

RELAIS

le Mag de l'EB Montagne

Projet Mont Blanc, suite et fin P14

Féder'Elles, pour qui, pourquoi ? P20

EB Montagne est une section de l'Etoile Balgentienne, affiliée à la FFCAM



N° 72
Décembre 2024

l'EB Montagne

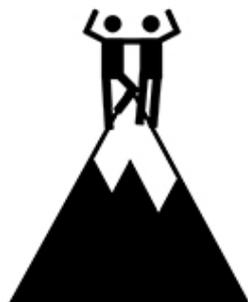
c'est ...



de l'alpinisme



du trail



de l'escalade

de la slackline



du VTT



de la randonnée



du ski alpin et de randonnée



de la rando raquettes

Pour venir s'entraîner :

Lundi

18h-19h30 Escalade pour tous
19h30-21h Escalade pour tous
20h-21h30 Slackline

Mardi

20h-21h30 Escalade grimpeurs initiés

Mercredi

16h30-18h Escalade enfants 2013-2014
18h-19h30 Escalade enfants 2011-2012
19h30-21h30 Escalade pour tous
19h15-20h15 Trail

Jeudi

17h30-19h Baby escalade
19h-21h Perfectionnement technique
19h-21h Réunion mensuelle le 1^{er} jeudi du mois

Vendredi

18h-19h30 Escalade enfants 2010 et avant
19h30-21h Escalade grimpeur initié

Samedi

10h-12h Escalade pour tous
14h-16h Escalade pour tous

Permanence à la salle d'escalade tous les 1^{er} jeudi du mois au Complexe sportif Alain Jarsaillon - 45190 BEAUGENCY



Edito

C'est le premier numéro du journal Le Relais de la saison 2024-2025. Sa sortie a été retardée plusieurs fois et pour de multiples raisons mais le voici enfin ! Cerise sur le gâteau, vous aurez deux éditos. Décidément, nous ne faisons rien comme les autres au club EB Montagne.

La fin de saison passée a été éprouvante pour tous, avec l'accident de Christian. Nous sommes ravis de voir ses progrès constants dans sa rééducation. Il a créé la section en 2002 et n'a plus quitté la présidence depuis. C'est donc un pilier du club sur lequel tout le monde s'est reposé durant toutes ces années. Personne n'est irremplaçable mais c'est parfois difficile d'assurer la continuité. Ceci dit, il a toujours été bien entouré et nous avons su relever le défi avec brio.

Pour lui et sa famille, je sais combien il était important de voir que le club n'était pas "abandonné" et qu'il continuait de briller. Un "simple" fonctionnement n'était pas envisageable pour lui.

Merci Christian de nous avoir donné envie de continuer et de ne pas abandonner. Je me souviens de ta citation : "quand tu crois que tu n'en peux plus, en fait tu as encore plein d'énergie à puiser au fond de toi et tu arrives à terminer ta course !"

La présidente du Comité Régional nous félicite pour tout ce que nous avons réussi à affronter, à mener et à poursuivre. Une belle équipe, pleine de solidarité. C'est bien cela qui est important : la solidarité.

Dans ce magazine, une présentation du groupe Féder'elles : les membres et les objectifs. Nous aurions pu rester en dehors de ce groupe vu que les femmes, chez nous, n'ont jamais dû batailler pour se faire une place au bureau, dans l'encadrement ou prendre la tête d'une cordée.

////////////////////
L'EB Montagne est une section de l'Etoile Balgientienne et est affiliée à la Fédération Française des Clubs Alpins et de Montagne (FFCAM).

Comité Directeur

Christian MAHU (Président)	Stéphanie BAUNÉ
Stéphanie MORISET (Vice présidente)	Béatrice BINDELIN
Bruno HEDDE (Vice président)	Sébastien MORISET
Damien DUTHOIT (Vice président)	Charline GIBOUREAU
Anne HEDDE (Trésorière)	Eric TOUNY
Jean-Christophe ROCHER (Secrétaire)	Camille TERTERRE
	Jules SART

Contact : ebmontagne@gmail.com

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

 EB Montagne Beaugency

Retrouvez toutes les infos et les contacts des cadres en dernière page.

N°72 Decembre 2024. Responsable de la publication : Christian Mahu, conception réalisation : JC Rocher. Textes, articles et crédit photo : EB Montagne

Nous sommes bien représentées, impliquées et chez nous, pas besoin de mettre des quotas. 4 membres sur 6 étaient des femmes dans le bureau lors de la création de la section. Encore une belle valeur défendue dans ce club, où tout le monde trouve sa place !

Il y a beaucoup de nouveaux adhérents. J'espère qu'ils trouveront de l'inspiration dans ces récits, qu'ils auront envie de se dépasser et pourquoi pas, d'apporter leur pierre à cet édifice.

Certains n'ont pas attendu la sortie de ce bulletin pour commencer à s'investir et j'en suis ravie.

Stéphanie

Retour d'un séjour de grimpe en Espagne avec un petit tour par l'hôpital de la Chapelle-St-Mesmin et son Centre de rééducation.

L'escalade reste un sport dangereux si on ne fait pas suffisamment attention.

Perso, pour cette fois, ce n'est pas trop grave (j'avais mis une corde et mon casque, j'ai fait trois semaines de coma artificiel et 4 semaines au service de réanimation).

Merci à tous les amis et la famille qui sont venus me soutenir et m'encourager. Merci aussi et bravo à tous les amis du club qui ont pris la relève et assuré l'intérim. C'est ça une équipe, un groupe soudé, avec des objectifs. Bonne saison à tous,

Christian

Au Menu

P 3 Edito

Séjours

P 4 Rando sur le GR 5
P 8 Escapade pyrénéenne
P 12 Séjour à Saint Auban
P 14 Projet Mont Blanc
P 20 Féder'Elles
P 22 Week-end Handi

activités du club

P 23 En bref et en Images

Sorties à venir

p 24 Agenda

GR 5, partie sud : de Saint-Etienne-de-Tinée à Menton



Nous serons finalement six femmes pour découvrir la partie la plus méridionale de la traversée des Alpes françaises, point final d'un projet débuté en 2017.

Nous nous retrouvons le samedi 3 août au soir pour commencer dès le lendemain ce périple de 8 étapes dans un gîte que j'avais fréquenté en 2021, à Roya, hameau de Saint-Etienne-de-Tinée, à 1500 m d'altitude sur le trajet du GR5.

Dimanche 4 août :

de Roya au refuge de Longon (1895 m) pour 19,9 km ; 1340 m D+ et 960 m D-. J'avais, en 2021, déjà emprunté la première partie, jusqu'à la Stèle Valette à 2577 m

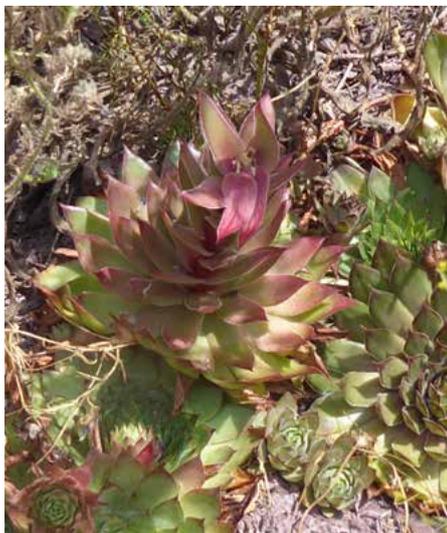
et le Mont Démant, face au Mont Mounier. La descente devient plus raide et continue jusqu'au Col des Moulinés à 1977 m. La pente s'adoucit, le chemin passe au-dessus du hameau de Vignols, traverse le ruisseau du Vionène puis remonte pour passer les Portes de Longon. Nous traversons les pâturages avant d'arriver au refuge, juxtaposé à la bergerie.

