



club
alpin
français
de
l'Etoile Balgentienne



Etoile Balgentienne - section Montagne



randonnée, escalade, alpinisme, ...
sports de montagne



Bulletin n   37 - JANVIER 2013
Sur Internet : <http://etoile-balgentienne.ffcam.fr>

Editorial :

L'année a été très riche en sorties, activités, émotions en tout genre. En cette fin 2012 et ce début 2013, nous sommes un bon groupe à avoir passé de nombreuses heures pour, équiper la salle d'escalade, gérer les AG, éditer ce bulletin, préparer les sorties hiver et printemps... bref pour faire vivre notre club!

2013 s'annonce passionnante, avec de nouveaux défis à relever, avec je l'espère toujours autant de dynamisme autour de moi. L'équipe qui a été reconduite à l'AG et qui s'étoffe petit à petit se dépense sans compter et avec enthousiasme.

J'espère poursuivre avec eux et dans ce même état d'esprit ce beau chemin qui conduit nos adhérents vers ces superbes montagnes! Je tenais à les remercier et à vous souhaiter à tous une bonne santé pour profiter au maximum de cette nouvelle année.

Grimpez bien, marchez bien, skiez bien, courez bien, ... et rendez-vous au sommet, au sommet de vos projets!!!

Bonne et Heureuse Année 2013!

Christian

Programme des activités (janvier à juin)

Dimanche 13 janvier : Loto de l'Etoile Balgentienne à la salle des fêtes des Hauts-de-Lutz



Jeudi 17 janvier : Cycle technique, au gymnase des Haut de Lutz (nœuds, manœuvres, ...)
Responsables : Bruno, Christian

Samedi 19 et dimanche 20 janvier : Formation initiateur marche nordique (inscrit: Frédéric)



Jeudi 31 janvier : à 17h30, inauguration officielle de la SAE par M. le Maire, en présence de Michel Pellé.

Weekend du 2 et 3 février

Cascade de glace, pour grimpeurs expérimentés, le départ est prévu le vendredi en fin d'après-midi
Bruno s'occupe de l'organisation. Il reste à ce jour 2 ou 3 places



Jeudi 7 février : Réunion de préparation des activités à 19h15 au gymnase des Hauts de Lutz.



Samedi 9 et dimanche 10 février : Stage ouvrier de voies organisé par le Comité Régional FFCAM
Dans la salle d'escalade de Beaugency.
Renseignements: Bruno

Sortie d'hiver en février

Au programme : Alpinisme, ski, ski de rando, cascade de glace, rando raquette.

Le séjour est prévu sur 2 semaines du 09 au 23 février à Argentières (74); 2^{ème} semaine complète; reste 3 places en 1^{ère} semaine. Attention : jeunes possible si accompagnés d'un parent (adhésion CAF obligatoire)

Organisation : Christian.





Samedi 2 mars : Formation sur le DVA (DéTECTeur de Victime d'Avalanches)

La formation est obligatoire pour les Alpinistes, il faut penser aux copains qui pourraient être en difficulté.
RDV à la salle d'escalade des Hauts de Lutz à 14h00



Jeudi 7 mars : Réunion de préparation des activités à 19h15 au gymnase des Hauts de Lutz)

WE du 09 et 10 mars

Alpiniste, raquettes de neige, randonnée...

Lieu : Massif du Sancy au gîte de Courbanges, pour sorties dans la vallée de Chaudefour

Organisateur : Philippe

Dernière limite pour s'inscrire: jeudi 7 février



Jeudi 4 avril : Réunion de préparation des activités à 19h15 au gymnase des Hauts de Lutz



Semaine du 20 au 27 avril

Escalade, randonnée

Une semaine conviviale en gîte dans le sud...et pourquoi ne pas retourner dans les calanques !!!

Organisateur : Bruno

Inscriptions avant le 30 janvier



Jeudi 2 mai : Réunion de préparation des activités à 19h15 au gymnase des Hauts de Lutz



Jeudi 6 juin : Réunion de préparation des activités à 19h15 au gymnase des Hauts de Lutz



Samedi 22 et dimanche 23 juin: Week-end multi activités organisé par le Comité Départemental

Lieu: Bourgogne (à préciser)

Activités: randonnée, escalade, VTT

Renseignements et inscriptions: Christian



Eté 2013 : rassemblement

Du 03 août au 24 août 2013 : A suivre, les Ecrins, La Bérarde...

