

L'été s'achève après un calendrier bien rempli : sorties d'alpinisme avec Gilles et le tandem Olivier/Cédric pendant le camp alpin, randonnées itinérantes en juin et en septembre dans les paysages magnifiques des Aiguilles Rouges et de la Haute Ubaye avec Jean Louis, nombreuses sorties d'escalade avec, entre autres, Hervé qui s'apprête à repartir en Grèce en octobre.

Notre camp alpin à Bourg d'Oisans, parfaitement organisé par Odile et Sonia – qu'elles en soient remerciées - a réuni plus de 35 personnes dont plusieurs enfants qui ont pu pratiquer leurs sports favoris, escalade, rando, alpinisme, vélo par une météo chaude et belle. Certes, nous avons dû jouer à cache-cache avec le Tour de France et le repas partagé de fin de séjour a été légèrement perturbé par un bel orage mais rien n'a pu entamer notre bonne humeur.

Cet été nous a donc permis de recharger les accus pour une nouvelle saison qui s'annonce prometteuse. L'Ecole d'escalade, qui vient d'obtenir le label FFCAM, a rencontré un vif succès lors des forums des associations et a déjà repris. Le présent programme nous invite à pratiquer ensemble les belles activités de la saison hivernale et à participer à des réunions conviviales. Nous espérons vous y rencontrer nombreux.

Annie

Retour sur le camp alpin à Bourg d'Oisans

Cet été, j'ai participé une petite semaine au camp Alpin à Bourg d'Oisans avant de gagner d'autres cioux. Nous étions une petite trentaine dans un camping plutôt agréable.

A pied d'œuvre pourrait-on dire pour la randonnée, les sites d'escalade étaient également à portée de main

De randonnée en voies d'escalade en passant par l'Aiguille du Goléon où Olivier a mené les débutants faire leurs premiers pas sur la glace chaussés de crampons, nous avons pu profiter au mieux de la montagne et d'une météo favorable.

Une petite virée en via ferrata surplombant un Vénéon vert émeraude en compagnie de Sonia pour laquelle c'était une première et j'ai quitté le camp en pleine forme. Mais presque à regret car la deuxième semaine s'annonçait tout aussi intéressante. J'ai d'ailleurs cru comprendre que le reste de la troupe en a bien profité.

Isabelle



Club alpin du pays de Fontainebleau

Maison des Associations, 6 rue du Mont Ussy, 77300 FONTAINEBLEAU
06 10 46 71 61

contact@cafbleau.fr
<http://www.cafbleau.fr>

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^e étage.

- **Mercredi 14 novembre, de 20h30 à 22h, assemblée générale** (Saïd Oulabsir)
- **Mercredi 21 novembre, de 20h30 à 22h, soirée de lancement de la saison neige 2018-2019.** Diaporama rétrospectif de la saison précédente (Georges Tsao, Saïd Oulabsir, Cédric Viviani).
- **Mercredi 12 décembre de 19h30 à 20h30 : mise sous enveloppe de l'édition du 1^{er} trimestre du programme** (Isabelle Moratelli).

Assemblée générale

- Elle est fixée au **mercredi 14 novembre 2018** 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 au président Saïd Oulabsir avant le 20 octobre 2018.**

Animations convivialité

(SONIA URRESOLA)

Du fait d'une nouvelle aventure professionnelle, Sonia sera un peu moins disponible ces prochains mois.

Mais 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. Ensuite vous pourrez vous-même écrire à infocaf77@cafbleau.fr.

Un nouveau site pour le club

(EMMANUEL LIRON)

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 !

Enfin pour faciliter la rédaction d'articles sur le site et la mise en forme de diaporamas, des partages Google Photos correspondant à chaque activité principale ont été mis en place.

Vous retrouverez ces partages dans la page <https://www.cafbleau.fr/documents/depotphotos>, accessible également par le menu Documents/Déposer des photos.

Emmanuel

Adhères ou renouvelez votre adhésion...

