

RELAIS

le Mag de l'EB Montagne

Préparation pour le GR 20

P4-7

Appel à candidature

P11

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



N° 64
Janvier 2022



Pour venir s'entraîner :

Lundi		Jeudi	
18h-19h30	Escalade pour tous	17h30-19h	Baby escalade
19h30-21h	Escalade pour tous	19h-21h	Perfectionnement technique
Mardi		Vendredi	
20h-22h	Escalade pour tous	18h-19h30	Escalade enfants 2008 et avant
20h-21h30	Slackline		
Mercredi		Samedi	
16h30-18h	Escalade enfants 2011-2012	10h-12h	Escalade pour tous
18h30-20h	Escalade enfants 2009-2010	14h-15h45	Escalade pour tous
19h30-22h	Escalade pour tous	16h-17h30	Groupe féminin
19h15-20h15	Trail		



EDITO

Christian MAHU
Président de l'EB Montagne



C'était le 9 janvier 2002... il y a 20 ans...le Comité Directeur de l'Etoile Balgentienne, sous la présidence de Roger Mahu, entérinait la création d'une nouvelle section.

Etoile Balgentienne Section Montagne était créée !

Un peu plus tôt, une dizaine de passionnés de montagne s'étaient réunis, suite à un article de ma part dans les journaux locaux, le début d'une belle aventure !

Le 1er bureau était composé de :

Président : MAHU Christian ; Vice-Présidente : CHOLLET Françoise ; Secrétaire : MENAND Annick ; Secrétaire adjointe : MAHU Christine ; Trésorière : HEDDE Anne ; Trésorier adjoint : BINDEL René.

Affiliation à la Fédération Française des Clubs Alpins, avec un cadre diplômé, Christian (initiateur Alpinisme et Escalade).

Durant les premières années, nos activités sont essentiellement extérieures : randos, week-ends au Mont-Dore ou en Bourgogne et un ou 2 séjours plus lointains. Les quelques grimpeurs passionnés vont s'entraîner l'hiver dans les salles d'escalade à Orléans (merci au CAFO). Quelques motivés passent un diplôme "Initiateur Alpinisme" ou "Initiateur Escalade".

Et en janvier 2013, après plusieurs dossiers et de nombreuses discussions avec la mairie de Beaugency, la salle d'escalade que vous connaissez est inaugurée.

Les données en activités et en licenciés vont rapidement augmenter, la formation de cadres s'accélère et les sorties se multiplient. Nous passons de 40 à 110 adhérents en une saison.

Et aujourd'hui... 281 licences, 17 cadres (avec plusieurs diplômes chacun) une dizaine d'activités possibles, 13 créneaux en salle et presque une centaine de journées extérieures !

Le club s'est agrandi, les activités se sont diversifiées, les "très jeunes" sont arrivés en nombre, mais malgré ces nombreux bouleversements, l'état d'esprit général est conservé avec les mots : familial, entraide, loisir, passion, joie, bénévolat, transmission, amical...

En tant que président et membre fondateur (au même titre que les autres membres) je suis assez fier et surtout très heureux de voir cette belle réussite.

Gaston Rebuffat a dit : " La montagne est encore plus belle dans le regard de mon compagnon de cordée". Je ne compte plus le nombre de novices que nous avons accompagné "là-haut"... et qui avaient "des étoiles plein les yeux" !

Et je tiens à remercier tous ceux qui ont cru à cette aventure, qui m'ont entouré et qui ont donné toute leur énergie pour communiquer cette passion, faire découvrir ces sports et arriver à ce beau résultat !

Je vais aussi profiter de ce journal pour vous présenter tous mes VŒUX pour 2022 !

La santé, c'est indispensable, mais je vous souhaite également d'atteindre votre sommet ; "à chacun son Everest" selon la formule de Christine Janin.

Une belle année 2022 pour tous !

