



*La Haute Chaîne du Jura vous souhaite la bienvenue dans le programme du deuxième trimestre 2022.  
Ce programme est, encore une fois, riche des nombreuses et diverses propositions de nos encadrant.e.s.  
que nous remercions chaleureusement.*

*Avant sa lecture, nous vous présentons encore quelques photos de randonnées et escalades de ces derniers mois...*



*Au Cul de Chien*



*A l'assaut du Hohneck, 1 363 m,  
point culminant du département des Vosges*



*A Drei Zinnen*

## LA VIE DU CLUB

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>è</sup> étage.**

- N'hésitez pas à consulter le site internet du club <http://www.cafbleau.fr> . Celui-ci regorge d'informations, publications, comptes-rendus et documents.
- **Le week-end multi-activité nous réunira près de Langres, en Haute-Marne**, durant le week-end de Pentecôte, soit les **4, 5 et 6 juin**, pour de l'escalade, randonnée et vélo. Hébergement en bungalows, repas du soir au restaurant. Il reste quelques places. Contacter très rapidement l'organisatrice, Annie Adam.
- **Le camp alpin d'été se tiendra du 9 au 23 juillet, dans le Val Vény, commune de Courmayeur en Italie.** Il s'agit de la vallée au pied du Mont-Blanc, à droite en sortant du tunnel. Pour découvrir les hébergements, vous pouvez consulter le site du camping La Sorgente que nous avons sélectionné : <https://www.campinglasorgente.net/fr/>. Au programme : escalade, randonnée et possibilité de randonnée alpine et d'alpinisme (ces deux derniers points restant à négocier).

Une réunion de mise au point avec les inscriptions définitives aura lieu à la Maison des Associations, salle Madagascar, le **mercredi 8 juin 2022 à 20h**. Vous pouvez d'ores et déjà contacter l'organisatrice, Annie Adam.

Une séance de révision des manipulations de corde en grande voie aura lieu le **dimanche 26/06/2022, de 10h à 13h** sur la muraillette de Glandelles (N7 direction Souppes-sur-Loing). Voir la section Escalade pour plus de précisions et inscriptions auprès des organisateurs, Hervé Michel et Malik Benreguig.

### ***L'adhésion à notre club et l'assurance de personne***

Il vaut mieux adhérer en ligne par carte de crédit, voyez le bouton «Le club / Adhésions» sur notre site <http://www.cafbleau.fr>. Vous pouvez également régler par un chèque libellé à l'ordre du «CAF du Pays de Fontainebleau», joint à une fiche d'adhésion. L'adhésion vous couvre pour vos sorties avec le club mais également hors club. Les activités du club sont gratuites (sauf rares exceptions), hormis les frais de transport et d'hébergement en gîte, refuge ou autre. L'encadrant est formé mais bénévole en général.

La licence (après le 01/09/2021) est valide jusqu'au 30/09/2022. Pour la première année d'adhésion, un certificat médical de moins de 6 mois est exigé, avec mention « aucune contre-indication à la pratique des sports de montagne ». Si vous adhérez par carte de crédit, vous devrez cocher une case affirmant que vous possédez ce certificat. L'Assurance de Personnes (AP) France/Europe est facultative : elle regroupe l'individuelle accident, le rapatriement ainsi que les frais de secours dans les limites indiquées sur le site [www.ffcam.fr](http://www.ffcam.fr) en France, U.E., Suisse et Maroc.

### ***Informez-vous par courrier électronique...***

Si vous souhaitez communiquer des informations aux adhérents du club ou organiser des rendez-vous hors programme, inscrivez-vous à la liste **infocaf77**, en envoyant un mail dont l'objet sera « infocaf77 », à : [contact@cafbleau.fr](mailto:contact@cafbleau.fr). Ensuite vous pourrez transmettre vos propositions à [infocaf77@cafbleau.fr](mailto:infocaf77@cafbleau.fr). Tous les adhérents les recevront. Par ailleurs, pour recevoir ce programme par mail plutôt qu'au format papier, vous devez en faire la demande à l'adresse [contact@cafbleau.fr](mailto:contact@cafbleau.fr).