Pour les personnes déjà au club, au 1^{er} octobre 2018, 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 2018/2019.

Pour les nouvelles adhésions de personnes non inscrites auparavant, utilisez notre site <http://www.cafbleau.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.

Depuis l'année dernière, il vous est demandé un certificat médical pour toute nouvelle adhésion, un renouvellement de certificat à échéance de 10, 5 ou 3 ans suivant votre âge ou suivant vos réponses à un questionnaire d'auto-évaluation.

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.

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 07 octobre 14:00 - 18:00	Céline Boissier	Bloc - Apremont Bizons <u>Niveaux</u> : blanc EN, orange AD+, bleu D , rouge TD Parking de la buvette de la Caverne aux Brigands (Bas Bréau de Barbizon)
Sa 13 octobre 14:00 - 18:00	Hervé Béranger	Bloc - Franchard Hautes-Plaines <u>Niveaux</u> : Jaune PD- renové, Jaune PD+ , Orange AD+ Parking commun Isatis-Cuisinière
Me 17 octobre au Ve 26 octobre	Hervé Béranger	Séjour d'escalade à Kalymnos Escalade <u>tous niveaux</u> , mais grimpeurs autonomes . 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 €. Les inscriptions sont closes sauf désistement.
Sa 20 octobre 13:30 - 17:30	Thierry Liger	Bloc - Le Cul de Chien <u>Tous niveaux</u> Parking du cimetière de Noisy-sur-Ecole Attention à l'heure du rendez-vous : 13h30
Sa 27 octobre 13:30 - 18:00	Hugues Accarie	Bloc - Apremont Butte aux Dames <u>Niveaux</u> : orange AD+ , bleu D, noir TD+ Parking de la buvette de la Caverne aux Brigands – Barbizon Attention au passage à l'heure d'hiver
Di 04 novembre 13:30 - 17:30	Malik Benreguig	Bloc - Beauvais Est - Rocher du Duc <u>Tous niveaux</u> Parking sur la D75
Sa 10 novembre 13:30 - 17:30	Thierry Liger	Bloc - 91.1 <u>Tous niveaux</u> : Jaune PD+, orange AD, orange AD+, rouge TD Parking du cimetière de Noisy-sur-Ecole
Di 18 novembre 13:30 - 17:30	Hervé Michel	Bloc - Rocher du Potala <u>Tous niveaux</u> : jaune PD+ , orange AD+ , bleu D , rouge TD+ Parking de la Vallée de la Mée - Le Vaudoué
Sa 24 novembre 13:30 - 17:30	Céline Boissier	Bloc - 95.2 <u>Tous niveaux</u> : jaune PD+, orange AD, orange AD+,rouge TD Parking de la Croix Saint-Jérôme
Sa 01 décembre 13:30 - 17:00	Hugues Accarie	Bloc - La Canche aux Merciers <u>Tous niveaux</u> Parking du cimetière de Noisy-sur-Ecole
Sa 15 décembre 13:30 - 17:00	Thierry Liger	Bloc - Rocher Fin <u>Tous niveaux</u> : jaune PD, orange AD, bleu D , rouge TD+ Parking de la Vallée de la Mée - Le Vaudoué
Sa 22 décembre 13:30 - 17:00	Malik Benreguig	Bloc - 91.1 <u>Tous niveaux</u> : Jaune PD+, orange AD, orange AD+, rouge TD Parking du cimetière de Noisy-sur-Ecole rdv 13h30

Di 30 décembre 13:30 - 17:00	Claude Toth	Bloc - JA Martin Tous niveaux Parking du Rocher Caillau - Le Vaudoué
---------------------------------	-------------	-----------------------------------------------------------------------------------

Escalade à la salle Karma :

Les séances d'escalade à la salle Karma à Fontainebleau qui ont lieu le jeudi soir à partir de 18h reprendront au mois d'octobre. 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 attirés par l'escalade, le Caf du Pays de Fontainebleau possède une école, labellisée par la FFCAM, qui fonctionne tous les samedis en période scolaire.

