

MONTAGNESINFOS

JOURNAL DE LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DES CLUBS ALPINS ET DE MONTAGNE

N° 37 octobre

2008

Montagnes Infos - Journal de la fédération française des clubs alpins et de montagne N° 37 octobre 2008 - www.clubalpin.com



SPORTS DE NEIGE ■
PRÉPARATION
DE LA SAISON D'HIVER

VIE ASSOCIATIVE ■
LE CAF ORLÉANS AU CŒUR
DE LA SOLIDARITÉ

ALPINISME ■
LES GRANDS PARCOURS 2009...

PORTRAIT ■
JEAN-YVES FERRANDIS

+ realize.thenorthface.com/eu



DU NOUVEAU À LA BOUTIQUE



VESTE POLAIRE SPORTSWEAR EN POLARTEC THERMAL PRO

Chaud et respirante, extérieur look tricot, intérieur gratté «velours».
Modèle Homme logo Club alpin français côté droit, coloris noir
 5 tailles au choix S M L XL XXL
Modèle Femme logo Club alpin français côté droit, coloris noir
 4 tailles au choix S M L XL
 Fabrication française au prix très compétitif de **95 euros**



AGISSONS POUR LA PLANÈTE TEE-SHIRT 100 % COTON BIOLOGIQUE CERTIFIÉ EKO PAR LA SKAL

180 g. logo Club alpin français FFCAM côté cœur, couleur écru.
Modèle Homme
 5 tailles au choix S M L XL XXL
Modèle Femme
 4 tailles au choix S M L XL
15 euros



VESTE TECHNIQUE COUPE-VENT SOFTSHELL

Chaud, respirant et déperlant, extérieur jersey lisse, intérieur polaire gratté, logo Club alpin français côté cœur et col arrière.
Modèle Homme coloris noir/noir, rouge/noir, noir/orange
 4 tailles au choix S M L XL
Modèle Femme coloris noir/anis, noir/ivoire 4 tailles au choix XS S M L
 Fabrication française au prix très compétitif de **95 euros**



TEE-SHIRT 100 % COTON SEMI-PEIGNÉ JERSEY

190 g. logo Club alpin français FFCAM côté cœur, coloris blanc
 Modèle unisex
 5 tailles au choix S M L XL XXL
5 euros

| DÉSIGNATION (renseigner taille et coloris choisis) | TAILLE | COULEUR | PRIX UNITAIRE | QUANTITÉ | PRIX TOTAL |
|--|------------|---------|---------------|----------|------------|
| VESTE POLAIRE EN POLARTEC THERMAL PRO | | | | | |
| TEE-SHIRT 100 % COTON BIOLOGIQUE | | | | | |
| VESTE TECHNIQUE COUPE-VENT SOFTSHELL | | | | | |
| TEE-SHIRT 100% COTON | | | | | |
| FRAIS FORFAITAIRES DE PORT ET D'EMBALLAGE (offerts à partir de 25 euros d'achat) | 6 € | | | | |
| TOTAL à PAYER | | | | | |

NOM et PRÉNOM

ADRESSE

NUMÉRO D'ADHÉRENT



NEVER STOP EXPLORING™



John Griber | Gasherbrum II, Karakoram Range | Photo: Kristoffer Erickson

Gratuité des frais de port et d'emballage pour toute commande d'un montant minimum de 25 euros. Adressez ce bon de commande ou votre commande sur papier libre (accompagné d'un chèque libellé à l'ordre de la « FFCAM ») à : Fédération française des clubs alpins et de montagne - La Boutique - 24 av. de Laumière - 75019 Paris Contact La Boutique : 01 53 72 87 14 ou mail c.fournier@ffcam.fr

L'Extraordinaire Accessible !

Choix énorme

Conseils avisés

Profitez des prix les plus bas du marché... toute l'année !

Au Vieux Campeur

Consultez également nos catalogues (700 pages) directement sur notre nouveau site

www.auxvieuxcampeur.fr



OUVERTURE 08

Paris Quartier Latin * Lyon * Thonon-les-Bains * Sallanches * Toulouse/Labège * Strasbourg * Albertville * Marseille



EDITORIAL POURQUOI PAS VOUS...

Voici mon seizième éditorial de *Montagnes Infos*. Depuis huit ans, ce journal me permet d'échanger avec vous, adhérents, cadres de terrain, bénévoles en charge de l'administration et de l'animation de nos associations. Ce lien, au-delà de la formidable aventure humaine qu'il m'a permis de vivre, m'a donné la possibilité de partager avec vous les difficultés et avancées dans les tâches qui sont les miennes, et aussi de faire un état régulier de la montagne, de ses faiblesses et atouts, des menaces et espoirs déterminant son avenir. Huit années de travail, en équipe, souvent fait de doutes, d'espoirs, pour asseoir notre transformation d'association en fédération, pour nous doter de projets, d'un plan stratégique, de structures efficaces et pérennes. Huit années pour, malgré les difficultés, tenter de mettre en phase les grandes orientations qui ont fait le Club alpin depuis 134 ans et la nécessaire adaptation aux attentes du plus grand nombre de nos adhérents – adaptation liée aux profondes évolutions de notre société. Huit années pour, avec vous, apparaître : plus attractifs, plus efficaces, plus crédibles. Nous voici au terme de l'olympiade. Dans un laps de temps très court, nous allons, comme la loi nous l'impose, soumettre à renouvellement tout l'appareil élu de notre fédération et de ses structures déconcentrées. Ce sont des centaines de bénévoles que vous devrez, vous ou vos délégués, choisir, désigner, élire dans la pyramide de nos différentes composantes – comités départementaux et régionaux, commissions nationales – et, lors du Congrès national de Rivesaltes dans les Pyrénées Orientales, le comité directeur national.