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 cependant possible de venir faire une initiation en contactant le club pour trouver une sortie adaptée. Dans ce cas, une carte découverte vous sera proposée (5 euros par jour, 3 jours maximum consécutifs ou non dans l'année).

Les **sorties spécifiques intitulées «découverte», dédiées à l'initiation**, 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.

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 14h00 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 qui envoie en général un mail d'information.

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.

Date	Encadrants	Sortie
Sa 02 avril 14:00 - 18:00	Hervé Michel,	<b>Bloc - Rocher Canon</b> Tous niveaux Parking du Rocher Canon
Di 10 avril 14:00 - 18:00	Hubert Protin	<b>Bloc - Calvaire</b> Jaune PD-, Orange AD+, Bleu D+ à proximité Parking de la Croix d'Augas.
Sa 16 avril 14:00 - 18:00	Céline Boissier	<b>Bloc - Apremont Butte aux Dames</b> Niveaux : Jaune PD, Orange AD+ , Bleu D, Noir TD+. Parking de la buvette de la Caverne aux Brigands, Bas Bréau de Barbizon.
Sa 23 avril 14:00 - 18:00	Hugues Accarie	<b>Bloc - La Ségognole</b> Tous niveaux.
Sa 30 avril 08:00 - 20:00	Céline Boissier, Thierry Liger	<b>Falaise - Les Falloises de Vertus</b> Une journée en falaise à Vertus. Tous niveaux. 10-12 participants. environ 2h15 de route depuis Fontainebleau. Vous inscrire auprès des encadrants, Céline et Thierry
Di 01 mai 14:00 - 18:00	Encadrant à confirmer	<b>Bloc - la Canche aux Merciers</b> Tous niveaux. Parking de la Canche aux Merciers.
Sa 07 mai 14:00 - 18:00	Hervé Béranger	<b>Bloc - Apremont-Chouette</b> Nouveau circuit Orange AD de 46 numéros et une dizaine de bis de niveau plus dur AD+/D-. Rendez-vous à 14h au Carrefour de l'Epine sur la D607, côté sud-ouest du parking, opposé au Bas-Cuvier.
Sa 14 mai 14:00 - 18:00	Hugues Accarie	<b>Bloc - Rocher Saint-Germain</b> Tous niveaux : Jaune PD+, Orange AD, Bleu D+, Rouge TD+. Parking du Cabaret Masson.
Sa 21 mai au Di 22 mai	Hervé Michel, Malik Benreguig	<b>Falaise - Hauteroche</b> Un week-end en falaise à Hauteroche en Côte d'Or. Tous niveaux. 10-12 participants. Vous inscrire auprès des encadrants Hervé M. et Malik
Sa 28 mai 14:00 - 18:00	Encadrant à confirmer	<b>Bloc - Vallée de la Mée - Potala</b> Tous niveaux. Parking de la Vallée de la Mée, près du Vaudoué.