Organisatrice : Anne

Pensez à la prévenir si vous êtes intéressés!!!



De nombreux séjours vous paraissent très lointains, mais pensez à l'organisateur qui doit réserver des hébergements très longtemps avant si vous voulez bénéficier de locaux et de prix corrects!!!

Alors, respectez les dates limites d'inscription et pensez à l'acompte demandé!

Action du club pour le téléthon du 8 décembre 2012



C'est avec bonne humeur qu'une fois de plus, la section montagne de l'Etoile Balgentienne a participé au téléthon pour encadrer des descentes en rappel du clocher de la basilique de Cléry saint André.

Un grand merci aux 69 personnes pour leurs dons et pour être venues et avoir osé effectuer cette descente dans ce cadre magnifique qu'est la Basilique de Cléry.



Le tout encadré par des initiateurs et des licenciés du club pour une totale sécurité.

Christophe

* = * = * = * = * = * = * = *

La salle d'escalade à Beaugency... fin des travaux!!!

Après un début officiel des travaux le 18 juin, une interruption pendant le mois d'août, et quelques retards par-ci par-là, le chantier se termine...

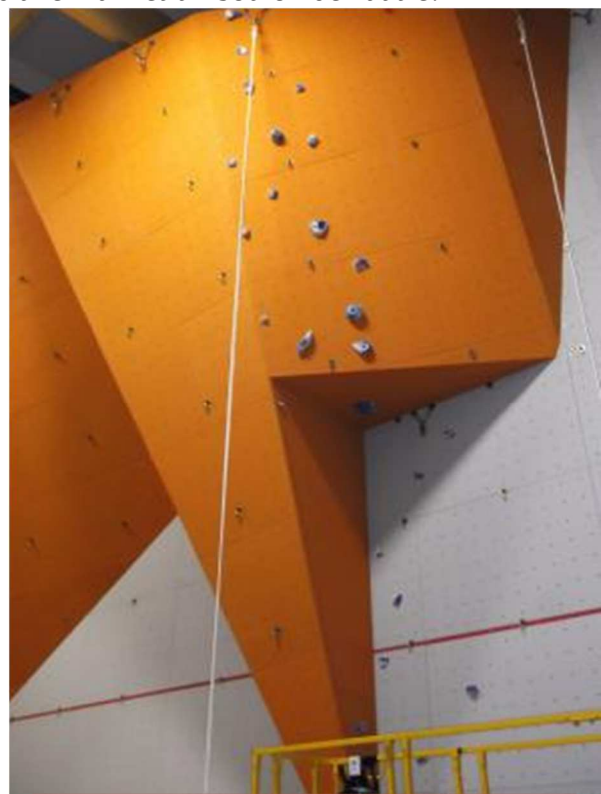
Jeudi 13 décembre, j'ai réceptionné la première palette de prises et depuis... nous sommes quelques-uns à avoir passé quelques heures suspendus à une corde fixe, une clé d'une main et un boulon de l'autre!

Philippe, Christophe, Bruno, Damien, Patrick, Jérémy, Olivier et moi, avons équipé chacune des 23 lignes de corde d'une ou 2 voies de couleur.

Le reste sera équipé pendant le stage ouvrier de voies qui se déroulera le week-end du 9 janvier dans notre salle.

Aujourd'hui, il ne reste plus que quelques jours de patience et le passage de la commission de sécurité et nous pourront enfin ouvrir cette salle tant attendue.

Christian



La première voie tracée

Solu Khumbu Trail, un autre monde!

Ce n'était pas une sortie club et je le regrette; j'espère pouvoir organiser un séjour FFCAM dans ce beau pays qu'est le Népal. Je vais quand même résumer ce voyage car le trail fait un peu partie des activités CAF.

16 journées de course entre 1900m et 5550m d'altitude.

1 journée de bus pour aller de Katmandou à Jiri (le point de départ de la course).