Nous avons réformé la composition et l'organisation des comités départementaux et régionaux. Ces remaniements induisent plus de synergie et d'efficacité ; ils permettent une meilleure répartition de responsabilités avec la fédération en faisant de ces structures de véritables relais où toutes les composantes fédérales seront représentées. Il nous faut maintenant passer à la phase active en portant aux responsabilités des femmes et des hommes volontaires, compétents. Des équipes vont certainement poursuivre leur engagement, d'autres vont émerger. Toutes, j'en suis sûr, auront à cœur d'œuvrer pour que la montagne reste un lieu de partage et d'échange – espace de liberté où chacun à sa mesure peut, au fil du temps, à sa convenance, y tracer sa propre voie, qu'il s'agisse de pratiquer, partager, protéger. Voici peut-être venu pour vous le temps de l'engagement : ne soyez pas frileux, osez rejoindre à votre niveau, et en fonction de votre disponibilité, l'un des nombreux étages fédéraux. Depuis 134 ans, nous exprimons notre spécificité par une grande liberté de parole et de prise de position. La singularité de notre fédération réside dans son engagement pour une montagne à taille humaine où l'homme prime sur le matériel, mais plus encore – et cela fait notre force – dans l'extraordinaire richesse associative portée par des milliers de bénévoles. Je le redis : j'ai vécu dans mes fonctions – grâce à tous les caïstes rencontrés – une aventure humaine enrichissante. Aussi, en cette fin d'olympiade, je voudrais vous remercier, vous tous, adhérents, bénévoles, salariés du siège, ainsi que tous ceux qui se sont reconnus et associés à mon engagement et m'ont soutenu.

SOMMAIRE MONTAGNES INFOS N° 37

ACTUALITÉS P. 6/7

- 9ème Congrès national P. 6
- La montagne & Alpinisme P. 6
- Festival d'Austrans P. 7
- Chalet de Tignes P. 7

SPORTS DE NEIGE P. 8/9

- Portrait de Jean-Yves Ferrandis P. 8
- Alpi Ski tour P. 8
- Préparation de la saison hivernale P. 9

ALPINISME P. 10/11

- Grands parcours P. 10
- Bourse FFCAM/Ville de Grenoble P. 11
- Sélections Excellence P. 11

VIE ASSOCIATIVE P. 12/13/14

- Portrait du CAF Orléans P. 12
- Que la montagne est belle P. 14
- Rassemblements nationaux P. 14

Photo de couverture : "Jean-François Grandidier"

Bernard Mudry,
Président de la Fédération française des clubs alpins et de montagne

MONTAGNES INFOS N° 37

Administration : Fédération française des clubs alpins et de montagne – 24 avenue de Laumière 75019 Paris (Tél : 01 53 72 87 00)

Directeur de la publication : Bernard Mudry
Rédacteur en chef : Fabrice Lardreau
01 53 72 87 16 – f.lardreau@ffcam.fr

Ont collaboré à ce numéro :

Didier Angonin, Eric Beauvallet, Isabelle Chassin, Anne Degrey, Pierre Faivre, Jean-François Grandidier, Stéphane Hutteaux, Luc Jourjon, Etienne Koch, Sylvain Martin, Christophe Moulin, Ulrike Ohlhauser, Didier Rappin, Chantal Tamba.

Conception et réalisation graphique : Matt design
1 rue Montorge 38000 Grenoble - Tél. 04 76 44 83 27
matt.conception@mattcommunication.com

Impression et routage :
Imprimerie Vincent – 38 avenue Charles-Bedaux 37042
Tours cedex 1 - Tél. : 02 47 37 65 75

Régie publicitaire :
Red Media - 1 rue Montorge 38000 Grenoble
Tél. : 06 67 66 63 29 - matt@redmedia.fr

ISSN – 9253 – Dépôt légal : 2ème semestre 2008

Agrément tourisme : la Fédération française des clubs alpins et de montagne est une association agréée pour la vente de voyages et séjours (N° AG075 0054). Elle adhère au fonds de solidarité de l'UNAT (Union Nationale des Associations de Tourisme) et est assurée en responsabilité civile professionnelle auprès de Commercial Union. L'inscription à un séjour présenté dans ce journal implique l'acceptation des conditions générales de vente fixées par la loi N°92645 et publiées au J.O du 13 juillet 1992 et son décret d'application N° 94490 du 15 juin 1994. Les articles 95 et 103 du décret figurent au dos des bulletins d'inscription remis aux participants.