Christian

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

Comité Directeur

Christian MAHU (Président)	Béatrice MARTINS
Stéphanie MORISET (Vice présidente)	Sébastien MORISET
Anne HEDDE (Trésorière)	Charline GIBOUREAU
Jean-Christophe ROCHER (Secrétaire)	Angela DA COSTA
Bruno HEDDE	Damien DUTHOIT

Contact : Christian MAHU - 06.87.63.89.83

 mahu.christian.45@gmail.com - ebmontagne@gmail.com

<http://etoile-balgentienne.ffcam.fr>  EB Montagne Beauegency

Permanence à la salle d'escalade tous les jeudis soir de 19h à 21h
Complexe sportif Alain Jarsaillon - 45190 BEAUEGENCY

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

Au Menu

P 3 Edito

Séjours

P 4-5 Randos
P 6-7 Goupe Alpi régional

activités du club

p 8 Noël à la salle
P 9 Téléthon
P 10 EPI
P 11 Appel à candidature
P 12 AG 2021

Sorties à venir

p 13 Les prochaines sorties

Objectif GR 20 : Préparation hivernale

Détour par l'abbaye de Nottonville...

Par Clotilde



Une petite marche de remise en forme de 3h40 pour engager la saison vers le GR20

Une première en comité réduit mais en super compagnie, avec un timing parfait qui nous a permis d'échapper de justesse à la pluie, et où la fraîcheur automnale et le temps gris n'ont fait qu'ajouter plus de charme à ces moments privilégiés le long d'une promenade déjà très jolie.

Nous avons pu traverser des décors de Beauce variés (qui l'eût cru) autour des méandres maré-

cageux d'une petite rivière bordée de roseaux et de reines des prés et dont les rives calmes, une fois dans les sous-bois, proposaient des endroits parfaits pour se poser. Avec une petite préférence personnelle pour une de mes saisons préférées qui veut que les sentiers boisés se voient entièrement tapissés de feuilles tombées que l'on peut faire danser.

De domaines agricoles où nous ont salués chats, vaches et che-

vaux, aux vieilles pierres endormies couchées sous les arbres en lisière de bosquets, c'était un réel plaisir de pouvoir partager la découverte de paysages un peu inédits et de chemins plutôt nouveaux.

Merci aux organisateurs qui nous les ont trouvés et tracés et peut-être la prochaine fois serons nous plus nombreux pour en profiter !

...puis les 25 bosses de Fontainebleau.

Par Mathieu



La pause casse-croûte bien méritée

Objectif du jour pour le lancement du programme de mise en jambes : les 25 bosses de Fontainebleau.

Du dénivelé (830 m), de la distance (16 km), de la chaleur... ah, non, il faudra qu'on songe à ajouter une petite vingtaine de degrés pour nos prochaines sorties !

Nous voilà donc partis de bon matin de Beaugency en direction du Vaudoué, point départ de notre périple.

6 participants engagés, tous prêts pour une randonnée aussi physique que ludique.

Nous partons à l'assaut des premières bosses, qui s'enchaînent les unes après les autres. L'énergie est là, la bonne humeur aide, et la fraîcheur ne vient aucunement amoindrir la motivation des participants.

A Fontainebleau, on marche

avec les pieds, mais pas que ! Les mains sont d'une grande aide dans les passages escarpés, voire engagés, surtout lorsque la roche humide se révèle particulièrement glissante. Certains avaient bien envisagé d'utiliser des bâtons, malgré les avertissements des connaisseurs du parcours. Ces bâtons n'auront effectivement aucune utilité... Quelques passages ne vous inspirent pas confiance ? Il suffit de contourner l'obstacle, et vous retrouvez le reste de la troupe de l'autre côté des blocs.

Bon, on nous avait vendu des panoramas exceptionnels. On n'oserait pas en douter une seule seconde, mais il faut bien avouer que la couche nuageuse pour le moins dense ne nous aura pas permis d'apprécier le paysage autant qu'on aurait pu l'espérer. Qu'importe ! On marche, on discute, on grimpe, on croise traileurs et

autres randonneurs, on admire la forêt et ses chaos de blocs de grès. Bref, on profite !

Après une pause pique-nique bien méritée, nous engageons le retour vers la case départ. Encore quelques passages un peu techniques, parmi lesquels les tant redoutés "sauts de crevasse".

La fatigue commence à se faire ressentir. Ça fait déjà quelque temps que l'on a arrêté de compter les bosses. On fera donc confiance à nos topos.

25 bosses plus tard, nous voilà de retour au point de départ. Fatigués, certes, mais ravis d'avoir partagé cette belle randonnée dans cet environnement magnifique.

En espérant que la prochaine virée comptera de nouveaux adeptes prêts à chevaucher les blocs de Fontainebleau !

Groupe promo Alpi régional

Impressions partagées des jeunes sur le séjour de Toussaint



Mélyne

J'ai bien aimé faire ma première grande voie et j'espère refaire une sortie.