Sa 04 juin au Lu 06 juin	Vélo, Randonnée, Escalade  Annie Adam	<b>Week-end multi-activités, près de Langres (Haute-Marne)</b> Regroupement d'activités : escalade, randonnée, vélo. Hébergement en bungalows, repas du soir au restaurant. Il reste quelques places. Contacter très rapidement l'organisatrice.
Sa 04 juin 14:00 - 18:00	Encadrant à confirmer	<b>Bloc - Cul de chien</b> Tous niveaux.
Sa 11 juin 14:00 - 18:00	Hugues Accarie	<b>Bloc - Restant du Long Rocher</b> Niveaux : jaune PD, orange AD+ Parking de Bourron-Marlotte, au bout de la route de la Plaine Verte.
Sa 18 juin 08:00 - 20:00	Thierry Liger	<b>Falaise - Vieux-Château</b> Une journée en falaise à Vieux-Château. Tous niveaux. 10 participants Vous inscrire auprès de l'organisateur, Thierry Liger.
Di 19 juin 14:00 - 18:00	Encadrant à confirmer	<b>Bloc - 95.2</b> Tous niveaux Parking de la Croix Saint-Jérôme
Di 26 juin 10:00 - 13:00	Hervé Michel, Malik Benreguig	<b>Falaise - Gandelles - manœuvres de corde</b> Relais en grande voie, rappels, remontée sur corde, traction grenouille. De 10h à 13h. Voici l'accès : de Fontainebleau, direction Nemours (N7, fléchée A6 LYON), traverser Nemours, puis tourner à droite après avoir passé le grand pont du Loing, pour prendre la N7 vers Souppes, Dordives, Montargis. Dépasser <b>Portonville</b> ! A 5 km de Nemours, 1 km après Portonville, le panneau lieu-dit <b>Gandelles</b> se voit très mal. <b>Attention, juste avant ce panneau Gandelles</b> , on prend à gauche (Est) la petite route de Poligny. On fait environ 400m sur cette route, la petite falaise est quasi-invisible, sur la gauche, en face du nouveau cimetière ; se garer en épi dans un renforcement sur le côté gauche de la route.
Di 26 juin 14:00 - 18:00	Hervé Michel	<b>Bloc - Petit Bois</b> Tous niveaux

### **Escalade à la salle Karma**

Les séances d'escalade à la salle Karma à Fontainebleau ont repris et se tiennent donc chaque jeudi à partir de 18h. Renseignements auprès de Hugues Accarie qui détient les précieux tickets d'entrée.

### **ESCALADE JEUNES**

*Annie ADAM*

Le rendez-vous hebdomadaire est proposé par mail pour chacun des deux groupes par Annie Adam. La contacter pour tout renseignement.

**Le Camp IV** (rassemblement national FFCAM pour l'escalade jeunes) se tiendra à Buthiers les **26, 27 et 28 mai 2022**, soit durant le week-end de l'Ascension. Nous remercions d'ores et déjà les bénévoles du club qui nous apporteront leur soutien durant ce camp.