LA MONTAGNE & ALPINISME

ABONNEZ-VOUS SUR INTERNET!



Vous êtes adhérent de la FFCAM ? Vous bénéficiez d'un tarif réduit à *La Montagne & Alpinisme* de 15 € (au lieu de 29 €). Vous pouvez désormais, tout au long de l'exercice fédéral, vous abonner sur internet. Il vous suffit pour cela d'aller sur www.clubalpin.com et, au sein de la rubrique dédiée à la revue, de remplir le formulaire sécurisé d'abonnement en ligne. Deux informations vous seront nécessaires pour compléter la procédure : votre numéro d'adhérent et votre code personnel internet, qui figurent sur la licence fédérale.

Au sommaire notamment du numéro de septembre de *La Montagne & Alpinisme* : un dossier sur l'eau en montagne, un récit de l'expédition en Alaska des Groupes Excellence Alpinisme FFCAM et une découverte de la vallée de la Clarée...
Pour toute information sur la revue :
lamontagne@ffcam.fr ■

CONGRÈS NATIONAL 2009

DÉPART POUR UNE NOUVELLE OLYMPIADE...

Organisé par le comité départemental des Pyrénées Orientales, le 9ème congrès national de la FFCAM -135ème assemblée générale- se déroulera les 24 et 25 janvier 2009 à Rivesaltes, dans l'enceinte de la Salle des Dômes. Commune de 8496 habitants faisant partie de l'agglomération de Perpignan, la ville est la capitale mondiale du fameux « Muscat de Rivesaltes ». Elle deviendra pour deux jours celle de notre fédération. Ce congrès, lors duquel le comité directeur national (*) et le bureau seront renouvelés, marque le début d'une nouvelle olympiade. A cette dimension électorale s'ajoutera la remise des traditionnels Huit d'or, la présentation des groupes excellence et la grande soirée festive du samedi soir : le congrès national reste avant tout un moment de fête et d'échanges.

Contact : jean-claudedomenego@wanadoo.fr

(*) Les candidatures au comité directeur national doivent être déposées au plus tard le 23 novembre à minuit. ■



ASSURANCES

PENSEZ A RENOUVELER VOTRE ADHÉSION AVANT FIN OCTOBRE...

Les adhésions à la FFCAM devront être renouvelées avant le 31 octobre afin qu'il n'y ait pas d'interruption de la couverture assurances. Conformément aux informations mentionnées depuis un an sur la plaquette « d'assurances fédérale 2007-2008 », l'assurance est toujours souscrite pour une période de douze mois allant du 1er septembre au 30 septembre de l'année suivante. Afin de permettre le renouvellement de cotisation sans interruption de la couverture d'assurance, cette dernière est prolongée du 1er au 31 octobre. ■

FESTIVAL D'AUTRANS

LE PYRÉNÉISME A L'HONNEUR...

Le Festival international du film de montagne d'Autrans –dont ce sera cette année la 25ème édition–, se déroulera du 26 au 29 novembre. Co-organisé par la FFCAM, ce rendez-vous annuel de la « planète montagne » fêtera son quart de siècle en mettant l'accent sur les 25 films ayant marqué son histoire. Durant cette édition 2008, un coup de projecteur particulier sera donné au Bouthan, petit royaume situé en Himalaya qui a fêté en 2008 l'avènement de la démocratie. Pour fêter le dixième anniversaire de sa collaboration avec le festival, la FFCAM créé le « Grand Prix Alpinisme du documentaire FFCAM ». Le Jury d'Autrans, mêlant alpinistes et cinéastes, récompensera une œuvre dont la vision de l'alpinisme coïncide avec celle



du Club alpin français (c'est-à-dire un alpinisme de découverte, alliant la performance technique à l'originalité et traversé par un fort sens de l'éthique). Par ailleurs, elle organisera le vendredi 28 un grand débat consacré au pyrénéisme. Autour du documentaire de Maryse Bergonzat, *Les Frères Ravier, L'Aventure Pyrénéenne* et du dernier long-métrage des frères Larrieu, *Le voyage aux Pyrénées*, plusieurs invités, dont Jean-Pierre Darroussin (sous réserve) et Jean-François Labourie (auteur de l'ouvrage *60 ans de pyrénéisme*) évoqueront leur vision de l'univers pyrénéen...
www.festival-autrans.com ■

...CHALET DE TIGNES...

Dans le cadre d'un partenariat, la FFCAM a confié la gestion de son chalet de Tignes (Savoie) à Cap Vacances (association membre de l'UNAT). Les adhérents de la FFCAM bénéficient d'une réduction de 7% sur les séjours hiver de Cap Vacances se déroulant au chalet de Tignes et de 5% sur les autres destinations hiver de Cap Vacances : Doucy-Valmorel, La Plagne-Montalbert, Morzine et Chamrousse dans les Alpes, Chapelle des Bois dans le Jura. Cap Vacances accueille dans

ses structures des individuels, des familles, et des groupes constitués.
Pour plus de renseignements, vous pouvez consulter le site internet de Cap Vacances www.capvacances.fr, ou contacter le siège de Cap Vacances au 04 71 50 80 81.
Le code FFCAMH09 devra être communiqué pour bénéficier de la réduction des adhérents de la FFCAM. ■

AU REVOIR AURÉLIE...