Une très bonne ambiance de groupe.

Louane

J'ai adoré les sites sur lesquels nous sommes allés grimper, les grandes voies tout comme les longueurs simples. Sur les voies à une longueur, j'ai pu tenter des voies

au-dessus de celui que je savais faire. J'ai aussi pu m'améliorer en tête en faisant une 6a.

Le paysage était vraiment beau et l'ambiance du groupe était très agréable.

J'espère pouvoir refaire une sortie de ce genre.

Camille

Cette semaine était géniale, rythmée par des moments de grimpe et des moments tous en-

sembles à rire.

J'ai pu me faire un peu plus confiance et passer plusieurs 5c en tête. J'espère avoir l'occasion de refaire d'autres séjours dans ce genre.

Florian

J'ai adoré la semaine. Surtout "la Poupoune" ; le plus dur, c'est quand j'ai fait les derniers 45m (en tête).

J'ai passé un super séjour !



Lauriane

Couenne, TA et grandes voies : un séjour très complet au niveau grimpe !

Des petits objectifs atteints chaque jour, et une progression tout au long du séjour.

Sans oublier une cohésion de groupe qui laissera de beaux souvenirs. Merci à tous pour cette semaine !

Arsène

Super semaine ! de belles grandes voies ainsi que de beaux sites de couennes.

On a eu un bon gîte, du beau temps et une bonne ambiance. Séjour parfait !

Coup de cœur pour la partie "silex" dans la voie "Poupoune" !

Jules

Une semaine géniale ; des grandes voies magnifiques et très agréables à grimper. Un temps super et une ambiance TOP.

Un grand merci aux 3 cadres et surtout à l'organisateur.

Des souvenirs inoubliables.



Noël à la salle d'escalade

Une fin d'année festive, sous le signe de la bonne humeur.

Par Christian Mahu



Cette année, le Père Noël est passé à la salle d'escalade pour les écoles d'escalade lors de leur dernière séance avant les vacances...

Mais il était plutôt facétieux... il a déposé ses papillotes et autres friandises au sommet des voies, sur les prises les plus hautes !!!

Une motivation supplémentaire pour les enfants qui se sont

surpassés. Quelques bouteilles de jus de fruits et quelques gâteaux "maison" les attendaient en bas...

Entraide, bonne humeur et franches rigolades de rigueur... un joyeux Noël !

Les plus grands (adultes et quelques ados) ont eux, bien bossé le dimanche 19/12 et sur quelques créneaux de la semaine suivante.

Les prises de 14 voies ont été démontées et lavées, sur la matinée du dimanche.

Puis, nous avons recréé 16 nouvelles voies dans des gammes de difficultés identiques.

Un grand merci à tous ceux qui ont participé à ce chantier qui va apporter un peu de nouveauté aux grimpeurs.

Téléthon 2021

Par Christian Mahu



Depuis le haut du clochet, une vue remarquable sur la ville et la Loire

Fort de l'expérience des années passées, mais principalement de 2020, et avec l'appui renouvelé de la municipalité, nous avons reconduit les actions sur le Clocher St Firmin.

Retour sur la semaine du 29/11 au 4/12...

Lundi, mise en place du matériel au dernier étage de la Tour et essais.

Mercredi, c'était réservé aux enfants des écoles escalade et à leurs parents (2€ pour le Téléthon).

Vendredi soir, l'association "ALBE" avait réservé un petit créneau pour ses adhérents, moyennant un joli don pour le Téléthon.

Samedi, c'était descentes pour tous !!!

Malgré une météo exécrable,

vous êtes venus relativement nombreux pour descendre en rappel les 42 m du Clocher Saint Firmin. Je pense qu'avec un peu plus de pub, nous aurions pu faire encore mieux.

De nombreux messages de participants me sont arrivés par la suite. Ils parlaient tous "d'appréhension" avant ; du réconfort et des explications des bénévoles-assureurs, pendant ; de la facilité et du bonheur de la descente !!!

Et surtout ce que je retiens de ces 4 séances (lundi, mise en place, mercredi après-midi, vendredi soir et samedi toute la journée) c'est la quantité, la disponibilité et la compétence des bénévoles (cadres ou pas, anciens ou très jeunes...) qui ont répondu présent et ont bravé les intempéries pour la réussite de cette animation. Le club aurait eu à sa disposition une dizaine de

professionnels, la réalisation n'aurait pas été meilleure. Un grand bravo et un grand merci à vous tous !!!