Refuge confortable : une chambre pour le groupe ; douches chaudes, apéro offert sur la terrasse (il ne fait pas chaud), repas copieux.

Heureusement que nous étions toutes bien entraînées pour ce démarrage.

Lundi 5 août :

du refuge de Longon au village de Rimplas (1008 m) pour 17,2 km ; 30 m D+ et 1510 m D-. Après un parcours de 500 m sur le plateau, nous démarrons la descente, raide sur 2 km puis par un sentier en balcon sur plus de 3 km. Nous rejoignons ensuite la route forestière de la Fracha, descendante jusqu'au point coté 1331 m où nous la quittons. Le sentier est ensuite plus raide ; il est rejoint par le GR52A venant de Roubion et traverse le joli village de Roure. Nous prenons le temps de la visite (nombreux panneaux explicatifs de l'histoire du village) et de la cueillette de prunes avant



de reprendre la descente toujours raide jusqu'à Saint-Sauveur-de-Tinée. Il nous reste 5 km de montée et même s'il fait très chaud, nous préférons avancer et arriver en début d'après-midi. Heureusement que nous marchons souvent à l'ombre de la végétation. A l'arrivée, nous retrouvons trois randonneurs qui font une pause sur la terrasse de l'hôtel à l'ombre, en jouant aux cartes. L'hôtel n'est pas vraiment ouvert mais un jeune homme est présent et accepte de nous servir de l'eau fraîche.

Mardi 6 août :

de Rimplas à Saint-Martin-Vésubie pour 13,6 km ; 700 m D+ et 750 m D-

Journée plus courte, orientée vers l'est, commençant par une descente jusqu'à la rivière à 815 m. Puis c'est une montée régulière en passant sur les hauteurs du village de la Bollène-Valdeblone puis à Saint-Dalmas-Valdeblone - nous quittons le GR5 qui rejoint la ville de Nice et empruntons maintenant le tracé du GR52A - jusqu'au col Saint-Martin (1506 m) et le bas de la station de la Colmiane-Valdeblone.

La descente jusqu'à la petite ville de Saint-Martin-Vésubie (970

m) est plus raide. La pluie et l'orage s'annonçant, nous n'avons pas effectué de pause pour déjeuner. Nous posons nos sacs dans la cour du gîte puis après le pique-nique à l'abri, nous nous organisons, pour visiter et faire les courses pour le repas du soir et le pique-nique du lendemain. Le gîte est vieillot mais la gérante est très sympathique ; elle a accepté de nous servir les petits-déjeuners.

Mercredi 7 août :

de Saint-Martin-Vésubie à Belvédère ; 16,2 km ; 820 m D+ et 990 m D-

Première partie en légère montée, 6 km pour environ 120 m D+, puis une montée raide sur 1 km nous amène au point culminant de la journée, à 1360 m. Ensuite c'est une alternance de descentes raides, voire très raides et de montées moins longues, plus ou moins raides.



Le gîte, d'un confort très sommaire, se trouve à la sortie du village, à 800 m d'altitude avec une belle vue. Le propriétaire étant absent, il a chargé une amie de nous accueillir et aucun repas n'est fourni. Il nous faudra remonter pour faire les courses pour le lendemain et pour le dîner au resto.

Jeudi 8 août :

de Belvédère au col de Turini ; 17,1 km ; 1460 m D+ et 650 m D-

Première partie sur 7 km environ avec alternance des descentes et montées jusqu'à la sortie de La Bollène-Vésubie. Il reste une dizaine de km en montée dans la forêt, bien raide au début puis plus douce.

Nous atteignons le col (1610 m) en début d'après-midi et certaines reconnaissent la route empruntée pendant le séjour précédent pour rejoindre Casterino depuis Saint-Auban. L'hôtel des Chamois nous attend avec sa décoration très particulière ; les propriétaires, qui sont aussi éleveurs de chiens de race, sont très accueillants et les chambres sont très confortables.

Vendredi 9 août :

du col de Turini au village de Moulinet ; 9,9 km ; 200 D+ ; 1020 m D-

Courte journée, principalement en descente. Nous commençons par gravir en forêt la cime de la Calmette.

Un sentier musical a existé ; il n'en reste pas grand-chose. La vue du sommet est superbe.

Il reste ensuite 8 km de descente presque continue jusqu'au village de Moulinet (790 m) et son gîte municipal, confortable mais étouffant : il est situé, au 3ème étage, sous les combles et l'aération ne peut se faire qu'avec les velux qu'il faudra refermer à notre départ, au cas où il pleuvrait. L'installation pour la cuisson dans la salle commune est défectueuse : nous devons déplacer le micro-ondes pour le brancher sur une prise qui fonctionne.



Pique-nique à l'ombre sur la place principale ; peu de monde dans les rues (il fait très chaud) ; spectacle vivant en plein soleil ; courses au village ; dîner dans un sympathique resto devant l'église.

Samedi 10 août :

de Moulinet à Sospel ; 13,9 km ; 540 m D+ et 900 m D-

Journée très chaude, trajet écourté à cause de la chaleur.

Nous quittons le village de Moulinet en traversant le torrent du vallon de Peïra Cava puis montons sur 1 km vers la chapelle Saint-Michel. Nous continuons à monter doucement sur une piste en forêt puis un sentier en balcon nous emmène jusqu'au Pas de la Capelette (1015 m) par lequel nous franchissons la crête de la Mandine.

Nous continuons en balcon pendant environ 600 m ; le décor rocheux est magnifique. Le chemin, assez raide descend ensuite et atteint les granges de Cuons. Il change alors de direction en continuant à descendre pendant 1,3 km ; la végétation devient de plus en plus envahissante.

Puis une courte montée bien

raide nous permet de franchir une crête en direction de la Cime de Penas que nous contournons pour entamer la dernière descente, très raide, jusqu'à la route départementale.

Nous décidons alors, étant donné d'une part l'emplacement du camping où nous serons hébergés, situé bien en amont du village, et d'autre part la température qui augmente avec l'heure, de ne pas continuer sur le GR qui traverse la rivière Bévéra et remonte sur l'autre rive pour rejoindre le village de Sospel juste après avoir été rejoint par le GR 52 (celui qui

traverse le massif du Mercantour). Nous empruntons la route pour les 3 km qui restent à parcourir pour rejoindre le camping du Mas Fleuri.

Accueil sympathique, terrasse ombragée, piscine, grand dortoir mais les sanitaires sont un peu loin.

Les prévisions météo pour le lendemain annonçant un risque orange canicule et sachant que la dernière étape, très longue et avec beaucoup de dénivelés, ne permet pas le ravitaillement en eau, nous décidons, raisonnablement, d'y renoncer et de rejoindre Menton par les transports en commun.

C'est en bus que nous arrivons sur la côte en ce dimanche 11 août, en fin de matinée. Cela nous permet de visiter la ville : jardin botanique ou musée Jean Cocteau avant de prendre le train pour Nice où j'avais réservé deux appartements. Dernier repas ensemble dans un petit resto sympathique.

Anne



Des chemins un peu sportifs



Des marcheuses heureuses !



Première escapade pyrénéenne en itinérance

11 jours sur le GR10 puis sur le tour des Pérics (à l'envers), soit au total environ 157 km, 8800 m D+ et 7000 m D-



Jeudi 29 août : voyage 4 personnes

Départ de La Chapelle-Saint-Mesmin à 5 h 45 arrivée à la gare de Mont-Louis La Cabanasse vers 15 h où nous retrouvons Jean-Pierre puis direction Arles sur Tech où nous passons la nuit dans un centre sportif.

E1 Vendredi 30 août : de

Arles-sur-Tech au refuge de Batère

Nous nous dirigeons vers le refuge de Batère, le GR10 monte le long d'un transport aérien des godets de minerais de fer. Petit crochet par un four à chaux et un dolmen. Arrivons au refuge, ancien bâtiment réservé au début du 20ème siècle aux mineurs et leurs familles, un musée de cette période leur est dédié.