Aurélié Lévêque, membre du GEA (Groupe Excellence Alpinisme de la FFCAM), est décédée, à 28 ans, le 2 août, lors d'une sortie en montagne avec un ami dans le massif du Mont-Blanc. Passionnée de montagne depuis son plus jeune âge, Aurélié avait intégré le Groupe Espoir Alpinisme FFCAM de Haute-Savoie en 2005, puis, en 2007, le GEA. Sous la houlette de Christophe Moulin, elle avait notamment participé aux expéditions FFCAM en Islande (2007) et en Alaska (2008). Elle était, par ailleurs, chef de projet Recherche et développement chez PETZL. La FFCAM s'associe à la douleur et à la tristesse de sa famille. ■

...CALENDRIER DES STAGES FÉDÉRAUX...

Toutes les informations relatives aux stages sont désormais consultables sur le site internet de la FFCAM, www.clubalpin.com -doté d'un moteur de recherche. Ce dernier vous permet de trouver rapidement toutes les propositions selon quatre critères de recherche : « type de stage », « type d'activité », « niveau », « date ». Mis à jour en temps réel, cet outil vous permettra de connaître les places disponibles sur toutes les propositions d'activités. Le supplément stages « papier », joint auparavant à *Montagnes Infos*, a été supprimé. Pour plus d'information, vous pouvez contacter le service « activités » de la fédération : activites@ffcam.fr ■

A NOTER SUR VOS AGENDAS...

■ Du 23 au 26 octobre
Grand bivouac (Albertville)
www.grandbivouac.com

■ Du 3 au 7 novembre
Rencontres du cinéma de montagne (Grenoble – Isère)
www.grenoble-montagne.com

■ Les 8 et 9 novembre
17ème open d'escalade d'Annemasse

■ 16 novembre
12èmes Rencontres orientation (CAF Saint-Etienne)
clubalpin.saint-etienne@wanadoo.fr

■ Du 26 au 30 novembre
Festival du film d'Autrans (Isère)

■ Les 20 et 21 décembre
Open d'escalade d'Albertville
<http://caf.albertville.free.fr>

■ 11 janvier 2009
8ème Journée nationale de la raquette
www.journee-raquettes.org

■ 10 janvier 2009
Ice trip (l'Argentière-les-Ecrins)
www.ice-fall.com

■ Du 15 au 19 janvier 2009
7èmes « Rencontres des Expéditions - De la Meije à l'Himalaya » (La Grave –Hautes-Alpes)
www.lagrave-lameije.com

■ Les 24 et 25 janvier 2009
Congrès national de la FFCAM (Rivesaltes)

■ Du 30 janvier au 1er février 2009
Ice Meeting (Val-Cenis)

■ Les 7 et 8 février 2009
TSF Millet (Championnat national FFCAM de ski par équipes)
www.tsfmillet.org

■ 22 février 2009
Sybelles (Championnat national FFCAM de ski individuel)
<http://maurienne.ffcam.fr>

■ Les 21 et 22 mars 2009
1er Grand parcours « Vosges » (le Honeck – Haut-Rhin)
<http://clubalpin-hautes-vosges.ffcam.fr>

■ Les 28 et 29 mars 2009
Thabor-Chaberton
caf.briancon@wanadoo.fr
www.valfrejus.com

■ Du 21 au 23 mai 2009
4ème Grand parcours « Alpes » (Pelvoux – Hautes-Alpes)

■ Du 21 mai au 24 mai 2009
Rassemblement national de spéléologie (St Sulpice – Lot)

■ Les 4 et 5 juillet 2009
2ème Grand parcours « Pyrénées » (Massif du Canigou)

■ Du 19 au 22 août 2009
Rassemblement national de vélo de montagne (Oloron Sainte-Marie – Pyrénées Atlantiques)

■ Les 12 et 13 septembre 2009
Rassemblement InterFédéral (RIF) de descente de canyon (Alpes du Sud)

■ Les 12 et 13 septembre 2009
Rassemblement national de parapente (Nice)



Raquettes Ski de randonnée Ski nordique

LUCAS 05 0006 Photo : Jéf Tripiard

Allibert
montagnes et déserts

GUIDES PAR PASSION

www.allibert-trekking.com

ALPI SKI TOUR

L'ANNÉE TROIS...



La troisième saison de « l'Alpi Ski Tour », le circuit de ski de montagne de compétition de la FFCAM, créé fin 2006, débutera le 14 décembre lors de l'Alpi Champsaur, organisé par le CAF de gap. Il comprend cette année quinze épreuves, dont la Pierra Menta –associée au circuit– au sein desquelles figure une nouvelle course : le Thabor Chaberton (qui se déroulera les 28 et 29 mars

2009). Fusion de deux épreuves, le Chaberton et Les Rois Mages il est co-organisé par les CAF Maurienne et Briançon, avec la collaboration des mairies de Modane, Montgenèvre et de l'Office du tourisme de Bardonecchia (Italie). Ambition de cette course ? Constituer une fête du ski de randonnée comprenant différents formats de ski et peut-être une « épreuve marathon »... Il faut noter en ce qui concerne le circuit 2008-2009 la suppression de l'Alpi Grand Bo. La saison s'achèvera le 12 avril lors de la TransVanoise, organisée par le CAF de Pralognan.

