

**L**a saison de neige a démarré avec le premier séjour raquettes dans le massif du Vercors. Une dizaine de marcheuses et marcheurs ont foulé les chemins enneigés avec force enthousiasme et bonne humeur si l'on en croit le déroulé de leur séjour que vous pouvez retrouver en intégralité sur le site internet [www.cafbleau.fr](http://www.cafbleau.fr).

Le programme de raquettes et de ski de randonnée bénéficie d'un tel engouement qu'il est recommandé de ne pas tarder à essayer de grappiller ici ou là une place encore disponible.

A leur habitude, les encadrantes et encadrants des différentes marches et escalades vous proposent aussi un programme bien fourni. Mention particulière pour une randonnée itinérante prévue du 26 au 30/07. N'hésitez pas à vous positionner d'ores et déjà afin de faciliter la réservation des refuges.



Et bonnes fêtes de fin d'année !

## 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 (MASA)**  
**6 rue du Mont Ussy, salle Madagascar, 2<sup>e</sup> étage.**

### **A noter sur vos calendriers :**

**Le mercredi 07/01, à la MASA, à 20h30**, Sonia Urresola nous convie à la soirée « Galette des Rois ». Si vous pensez venir, faites-lui un petit signe quelques jours avant sur les groupes WhatsApp ou par mail, l'organisation en sera facilitée.

**« Un sport pour la vie »** : contacter Laurence Lahsen, Coach Sport-Santé ESPM, pour toute précision sur cette activité.

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

Il vaut mieux adhérer en ligne par carte de crédit, utilisez l'onglet « Le club / Adhésions » sur notre site [www.cafbleau.fr](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 téléchargeable sur le site. Vous recevrez un courriel de confirmation avec votre numéro de licence. Il faudra ensuite récupérer puis imprimer cette licence par le lien <https://extranet-clubalpin.com/monespace>.

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 obtenue après le 01/09/2025 est valide jusqu'au 30/09/2026. Le certificat médical n'est plus exigé si vous validez un auto-questionnaire de santé-sport, voyez la rubrique « Le club/adhésions » de notre site internet [www.cafbleau.fr](http://www.cafbleau.fr). Vous y trouverez aussi les tarifs.

L'Assurance de Personne (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.

**NB** : les personnes adhérentes à un autre Club Alpin Français (FFCAM) peuvent être rattachées au nôtre par le règlement de la part dite « club » (cf le site internet, onglet Le club -> Tarifs). Contacter le club pour inscription.

## 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 l'adresse [contact@cafbleau.fr](mailto:contact@cafbleau.fr). Ensuite vous pourrez transmettre vos propositions à [infocaf77@cafbleau.fr](mailto:infocaf77@cafbleau.fr) qui distribue à tous les adhérents. Pour recevoir ce programme au format papier, vous devez en faire la demande à l'adresse [contact@cafbleau.fr](mailto:contact@cafbleau.fr).

## CALENDRIER DE NOS ACTIVITÉS

Les sorties listées dans notre calendrier d'activité sont réservées aux **membres du club à jour de leur cotisation**, sauf pour les manifestations « ouvertes au public » et les sorties intitulées « découverte ». Les sorties spécifiques intitulées « **découverte** », **dédiées à l'initiation**, 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.

Il est cependant possible de venir, tout au long de l'année, 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).

## 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 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 ou un message WhatsApp (contacter Thierry Liger pour figurer sur le groupe CAF Bloc).