Belle journée ensoleillée, très chaude l'après-midi

E2 Samedi 31 Août : du refuge de Batère au refuge des Cortalets

Départ vers 7 h 30 de Batère jusqu'au col de la Cirera, par un chemin ombragé et en balcon aérien jusqu'au Ras de Prat Cabrera puis nous prenons la piste forestière jusqu'au refuge des Cortalets, au pied du Canigou.



Grand refuge avec beaucoup de monde et un va et vient de randonneurs et de cyclistes.

E3 Dimanche 1 septembre : du refuge des Cortalets au refuge de Mariailles

Départ à 7h30 sous une pluie légère, après le lever du soleil sur la Méditerranée, en passant sous le Canigou. Grande descente en sous-bois, toujours sous la pluie, pour contourner la montagne avec le passage de deux isards. Puis nous montons vers le refuge de Mariailles, avec de nombreuses traversées de gros éboulis. Arrivés au refuge à 14h55, peu avant un gros déluge. Le refuge est situé sur une crête dans un environnement très minéral.

E4 Lundi 2 septembre : du refuge de Mariailles à Mantet

Départ vers 7 h 30, descente en sous bois le long des nombreux canaux d'alimentation des jardins du village de Casteil. Passage au Col de Jou à 1128 m. Nous avons aperçu la tour de Goa. Redescente sur le village de Py où nous sommes bien accueillis par l'épicrière qui nous sert un café.

Puis remontée sévère vers le

col de Mentet. pique nique au col à 1760 m face au mémorial de Georges Bassouls et son troupeau de moutons, roches taillées qui servent de table d'orientation. Puis descente tranquille jusqu'au gîte de la Cavale juste avant le village de Mantet, avec sa yourte et son élevage de chevaux où nous arrivons à 14h45.

E5 Mardi 3 septembre : de Mantet au refuge du Ras de la Carança



Départ à 7h40. Traversée du village de Mantet, régi selon les usages de Barcelone, régime communautaire depuis le 17ème siècle toujours en vigueur.

En dessous le gué indiqué sur la carte existe mais détour balisé vers une passerelle toute neuve. Montée à travers les alpages vers le col du Ras de la Carança, longue

pause casse-croûte à 9h25 près d'un abri de berger, avec dôme en pierres. Reprise avec les capes de pluie : elle tombe bien pour la montée raide jusqu'à la Serra de la Jaca Grossa à 2400 m. Après le passage du col, légère descente jusqu'au Col du Bal avec une cueillette miraculeuse de cèpes et la dégustation de myrtilles sous la pluie devenue fine.

Puis après une longue descente dans un sentier très rocailleux et difficile à cause des dégâts faits par la pluie, arrivée au refuge du Ras de Carança sous la pluie. Refuge au confort rustique (eau à la fontaine devant le refuge, toilettes sèches à l'extérieur), mais Alex le gardien est aux petits soins et allume le poêle. Après sa pause, il cuisine les champignons préparés par Claudie.

E6 Mercredi 4 septembre : du refuge du Ras de la Carança à Planès

Nous quittons le refuge du Ras de la Carança, par la piste carrossable jusqu'au Col de Mitja à 2400 m. La pluie nous atteint au col et nous descendons et croisons un corral de vaches de race gasconne. Nous nous abritons au refuge de l'Orri de Prats Balaguer pour la pause déjeuner, déjà squatté par un homme des bois. Puis longue descente en forêt jusqu'au gîte d'étape l'Orri de Planès, gîte nouvellement aménagé et accueillant, mais qui dont refuser ceux qui n'avaient pas réservé ; repas succulent : paëlla catalane Fideoua. La pluie a continué pendant la nuit.

E7 Jeudi 5 septembre : de Planès au refuge des Bouillouses

Longue journée mais avec peu de dénivelés, pour passer du



massif du Canigou à celui du Carlit. Nous traversons le village de Planès, puis descendons dans la plaine avec vue sur la citadelle de Mont-Louis puis sur la Cabanasse et après avoir traversé la N116 au col de la Perche nous remontons vers la station de ski de Bolquère-Pyrénées 2000. Très longue montée douce au travers d'une forêt de pins, et des pistes de ski. Passage près des très beaux étangs des Esquits. Puis arrivée sur une grande plaine avec de nombreux chevaux sous le barrage des Bouillouses. Arrivée au refuge des Bouillouses - grand standing mais il y fait froid -, où l'on retrouve Jocelyne et Denis.

E8 Vendredi 6 septembre : du refuge des Bouillouses au refuge de Bésines

Longue journée sous la pluie, fine au départ puis de plus en plus forte et froide.

Départ en longeant le lac des Bouillouses sur la rive ouest puis nous remontons la Têt sur un chemin parfois très boueux et colonisé par les vaches jusqu'à la Portella de la Grava à 2420 m. Descente ensuite sans difficulté jusqu'au voisinage de l'étang de Lanoux même si le groupe que nous croisons nous met en garde à cause des patous qui protègent les moutons du troupeau présent sur la pente. Nous remontons ensuite en passant entre les lacs jusqu'au col de Coma d'Anyel à 2476 m. La descente est longue et délicate avec

les gros blocs de pierre à contourner et la pluie qui s'intensifie.

La fin est plus facile mais le chemin est de plus en plus boueux et les chutes sont nombreuses, heureusement sans conséquence. Dernière petite remontée pour atteindre le refuge en début d'après-midi où nous pouvons enfin nous poser pour pique-niquer et nous réchauffer.

E9 Samedi 7 septembre : du refuge des Bésines au refuge d'en Beys

Christine a pris la décision de redescendre dans la vallée : son genou est enflé. Nous la retrouvons à l'arrivée.



Nous sommes repartis des Bésines pour retourner au col de la Coume d'Aniel à 2470 m. Plus de pluie, mais un vent dont les rafales pouvaient nous chasser du chemin. Hier, nous étions descendus du col par de gros blocs de granit, en suivant le lit du torrent (sous la pluie, pas facile ; bien dans la pente) et ce matin nous avons contourné cette montée directe, pour au sommet rejoindre une magnifique crête vers le col ! Tellement beau !!!!

Puis de magnifiques descentes toujours dans de gros blocs de pierre et sous un ciel bleu. Le paysage s'est offert à nos yeux ! Chic : des lacs à perte de vue...et des vallées glacières sans glaces !!! Pique-nique au bord de l'un d'entre eux et repos bien mérité avant d'être chassés par le vent.

Et de découvrir au dernier moment le refuge... Café, Douche, lessive, jeu, bières et le soleil se cachant nous avons vite enfilé pantalon et doudoune (les températures sont entre 6 et 11, 14° au mieux 17°)

E10 Dimanche 8 septembre : du refuge d'En Beys au refuge des Camporells

Réveil à 6h30 pour démarrer au plus tôt : orage et pluie prévus à 14h. La rando était magnifique, une grande traversée au-dessus de la mer de nuages puis une montée en lacets jusqu'au Col de Terrers à 2407 m. " Sacré montée" puis une belle traversée sur les crêtes pour atteindre le Pic de Mortiers à 2568 m, avec une vue à 360° "vue imprenable"

Et pour finir une descente cool jusqu'au refuge avec encore plein de lacs. Un peu naze, pour éviter l'orage on a tout fait d'une traite (environ 6h) et le mal au dos et genoux m'a gagné. Nous sommes arrivés avant la pluie... Mais après le pique-nique et la bonne bière, nous sommes repartis faire le tour du lac..."pour le plaisir ☺" et à 16h30 de grosses gouttes de pluie sont tombées avec en prime la grêle ...

Dans ce refuge familial sympa, l'eau à l'extérieur et ouf le gardien a réussi à allumer le poêle !!! Il fait sombre et froid ! On s'est retrouvé à 12, à souper tous ensemble et pour finir ... avec 2 ou 3 Catalans,

3 espagnols on ne pouvait pas passer à côté du ... POUROU. C'était génial !