Vous pouvez retrouver l'intégralité des épreuves et leurs résultats sur le site fédéral :
www.clubalpin.com ■

même chose et permettre au plus grand nombre d'aller en montagne ou de pratiquer une activité de nature. J'ai intégré la commission nationale des sports de neige par un concours de circonstances : j'avais passé le brevet d'instructeur et je connaissais Nicolas Raynaud depuis un moment. Je suivais un peu ce qu'il faisait au niveau national en matière de formation et cet aspect m'intéressait. Je me suis investi dans la commission nationale. La fonction que j'y occupe a un côté « administratif » et demande un peu d'organisation. Mais j'essaye d'aller le plus souvent possible sur le terrain. En tant que formateur, je réfléchis aux moyens de transmettre des connaissances techniques à un plus grand nombre, dans un domaine où la sécurité est de mise.

A quels principaux enjeux devez-vous faire face aujourd'hui en matière de formation sur les sports de neige ?

L'un des enjeux majeurs est d'apporter des éléments de sécurité pour des activités à risque en responsabilisant les pratiquants : c'est le but essentiel de nos stages de formation. Au niveau de notre fédération, la demande est grandissante... Nous essayons de proposer une offre répondant à cette demande. Cette année encore, en ce qui concerne les formations destinées aux pratiquants, nous proposerons par exemple près de 25 stages « Neige et Avalanche » (pour plus de 300 personnes), et 10 stages « Sécurité sur Glacier » (plus de 100 personnes). Cela impose donc d'avoir un vivier de formateurs (bénévoles) disponibles... Le revers de la médaille est qu'il faut gérer ces stages, notamment en matière de

budget et de responsabilité de l'encadrement... Ces aspects sont souvent perçus comme une contrainte par certains clubs. Dans l'ensemble, toutefois, ça se passe très bien... Le grand virage actuel est le transfert de ces formations sur les comités régionaux...

L'autre enjeu –qui dépasse la formation– est d'inciter les gens à venir découvrir nos activités et ce que la FFCAM peut leur apporter. Cela concerne différentes formes de glisse mais aussi la raquette à neige (il y a une forte pratique dans cette discipline, mais très peu de gens sont pour l'instant captés par nos formations).

Comment appréhendez-vous cette saison hivernale depuis une région « non montagnaise » ? Est-ce plus difficile ?

Non, je ne pense pas que ce soit plus difficile... Question préparation physique, pas de problèmes pour arriver en forme et se faire plaisir. La région Montpellieraine offre un terrain de jeu fabuleux, avec les Cévennes et le Caroux, que l'on peut parcourir à pied, en courant ou à vélo. Un des aspects positifs d'être « loin » des massifs alpins et pyrénéens –minimum trois heures de route– est que l'on va justement dans tous ces massifs au cours de week-ends prolongés, de raids, etc. Certains hivers, l'Aigoual ou le mont Lozère offrent par ailleurs un terrain de jeu idéal pour la raquette. Un club comme celui de Montpellier, comportant un peu plus de 500 adhérents, a quand même un noyau de 50 à 60 personnes pratiquant régulièrement le ski de randonnée ou la raquette... La motivation y est pour beaucoup. ■

LA RAQUETTE À NEIGE AU SOMMET



Dans tous nos clubs se trouvent de nombreux pratiquants de cette activité aujourd'hui trop silencieuse : la raquette à neige. Cette discipline peut se pratiquer à tous les étages de nos différents milieux montagnards. Pour que le plaisir soit présent à chacune de nos sorties, pour que

les randonnées se déroulent dans les meilleures conditions possibles, pour mieux apprendre à profiter pleinement de la beauté de la saison qui s'annonce, la commission nationale des sports de neige met en place des formations de qualité à plusieurs niveaux. Ces formations –auxquelles nous espérons de nombreux participants–, seront la base indispensable au développement de la pratique de la raquette à neige, pour que les sorties au sein de vos clubs soient plus conviviales que jamais. Nous sommes dans l'attente de vos souhaits, car il ne dépend que de nous tous de pouvoir asseoir ensemble l'avenir de cette activité...
Yannick Tonner ■

COMMENT PRÉPARER SA SAISON HIVERNALE ?

Quelques petits conseils pratiques de Jean-François Grandidier (président de la commission nationale des sports de neige), pour profiter pleinement de l'hiver...