Rendez-vous ... en décembre 2022 !



Le dispositif d'assurage mis en place pour les descentes

La vérification des EPI

Par Bruno Hedde



Près de 3 kms de corde à contrôler et de nombreux autres matériels prêtés par le club.

Les EPI (Equipement de Protection Individuel) doivent être vérifiés au moins une fois par an.

Ce 18 décembre vous avez été plus de vingt à venir au gymnase pour cela. En moins de 3 heures, dans une ambiance chaleureuse presque tout a été vérifié.

La tâche la plus longue consiste à vérifier chaque cm des quelques km de cordes (2700 m), mais il s'agit aussi de vérifier chaque mousqueton, chaque fonctionne-

ment, chaque sangle : c'est au total plus de 330 objets à inspecter.

Ensuite il faut ranger ces objets dans le placard, puis mettre à jour l'inventaire, et ... quand bien même un équipement semble en très bon état il faut le mettre au rebut lorsque sa date de validité est dépassée.

Les consignes des notices des constructeurs doivent être scrupuleusement respectées. Les classeurs du club regroupent pour chaque équipement : la fiche de

vie + la notice constructeur + une traçabilité (facture, ...).

Quelques règles simples de sécurité :

- pour chacun : en cas de doute sur un point, il faut demander à un responsable.

- pour un responsable : en cas de doute, il y a mise au rebut.

- Un EPI mis au rebut est détruit (et non pas donné ... pour servir à un usage personnel)

Merci à vous tous.

A l'occasion des sorties "club", nous mettons à disposition du matériel tels que cordes, casques, piolets, DVA...

Avant d'acheter votre propre matériel, n'hésitez pas à en discuter avec un cadre qui saura vous conseiller.

Liste des cordes du club

Type de corde	Nombre	Longueur (moy en m)	Longueur totale (en m)
double	18	49	878
double cascade	4	60	240
multi label	10	50	500
Neige	8	28	222
Simple	13	66	857
Statique	1	25	25
Total	54	50	2722

APPEL A CANDIDATURE

Le club compte aujourd'hui 281 licenciés. Pour que chacun et chacune, petits et grands, puissent pratiquer leur activité favorite dans de bonnes conditions d'accès à la salle, d'organisation des séjours et en toute sécurité, cela demande un peu d'organisation.

Comme toute association, nous ne pouvons compter que sur l'engagement bénévole de ses membres.

Toutefois la charge de travail devenant de plus en plus importante au regard du nombre d'adhérents, elle doit être mieux répartie sur l'ensemble des membres et c'est pourquoi, nous faisons appel à toutes les bonnes volontés pour s'impliquer dans une petite tâche qui pourra soulager l'équipe dirigeante.

Dans chaque bulletin, nous publierons une fiche de poste

concernant une activité particulière et qui permettra à chacun de se positionner.

Bien sûr chaque tâche peut et doit être répartie sur plusieurs personnes. Aujourd'hui, il s'agit de l'activité de gestion des EPI (Equipement de Protection Individuelle).

Si cette mission vous intéresse, contactez Bruno Hedde ou Christian Mahu.

Intitulé	Responsable des EPI
Formation requise	Une qualification 'Gestion des EPI' existe à la FFCAM. Le responsable peut toutefois réaliser les différentes tâches en se faisant aider par les personnes ayant la 'qualification'. Il s'agit beaucoup d'expérience, et de rigueur.
Volume horaire / an	Moins de 40h, principalement lors de la vérification annuelle.
Travaux	Tout le long de l'année - Création des fiches de vie lors de l'achat d'un équipement - Rangement dans le classeur : fiche de vie + notice + traçabilité Le jour de la vérification des EPI - Signature des fiches de vies - Déclaration de mise au rebut - Détection des matériels 'perdus' Après la vérification des EPI - Achat (coordonné avec les responsables d'activité) - Organisation du classeur (si nécessaire) - Rapport suite à la vérification annuelle - Mise à jour de l'inventaire - Mise à jour de la feuille de prêt (liste numérotée des EPI)
Moyen et outils	Ordinateur avec si possible : - Word pour gestion des fiches de vies, des rapports - Excel pour gestion de l'inventaire, et de l'imprimé de prêt Perforatrice de bureau (2 trous) Imprimante (l'imprimante EB du bureau EB peut être utilisée)
Autres travaux	Décision d'achat de nouveaux matériels avec les responsables du club Décision de mise au rebut avec des EPI défectueux ou douteux.
Terminologie	EPI : Equipement de Protection Individuel Traçabilité : tout documents (factures, bon de livraison, ...) permettant de vérifier d'où vient l'EPI
Document associé	EBM_inventaire_EPI.xls, liste des matériels club (EPI, ...), Fiche de vie
Responsables club	Christian MAHU : Président, initiateur Alpi, qualif EPI Bruno HEDDE : Instructeur escalade, cascade de glace, qualif EPI, achat matériel