Plus qu'une descente et on retrouve les Bouillouses... La voiture... Etc

E11 Lundi 9 septembre : du refuge des Camporells au lac des Bouillouses

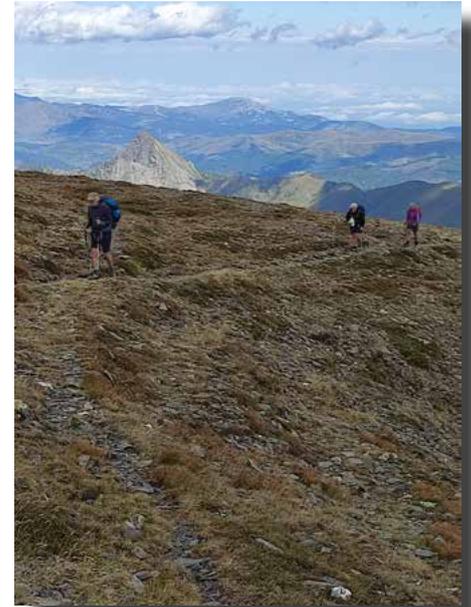
Ce matin grasse matinée : 7h30 presque pour tout le monde (les espagnols, les quatre jeunes médecins et nous) petit-déjeuner tous ensemble et chacun est reparti vers sa destination. Courte randonnée, exclusivement de la descente. Pique nique en terrasse du vieil hôtel "Les Bones hores",

puis café à l'intérieur pour se réchauffer (toujours un vent bien froid : nord-ouest). Fin du tour des Pérics = franchement c'est génial (merci Philippe, merci Anne et todos).

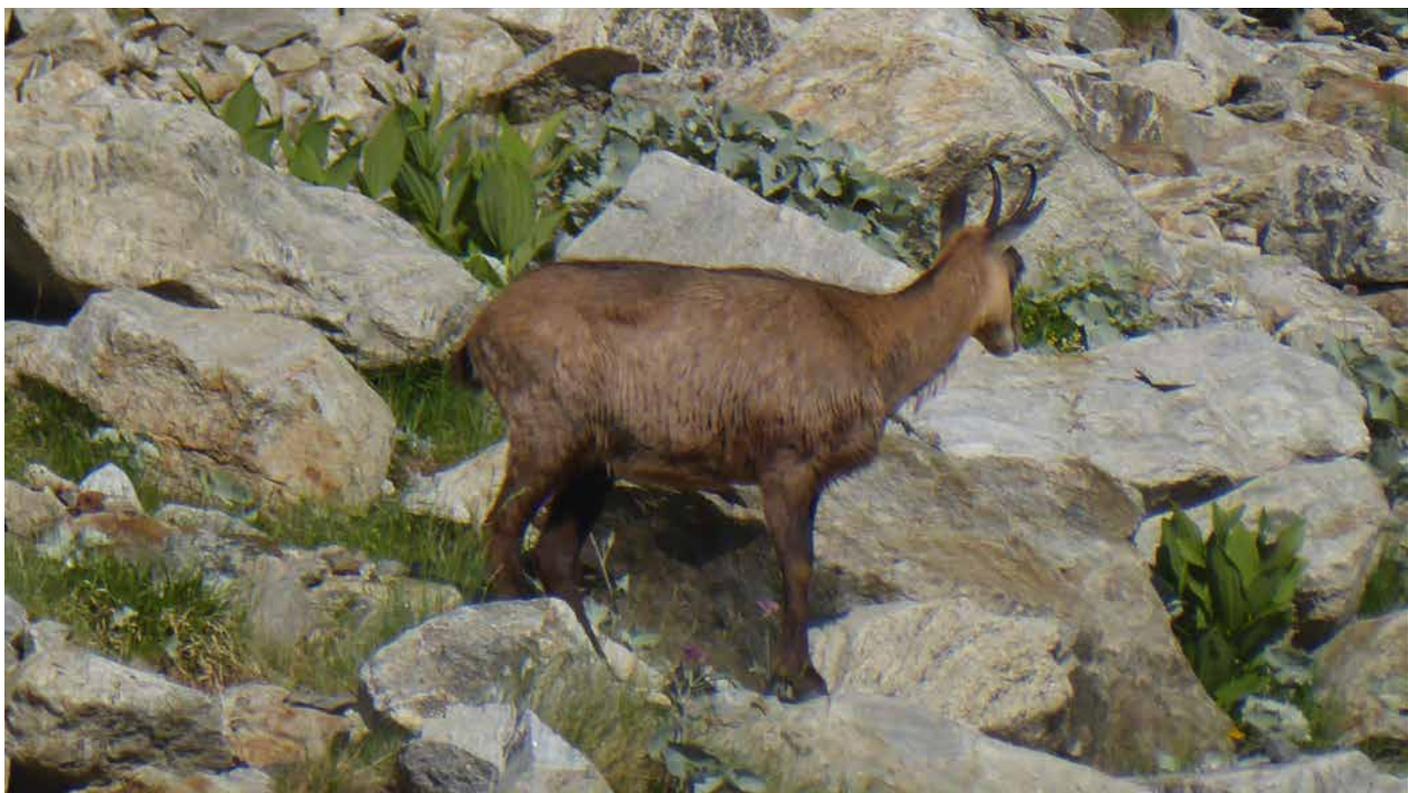
Nous avons déposé Anne, Claudie et JP à la gare de Mont-Louis où Jean-Pierre avait garé sa voiture, pour une après-midi touristique: visite de la ville et petit tour en train jaune jusqu'à la gare de Font-Romeu et retour, avant de retrouver Christine.

Et pour nous direction Castres avec un arrêt à Montagnès, sous un ciel noir et une arrivée avec la pluie.

Cet article à plusieurs voix (Anne, Christine, Claudie, Denis, Jean-Pierre et Jocelyne) a été écrit en grande partie au fil des jours.



Séjour été à Saint-Auban, dans le PNR des Préalpes d'Azur



Un séjour très au sud qui annonçait de la randonnée, de l'escalade en falaise et la découverte de la Vallée des Merveilles avec nuitée en refuge et visite avec un guide.

Contrat rempli sur les deux semaines pour ce séjour avec hébergement dans deux mobil-home d'un petit camping. En prime : du beau temps, beaucoup de chaleur, quelques baignades, une descente en canyoning. Et comme toujours, les moments apéro pour la convivialité et l'organisation.

Un regret partagé : longueur des trajets en voiture (4h) pour rejoindre Casterino, porte d'accès à la vallée des Merveilles (routes sinueuses de montagne et embouteillages sur l'autoroute qui longe la côte).

Quelques infos sur les randonnées pratiquées, avec pour certaines, les traces en 3D illustrées par Christelle ([liens clicables à la fin de l'article](#)).

Dimanche 21 juillet : au départ du camping une boucle de 10,3 km vers l'est en passant par les cols de l'Escoussier et de Baratus (capes de pluie utilisées)

Lundi 22 juillet : au départ du camping de Saint-Auban.

Mardi 23 juillet : voyage jusqu'à Casterino puis montée au refuge de Fontanalba à 2024 m

En fin d'après-midi, certains sont allés jusqu'au Lac des Grenouilles et ont eu la chance d'apercevoir des chamois.

Mercredi 24 juillet : circuit de 4 heures au départ du refuge avec guide en passant par le Lac Vert de Fontanalba, les Lacs jumeaux et la voie Sacrée. Après une pause déjeuner au refuge, retour aux voitures puis au camping.





Jeudi 25 juillet : depuis Sagne, avec une boucle de 11,6 km au nord du hameau.

Vendredi 26 juillet : depuis So-leihas, boucle de 13,5 km passant par le hameau de la Sagne :

Samedi 27 juillet : départ des uns et arrivée des autres ; visite de Grasse



Dimanche 28 juillet : participation à la fête du hameau de Sagne avec déambulation-aubade dans les rues puis boucle de 7,2 km au sud du village.

