



club
alpin
français
de
l'Etoile Balgentienne



le club alpin de l'Etoile Balgentienne

randonnée escalade alpinisme VTT



Sommet du Mont Blanc
10 août 2004



Bulletin n° 23 - juin 2008
Sur Internet: <http://etoile-balgentienne.ffcam.fr>

PROGRAMME DES ACTIVITES DU CLUB

Juin à octobre 2008.

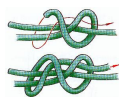


Cycle permanent

1^{er} jeudi du mois 19h15-20h30 : réunion de la section au gymnase des Hauts de Lutz

Tous les jeudis 19h-20h : permanence au gymnase des Hauts de Lutz

3^{ème} jeudi du mois, 19h-21h : Technique escalade et alpinisme au gymnase des Hauts de Lutz



Jeudi 19 juin :

Technique escalade et alpinisme au gymnase des Hauts de Lutz

Responsables Bruno HEDDE, ☎ 02 38 45 15 62, Christian MAHU ☎ 02 38 46 41 17



Samedi 21 juin :

Escalade à Blois ; la falaise du Coteau (selon la météo)

Départ vers 14h00 de Beaugency (1 rue des Querres)



Dimanche 29 juin :

Fête du Sport municipale

Le club participe sous forme de diaporamas, d'ateliers de cordes et d'orientation

Vendredi 4 juillet :

Soirée photos, fin de saison, barbecue, détente, ... tenue de soirée interdite mais sourire obligatoire

Chez Christine et Christian au 8 rue Entre 2 Vallées



du 9 au 19 juillet



Michel organise une randonnée : le Tour du Mont Rose



Le 11 juillet, avec Christian, montée au refuge Gnifetti

et si la météo le permet : sommet le lendemain

si d'autres amateurs sont tentés ...

Du 19 juillet au 9 août :

rassemblement du CAF Orléans Aux Vigneaux (05)

Vous pouvez y participer !

Anne sera sur place

Renseignements : Anne ☎ 02 38 45 15 62

Christian ☎ 02 38 46 41 17

**Du 15 au 30 août, Christian sera à Chamonix
(Massif du Mont Blanc)**

Au programme, selon la météo, escalade,
randonnée glaciaire, alpinisme

Si vous êtes intéressés n'hésitez pas à le
contacter : ☎ 02 38 46 41 17

Des sorties peuvent être organisées « à la dernière minute », en particulier pour les journées à Fontainebleau ou à Blois ainsi que pour les randonnées.
Renseignez vous sur le site Internet, à la permanence du jeudi (salle A des Hauts de Lutz de 19h à 20h) ou téléphonez aux principaux responsables.



Jeudi 4 septembre :

Réunion mensuelle de la section montagne



Samedi 6 septembre :

Portes ouvertes à l'Etoile Balgentienne de 14h à 18h

Au gymnase des Hauts de Lutz

Les 4 sections de L'E.B. sont rassemblées pour présenter au public leurs activités

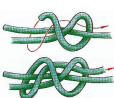
Dimanche 14 septembre:

Randonnée à Amboise

Renseignements Guy ☎ 02 38 44 99 16



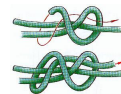
Dimanche 14 septembre : c'est aussi le semi-marathon « la Balgentienne »



Jeudi 18 septembre :

Technique escalade et alpinisme au gymnase des Hauts de Lutz

Responsables Bruno HEDDE, ☎ 02 38 45 15 62, Christian MAHU 02 38 46 41 17



Samedi 26 et dimanche 27 septembre :

Week-end portes ouvertes, expos, conférences, ...organisé par le CAF Tours sur le thème : « où en est le Grand Sud »



Jeudi 2 octobre:

Réunion mensuelle de la section montagne

Samedi 4 et dimanche 5 octobre :

Rassemblement Régional à Angles sur l'Anglin

Activités : randonnée, VTT, escalade ; hébergement en gîte

Le Comité régional en profite pour organiser un stage UFCA (unité de formation commune aux activités)

Le samedi soir rencontre-échange avec l'ensemble des initiateurs.