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 03 avril 14:00 - 17:30	Annie Adam,	<b>Dans le Provinois, 14 km, moyen 3h30, rendez-vous à 14h, parking de l'Office de Tourisme de Provins.</b>
Di 10 avril 14:00 - 17:30	Christian Chapirot	<b>Tour d'Apremont, facile 3h30, rendez-vous à 14h, parking Carrefour du Bas-Bréau, Barbizon.</b>
Sa 16 avril au Di 17 avril	Gilles Jordan	<b>Week-end. Sources en Morvan</b> Deux jours de randonnée niveau moyen, 24 km par jour. Hébergement en demi-pension. Contacter l'organisateur pour heures de départ le samedi et pour plus d'informations.
Di 17 avril 13:00 - 17:30	Nadine Peuch	<b>Rocher de la Salamandre, parcours d'orientation, à partir de 13h.</b> Par équipes de deux, départs échelonnés. S'inscrire au plus tard la veille auprès de l'encadrante.
Di 24 avril 14:00 - 17:30	Isabelle Moratelli	<b>Du côté du Vaudoué, facile 3h/3h30, rendez-vous à 14h, église du Vaudoué.</b>
Di 08 mai 14:00	Jean-Louis Dufлот	<b>Lieu à préciser.</b> Jean-Louis DUFLOT communiquera ultérieurement, via Infocaf, le lieu et les caractéristiques de cette randonnée.
Di 15 mai 14:00 - 17:30	Gilles Jordan	<b>Du côté de la Croix d'Augas, moyen 3h30, rendez-vous à 14h, parking Croix-d'Augas,</b>
Di 22 mai 14:00 - 17:30	Isabelle Moratelli	<b>Du côté de Thomery, facile 3h/3h30, rendez-vous à 14h, parking au croisement D138-D137 à l'ouest de Thomery</b>
Sa 04 juin au Lu 06 juin	Vélo, Randonnée, Escalade  Annie Adam	<b>Week-end multi-activités, près de Langres (Haute-Marne)</b> Regroupement d'activités : escalade, randonnée, vélo. Hébergement en bungalows, repas du soir au restaurant. Il reste quelques places. Contacter très rapidement l'organisatrice.
Di 12 juin 14:00 - 17:00	Christian Chapirot	<b>Hauteurs sud de la forêt, facile 3 h, rendez-vous à 14h, maison forestière de Bourron-Marlotte.</b>
Di 19 juin 14:00	Jean-Louis Dufлот	<b>Lieu à préciser.</b> Jean-Louis DUFLOT communiquera ultérieurement, via Infocaf, le lieu de rendez-vous ainsi que les caractéristiques de la randonnée.
Di 26 juin 14:00 - 17:30	Gilles Jordan	<b>Beauvais, moyen 3h30, rendez-vous à 14h, parking du Télégraphe.</b>
Di 04 septembre au Sa 10 septembre	Isabelle Moratelli Catherine Benoît	<b>Randonnée alpine itinérante en Italie. Val d'Aoste, Mont d'Avic, vallée de Champorcher. Niveau soutenu.</b> Isabelle Moratelli et Catherine Benoît proposent cette randonnée itinérante avec portage du sac. 1 000 à 1 200 m de dénivelé positif journalier. Hébergement en refuge. Contacter d'ores et déjà <b>Catherine Benoît</b> pour renseignements et inscriptions : catherinebenoit77@gmail.com.
Di 02 octobre au Sa 08 octobre	Isabelle Moratelli	<b>Randonnée en étoile à la journée, dans le secteur de Barcelonnette. Niveau moyen.</b> 800 à 1 000 m de dénivelé positif journalier. Hébergement en demi-pension au gîte de Lavercq. 8 à 9 personnes. Contacter d'ores et déjà l'organisatrice pour renseignements et inscriptions.

## **RANDONNEE FAMILLE**

*Guillaume JOLY*

Randonnées accessibles aux enfants accompagnés d'un parent, à partir de 3 ans. La durée des randonnées peut être adaptée en fonction du groupe.

Date	Encadrants	Sortie
Di 15 mai 14:00 - 16:00	Guillaume Joly	<b>Franchard, 2 h, rendez-vous à 14h, parking de Franchard</b> Merci de signaler votre participation à l'organisateur.
Di 12 juin 14:00 - 16:00	Guillaume Joly	<b>Barbizon Apremont Est, 2 h, rendez-vous à 14h, parking Carrefour du Bas-Bréau (buvette)</b> Merci de signaler votre participation à l'organisateur. Prévoir lampe de poche et vêtements "salissables" pour le passage dans la caverne des Brigands.

## **MARCHE RAPIDE / MARCHE NORDIQUE**

*Cédric VIVIANI, Saïd OULABSIR*

Pour ces deux activités, les rendez-vous sont hebdomadaires :

- **le samedi matin**, hors vacances scolaires, pour **Saïd et la marche nordique (2 heures)**
- **le dimanche matin**, hors vacances scolaires, pour **Cédric et sa séance de marche rapide au rythme de 5 à 6 km/h sur une boucle de 10 km environ.**

Pour participer, contacter Saïd et Cédric la veille de la sortie par mail ou téléphone. Les habitués reçoivent automatiquement l'information du lieu de rendez-vous sur les groupes WhatsApp dédiés à ces activités. Les nouveaux participants seront rajoutés à la liste pour les prochaines sorties. L'heure de départ est fixée à 9h50 en général.

## **VTT - VTC**

*Laurence LAHSEN-LEVESQUE*

Pas de sortie par temps de pluie. Kit de réparation individuel. Casque obligatoire.

