités : randonnée, escalade, vélo ou VTT, peut-être canoë... Hébergement en petits gîtes (complets sauf désistement) ou camping (encore quelques places à proximité d'un restaurant).  
Covoiturage. Renseignements et inscriptions auprès de l'organisatrice Annie.

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	Encadrants	Sortie
Di 1 <sup>er</sup> avril 13:30 - 17:30	Annie Adam	<b>Balade dans le Montois, moyen, 4h, rendez-vous place de l'église à Donnemarie-Dontilly</b>
Sa 7 avril 10:00 - 18:00	Saïd Oulabsir	<b>Journée Sport Santé à Fontainebleau</b> Le CAF Bleau participe à la journée sport santé le 7 avril. Retrouvez nous de 10h à 18h au village associatif place de la République à Fontainebleau. Plus d'informations sur le site de la ville <a href="http://www.fontainebleau.fr">www.fontainebleau.fr</a>
Sa 7 avril 14:00 - 18:00	Annie Adam	<b>Chasse au trésor de l'association R.L. Stevenson</b> <b>Chasse au trésor</b> organisée par l'association R.L. Stevenson à destination des familles au centre d'écotourisme de Franchard. Plus d'information auprès d'Annie ou sur le site de l'association <a href="http://stevenson-fontainebleau.fr">http://stevenson-fontainebleau.fr</a>
Di 8 avril 14:00 - 17:00	Jean-Louis Duflot	<b>A la découverte des gravures dans les massif des Trois Pignons, facile 3h, rendez-vous parking du chemin de la Sambine</b> (CD 64 Arbonne-Achères 2 km au sud du restaurant du Bois Rond)
Di 15 avril 14:00 - 17:00	Irène Nogier	<b>Venelles de Veneux, facile, 3h, rendez-vous devant l'église de Thomery</b>
Sa 21 avril 10:00 - 16:00	Saïd Oulabsir	<b>25 Bosses, niveau débutant en très bonne condition physique, 6h</b> Parcours des 25 Bosses, niveau débutant en très bonne condition physique, 6h. Rendez-vous au parking de la Croix St-Jérôme, contacter Saïd avant, maximum 8 personnes.
Di 22 avril 14:00 - 17:00	Christian Chapirot	<b>Vers les Rochers Bouligny et des Demoiselles, facile, 3h, rendez-vous devant les grilles du château de Fontainebleau côté sud, parking du carrefour de Maintenon</b>
Di 29 avril 14:00 - 17:30	Isabelle Moratelli	<b>Autour du Vaudoué, facile, 3h30, rendez-vous parking du Rocher Cailleau près du Vaudoué</b>
Di 6 mai 14:00 - 17:30	Nadine Peuch	<b>Coquibus et Mont Rouget, moyen 3h30, rendez-vous parking du Coquibus</b>
Di 13 mai 14:00 - 17:30	Jean-Louis Duflot	<b>Entre champs et forêt dans la vallée de l'Orvanne, facile 3h30, rendez-vous devant la mairie de Voulx</b>
Sa 19 mai au lu 21 mai	Annie Adam	<b>Week-end multi-activités dans le Jura, à Baume-les-Dames.</b> Voir rubrique dédiée
Sa 19 mai au lu 21 mai	Nadine Peuch	<b>Randonnées du vertige en Chartreuse</b> Randonnées au bord du vide, en étoile, à partir d'un gîte. Covoiturage, 5 places. Prendre rapidement contact avec l'organisatrice.
Ve 25 mai 19:00 - 23:00	Saïd Oulabsir	<b>Avon - La Croix d'Augas : randonnée et restaurant, niveau moyen, inscriptions avec acompte de 10 €</b> Randonnée et restaurant, niveau moyen, maximum 12 personnes, <b>inscriptions avec acompte de 10 €</b> auprès de l'organisateur. Rendez-vous à la gare d'Avon au départ du circuit bleu n° 2 à 19h. Restaurant de la Croix d'Augas de 20h30 à 22h15. Retour à la gare d'Avon vers 23h.
Di 27 mai 14:00 - 17:30	Gilles Jordan	<b>Samoreau-Thomery, moyen, 3h30, rendez-vous au pont de Valvins côté Valvins</b>
Di 03 juin 10:00 - 17:30	Isabelle Moratelli	<b>Les trois frontières, facile 6h, rendez-vous à la gare de Boigneville (91)</b> <b>Pique-nique tiré du sac.</b>
Di 10 juin 13:30 - 17:00	Gilles Jordan	<b>Tricotage entre le Mont Aigu et le Long Boyau, soutenu, 3h30, rendez-vous parking de la Faisanderie</b> <b>L'objectif de cette sortie est de faire le maximum de dénivelé entre le Mont aigu et le Long Boyau</b>



Di 17 juin 14:00 - 17:30	Christian Chapiro	<b>Vers l'Etang de Livry et la Seine sauvage, facile, 3h30, rendez-vous gare de Bois-le-Roi</b> <b>Baignade possible, prévoir maillot et sandales (voir rubrique animation convivialité)</b>
Di 24 juin au sa 30 juin	Jean-Louis Duflot	<b>Plateau d'Assy et Aiguilles Rouges, niveau moyen, itinérant</b> <b>Randonnée itinérante avec port du sac</b> , dénivelé moyen 1000m par jour, possibilité de passages neigeux en juin. Les personnes intéressées sont invitées à contacter l'organisateur.
Di 2 au sa 8 septembre	Jean-Louis Duflot	<b>Randonnée itinérante en Queyras et Haute-Ubaye, niveau moyen</b> <b>Randonnée itinérante avec port du sac</b> , dénivelé moyen 1000m par jour. Les personnes intéressées sont invitées à contacter l'organisateur.

## **SPORTS DE NEIGE** (animateur ski Georges Tsao et raquettes 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 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 :

- Déplacements en **cars-couchettes** sur la date suivante : **7-8-9 avril : Val d'Aoste Valgrisenche**
- Déplacements en covoiturage pour **skieurs confirmés et en bonne forme physique** proposés par Olivier Ravisé. Programme adaptable en fonction de la météorologie et de la nivologie. Inscriptions auprès de Georges Tsao.
  - **Sa 14 au lu 16 avril : Oisans, La Meije orientale, Glacier de l'Homme.**

## **CAMP ALPIN D'ÉTÉ 2018:**

Notre rassemblement en camp d'été aura lieu du **samedi 7 au samedi 21 juillet**. Il sera établi à **Rochetaillée**, près de Bourg d'Oisans. Au programme comme les autres années : randonnée, escalade, alpinisme, avec ou sans encadrement.

Odile Zaniolo est responsable de l'organisation. Vous trouverez bientôt une fiche d'inscription à télécharger ou à obtenir auprès d'elle.

Une **réunion de préparation se tiendra le mercredi 13 juin** à la Maison des Associations, 6 rue du Mont Ussy à Fontainebleau. Celle-ci nécessite la présence des participants au camp alpin.

Chacun est incité à se préparer physiquement et techniquement pour le camp. Une séance de **manoeuvres de corde vous est vivement proposée le dimanche 17 juin** (Cf la rubrique Escalade).

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@cafbleau.fr](mailto:contact@cafbleau.fr)

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

<https://www.facebook.com/caf.p.bleau>

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