Retour de Lukla à Katmandou en hélicoptère (le mauvais temps empêchait les avions de décoller)

Environ 300kms et 18000m de dénivelé, avec des étapes comprises entre 12 et 28 kms.

J'ai eu un peu de mal à me mettre "dans la course" et à trouver mon rythme sur les 2 premières étapes. J'ai eu des gros soucis de mal de tête et j'ai failli être mis hors course par les médecins dès le soir de la 2^{ème} étape.

Je me suis entraîné sur la 4^{ème} étape (24kms, 2000m de D+ et le premier passage à 4000m). De plus, nous bivouaquons sous tente, loin de toute habitation et je vais attendre l'arrivée de mon porteur (chaque coureur a un porteur pour son sac de rechange; nous portons nos affaires de l'eau et de la nourriture pour l'étape) dans le froid... Le lendemain je décide de ne pas monter jusqu'au lac et je pars depuis le bivouac. Cela me coûte une pénalité en temps, mais je préfère assurer et continuer l'épreuve.

L'étape de repos, nous la passons au monastère où Dawa a fait ses études et nous dormons dans son village natal (chez les habitants). Super!!!

Nous sommes redescendus en altitude et nous trouvons des paysages dignes de l'Ile de la Réunion (bananiers, manguiers, ...)

Je peine un peu sur la longue étape qui arrive à Phading, un village où nous étions passés en 2010 avec Christine. Et je remonte la pente (au propre comme au figuré) sur les étapes suivantes.

Lunden, notre première nuit à plus de 4000m, ça irait mieux si le dortoir n'était pas enfumé par la cheminée du lodge... nous dormirons la porte ouverte...froid!!!

Une grosse étape le lendemain, pas la plus longue (16kms) mais avec un col à 5400m et l'arrivée à Gokio Ri (5300m). Au total, nous montons 1600m de dénivelé pour en redescendre 1300. Je me sens bien et après un départ prudent, je remonte la file des concurrents et ce jour-là, je fais une de mes meilleures places. "En haut du Renjo Pass vous allez pleurer" nous avait dit Sylvie qui avait participé à l'édition 2010. Et elle avait raison... sur fond de ciel bleu, le Makalu, l'Everest, le Nuptse... bref... à pleurer!!! Et puis la sensation d'avoir réussi "quelque chose"!!! Et ce n'était que la mi-parcours de cette étape... La descente, je me suis régala, aussi vite que sur un petit trail en "petite montagne" en France. Et je me surprends sur la fin à garder un rythme bien plus élevé que les jours précédents. J'ai pleuré aussi à l'arrivée au sommet du Gokio Ri, heureux de ma performance et du paysage. En plus des sommets déjà cités et de bien d'autres, un autre 8000m: le Cho Oyu nous apparaît.

Je vais craquer 2 jours plus tard sur une longue étape, avec encore un passage à 5400m et toujours des vues magnifiques. Je termine vidé et avec des soucis de respiration. Après consultation des médecins, je les sens tout prêt à me mettre dans le caisson hyperbare, ce qui signifie : fin de l'aventure!! Ils me laissent la nuit "pour voir" et malgré le peu de sommeil, me laissent choisir si je veux continuer... la question ne se pose même pas!

La montée au Kala Pattar de ce matin-là sera une épreuve comme j'en ai rarement eu, mais au sommet, je vais encore pleurer de joie!!! Nous sommes à 5550m, le point le plus haut de la course. En face nous, l'Everest, si près qu'on pourrait presque le toucher! Le départ de l'étape est donné de ce point, après les photos d'usage. Et je vais réussir une de mes plus belles descentes et enchaîner l'étape comme rarement depuis le début de la course.

Le lendemain, nous perdons toujours de l'altitude et l'arrivée est à Namche Bazar, comme en 2010, l'arrivée du Marathon. Ce jour-là, je réalise ma meilleure place de toutes les étapes. J'ai les jambes, je me sens bien et il y a sur le parcours de nombreuses descentes très techniques que j'avale comme j'en ai rarement descendu.

En résumé, une bonne organisation (directeur de course: Dawa Dachhiri Sherpa), un beau parcours, bien découpé sur le plan des étapes et bien sûr des paysages magnifiques... bref... c'est à faire!!!