Lundi 29 juillet : depuis Séranon, boucle de 11,3 km en passant par Notre-Dame de Gratemoine et les ruines du Vieux Séranon.

Mardi 30 juillet : depuis Caille, boucle de 13,1 km en forêt et en empruntant une ancienne voie surplombant la route Napoléon passant dans la cluse de Caille

Mercredi 31 juillet : voyage jusqu'au bout de la vallée de Cas-terino puis montée au refuge de Valmasque (525 m D+ et 30 m D-) à 2227 m, au bord du Lac Vert.

Jeudi 1er août

Le matin (8,6 km ; 380 m D+ et 480 m D-), nous montons jusqu'à la Baisse de Valmasque à 2552 m en longeant le Lac Vert, puis le lac Noir et le Lac du Basto puis descendons par le GR 52 dans la vallée des Merveilles jusqu'au refuge des Merveilles, situé à 2135 m au bord du Lac Long Supérieur. C'est là que nous retrouvons le deuxième chauffeur qui a économisé son genou en évitant les 900 m de D+ avalés depuis la veille.

Après la pause pique-nique et une boisson chaude, nous avons rendez-vous avec le guide pour une visite de 4 heures des sites de la Vallée des Merveilles. Nous repartons donc en sens inverse sur le GR52 puis nous partons hors sentier pour découvrir les roches gravées du secteur.

Nous ne retrouvons le refuge qu'en fin d'après-midi. Il nous reste à redescendre dans la vallée (7,4 km ; 30 m D+ 740 m D-), faire la navette pour récupérer l'autre voiture (il sera alors plus de 21h) et regagner le camping de nuit.

Vendredi 2 août : après la longue journée de la veille, c'est repos pour les randonneurs. Certaines en profitent pour préparer leur sac pour la suite de leurs aventures sur le GR5. Elles seront bien préparées.

Retrouver les traces en 3D et les photos en suivant ces liens :

<https://www.relive.cc/view/vLqe2KBPLdv>

<https://www.relive.cc/view/vLqe2NKXydv>

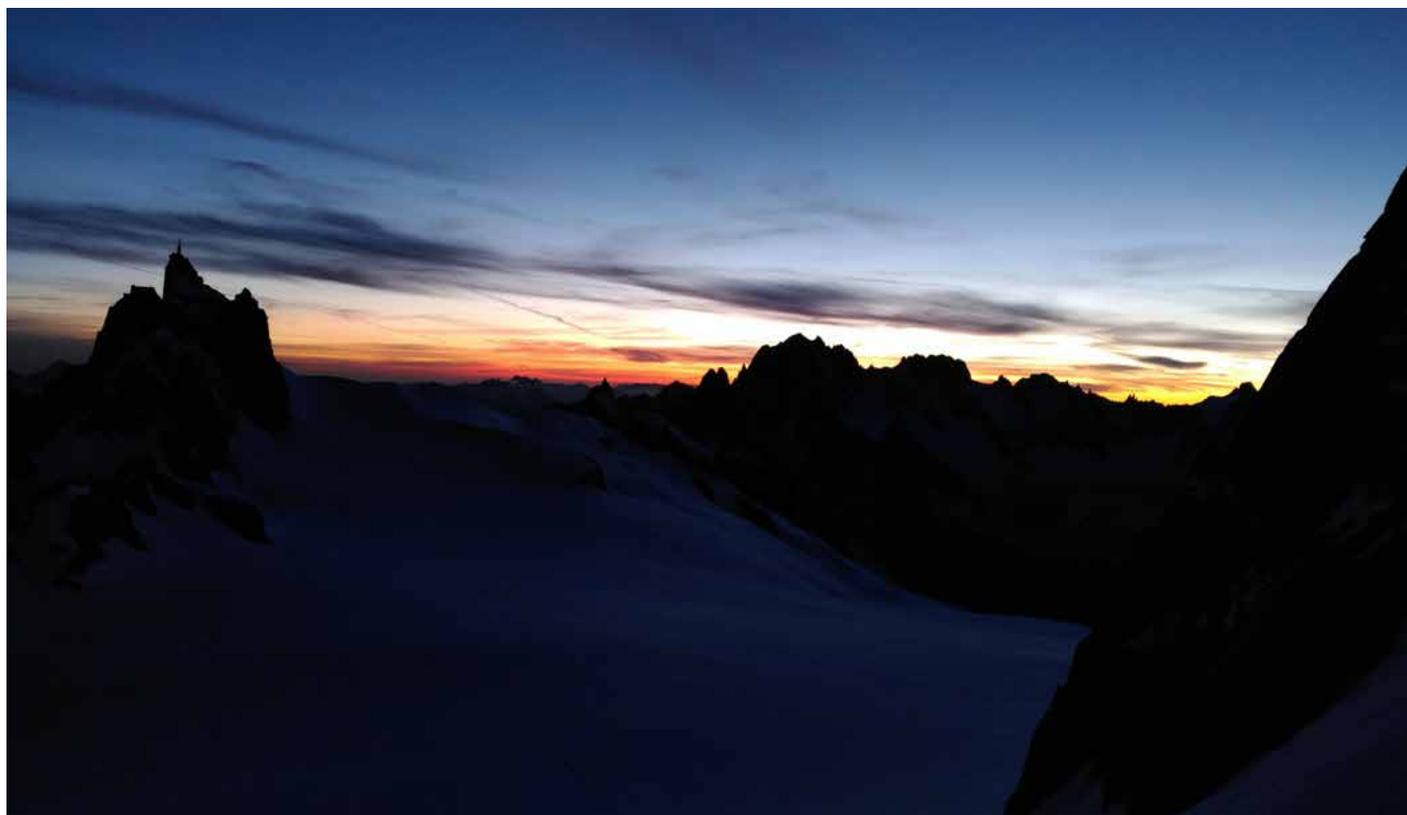
<https://www.relive.cc/view/v36AR-r3xrZq>

<https://www.relive.cc/view/vmqX91EEVLv>



Mont Blanc 2024 : 8-22 juin

Suite et fin de l'aventure



PROJET MONT BLANC - (1/7)

Samedi matin, réveil 6h, le temps du petit déj, de la toilette et encore un petit check effectué déjà une bonne dizaine de fois pour être sûr de ne rien avoir oublié.

C'est avec hâte que j'effectue le ramassage scolaire de mes compagnons les uns après les autres. C'est également avec hâte que le minibus, loué pour l'occasion, se remplit grandement et « ouf », tout rentre dedans !!

La route se passe sans encombre et nous arrivons en milieu d'après-midi pour une petite halte dans l'IKEA du montagnard, alias

le Vieux Campeur, on y rentre toujours pour pas grand-chose mais on y ressort toujours avec une CB fumante...

Direction le camping pour finir, déchargement, préparation du lendemain, miam miam et dodo !

Dimanche matin, de nouveau un réveil à 6h dû à une météo capricieuse. Ils annoncent pluie et orage pour le début d'après-midi. L'objectif de la journée est une randonnée jusqu'à l'Aiguillette des Houches (2285m) afin de se mettre en jambe. Nous atteignons le sommet en un peu plus de 2h et malgré un plafond nuageux un peu bas nous distinguons l'objectif du séjour : le Mont Blanc.

Après quelques graines et quelques photos, Stéphanie nous fait la surprise de sortir un petit gorille pour symboliser Christian afin qu'il nous accompagne durant notre périple. Nous le surnomons CriCri le gorille et il aura bien évidemment droit à sa petite photo.

La météo ne semblant pas menaçante pour le moment, nous décidons de rallonger notre rando en passant par le refuge de Belachat où nous serons accueillis par de jolies bêtes à corne. Au final : 12,5km, 1088m de D+ et un groupe ravi de ne pas avoir pris une goutte de pluie !