Elle a pour but de faire découvrir l'escalade sous ses diverses formes et de perfectionner sa technique pour aller vers l'autonomie en sécurité, tout en partageant des valeurs comme la solidarité, l'entraide, l'écoute et l'esprit de groupe.

Les plus jeunes, à partir de 8 ans, sont accueillis le matin de 10h00 à 12h00 et les plus grands, à partir de 12 ans et plus expérimentés, entre 16h00 et 18h00.

Les cours, encadrés par deux brevetés d'Etat, Frédéric Campani et Anne France Dupay, se déroulent soit en milieu naturel (Forêt de Fontainebleau), soit à la salle Karma, selon la météo. D'autres sorties plus longues, à la journée ou sur un weekend, sont également organisées.



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	Encadrants	Sortie
Di 07 octobre 14:00 - 17:00	Isabelle Moratelli	Long Rocher, facile, 3h, rendez-vous au Carrefour de Vienne sur la D148
Di 14 octobre 13:30 - 16:30	Nadine Peuch	GR11 et Massif du Coquibus, moyen, 3h, rendez-vous au parking de la Gorge à Véron (parcelle 11 au Nord-Est de Milly la Forêt) <i>Attention à l'heure de rendez-vous !</i>
Di 21 octobre 14:00 - 17:00	Christian Chapirot	L'automne aux 3 Pignons, facile, 3h, rendez-vous au parking du cimetière de Noisy-sur-Ecole, barrière de droite.
Sa 27 octobre au Sa 03 novembre	Irène Nogier	Pointe de la Bretagne Prévoir un temps mouvementé et probablement humide. Ambiance marine. Gîte au phare de Morgat Covoiturage. Complet sauf désistement.
Di 28 octobre 13:30 - 16:30	Isabelle Moratelli	Autour des Hautes Plaines, facile, 3h, rendez-vous au parking Isatis Cuisinière (Carrefour de la plaine de Macherin, à l'Est d'Arbonne-la-Forêt). <i>Attention au passage à l'heure d'hiver !</i>
Di 04 novembre 13:30 - 17:00	Gilles Jordan	Du Mont Fessas au Polygone, soutenu, 3h30, rendez-vous au parking de la maison forestière de la Faisanderie à Fontainebleau
Di 11 novembre	Annie Adam	Secteur de la Mare aux Evées, facile, 3h30, rendez-vous au carrefour de la Table du

13:30 - 17:00		Roi, sur la D 606
Di 18 novembre	Nadine Peuch	Parcours d'orientation : plaine de Bois-le-Roi et Rocher Cassepot, facile, rendez-vous à la Croix de Toulouse Contacter l'organisatrice au préalable pour l'horaire et la préparation du matériel
Di 25 novembre 13:30 - 16:30	Jean-Louis Duflot	A la recherche de l'abri du Cavalier, facile, 3h, rendez-vous au parking du Coquibus
Di 02 décembre 13:30 - 16:30	Irène Nogier	Carrières et collines de Larchant avec vue sur la cathédrale, facile, 3h, rendez-vous au parking de L'éléphant de Larchant.
Di 09 décembre 13:30 - 16:30	Christian Chapirot	Tour des gorges et du désert d'Apremont, facile, 3h, rendez-vous au parking de la Buvette du Bas Bréau de Barbizon (à la barrière de la route).
Di 16 décembre 13:44 - 17:46	Annie Adam	Les sommets nord de Paris par la face sud, 3h30, facile, rendez-vous à 13h44 en Gare de Lyon à l'arrivée du train en provenance de Montargis via Melun

Et dans les prochains mois...