Préparation « physique »

Remettez-vous au footing, au VTT, à la marche avec bâton, éventuellement faites-vous les cuisses en montant et descendant les escaliers. L'automne est une super saison pour se promener en moyenne montagne. Pourquoi pas lors d'un petit week-end ? En plus, on peut ramasser des châtaignes et cueillir des champignons ! Pourquoi pas aussi, afin de se préparer au mieux, rendre visite à un médecin et faire un test d'effort ? Cela vous permettra de voir si le cœur est en forme et d'évaluer votre forme physique (si vous voulez tâter de la compétition ou simplement préparer une grosse virée !).

Préparation « matériel »

Commencez par retrouver vos skis et nettoyez-les. Si vous ne les avez pas frottés en les rangeant, l'année dernière, il est temps de le faire, de reboucher les trous et d'affûter les carres... Vérifiez aussi l'état des fixations, pendant que vous y êtes. Et, enfin, nettoyez et « réencollez » les peaux : il est particulièrement désagréable, lors des premières sorties, d'avoir des peaux qui se décollent...

Sécurité

Vérifiez le fonctionnement du DVA. Mettez des piles neuves (attendez quand même pour cela que la neige arrive !) Préparez sonde, pelle, et refaites quelques séances de recherche arva autour de la maison en cachant ledit appareil sous les feuilles, par exemple. Enfin –j'allais oublier l'essentiel–, brûlez des cierges tous les jours dans l'église la plus proche : avec les hivers que l'on a de nos jours, mieux vaut mettre toutes les chances de son côté pour avoir un maximum de poudreuse dès le mois de novembre et jusqu'en juin ! Bon ski à tous et bonnes balades en raquettes... ■

LES PLUS BELLES TRACES DE LA VANOISE OCCIDENTALE



Après le premier ouvrage consacré au Beaufortain et paru en 2006, Christophe Hagenmuller (membre de la commission nationale des sports de neige), vous invite à partager sa passion pour la montagne en hiver en parcourant à ski ou à raquette les massifs de la Combe de Savoie à la Grande Casse. Les traces sont nombreuses en hiver, courbes élégantes d'un skieur, arabesques de givre sur une vitre de refuge ou encore empreintes de tétras lyre, elles sont autant de prétextes à des vagabondages le long des vallons perdus et des pentes oubliées. L'auteur décrit une cinquantaine d'itinéraires hors des sentiers battus et aborde différents aspects des massifs visités : les avalanches, les cristaux, l'habitat, les glaciers et la faune. Des pages de l'ouvrage (228 pages, grand format 32 x 27 cm) sont visibles sur www.naturalpes.fr et une souscription en ligne y est ouverte jusqu'au mois de novembre. ■



La facilité d'utilisation est capitale dans ces moments là.



Simplicité, durabilité et affichage en temps réel.

Ce n'est pas un hasard si le Tracker DTS est l'a.r.v.a. le plus vendu au monde.

Il est aussi le plus rapide, y'a-t-il vraiment quelque chose de plus important ?

 **TRACKER**
DTS™

Le premier, le plus facile.

Distribué en France par :
Oberalp Salewa
Bernin, France
33 (0)4 7652 5959
bureau@salewa.fr

Fabriqué par :


backcountryaccess.com

Backcountry Access, Inc.
www.backcountryaccess.com
Traces fraîches. Idées fraîches.



RELANCE DE L'ALPINISME

DE NOUVEAUX MOYENS...

La FFCAM va déployer de nouveaux moyens dans sa démarche volontaire de relance de l'alpinisme tant au bénéfice des clubs que des individus. En ce qui concerne les clubs, la fédération va mettre à leur disposition une organisation (comportant notamment l'hébergement) et des stages clef en

main à prix coûtant. Pour les individuels adhérents de la FFCAM (à jour de leur cotisation), des stages tendant vers l'autonomie seront proposés. Ils se distinguent très clairement d'une vision consumériste de l'alpinisme et doivent rejoindre une démarche personnelle du pratiquant. Un programme complet de propositions sera publié dans le prochain *Montagnes Infos*. Dès cet hiver, deux stages sont d'ores et déjà disponibles :

- un stage de cascade de glace du 16 au 20 février (430 € de participation aux frais) ;
- un stage d'initiation au ski de montagne du 23 au 28 février (400 € de participation aux frais).

Renseignements et inscriptions : 04 92 44 07 48. ■

GRAND PARCOURS LES TROIS MASSIFS...

Le succès du « Grand parcours », que la FFCAM avait initié en 2004, sera étendu l'année prochaine à trois massifs français : les Alpes, les Pyrénées et ...les Vosges.

Rapprocher de la montagne le public qui souhaite découvrir l'alpinisme, et lui donner les moyens de pratiquer : telles sont les ambitions du « Grand parcours », un concept que notre fédération a lancé il y a trois ans et qui rencontre un succès croissant. Rassemblement conçu comme une course d'alpinisme, destiné aux pratiquants débutants, initiés ou aguerris, le Grand parcours s'articule autour de plusieurs journées. Animé par des professionnels et des bénévoles des clubs FFCAM, qui assurent l'encadrement des participants, veillent à leur sécurité, il comporte des ateliers thématiques (neige et glace, escalade en terrain d'aventure), des parcours « initiation » et « perfectionnement ». Il est émaillé de moments festifs qui rappellent sa vocation avant tout conviviale et associative...