PROJET MONT BLANC - (2/7)

Lundi matin... pluie au RDV ! Nous avons visé le désert de Platte en passant par le col de la Portette avec le passage délicat du Dérochoir. Après avoir retardé le départ afin

d'attendre la fin de la pluie comme annoncé par météo, nous partons -malgré l'attente- dans les nuages accompagnés d'un doux crachin. 1h de montée plus tard nous arrivons à un embranchement qui nous indique la fermeture du passage du Dérochoir. Snif snif...

Nous passons au plan B qui sera le chalet de Moëde-Anterne que nous n'atteindrons finalement pas non plus, dû à un long passage en traversée parmi des avalanches plus ou moins récentes. Ne voyant pas au-dessus de nous ce qui se cache dans le brouillard, nous préférons rebrousser chemin et retrouver une petite cabane salvatrice pour notre pitance du midi.

La redescente se fera finalement par un autre sentier plutôt sympathique avec un soleil qui cherche à percer de plus en plus. Enfin les éclaircies arrivent et nous voyons le joli paysage qui nous entoure. Nous terminons par un petit dé-

tour par le lac vert qui prend de superbes couleurs avec les rayons du soleil.

Au final nous avons fait plus de km que prévus dans le plan A mais moins de dénivelé...

Demain direction l'Italie pour la suite de notre acclimatation !

PROJET MONT BLANC - (3/7)

Le mardi sera donc consacré à déplacer les troupes du côté du Val d'Ayas en Italie. Une fois passé le tunnel du Mont Blanc, long de ces 11,6km, il est étonnant de repasser par une multitude d'autres tunnels avant de vraiment pouvoir admirer le paysage. Arrivés à destination dans un camping très agréable à l'accueil chaleureux, il est temps de nous mettre au point sur le matos à charger dans nos sacs. Entre les affaires personnelles, le matos d'alpi, le pique-nique, et les raquettes qui nous ont été chaudement recommandées par le refuge... et bien ça fait un bon paquet de kilos à porter !

Pour la journée de mercredi, c'est donc la montée au refuge de Mezzalama qui nous attend et la découverte de cette vallée plutôt

sauvage. Le départ se fait de Saint-Jacques-des-Allemands et les premiers km se passent en forêt avec un joli torrent que nous remontons.

Puis nous arrivons sur un plateau tout verdoyant avant d'atteindre le Lac Bleu et y faire la pose miam-miam. Nous ne tardons pas à lever le camp car les nuages commencent à descendre et nous continuons notre ascension par une des moraines qui jalonnent l'ancien lit du glacier. Le paysage est grandiose. Peu à peu des névés font leur apparition et c'est dans la neige et sous les giboulées que nous arrivons au refuge. Au final nous marcherons 4h30 pour 8km et 1340m de D+.

Le refuge vient tout juste d'ouvrir, du coup il y fait bien froid. Nous nous groupons autour d'un petit chauffage au gaz derrière nos chaussures en train de sécher. Nous apprécierons le repas : soupe, pâtes au pesto, saucisses et haricots verts puis abricots au sirop en dessert avec un petit génépi pour bien dormir.





Le jeudi sera notre première « grosse » journée avec un réveil à 3h et c'est à 4h30 que nous quitterons le refuge en direction du Pollux (Polluce, prononcé « Pol-loutché » en Italien). Au bout de 1h30 nous atteignons le refuge des guides d'Ayas qui sera notre dortoir pour le soir. P

petite pause avant de sortir les cordes et de faire deux cordées de trois : Maxime, Stéphanie, Seb sur la première et Eglantine, Aurélien, Charline sur la deuxième. Nous атаquons le glacier qui monte en pente douce sous un ciel dégagé et un soleil qui montre peu à peu le bout de son nez. Au détour d'un col, celui-ci nous fait l'honneur de se montrer et ne nous lâchera plus de la journée.

Après quelques km de marche glacière, nous arrivons au pied de l'arrête SW du Pollux, point de départ de notre course. Il y a deux possibilités : arrête ou couloir de neige. Nos deux premiers de cordée choisiront le couloir de neige. La difficulté se trouvera plus haut avec un enchaînement de couloirs

rocheux équipés de chaînes et où il faut réapprendre à faire confiance aux crampons sur le caillou.

Passés ces 30-40 m de difficulté, nous arrivons à la statue de la Vierge à l'enfant qui trône sur son promontoire et qui marque le début de l'arrête sommitale. Le souffle se fait court mais c'est avec entrain que nous arrivons au sommet à 4092m.

Un 4000 de plus pour certains mais surtout un premier 4000 pour deux d'entre nous : Charline et Maxime. Après la séance photo au sommet, il est temps de faire demi-tour. Nous faisons la descente avec deux rappels qui nous ramènent en haut du couloir. Puis une fois de retour au pied de l'arrête, nous nous laissons descendre tranquillement jusqu'au refuge et après 9h30 de crapahute et quasi 1100 m de dénivélé, nous prendrons un repos bien mérité après une si belle journée. Le refuge de cette nuit est plus confortable que celui de la veille. Il est bien chauffé et la troupe de gardiens nous accueille chaleureusement.

Au menu : minestrone ou pâtes, galette végé et riz noir ou escalope et légumes à la méditerranéenne (avec beaucoup d'huile d'olive) puis gâteau poire chocolat ou pomme cannelle. On finit par l'alcool local : la grappa. En fait c'est de l'eau-de-vie... sévère !

PROJET MONT BLANC - (4/7)

Pour vendredi, nous avons prévu initialement de gravir le Castor qui culmine à 4225 m mais une fois de plus la météo nous obligera à revoir nos plans.

Nous décidons finalement de retourner sur le glacier pour une rando vers un collet que nous n'atteindrons pas par manque de visibilité mais qui nous permettra tout de même de prolonger notre acclimatation durant quelques heures aux alentours de 3800 m. Nous redescendons au refuge de Mezzalama pour midi et nous y restons afin de passer encore une nuit à 3000 m d'altitude et de couper la descente en deux.

L'occasion de réviser les manip de mouflage et souffler un peu. Le refuge n'étant pas plus chaud que la dernière fois, nous accueillons avec grand plaisir le petit chauffage sous la table au moment du repas. Repas qui sera d'ailleurs le même que l'avant-veille...

Le samedi sera donc consacré à rejoindre la vallée. Le temps au réveil est maussade avec de la neige, de la pluie, de la neige... Un court créneau s'ouvre à nous à l'horaire prévu pour le départ et finalement nous ne prendrons que quelques gouttes sur le nez. Le début est tout de même scabreux entre les névés toujours présents et les rochers mouillés qui nous réservent leur lot de glissades.

Dans la descente, nous surprisons un troupeau de bouquetins qui prennent la pose avant de s'éloigner dans la pente. Nous arrivons en début d'après-midi au minibus, fatigués mais ravis de nos quatre jours dans les Monts Roses et d'avoir en prime promené nos raquettes!

Pour la semaine à venir, la météo n'est pas vraiment de notre côté, nous discutons, établissons de nouveaux plans et prenons des décisions afin de mener au mieux (et à bout nous l'espérons) ce projet Mont Blanc... affaire à suivre !



PROJET MONT BLANC - (5/7)

Ce dimanche 16 juin constituera le début du changement de notre programme initial. Nous avons une fenêtre météo mardi pour faire l'ascension du Mont Blanc et nous ne voulons pas passer à côté. Suite aux discussions de la veille nous partons donc en direction de Courmayeur afin de monter par le téléphérique « Skyway » au refuge de Torino.

L'installation est flambant neuve

par rapport à celui de l'Aiguille du Midi et en prime la benne tourne sur elle-même afin de nous faire admirer le paysage à 360° ! Une fois en haut, un ascenseur nous descend dans un corridor creusé à même la roche. A la sortie, nous sommes sur la terrasse du refuge et nous nous apercevons bien vite que nous sommes loin de la tranquillité des refuges du val d'Ayas. C'est plein à craquer et très bruyant...