**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	Encadrant	Sortie BLOCS
Sa 03 janvier 13:30 - 17:00	Encadrant à confirmer	<b>Bloc - 91.1</b> Tous niveaux : jaune PD+, orange AD-, orange AD+, rouge TD. Parking du cimetière de Noisy-sur-Ecole.
Sa 10 janvier 13:30 - 17:00	Hugues Accarie	<b>Bloc - Apremont Butte aux Dames</b> Jaune PD, Orange AD+, Bleu D, Noir TD+ Parking de la buvette de la Caverne aux Brigands, Bas-Bréau de Barbizon.
Sa 17 janvier 13:30 - 17:00	Hervé Michel	<b>Bloc - Cul de chien</b> Tous niveaux. Parking de Noisy-sur-Ecole.
Sa 24 janvier 13:30 - 17:00	Malik Benreguig	<b>Bloc - Rocher Fin</b> Tous niveaux. Parking de la Vallée de la Mée, près du Vaudoué.
Sa 31 janvier 13:30 - 17:00	Gérard Le Quang	<b>Bloc - Mont Aigu</b> Tous niveaux Parking de la Faisanderie
Sa 07 février 13:30 - 17:00	Malik Benreguig	<b>Bloc - JA Martin</b> Bleu - Tous niveaux à proximité Parking de Rocher Calliau - Le Vaudoué
Sa 14 février 13:30 - 17:00	Hervé Michel	<b>Bloc - Roche aux Sabots</b> Tous niveaux : Vert F, Orange AD, Bleu D, Rouge TD+. Parking du cimetière de Noisy-sur-École.
Sa 21 février 13:30 - 17:00	Gérard Le Quang	<b>Bloc - La Canche aux Merciers</b> Tous niveaux. Parking de la Canche aux Merciers.
Sa 28 février 13:30 - 17:00	Thierry Liger	<b>Bloc - Rocher Canon</b> Tous niveaux Parking du Rocher Canon.
Sa 07 mars 13:30 - 17:00	Hervé Michel	<b>Blocs - Franchard Sablons</b> Tous niveaux : orange, Bleu D, Rouge TD
Sa 14 mars 13:30 - 17:00	Hugues Accarie	<b>Bloc - Restant du Long Rocher, portes ouvertes</b> Niveaux : jaune PD, orange AD+ Parking de Bourron-Marlotte, au bout de la route de la Plaine Verte. Pot sur place dans le pré jouxtant le parking, en fin de séance.
Sa 21 mars 13:30 - 17:00	Thierry Liger	<b>Bloc - 95.2</b> Tous niveaux Parking de la Croix Saint-Jérôme.
Sa 28 mars 13:30 - 17:00	Gérard Le Quang	<b>Bloc - Isatis</b> Tous niveaux : Jaune PD, Orange AD, Bleu D-, Rouge TD-, Blanc ED. Parking commun Isatis et Cuisinière.

Date	Encadrant	Sortie FALAISES
Sa 11 juillet au Sa 25 juillet	Hervé Béranger	<p><b>Camp alpin aux Alberts, près de Briançon</b>  Notre rassemblement en camp d'été aura lieu <b>au camping Le Bois des Alberts, à 6 km de Briançon</b>, comme l'an dernier. Au programme comme les autres années : randonnée, escalade, randonnée alpine et via ferrata ; toutes ces activités se font dans vos compétences et sans encadrement. Chacun amène sa tente de camping, il n'y a pas de bungalow à louer dans le camping. Contacter Hervé Béranger pour tout renseignement. Une réunion d'information pour les participants aura lieu à la MASA à Fontainebleau, 6 rue du Mont Ussy, en juin 2026. Chacun doit être à jour de cotisation d'adhésion ; la fiche d'inscription sera disponible via un lien comme l'an dernier : <a href="#">fiche d'inscription</a>. Chacun est invité à se préparer physiquement et techniquement pour le camp. Une séance de manœuvres de cordes, fortement recommandée pour la pratique de l'escalade, sera organisée <b>un dimanche matin de juin 2026</b>.</p>

## ESCALADE A LA SALLE KARMA

Hugues ACCARIE

Les séances hebdomadaires ont lieu en général le jeudi soir. Deux encadrants sont présents à chaque séance, il est donc important de leur signaler votre venue sur le groupe WhatsApp Caf Bloc. Le calendrier des séances à Karma est disponible au même titre que les autres activités sur le site internet, page Escalade dans la rubrique Activités. Vous pouvez contacter Hugues ACCARIE pour obtenir les tickets d'entrée (**7,50 €/ticket pour les membres du club à jour de cotisation**) ainsi que les modalités de règlement. A noter cependant qu'en cas de météo favorable, un rendez-vous en forêt sera privilégié.