En 2009, trois Grands parcours auront lieu :

- le 1er Grand parcours « Vosges », initié par

le Club alpin français des Hautes-Vosges, se déroulera les 21 et 22 mars 2009, sur les flancs du Hohneck (deuxième sommet vosgien avec 1362 m, dominant la vallée des lacs).
Contact : Gilles Dangin (03 29 23 07 13 <http://clubalpin-hautes-vosges.ffcam.fr>)

- le 4ème Grand parcours « Alpes » se déroulera du 21 au 23 mai 2009 à Ailefroide (Ecrins). A l'instar de l'édition 2008, il aura comme camp de base le centre national de montagne FFCAM l'Eychauda, à Pelvoux (Hautes-Alpes).
Contact : Ségolène Debost (04 92 44 07 48 - mdlt@ffcam.fr)

- le 2ème Grand parcours « Pyrénées » aura lieu les 4 et 5 juillet 2009, dans le massif du Canigou.
Contact : Jean-Paul Lopez (06 86 06 28 90 / canigo.espai.aventura@hotmail.fr). ■

LA GLACE DANS TOUS SES ÉTATS

Deux événements importants liés à la cascade de glace, et initiés par la FFCAM, auront lieu cet hiver : « l'Ice Trip » et « l'Ice Meeting ». Petit voyage au pays de la glace...

Ice meeting...

Val-Cenis, situé dans la haute vallée de la Maurienne, accueillera du 30 janvier au 1er février la 4ème édition de cet événement qui recevra une centaine de jeunes alpinistes de la FFCAM. Ambition de ces journées : s'initier ou se perfectionner dans l'art de graver les cascades de glace. « l'Ice meeting », dont l'encadrement sera assuré par une dizaine de guides de haute montagne, est ouvert à tous les publics (du matériel sera prêté aux participants). La présence exceptionnelle, cette année, de Catherine Destivelle, personnalité incontournable de l'alpinisme et de l'escalade, sera un atout considérable pour réunir les amoureux de la montagne (la soirée du samedi lui sera consacrée à travers un film conférence à la salle des fêtes de Val Cenis - l'entrée sera gratuite). Divers films, dont celui de l'expédition FFCAM en Alaska, seront également projetés au cours de la soirée du vendredi.

Contact : activites@ffcam.fr

Ice trip...

Intégré au sein du 19ème Rassemblement international de cascade de glace, « l'Ice Trip » aura lieu le samedi 10 janvier 2009 à l'Argentière-la-Bessée (Ecrins). Cet événement, organisé par la FFCAM, consiste en une journée d'initiation et de perfectionnement à la cascade de glace. Tourné spécialement vers les jeunes, encadré par des guides et les jeunes du Groupe Excellence Alpinisme FFCAM, il se déroule sous forme d'ateliers de grimpe en cascade, liés à la préparation d'une course, à la sécurité et à l'environnement « montagne » au sens large (manipulation d'arva, nivologie, etc.). Des jeunes des lycées de Moûtiers et de Briançon participeront notamment à cette manifestation.

Contact et inscriptions : Centre l'Eychauda/ICE - Le Sarret 05340 Pelvoux 04 92 44 07 48 - mdlt@ffcam.fr ■

BOURSE FFCAM VILLE DE GRENOBLE

La 3ème édition de la « Bourse FFCAM-Ville de Grenoble » est lancée. Depuis deux ans, la FFCAM s'est associée à la ville de Grenoble pour attribuer deux bourses destinées à aider des projets d'expédition d'alpinisme et d'aventure. D'une dotation totale de 8000 €, elles récompensent un projet d'expédition amateur selon des critères de performance technique, d'engagement, mais aussi d'originalité, d'esprit d'équipe, de sens de la communication et de respect des populations comme de l'environnement (tous les membres des expéditions agréées doivent signer la Déclaration de Katmandu). Attribuées par un jury constitué de responsables grenoblois et de la FFCAM, deux bourses sont proposées pour l'année 2009 : une première de 5.000 € et une seconde de 3.000 €. Les projets présentés devront se dérouler entre le 1er janvier et le 31 décembre 2009. L'âge des participants -membres ou non de la FFCAM- devra être inférieur ou égal à 30 ans. Les dossiers (plaquettes de présentation essentiellement) doivent être envoyés d'ici le 15 novembre à la FFCAM (service des activités) - 24 avenue de Laumière 75019 Paris. Pour toute information, appeler Frédérique Issautier (01 53 72 87 08). Les projets proposés seront présentés fin novembre, comme l'année dernière, à Grenoble. Les lauréats, quant à eux, recevront leurs bourses le 16 janvier 2009 à La Grave, lors des 7èmes « Rencontres des Expéditions - De la Meije à l'Himalaya ». ■

GROUPE EXCELLENCE ALPINISME NATIONAL

SÉLECTIONS IMMINENTES...

Les sélections pour intégrer le « Groupe Excellence Alpinisme » (GEA) 2009-2010 vont bientôt commencer...