Les chambres sont cependant équipées de lits superposés individuels ce qui est plutôt cool.

bianche autour de nous est superbe ! Le temps ensoleillé nous permet d'admirer les sommets emblématiques qui nous entourent.

Seul le Mont Blanc et le Mont Maudit sont dans les nuages. Nous devons traverser une zone de crevasses mais il a tellement neigé ces derniers temps que le passage se fait sans encombre. Ça chauffe dur dans la montée pour rejoindre le Col du Midi ou un vent fort nous attend.

Après un peu moins de 4 h de marche, 515 m de D+ et 5,4 km, nous arrivons au refuge des Cosmiques. Nous avons prévu d'y passer la nuit, et de là faire l'ascension du Mont-Blanc par les 3 Monts et descendre au refuge de Gonella, côté italien, pour la nuit suivante...

Mais après l'enregistrement auprès de la gardienne, notre moral tombe au fond des chaussettes. Aux dernières infos, toutes les cordées des derniers jours ont fait demi-tour à cause des forts vents en altitude et aux risques d'avalanche avec la formation de plaques à vent. Notre plan B tombe à l'eau. Nous commençons déjà à discuter de plan C,D... Nous tendons l'oreille vers les discussions entre guides.

Certains abandonnent déjà l'idée de tenter l'ascension et nous entendons que ce sera donc pour un client, sa 4ème tentative infructueuse... C'est vrai que dehors, ça souffle fort. La journée s'annonce longue... Après quelques parties de jeu, la lecture d'une BD et le pique-nique, Eglantine réussit à nous motiver pour sortir et réaliser l'Arête à Laurence.

Mais il est déjà trop tard, la neige a trop pris le soleil et l'arête n'est plus en condition. Ce sera donc un petit tour sur le glacier -en mode grognon- puis quelques

exercices d'enrayement de chute et de mouflage qui nous occuperont le reste de l'après-midi.

Arrive l'heure du repas et le moment tant attendu du point météo/conditions ! Les mots retenus seront « vent fort à plus de 4000 m », « plaques à vent en face N », « trace uniquement en ski rando, aucune trace à pied » ...

Les guides restent partagés entre ceux qui vont tout de même y aller et ceux qui renoncent. De notre côté nous nous rangeons (malheureusement) dans la deuxième catégorie car nous ne sommes pas guides et sommes bien loin d'avoir leur niveau afin de contrer toute éventualité d'accident entre les plaques à vent dans la montée du Maudit et le vent fort sur la descente sur certaines arêtes effilées en glace... nous opterons finalement (avec une petite pointe de déception) pour l'ascension du Mont Blanc du Tacul.

Seb et moi-même y avons déjà été pour les 15 ans du club en 2017, Stéphanie était restée au niveau de l'épaule sur ce même séjour, Eglantine, ayant déjà fait le Mont-Blanc par les trois Monts, l'avait « snobé » et Charline et Maxime, ne connaissent pas.

PROJET MONT BLANC - (6/7)

Mardi réveil 2h30. Depuis les fenêtres du refuge, nous voyons les cordées qui partent à l'assaut du Mont-Blanc et qui sont dans la montée pour atteindre l'épaule du Mont-Blanc du Tacul, premier point de passage sur l'itinéraire des trois Monts. Pour notre part, ce sera un départ à 4h tapantes (+/- 5min...on a fait de gros ef-

forts).

Nous partons donc à la frontale. Après 30 min d'approche, nous attaquons la montée de cette belle face bien tracée avec derrière nous les premières lueurs du jour qui découpent les crêtes et les sommets. Autant en 2017 nous avions dû faire un itinéraire plutôt en « S » avec passages de rimaye et de glace, autant pour cette fois la trace est plutôt « tout droit dans le pentu » avec un petit raidillon au départ, des crevasses bien bouchées (mais toujours impressionnantes) et un petit pont de neige pour passer la rimaye avant d'arriver sur l'épaule.



De là nous attaquons la pente douce, mais très ventée, qui nous mène à la dernière partie de l'ascension composée de blocs rocheux. Un petit couloir de neige dure nous permet d'atteindre le sommet sans encombre au bout de 3h20 et c'est avec grand plaisir que nous pouvons admirer le paysage du haut de nos 4248 m d'altitude.

Mais ça souffle fort, et au bout de deux minutes, nous sommes tous gelés. Après quelques photos et l'enfilade de couches supplémentaires, nous attaquons la descente. Elle se fait par l'itinéraire de montée et sans difficulté. Du fait de notre départ au petit matin, nous avons évité la foule et c'est top, mais une courte pause au pied de la descente nous fait réaliser que ça chauffe déjà beaucoup.

Il est temps pour nous de repartir en direction de l'Italie et donc de refaire la traversée effectuée la veille en sens inverse. Mais avec notre 4000 m dans les jambes et la chaleur étouffante c'est tout de

suite moins agréable...

La traversée nous paraît 10 fois plus longue que la veille ! L'hypothèse de rester une nuit de plus à Torino pour profiter d'une autre course le lendemain est envisagée.

Mais la fatigue, la météo annonçant du vent fort également côté italien et l'envie de calme nous feront finalement redescendre dans

la vallée et passer la nuit dans un camping (très sympathique).

PROJET MONT BLANC - (7/7)

Mercredi est annoncé comme la dernière journée de beau temps. Nous décidons donc d'en profiter pour aller découvrir la vallée où nous sommes avec comme objectif le col de la Seigne (point frontière entre l'Italie et la France). Finalement le col étant encore enneigé, le groupe se disperse et chacun se fera son petit programme à la carte en fonction de ses envies (lac, moraine, refuge, sieste...).

Seuls Charline et moi-même irons jusqu'au col avec un raidil-

lon tout en neige qui nous a permis de faire un tour de luge pour la descente. La journée est belle et tout le monde en profitera, mais la pluie est attendue en fin d'après-midi. Nous redescendons rapidement après avoir récupéré tout le monde.

Compte tenu des jours pluvieux à venir, nous décidons d'écourter l'aventure et de rentrer dès le lendemain. Nous fêtons notre séjour italien bières et vins locaux et pâtes au pesto, puis au petit matin, ce sera donc pliage de tente (plus ou moins sous la pluie) et route du retour. Notre excursion s'arrête donc ici...

Aurions-nous pu partir sur l'ascension du Mont-Blanc par les

trois Monts ? Peut-être... mais au final nous sommes tous d'accord pour dire que cela aurait été une grosse épreuve. Nous avons décidé de ne pas y aller mais nous ne sommes pas déçus pour autant de notre séjour.

Nous avons passé de superbes moments ensemble et avons fait de très belles découvertes et de jolis sommets, notamment dans les Monts Roses où il nous reste beaucoup à découvrir et c'est un massif qui paraît beaucoup moins « commercial » que celui du Mont-Blanc. Alors pourquoi ne pas transformer ce groupe Mont-Blanc en une prochaine sortie club Monts Roses ?... Affaire à suivre !

Aurélien



Fédér'elles 2024-2025

Qu'est-ce que c'est ?



L'objectif est d'encourager et développer l'engagement féminin au sein de la Fédération Française des Clubs Alpins et de Montagne.

Cette opération a été initiée en Savoie et, sous l'impulsion de la présidente du Comité Régional, un groupe a été créé dans notre région.

Depuis mars 2024 et pendant deux ans, les douze participantes issues de clubs de la région Centre-Val de Loire suivront des unités de formation vers l'autonomie en alpinisme (terrain d'aventure, terrain montagne), escalade en site naturel et en grandes voies mais aussi en randonnée.

Elles vivent ensemble des mo-

ments de cohésion autour de ces activités de montagne. Elles sont encadrées par quatre initiatrices issues des clubs de la région et, selon les activités, par des Accompagnatrices de Moyenne Montagne et Guides de Haute Montagne.