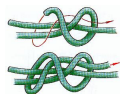
Renseignements et inscriptions : Christian ☎ 02 38 46 41 17



Jeudi 16 octobre :

Technique escalade et alpinisme au gymnase des Hauts de Lutz

Responsables Bruno HEDDE, ☎ 02 38 45 15 62, Christian MAHU ☎ 02 38 46 41 17



Samedi 18 et dimanche 19 octobre :

Escalade et randonnée à Clécy (Normandie)

Hébergement en gîte

Responsable : Christian ☎ 02 38 46 41 17



Randonnée Jargeau – Châteauneuf :

1^{er} mai

Malgré un temps mitigé (quelques averses en fin de parcours) la rando du 1er mai a réuni dans la bonne humeur Anne, Christine, Françoise, Maryse, Guy et Patrick.

Le parcours Jargeau, St Denis de l'hôtel, rive nord de la Loire jusqu'à Châteauneuf et retour par la rive Sud à Jargeau est très agréable. Il suit le fleuve pratiquement tout le temps sauf un petit détour par le magnifique Parc départemental de Châteauneuf.

_ * _ *

Cycle technique

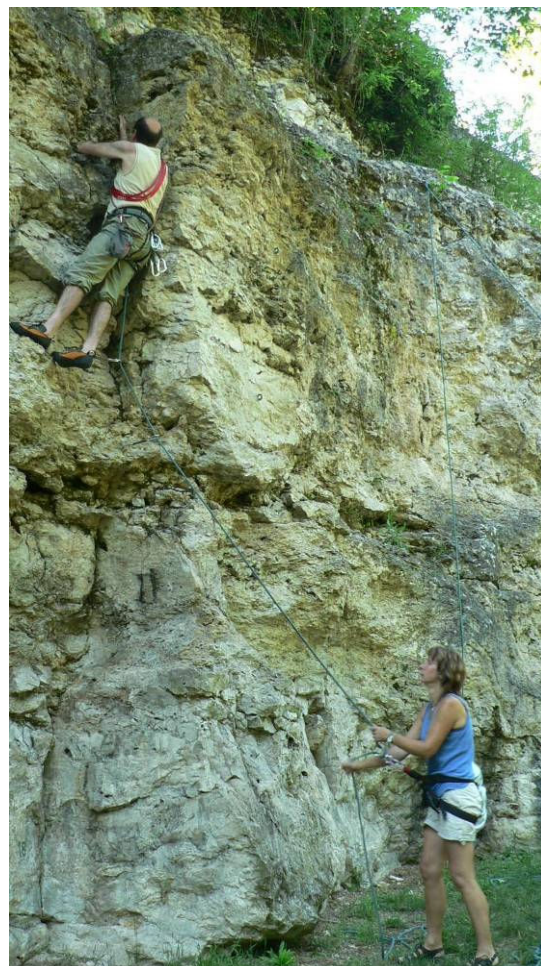
Le 3^{ème} jeudi de chaque mois, les initiateurs du club animent une soirée (19h00 à 21h00) de formation sur les techniques d'encordement, de manipulation de corde, de sauvetage, ...