Christian

(Pour plus de détails, voir mon site,
<http://www.christian-mahu.com/>)



Assemblées Générales... 2 AG en 3 jours!!!

Jeudi 6 décembre: Assemblée Générale de la Section Montagne de l'Etoile Balgentienne

Samedi 8 décembre: Assemblée Générale de l'Etoile Balgentienne

L'E.B. est une association composée de 6 sections: Athlétisme (présidente Béatrice Leroy); Gymnastique (Guy Ménage); Gymnastique Rythmique Sportive (Nadine Roissé); Tennis de Table (Romain Delattre) et bien sûr Montagne (Christian Mahu).

Lors de l'AG EB générale, notre président Guy Ménage entouré de la secrétaire (Annick Menand) et du trésorier (Bruno Hedde) a présenté le rapport moral et financier du club.

Les présidents de chaque section ont présenté leur rapport d'activités.

Les autorités présentes se sont exprimées. M. Donnadiou (directeur DDJSCS) a remis la médaille d'argent Jeunesse et Sport à Christian et nous nous sommes retrouvés autour du verre de l'amitié.

Voici le bilan de la section Montagne pour la saison 2011-2012

Ce bilan a également été expliqué lors de l'AG de section.

Effectif:

43 adhérents, c'est-à-dire un effectif stable

Encadrement: au total 8 initiateurs avec diverses qualifications

Instructeur alpinisme, moniteur escalade, initiateur Terrain d'Aventure, initiateur cascade de glace, initiateurs alpinisme, initiateurs montagne, initiateur cartographie, ouvrier de voie

De multiples activités :

Randonnée pédestre ou en raquette à neige, Escalade, Ski, Alpinisme, Cascade de glace ...

Nous pratiquons ces différents sports sous une forme de loisirs sans but de performance ou d'exploit. Toutes ces activités se déroulent dans une très bonne ambiance familiale et conviviale.

Il n'y a aucune limite d'âge ou de compétence, chacun pouvant évoluer à son niveau et se faire plaisir selon ses capacités. Les débutants trouvent un encadrement leur permettant de s'initier en toute sécurité et d'évoluer vers une pratique autonome.

Possibilité de prêt de matériel (baudrier, casque, crampons piolet, dégaines, cordes, DVA, ...).

Permanence tous les jeudis de 19h00 à 20h00 ; au bureau de l'Etoile Balgentienne

Le 1^{er} jeudi du mois : réunions de préparation

Le 3^{ème} jeudi du mois soirée technique

Principales actions en 2011-2012...

- Participation au Téléthon à Cléry St André : baptêmes de descente en rappel depuis le clocher de l'église
- Janvier 2012 : un week-end cascade de glace dans le Cantal.
- Février 2012 Une semaine de sports de neige (ski, raquettes) pour 10 personnes à Crest Voland
- Mars 2012 : week-end multi activités (alpinisme, randonnée, ski) à Courbanges rassemblant 15 personnes
- Avril 2012 : une semaine près d'Ax les Thermes (Arièges) pour 14 randonneurs et grimpeurs
- Août 2012 Séjour d'été dans la Vallée de la Maurienne (Bessans), randonnée, escalade, alpinisme pour 19 personnes

Bilan des Activités

Sur le total des journées*participants (toutes activités confondues), nous avons une petite progression par rapport à la saison dernière: 756 contre 707 la saison dernière.

Progression



STATISTIQUES CLUB DE LA SAISON 2010/2011

Association : Etoile Balgentienne

Club Alpin 4519 de Beaugency

Adresse : chez Christian MAHU

8 rue Entre 2 Vallées 45190 Beaugency



année	Journées participants (Adultes + -18 ans / Hommes + Femmes)										
	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011
Activités	2001/02	2002/03	2003/04	2004/05	2005/06	2006/07	2007/08	2008/09	2009/10	2010/11	2011/12
escalade	62	138	106	118	115	154	187	175	121	151	215
escalade SAE			68	71	76	75	143	186	168	246	172
cascade de glace	Journées participants non comptabilisées (intégrées dans l'Alpinisme)								7	24	38
randonnée	21	42	117	125	128	119	129	163	58	140	204
alpinisme	6	23	68	10	31	29	100	84	93	42	77
vélo de montagne (vtt)	7	14	18	7	11						
sports de neige (ski alpin)		2	24	24	52	45	82	104	62	55	30
sports de neige (raquette)			19	14	21	25	18	28	24	42	18
sports de neige (ski de fond)											
sports de neige (ski de rando)											2
Via Ferrata		6								7	
TOTAL	96	225	420	369	433	446	659	739	532	707	756
Progression globale		134%	87%	-12%	18%	3%	48%	12%	-28%	33%	7%
Nombre adhérents	15	15	20	20	25	25	35	43	41	40	43