- **Di 21 octobre : randonnée Stevenson ouverte à tous** dans le cadre de l'association Stevenson dont le club est partenaire. Randonnées deux départs Grez sur Loing (9h30) et Fontainebleau (8h30 devant la grille de la cour d'honneur du château, suivies d'une repas partagé (réservation obligatoire) et d'animations. Renseignements sur www.stevenson-fontainebleau.fr et auprès de Annie Adam.
- **Du ve 5 octobre au di 7 octobre ou du ve 12 au di 14 octobre (contacter l'encadrant au plus tôt pour décider entre les 2 dates)** : Randonnée alpine depuis le refuge Jean Collet (Belledonne 1950 m, non gardé) sur 3 jours , Niveau T4, niveau physique moyen avec dénivelé journalier de 800 à 1100 m. Quelques passages vertigineux.

Au programme Pointe de la Sitre (2569 m) en boucle, Sommet du Colomb (2601 m) par le Col de la Mine avec tour possible. Les sommets seront en options depuis les cols selon le niveau des participants. **Attention si chute de neige : Annulation ou simplification du parcours ou crampons (suivant les conditions, en accord avec les participants) ou autre destination a distance équivalente (environ du Mont Aiguille avec couchage en gîte un soir, en cabane non gardé un autre soir).** Covoiturage. Budget : 180 Euros. Renseignements auprès de l'encadrant : Gilles Jordan.

VTT ET VTC

(AGNES BRUN)

Agnès et Isabelle (Hamon) souhaitent lancer l'activité rando à vélo (VTC)

Durée: demi journée, journée, we et plus....

Lieu: région de Fontainebleau, ile de France, France....et pourquoi pas à l'étranger !

N'hésitez pas à participer. Le port du casque est nécessaire, le club met éventuellement un casque à disposition. Emportez de quoi grignoter et boire en chemin.

Et tout d'abord pour démarrer tranquille ...

Date	Encadrants	Sortie
Sa 06 octobre 13:30 - 16:30	Agnès Brun, Isabelle Hamon	VTC - Les bords de Seine, 44 km, 3h, boucle à partir de Fontaine-le-Port Les bords de Seine jusqu'à Saint-Mammès ou Moret-sur-Loing en boucle à partir de Fontaine-le-Port.
Sa 10 novembre 13:30 - 16:30	Isabelle Hamon, Agnès Brun	VTC - Seine et Loing, 38 km, 3h, départ de Moret-sur-Loing
Sa 08 décembre	Isabelle Hamon, Agnès Brun	Projet pour le Téléthon encore à définir Contactez Agnès Brun ou Isabelle Hamon.

- **Du ve 5 octobre au di 7 octobre ou du ve 12 au di 14 octobre (contacter l'encadrant au plus tôt pour décider entre les 2 dates) :** Randonnée alpine depuis le refuge Jean Collet (Belledonne 1950 m, non gardé) sur 3 jours , Niveau T4, niveau physique moyen avec dénivelé journalier de 800 à 1100 m. Quelques passages vertigineux.

Au programme Pointe de la Sitre (2569 m) en boucle, Sommet du Colomb (2601 m) par le Col de la Mine avec tour possible. Les sommets seront en options depuis les cols selon le niveau des participants. **Attention si chute de neige : Annulation ou simplification du parcours ou crampons (suivant les conditions, en accord avec les participants) ou autre destination a distance équivalente (environ du Mont Aiguille avec couchage en gîte un soir, en cabane non gardé un autre soir).** Covoiturage. Budget : 180 Euros. Renseignements auprès de l'encadrant : Gilles Jordan.

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 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 21 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 2018-2019 vous sera présenté.

Pour tous :

- **Samedi 24 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.

Ski de randonnée :

Déplacements en cars-couchettes aux dates suivantes pour 2019 :

- 26-27 janvier : Beaufortain

- 16-17-18 mars : Névache

- 9-10 février : Chamonix

- 13-14-15 avril : Tarentaise

Camp d'hiver :

Du samedi 23 février au samedi 2 mars 2019, semaine multi-activités neige, lieu encore à fixer. Au programme: ski de fond, ski de randonnée, raquettes, ski de piste. **Se pré-inscrire rapidement par e-mail auprès de Benoît Sénéchal.**