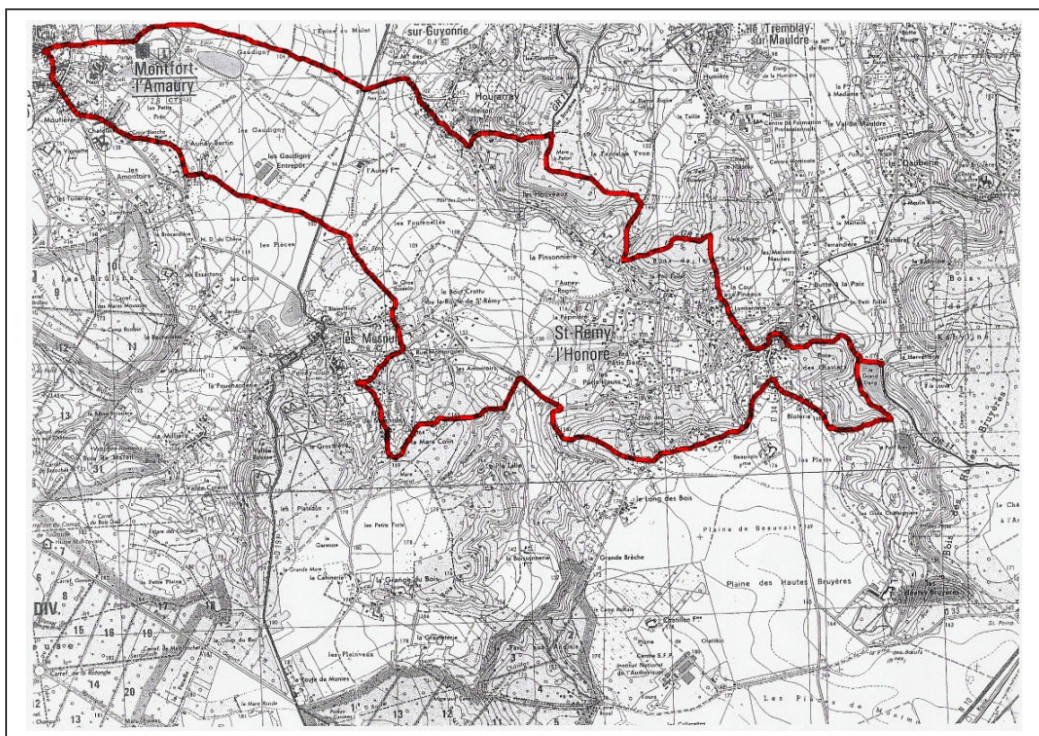
Que vous soyez **débutant** (j'apprends à poser une dégaine et à faire un nœud en 8) ou **confirmé** (j'installe un mouflage ou je pose une main-courante) venez **découvrir ou réviser** les techniques indispensables à votre progression en sécurité en montagne.

Escalade à la falaise du Coteau (La Chaussée St Victor)

Samedi 14 juin, Annick assure Denis dans une voie qui leur a donné du fil à retordre.



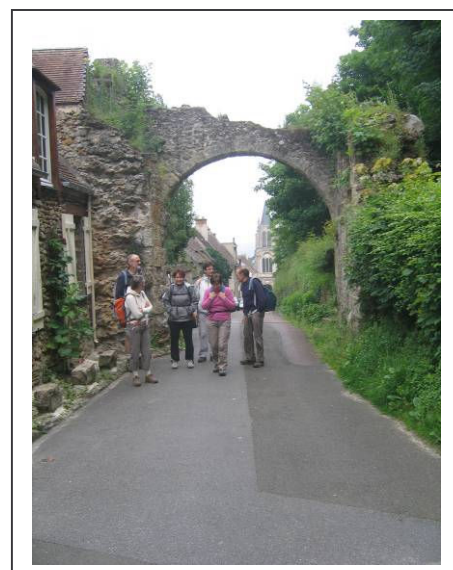
RANDONNEE A MONTFORT L'AMAURY



Sept personnes au départ de cette randonnée en région parisienne ce samedi 7 juin 2008. A savoir : Maryse et Guy, Marie et Bruno, Anne, Patrick et Michel. Le départ est fixé à 8 H30 chez Michel qui a la bonne idée de nous faire visiter la Beauce dans sa globalité.

Effectivement, les récoltes sont magnifiques mais ce n'est pas le chemin le plus court piaffe Bruno ! Néanmoins, nous sommes à pied d'œuvre à 10H15 avec un temps mi-figue, mi-raisin.

Après quelques hésitations dans les rues de Montfort l'Amaury, nous prenons la direction de Houjarray vers l'ouest afin de rejoindre le GR 11 qui fait le tour de Paris. Nous l'empruntons en direction de St Rémy l'Honoré situé au sud-est avant de nous arrêter pour déjeuner au bord d'un étang où la baignade n'est pas conseillée.



Désormais, il nous faut faire chemin inverse si possible en empruntant les chemins afin de rejoindre Les Mesnuls qui vaut le déplacement notamment au niveau de son château mais pour gens fortunés bien sûr !

Les quelques kilomètres restants parurent un peu longs à Bruno qui commençait à en avoir plein les bottes !