## ESCALADE JEUNES

Annie ADAM

Contacter Annie ADAM pour toute précision ou inscription de votre enfant (plusieurs groupes, de 8 à 18 ans).

## RANDONNEE CLASSIQUE

Isabelle MORATELLI

Les sorties intitulées « découverte » sont des sorties d'initiation (les non-membres doivent se préinscrire 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	Encadrant.e	Sortie
Di 11 janvier 13:30 - 16:30	Hervé Béranger	<b>Flancs sud du Long Boyau avec retour par la Salamandre</b> , facile 3h, rendez-vous à 13h30 à l'aqueduc de la Vanne, route d'Orléans D152 à 2 km de l'obélisque de Fontainebleau
Di 18 janvier 13:30 - 16:30	Isabelle Moratelli	<b>Vers le Rocher brûlé</b> , facile 3h, rendez-vous à 13h30 au parking de la Croix du Grand Maître
Di 25 janvier 13:30 - 16:30	Marie-Thérèse Balaguer	<b>Rocher des Combes</b> , facile 3h, rendez-vous à 13h30 à la Croix de Souvray
Di 08 février 13:30 - 16:00	Isabelle Moratelli	<b>Vers les Béorlots</b> , facile 3h, rendez-vous à 13h30 à la maison forestière des Barnolets au nord-est d'Achères-la-Forêt

Di 15 février 13:30 - 16:00	Hervé Béranger	<b>Roche éponge et bouquet de la Reine Amélie</b> , facile 2h30, rendez-vous à 13h30 au restaurant de la Croix d'Augas (D116 à 800m de Fontainebleau nord)
Di 22 février 13:30 - 16:30	Marie-Thérèse Balaguer	<b>Vers les fontaines</b> , facile 3h, rendez-vous à 13h30 à la Croix de Toulouse
Di 01 mars 13:00 - 17:30	Nadine Peuch	<b>Parcours d'orientation, Tour Denecourt - lieu à préciser, par équipes constituées en fonction du nombre de participants, à partir de 13h.</b> Départs échelonnés, s'inscrire au plus tard la veille auprès de l'organisatrice qui vous précisera le lieu de rendez-vous.
Di 08 mars 13:30 - 16:30	Isabelle Moratelli	<b>Autour de Recloses</b> , facile 3h, rendez-vous à 13h30 au parking du chemin des Mariniers à Recloses
Di 15 mars 13:30 - 17:00	Hervé Béranger	<b>Gorges d'Apremont et chênes remarquables Sully, Charlemagne, Odin, Thor, Toutatis...</b> ; facile à moyen, 3h30 ; rendez-vous à 13h30 au parking de la platière d'Apremont en haut de la route de la gorge aux néfliers
Di 22 mars 13:30 - 17:00	Marie-Thérèse Balaguer	<b>Vers la Malmontagne et le Carrosse</b> , facile 3h30, rendez-vous à 13h30 au parking de la Croix du Grand Maître
Di 29 mars 10:00 - 16:00	Hervé Michel	<b>Autour de Nogent-sur-Seine</b> , facile à moyen 4 à 5 h, rendez-vous à 10h au parking du plan d'eau du Monteuil (48.50576,3.49323). <b>Apporter un pique-nique.</b>
Sa 11 juillet au Sa 25 juillet	Hervé Béranger	<b>Camp alpin aux Alberts, près de Briançon</b> Notre rassemblement en camp d'été aura lieu <b>au camping Le Bois des Alberts, à 6 km de Briançon</b> , comme l'an dernier. Au programme comme les autres années : randonnée, escalade, randonnée alpine et via ferrata ; toutes ces activités se font dans vos compétences et sans encadrement. Chacun amène sa tente de camping, il n'y a pas de bungalow à louer dans le camping. Contacter Hervé Béranger pour tout renseignement. Une réunion d'information pour les participants aura lieu à la MASA à Fontainebleau, 6 rue du Mont Ussy, en juin 2026. Chacun doit être à jour de cotisation d'adhésion ; la fiche d'inscription sera disponible via un lien comme l'an dernier : <a href="#">fiche d'inscription</a> . Chacun est invité à se préparer physiquement et techniquement pour le camp. Une séance de manœuvres de cordes, fortement recommandée pour la pratique de l'escalade, sera organisée <b>un dimanche matin de juin 2026</b> .
Di 26 juillet au Je 30 juillet	Céline Baralon	<b>Tour de la vallée du Trient (Suisse et France)</b> <b>Randonnée itinérante</b> , niveau soutenu, maximum 7 participants. Départ le 25 juillet pour le trajet. Pour plus d'informations, contacter l'organisatrice.