Date	Encadrants	Sortie
Sa 02 avril 15:00 - 17:30	Laurence Lahsen- Levesque	<b>VTT - Gorges de Franchard, moyen 2h30, rendez-vous à 15h, parking de la Faisanderie ONF.</b>
Sa 23 avril 15:00 - 17:30	Laurence Lahsen- Levesque	<b>VTT - Barbizon, moyen 2h30, rendez-vous à 15h, parking de la Faisanderie ONF.</b>
Sa 07 mai 15:00 - 17:30	Laurence Lahsen- Levesque	<b>VTT - Hippodrome de la Solle, moyen 2h30, rendez-vous à 15h, cimetière de Fontainebleau.</b>
Sa 14 mai 11:00 - 16:00	Ghislaine Combronde,	<b>VTC - Essonne, facile, avec pique-nique, rendez-vous à 11h, gare de Maisse (91).</b> Boucle de 35 km (bitume et chemins de terre). Rendez-vous gare de Maisse, ligne D RER direction Malesherbes. Contacter l'organisatrice pour participation.

Sa 21 mai 15:00 - 17:30	Laurence Lahsen- Levesque	<b>VTT - Bourron-Marlotte, moyen 2h30, rendez-vous à 15h, église de Recloses.</b>
Sa 04 juin au Lu 06 juin	Vélo, Randonnée, Escalade Annie Adam	<b>Week-end multi-activités, près de Langres (Haute-Marne)</b> Regroupement d'activités : escalade, randonnée, vélo. Hébergement en bungalows, repas du soir au restaurant. Il reste quelques places. Contacter très rapidement l'organisatrice.
Sa 11 juin 15:00 - 17:30	Laurence Lahsen- Levesque	<b>VTT - Larchant, moyen 2h30, rendez-vous à 15h, église de Recloses.</b>
Sa 25 juin 15:00 - 17:30	Laurence Lahsen- Levesque	<b>VTT - Route de la Haute Borne, moyen 2h30, rendez-vous à 15h, carrefour des Grands Feuillards.</b>
Sa 20 août au Di 21 août	Laurence Lahsen- Levesque	<b>VTT - Week-end au lac d'Orient.</b> Hébergement en camping. 50 km par jour. Contacter l'organisatrice pour plus de précisions.

## SPORTS DE NEIGE

*ski Georges TSAO  
raquettes Saïd OULABSIR*

Date	Encadrants	Sortie
Sa 02 avril au Lu 04 avril	Ski randonnée Georges Tsao	<b>Week-end au Gran Paradiso, 8 personnes.</b> Il reste des places. Inscriptions auprès de l'organisateur (goergestsao@orange.fr). Pour skieurs confirmés. Transport en car-couchettes.
Sa 14 mai au Di 15 mai	Ski randonnée, Georges Tsao	<b>Week-end à Zinal, Valais. 8 personnes.</b> Inscriptions auprès de l'organisateur (goergestsao@orange.fr). Pour skieurs confirmés.
Je 26 mai au Di 29 mai	Ski randonnée, Georges Tsao	<b>Quatre jours dans le massif de la Bernina. 8 personnes.</b> Inscriptions auprès de l'organisateur (goergestsao@orange.fr). Pour skieurs confirmés.

**NB :** *Surveillez vos mails Infocaf, Georges proposera certainement une sortie supplémentaire en avril.*

Date	Encadrants	Sortie
Sa 16 avril au Lu 18 avril	Raquettes Olivier Largillière	<b>Week-end au refuge de l'Etendard, Grandes Rousses-Arves, niveau soutenu, 8 personnes.</b> Covoiturage. 1 000 m de dénivelé par jour, avec, en objectif, le Pic de l'Etendard, 3 464 m. Renseignements et inscriptions auprès de l'organisateur.

### **En projet pour l'alpinisme :**

En amont du prochain camp alpin d'été, seront proposées des séances d'entraînement à la pratique de l'alpinisme, encadrées par un professionnel. Le but est de constituer un groupe de personnes motivées souhaitant accroître leurs connaissances de la pratique et acquérir l'autonomie. Vous pouvez d'ores et déjà manifester votre intérêt auprès de l'organisateur, Olivier Largillière.