Michel

Les Gorges de la Jonte

Du 12 au 20 avril

Superbe gîte à Combelasais (48)

Marie, Anne, Maryse, Léa, Christine, Guy, Bruno, Manu, Pierre, Philippe, Noé, Christian



Des randonnées, de la grimpe, des paysages superbes, dommage la météo ne nous a pas gâté...

La cheminée a été très appréciée

Voici les différents récits des randonneurs puis des grimpeurs

Randonnée du samedi

Nous avons suivi la corniche des gorges du Tarn et sommes passés par des ruines de châteaux devenues d'anciens « ermitages » ; vue plongeante sur les gorges du Tarn.

Marie

Saint Marcellin, le dimanche

Un circuit de 11km environ en passant par un hameau abandonné à flanc de falaise. Une montée physique pour y accéder puis une balade ombragée sur un terrain souple dans une forêt de pins. Mais il faut redescendre ! C'est une descente technique qui se fera assez rapidement.

Résultat : des vues splendides sur les gorges du Tarn.

Marie



La ballade de repos du lundi :

Le chemin des bergers en passant par le parc des Causses. Un terrain un peu plus plat, un chemin plus reposant, nous rencontrons plusieurs empreintes de gibiers et quelques biches. Paysages désertiques, sans vautours de ce côté.

Marie

La rando du mardi

Dame nature nous a encore surpris. Des arcs taillés dans le schiste autour d'une place centrale, d'une taille impressionnante nous ont amusés. Des grottes tapissées de mousse ou de paille pour se reposer... des vestiges d'habitations de 5500 ans, pour nous surprendre à travers une piste.

Puis silence ! On ne réveille pas les vautours, c'est leur territoire, alors demi tour ; et là, une espèce de lézard de 30cm pour certaines, 20cm pour d'autres, d'un vert émeraude, à tête bleue. Retour tranquille dans un paysage magnifique.



Marie

Rando du mercredi



Aujourd'hui mercredi, Papy à bretelles et ses drôles de Dames ont vécu un nouveau périple à la découverte de l'ermitage Saint Michel. Après avoir longé la Jonte, ils ont gagné le bord du Causse Noir et longé les corniches. Ils ont atteint, par des échelles les ruines des bâtiments dressés sur un promontoire rocheux . Du chemin suivant le bord des falaises de 200mètres de haut, ils ont pu admirer le vol gracieux des vautours et suivre les exploits sportifs de leurs amis grimpeurs, partis dans « La diagonale du Gogol » à la recherche du Vase de Sèvre et du Vase de Chine.

Anne

L'escalade du lundi :

Après de nombreuses voies en une longueur (30m) pour échauffer nos corps musclés, nous nous lançons (Christian me lance !!!), Christian et moi, dans une voie en 4 longueurs (120m). Content d'être arrivé et pas déçu du spectacle. Beaucoup de fatigue... lendemain difficile !

Pierre



La première de Léa



Mercredi 16 avril, nous avons programmé une grande voie d'escalade sur 6 longueurs (140m environ) : « la Diagonale du Gogol ». La première longueur, cotée 5a, Noé, Léa, et moi (Manu, NDLR) abordons en tête cette mise en train. Ensuite place aux choses sérieuses, même si les 2 longueurs suivantes sont également du 5a, le vide commence à devenir imposant. Christian, Pierre et Bruno prennent les choses en mains et sont premiers de cordée (en tête).

Troisième longueur, en diagonale, (5a) et puis un mur de 12m coté 6a+ dans lequel Christian et Bruno passent sans encombre. Pour les autres, on tire sur tout ce qui dépasse (4 sangles accrochées en des points stratégiques par Christian) et on se hisse à la force des bras ; c'est du grimper de corde ou de sangle. Un dernier 5c à ce que je croyais, mais j'avais oublié une partie du parcours. Il restait encore 2 longueurs. Le 5c qui se perd en traversée décalée avec un vide immense (200m) qui surplombe « La Roche Décollée » et là nous découvrons un 6a « infranchissable ». ... « on va tous mourir !!!... ».

Christian se fraie un chemin sur le côté en

équipant la voie avec des coinçeurs pour faire passer Manu, Pierre, Noé et Léa. Seul Bruno s'attelle à la tâche d'escalader le dièdre, assuré d'en haut par Christian. Puis nous voilà à 16h20 tous en haut pour un pique nique étonnamment délicieux...