## MARCHE RAPIDE / MARCHE NORDIQUE

Cédric VIVIANI / Saïd OULABSIR

Pour ces deux activités, les rendez-vous sont matinaux et hebdomadaires, fixés à 9h50 sur un lieu précisé sur les groupes WhatsApp dédiés, pour une durée de 2 heures :

- **le samedi matin**, hors vacances scolaires, pour Saïd et la marche nordique. 2 séances ont lieu en simultané : l'une « loisirs », l'autre axée « technique »
- **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.
- **en semaine**, deux rendez-vous sont également proposés par Laurence Kuperfarb pour la marche rapide et Marie-Thérèse Balaguer pour la marche nordique, au gré de leur emploi du temps. Les contacter pour figurer sur leur groupe WhatsApp.

Lorsque le transport est assuré en car-couchettes, **le départ a lieu soit le jeudi soir, soit le vendredi soir**, à 21h30, sur le parking du - site SAFRAN à Réau. Le retour s'effectue au même endroit, entre 3 et 5 h du matin, le lundi ou le mardi selon la durée du séjour. **Georges TSAO** est à votre disposition pour toute autre précision.

les sorties de ski-alpinisme proposées par **Olivier RAVISÉ** sont en général d'une durée de plus ou moins 3 jours modulable en fonction des conditions météorologiques et nivologiques. **Départ le jeudi soir et retour le dimanche soir ou départ le vendredi soir et retour le lundi soir.** En cas d'annulation, un report est possible sur le week-end suivant. A chaque sortie, il y a possibilité de basculer au dernier moment sur une autre massif alpin susceptible d'offrir de meilleures conditions, avec des courses techniquement équivalentes.