Il s'agira aussi pour ce groupe, en conclusion de cette aventure commune, de construire et planifier un projet autour du bénévolat, de l'ouverture, du partage et des activités de montagne.

Nous sommes sept de Beaugency à avoir intégré ce groupe, deux cadres, Stéphanie M et Anne H, et cinq stagiaires, Charline G, Béatrice B, Anne-Laure G, Stéphanie B et Ingrid G.

Notre prochaine rencontre aura lieu à Beaugency, le 17 novembre.



Week-end FEDER'ELLES au col de la Croix Morand

Le groupe Fédér'elles s'est retrouvé le week-end du 28 et 29 septembre au buron du col de la Croix Morand.



Au programme, manip de cordes et escalade au Rivalet le samedi, puis escalade à la Crête de Coq. Une météo pluvieuse est venue jouer les trouble-fête, et nous a obligées à revoir le programme du week-end.

La matinée du samedi a donc été l'occasion de se retrouver, de discuter, de mettre au point les dates et activités des prochaines rencontres. La pluie durant, les jambes commençaient à s'engourdir. Sortir du buron devenait salutaire pour certaines. D'autres, plus réservées à l'idée de se faire tremper (j'en faisais partie) restèrent à attendre l'accalmie promise pour l'après-midi.

Après un pique-nique dans la chambrée, les tenues de pluie en-

filées, nous prenons la route pour le Lac du Guéry.

Nous avons réussi à faire une petite randonnée de moins de 10

kilomètres, autour des Roches Tui-lière et Sanadoire, dans des conditions relativement bonnes. Puis le temps est venu de rejoindre le groupe de rencontre du Comité Régional, à la Bourboule autour de l'apéro.

Ce temps d'échange m'a permis de faire la connaissance de Franck, qui m'a épatée par ses capacités de grimpeur, marcheur et sculpteur. Je n'ai découvert sa cécité qu'à la fin de la soirée.

Le lendemain, le mauvais temps était passé. Un beau soleil nous attendait pour aller caresser la Crête de Coq, dans le vallon de Chaud-four.

Cette journée ensoleillée n'a pas comblé toutes les partici-

pantes. Toutes n'ont pas atteint la crête. Comme quoi la météo n'est pas la seule donnée à prendre en compte. L'organisation, la communication, la direction et la sécurité au sein d'un groupe sont des données qui doivent être omniprésentes et bien définies. Elles étaient toutes présentes, mais la définition ne semblait pas être unanime.

Anne et Béatrice ont préféré profiter du beau temps pour faire le tour des crêtes et elles se sont régalingées.

Nous avons encore du travail pour apprendre à gérer des groupes, et chacun sait qu'on apprend de ses erreurs.

Nous allons donc rebondir pour améliorer ce qui n'a pas été concluant. J'ai hâte de participer au prochain rendez-vous, à domicile celui-ci, puisque ce sera à Beaugency.

Ingrid



week-end Handi : Météo capricieuse mais bonne humeur au rendez-vous



Dimanche 22 septembre, nous devons aller à la Chaussée St Victor avec nos amis sportifs du foyer Jacques Cartier, accompagnés par Arnaud et Fred, leurs éducateurs.

La météo en a décidé autrement et nous avons dû trouver un plan B ! Nous les avons accueillis dans la salle d'escalade où chacun a trouvé

son compte et a pu évoluer à son rythme.

Petit clin d'œil à Ludivine, une grimpeuse, qui s'est blessée. Plus de peur que de mal !

Merci à toute la team EB du jour! On remet ça l'année prochaine avec peut-être une météo plus clémente!

Béatrice

En bref et en images



AG de l'Etoile Balgentienne. Mélodie Duthoit mise à l'honneur pour son implication dans l'école d'escalade.

AG de la section Montagne en présence de Christian qui a pu sortir pour l'occasion.



De nombreuses voies ont été modifiées durant les vacances de Toussaint par nos ouvriers du club.



Première reprise de contact avec le mur pour Christian. Un petit 4c+ pour s'échauffer !!!



Mise à l'honneur de Anne Hedde qui a reçu la médaille de Bronze de la Jeunesse, des sports et de l'engagement Associatif, pour 20 années de bénévolat à la section.

Voici les séjours et activités organisés pour les prochains mois. N'hésitez pas à contacter les organisateurs très rapidement.

Week-end Alpi Groupes Région Centre

Date : du 17 au 19 janvier 2025

lieu : Mont Dore (63)

Activité(s) : Alpi

Contact : SART Jules



TRAIL RaidNight 41

Date : 25 janvier 2025

lieu : La Ville aux Clercs (41)

Contact : FLABEAU Nicolas



Séjour neige

Date : du 15 au 22 février 2025

lieu : Chatel (74)

Activité(s) : ski

Contact : MEZILLE Alban



Week-end découverte alpi, rando

Date : du 14 au 16 mars 2025

lieu : Le Mont Dore (63)

Activité(s) : Alpi, randonnée raquette

Contact : SART Jules



TRAIL des piqueurs



Date : 29-30 mars 2025

lieu : Saint Jean des Ollières (63)

Contact : FLABEAU Nicolas

Sejour de Printemps

Date : du 12 au 19 avril 2025

lieu : Pyrénées - Gère Belestin - site Arudi

Activité(s) : randonnée, escalade

Contact : HEDDE Bruno



TRAVERSEE CHAMONIX ZERMATT



Date : du 19 au 27 avril 2025

lieu : CHAMONIX-ZERMATT

Activité(s) : Ski Rando

Contact : GIBOUREAU Charline

Autres dates à retenir

21 décembre - 4 janvier : patinoire dans la cour du collège de la Maitrise gérée par l'Etoile Balgentienne. Les bénévoles pour tenir le stand durant quelques heures sont les bienvenus.

12 janvier : Loto de l'Etoile Balgentienne

15 et 16 mars : AG FFCAM à Chalon sur Saône

15 juin : Rallye de l'Etoile Balgentienne

Retrouver toutes les dates en détail dans l'agenda sur le site du Club . N'hésitez à vous pré-inscrire rapidement car les places sont limitées. [lien agenda du club](#)

Une équipe de cadres pour vous accompagner en toute sécurité



Christian Mahu

Alpinisme, escalade, cascade de glace, ski-alpinisme, trail, neige et avalanche



Stéphanie Moriset

Escalade, alpinisme, carto-orientation
Tél : 06 13 73 41 88



Lucile Martins

Escalade
Tél : 06 47 52 40 56



Bruno Hedde

Escalade, cascade de glace, terrain d'aventure
Tél : 06 08 26 59 63



Sébastien Moriset

Escalade, alpinisme, carto-orientation, ski de randonnée
Tél : 06 14 81 95 95



Virginie Mahu

Slackline
Tél : 06 79 68 27 12



Anne Hedde

Escalade, alpinisme, randonnée, carto-orientation
Tél : 06 77 89 96 78



Aurelien Huot

Escalade, alpinisme, ski de randonnée, neige et avalanche
Tél : 07 77 26 44 03



Frédéric Boubault

Marche Nordique
Tél : 06 66 04 16 79



Damien Duthoit

Escalade, Ecole escalade
Tél : 06 65 46 38 21
damien.duthoit@gmail.com



Emmanuel Ciechelski

Escalade
Tél : 06 48 08 02 34



Nicolas Flabeau

Trail
Tél : 06 07 50 48 99



Jean Christophe Rocher

Escalade, carto-orientation
Tél : 06.07.60.15.94



Clément Mengual

Escalade
Tél : 07 82 72 94 27



Béatrice Bindelin

Escalade



Jules Sart

Alpinisme, groupe jeune



Anton Moriset

Escalade, alpinisme



Charline Giboureau

Escalade



Thomas Varenne

Escalade



Franck Sorreau

Escalade, Référent EPI



Florent Merlet

Escalade