	activité en progression (>2%) (par rapport à l'année passée)
	activité identique (à 2 %) près
	activité en diminution (< 2 %)

Escalade :

Un peu plus de fréquentation en extérieur, les séjours ont bien fonctionné.

Par contre un peu moins de monde sur les SAE (Blois et Orléans); nos adhérents se lassent de faire des kms pour une séance en salle

En attendant la salle d'escalade à Beaugency!!!

Alpinisme :

Une meilleure participation au week-end Auvergne et des débutants en plus sur le séjour d'été

Cascade de glace :

Cette activité, désormais à part entière, est une nouvelle activité en augmentation, avec deux encadrants au club.

Elle prend sa place petit à petit et les effectifs augmentent

Randonnée :

En augmentation par rapport à l'an dernier.

Le début de saison avait été marqué par « moins de sorties » à la journée, mais les séjours de printemps et d'été ont été fournis en nombre de sorties et de participants.

Ski alpin:

En légère diminution ; moins de skieurs au séjour de neige en février

Le ski de randonnée:

Cette année il est compté à part, mais une seule petite sortie

Randonnée raquettes :

En nette diminution car peu de neige sur la sortie Auvergne et donc randonnée classique et peu de randonneurs en février

Objectifs 2012-2013:

Ouverture de la salle d'escalade en janvier 2013; avec 4 créneaux de grimpe prévus plus un de cycle technique.

Ouverture d'un créneau jeune (10-16ans); déjà engagé sur la SAE de Blois depuis la saison dernière, mais qui est passé de 4 enfants en 2011-12 à 10 en octobre 2012 en attendant plus à l'ouverture de la SAE de Beaugency.

Développement de l'activité cascade de glace.

*Le président
Christian Mahu*

INFOS DIVERSES- - INFOS DIVERSES- - INFOS DIVERSES- -

Activités hebdomadaires :

1^{er} jeudi du mois : Réunion de préparation des activités à 19h15
au gymnase des Hauts de Lutz

Les autres jeudis du mois : 19h – 21h : Cycle technique, salle
d'escalade

Annuaire:

Christian: 02 38 46 41 17
Bruno: 06 08 26 59 63
Anne: 02 38 45 15 62
Philippe: 06 11 11 64 35
Christophe: 06 7620 44 93
Patrick: 02 38 44 33 18
Denis: 02 54 87 29 45
Guy: 02 38 44 99 16

Salle d'escalade de Beaugency :

Pour les jeunes nés entre 2003 et 1998: école d'escalade le mercredi de 17h à 19h

Pour les adultes: mercredi 19h-21h

Grimpeurs autonomes (adultes et enfants accompagnés): lundi 19h-22h; samedi 14h-17h

Cycles techniques et réunions le jeudi (consulter le calendrier sur Internet)

Permanence les mardis de janvier et février de 19h30 à 20h30

Une sortie de « dernière minute » peut toujours être organisée (rando,
escalade à Fontainebleau ou à Blois, ...)
Pensez à téléphoner ou à consulter le site du club

N'hésitez pas à aller sur le site Internet du club !

<http://etoile-balgentienne.ffcam.fr>

Vous y trouverez les dates et des renseignements sur les sorties, des infos de
dernière minute.

Vous pouvez aussi laisser vos impressions ou des textes sur des séjours ou des
sorties.

N'hésitez pas à proposer vous aussi des sorties, c'est ça la vie du club !!!!!

**Vous pouvez aussi m'envoyer dès maintenant des articles pour le prochain bulletin
qui paraîtra en avril.**

Christian

Réalisation et mise en page de ce bulletin, par Frédéric et Christian