Date	Encadrant	Ski de randonnée
Sa 17 janvier au Di 18 janvier	Georges Tsao	<b>Abriès, niveau moyen, 2 jours, 8 personnes.</b> Inscriptions et précisions auprès de l'organisateur. Bonne condition physique exigée. Car-couchettes, départ le vendredi soir.
Ve 30 janvier au Di 01 février	Georges Tsao	<b>La Lauzière, initiation au ski de randonnée, 3 jours, 8 personnes.</b> Inscriptions et précisions auprès de l'organisateur. Bonne condition physique exigée et pratique du ski alpin. Covoiturage, départ le vendredi matin.
Ve 06 février au Di 08 février	Georges Tsao	<b>Val d'Isère, niveau moyen, 3 jours, 8 personnes.</b> Inscriptions et précisions auprès de l'organisateur. Bonne condition physique exigée. Car-couchettes, départ le jeudi soir.
Ve 13 février au Di 15 février	Ski randonnée, Olivier Ravisé	<b>Pralognan-la-Vanoise, refuge du Col de la Vanoise, Initiation ski de randonnée pour bon skieur de piste, 2 cordées, 6 personnes au total.</b> Col de la Grande Casse 3 091 m et Pointe de la Réchasse 3 212 m. Co-voiturage.
Ve 20 février au Di 22 février	Georges Tsao	<b>La Grave, initiation au ski de randonnée, 3 jours, 8 personnes.</b> Inscriptions et précisions auprès de l'organisateur. Bonne condition physique exigée et pratique du ski alpin. Covoiturage, départ le vendredi matin.
Ve 06 mars au Di 08 mars	Georges Tsao	<b>Andermatt (Suisse), niveau moyen, 3 jours, 8 personnes.</b> Inscriptions et précisions auprès de l'organisateur. Bonne condition physique exigée. Car-couchettes, départ le jeudi soir.
Sa 28 mars au Lu 30 mars	Georges Tsao	<b>Valpelline, niveau moyen, 3 jours, 8 personnes.</b> Inscriptions et précisions auprès de l'organisateur. Bonne condition physique exigée. Car-couchettes, départ le vendredi soir.
Ve 03 avril au Sa 04 avril	Ski randonnée, Olivier Ravisé	<b>Aoste, Col du Grand Paradis, Grand Paradis 4 061 m, pour skieur rando glacier confirmé, 2 cordées, 5 à 6 personnes au total.</b> Refuge Victor-Emmanuel 2, co-voiturage.
Ve 17 avril au Di 19 avril	Ski randonnée, Olivier Ravisé	<b>Trifthorn 3 722 m, Zinalrothorn 4 221 m versant SW (épaule + mixte - sommet), pour skieur-alpiniste confirmé, 1 cordée de 3 personnes.</b> Zinal, Cabane du Mountet. Co-voiturage.
Me 29 avril au Ve 01 mai	Ski randonnée, Olivier Ravisé	<b>Pointe Dufour 4 634 m, par arête W mixte puis descente rappel couloir vers Nordend, pour skieur-alpiniste confirmé, 1 cordée de 3 personnes.</b> Zermatt, cabane du Mont-Rose. Co-voiturage.

Je 14 mai au Sa 16 mai	Ski randonnée, Olivier Ravisé	<b>Mont-Blanc via les Grands Mulets, arête N du Goûter, pour skieur-alpiniste confirmé, 1 cordée de 3 personnes.</b> Chamonix, départ du tunnel du Mont-Blanc, refuge des Grands Mulets. Covoiturage.
------------------------------	----------------------------------	--

Date	Encadrant	Raquettes
Ve 16 janvier au Di 18 janvier	Saïd Oulabsir Céline Baralon	<b>Jura, lieu à préciser, niveau moyen, 10 personnes.</b> Précisions et inscriptions auprès des organisateurs. Covoiturage, départ le vendredi matin. Complet sauf désistement.
Ve 30 janvier au Di 01 février	Laurence Kuperfarb Olivier Largillièvre	<b>Vosges, lieu à préciser, niveau moyen, 10 personnes.</b> Précisions et inscriptions auprès des organisateurs. Covoiturage, départ le vendredi matin.
Ve 13 février au Di 15 février	Laurence Kuperfarb Laurence Lahsen- Levesque	<b>Plateau des Glières, niveaux débutant et moyen, 10 personnes.</b> Précisions et inscriptions auprès des organisateurs. Covoiturage, départ le vendredi matin. Complet sauf désistement.
Ve 13 mars au Di 15 mars	Céline Baralon Olivier Largillièvre	<b>Chablais, Samoëns, niveau moyen, 10 personnes.</b> Précisions et inscriptions auprès des organisateurs. Exercices DVA obligatoires. Covoiturage, départ le vendredi matin.
Ve 03 avri au Lu 06 avril	Laurence Lahsen- Levesque Cédric Viviani	<b>Croix de Belledonne, niveau soutenu, 6 personnes.</b> Précisions et inscriptions auprès des organisateurs. Exercices DVA obligatoires. Covoiturage, départ le vendredi matin.



*A l'instar de cette photo prise lors de la marche nordique du 25 octobre, dans le secteur de Bois-le-Roi,  
nous vous souhaitons une lumineuse année 2026.*

## CONTACTS

Adresse postale du Club :

**Maison des Associations, 6 rue du Mont Ussy,  
77300 FONTAINEBLEAU.**

Pour tout renseignement, lieux de réunion, adhésion, nous contacter sur l'adresse [contact@cafbleau.fr](mailto:contact@cafbleau.fr)

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