Manu



La cotation d'une voie, tout un art

... et l'artiste est toujours un tantinet subjectif !

cela se passe dans Les Gorges de la Jonte, en avril 2008

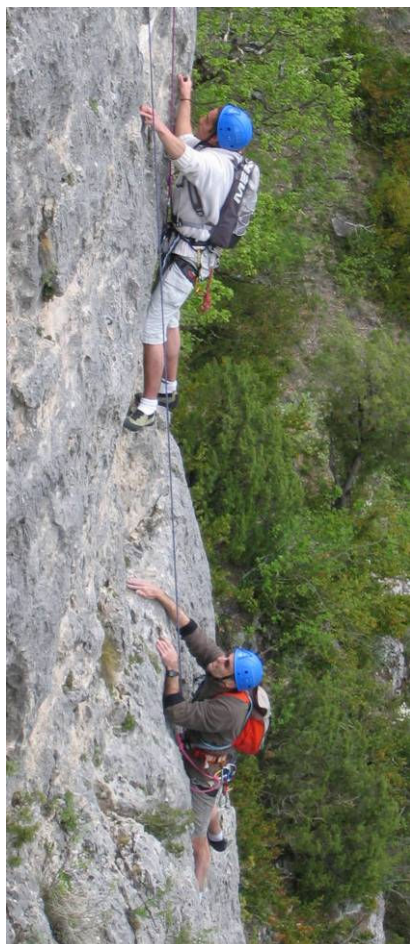
1^{er} cas : 6a → pas si dur

Hier nous étions trois cordées de deux dans la « diagonale des gogols ».

Temps ensoleillé, bonnes conditions ; nous voilà au 5^{ème} relais : il reste un petit 6a ... mais voilà, Christian a été voir, « ça a l'air tout rond » me dit-il. Les cotations dans le coin nous ayant déjà surpris, Christian finit la voie en TA, les autres cordées suivent. Pour ma part je demande à Christian de me lancer un brin de rappel afin de finir le 6a en moulinette.

J'ai bien crié « sec » aux deux lascars du haut qui ont fait là haut quelques manip de nœud, mais la voie sort très bien, c'est un dièdre vertical, quelques prises franches, une fissure en dülfers (*), et surtout des positions de pieds en opposition à maîtriser.

Et de surcroît, un clou tous les 1,5 m en tête, cela aurait été cool pour le moral.



2^{ème} cas : 5b → c'est passé ... !

Une petite voie de 12 m avec beaucoup de gaz. Aujourd'hui, pas de soleil et beaucoup de vent. Léa a rejoint les randonneurs. Nous voilà (Christian, Bruno, Pierre, Manu et Noé) repartis vers le Bitard. Nous abandonnons cette voie (4 lg), en plein vent du fait des conditions météo.

Je choisis « le petit dièdre », 5b, mixte (c'est à dire des clous, mais il faut aussi les coinçeurs). Et me voilà partis pour 1 bonne heure de grimpe non stop, la voie fait 48 m, un beau dièdre, des bonnes prises, du dülfers, mais plusieurs passages un peu chauds, et 6 à 7 m entre les clous. Globalement la difficulté est similaire au 6a d'hier (1^{er} cas) avec en plus :

- une voie de 45 m
- des clous tous les 6 m
- quelques coinçeurs et camalot sont placés dans la voie (mais là-dessus : pas de vol)

Après quelques poussées d'adrénaline, je sors la voie, mais les 2 niveaux de grimpe en rab (5c / 6a) n'étaient pas de trop.



(*) Le dülfers

Le dülfers est un mouvement réalisé lors d'une escalade en opposition c'est à dire que la force appliquée par les bras s'oppose à la force appliquée par les jambes. Ce mouvement est un mouvement typique de l'escalade en fissure.

Description

Placer les mains de côté et dans la fissure.

Plaquer les pieds à plat contre le rocher (à ce moment, le corps est cassé en deux, les jambes légèrement fléchies contre le rocher et les fesses en arrière).

Tirer sur les bras et pousser sur les pieds pour opposer les forces.

Monter progressivement les mains puis les pieds.

Bruno