Assemblée Générale

Par Christian Mahu

L'assemblée générale ordinaire de la section montagne s'est tenue le 17 novembre dernier



L'AG s'est tenue dans la salle des fêtes de Beaugency le 17 novembre, en respectant bien sûr toutes les mesures sanitaires en vigueur.

Le compte-rendu complet est disponible sur simple demande.

Petit résumé de la soirée :

Présentation du comité directeur actuel

Rapport moral

À noter une hausse du nombre de licenciés, malgré la crise sanitaire

Et une baisse du nombre de journées-participants (*) suite à la longue fermeture de la salle d'escalade la saison dernière. Les activités extérieures ont par contre augmenté.

Rapport financier (par Anne notre trésorière)

En 2022, le club fête ses 20 ans et pour marquer cet anniversaire, le séjour d'été sera axé autour du mythique GR20 en Corse.

Année Olympique, donc année électorale ; certains membres du Comité Directeur ne se représen-

taient pas pour cause de déménagement.

L'assemblée a élu : Angela, Anne, Béatrice, Bruno, Charline, Christian, Damien, Jean Christophe, Sébastien, Stéphanie.

() journée-participant : présence d'une personne sur une journée d'activité ; comptabilisé à chaque séance de grimpe ou de toutes les autres activités. Permet de visualiser l'activité et le dynamisme (ou pas) du club.*

Suite à la réunion du Comité Directeur qui a suivi, la répartition des postes est la suivante :

Président : Christian Mahu

Vice-présidente : Stéphanie Moriset

Trésorière : Anne Hedde

Secrétaire : Jean Christophe Rocher

Membres : Bruno Hedde (responsable des licences), Angela Da Costa, Béatrice Bindelin, Charline Giboureau, Damien Duthoit, Sébastien Moriset.

L'EB Montagne, ce n'est pas seulement la salle d'escalade, avec un peu de trail, de slackline... et de randonnée !

Nous organisons aussi des week-ends et des séjours d'une semaine en toutes saisons.



WE ski de Rando

Date : 21 et 23 janvier
Activité(s) : Ski de rando

Lieu : Mont Dore



Semaine neige et multi-activités

Date : 12 au 19 février
Activité(s) : ski piste, ski-rando, raquettes, cascade-glace

Lieu : Serre Chevalier



Semaine neige

Date : 6 au 13 mars
Activité(s) : Ski de rando et ski hors piste

Lieu : La Grave



WE Alpi Hivernal

Date : 18 au 20 mars
Activité(s) : Alpinisme

Lieu : Mont Dore



Semaine escalade

Date : 16 au 23 avril
Activité(s) : Escalade et randonnée

Lieu : Massif du Caroux



Retrouver toutes les sorties 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-alpi-
nisme, trail
Tél : 06 87 63 89 83



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
Tél : 06 77 89 96 78



Aurelien Huot

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



Frédéric Boubault

Marche Nordique
Tél : 06 66 04 16 79



Patrick Desnos

Escalade, alpinisme,
randonnée
Tél : 06 89 14 72 21



Emmanuel Ciechelski

Escalade
Tél : 06 48 08 02 34



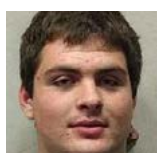
Nicolas Flabeau

Trail
Tél : 06 07 50 48 99



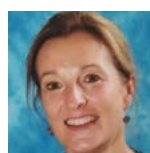
Philippe Mahu

Escalade, alpinisme, trail
réfèrent EPI
Tél : 06 11 11 64 35



Clément Mengual

Escalade
Tél : 07 82 72 94 27



Béatrice Bindelin

Escalade
Tél :



Angela Da Costa

Escalade
Tél :



Anton Moriset

Escalade, alpinisme
Tél :



Eric Brégéras

Escalade
Tél :