Le GEA est constitué de six garçons et trois filles de 20 à 26 ans qui, pendant deux ans, vont effectuer sorties et expés, accompagnés par des guides de montagne réputés : Christophe Moulin et son équipe. Au programme, stage goulottes glace et mixte, stage grandes voies rocheuses, deux semaines d'alpinisme (courses fondamentales et courses d'envergure), mini-expé en Europe et grande expé dans un massif lointain. Auxquels il faut ajouter la présence lors des rassemblements majeurs de l'alpinisme : Rencontres Expé de La Grave, Ice Climbing Ecrins, Ice Trip de Val Cenis... Le niveau requis pour les garçons est du 6c/7a en falaise à Vue et du D+/TD autonome en alpinisme ; pour les filles, du 6a/6b en falaise à Vue et du AD/D autonome en alpinisme.

Le processus se déroule en trois étapes :

1. Télécharger le dossier d'inscription sur le site de la FFCAM (ou le demander au service des activités : activites@ffcam.fr - 01 53 75 87 08).

2. Le renvoyer avant le 15 novembre avec une lettre de motivation à Christophe Moulin, 8 rue de Razis - Saint Surnin 05200 Embrun.

3. Passer les « sélections terrain » si le dossier est retenu (une convocation en avisera) qui se dérouleront les 12, 13 et 14 décembre au centre national de montagne l'Eychauda, à Pelvoux (Hautes-Alpes).

L'organisation des sélections et l'encadrement des équipes sont assurés par la Direction Technique Nationale de la FFCAM. Les tests comportent des épreuves d'escalade en rocher et en mixte, de cascade de glace, ainsi qu'un entretien sur liste de courses. ■

...En bref...

Les membres du GEA vont réaliser une mini-expédition en Norvège, en février 2009. Elle a pour objectifs, dans le cadre d'un massif étranger, de pratiquer la cascade de glace sur de grands itinéraires et de souder le groupe. Nous reviendrons prochainement dans les supports fédéraux sur cette action. ■

HIVER 2009
www.montagnesdelaterre.com



Toutes les infos et fiches techniques sont à disposition sur notre site internet www.montagnesdelaterre.com

Je souhaite recevoir

■ La liste des stages proposés

■ Les fiches techniques pour

L'activité :

Le niveau :

Nom :

Prénom

Adresse :

Code postal :

Ville :

Email :

Retourner ce coupon à :
FFCAM - Montagnes de la Terre
Le Sarret - 05 340 Pelvoux



BIENVENUE À LA FFCAM...

PLUSIEURS CLUBS NOUS ONT REJOINTS RÉCEMMENT

Le Club d'escalade Roc'n Pof, basé à Brignon (Gard), dont le président est Marcel Macaës.
<http://www.rocnpof.fr>

Le club « Paris Sud Université Club (PSUC) / section Escalade », basé à Orsay (Essonne), dont le président est José Picheral.
01 69 15 76 77 - secretariat@psuc.fr

Le Club alpin français Nord Dauphiné, basé à Bourgoin Jallieu (Isère), dont la présidente est Josiane Bochet.
04 74 90 90 16 - josiane_bochet@hotmail.com
<http://www.clubalpin-grenoble.com>

Le club « Nature et Vertige », basé à Mende (Lot-et-Garonne), dont le président est Nicolas Garrel.
04.66.31.00.79
natureetvertige.mende@gmail.com

Le Club alpin français d'Auby, Basé à Auby (Nord-Pas-de-Calais), dont le président est Vincent Vita.
youpipower@mac.com

Le club « AS'PYR / Alpinisme et Ski Pyrénées », basé à Tarsacq (Pyrénées-Atlantiques), dont le président est Thomas Arnautou.
<http://as-pyr.fr/gd-arnautou.thomas@neuf.fr>

Le Club alpin français Oriental, basé à Oujda (Maroc). mbitar@openarea.fr

CLUB ARC ALPIN L'INTERLOCUTEUR MONTAGNE

L'assemblée générale du Club arc alpin (CAA) s'est déroulée à Schaan (Liechtenstein) les 12 et 13 septembre. Cette structure, à laquelle sont affiliés huit pays de l'Arc alpin, de la Slovénie à Monaco (dont la France), regroupe au total 1.600.000 adhérents. L'assemblée générale 2008, à laquelle participaient les huit plus gros clubs alpins du monde, dont la FFCAM, représentée par son président, Bernard Mudry, a permis d'échanger sur toutes les problématiques rencontrées dans les divers pays autour de la montagne : évolutions des pratiques et des comportements ; place de la compétition au sein de nos activités ;

réglementation ; aménagement et protection. Le Club arc alpin est surtout très impliqué dans la Convention Alpine, où son expertise est très sollicitée. Le CAA a remanié ses statuts afin de pouvoir encore mieux se positionner comme un « interlocuteur montagne » auprès des instances de l'Union Européenne, et de peser sur différents textes règlementaires : « sécurité - formation des usagers » ; « aménagement et protection des sites ». Un grand merci au club alpin du Liechtenstein pour la qualité de son accueil...
www.club-arc-alpin.eu

LA MONTAGNE, ENSEMBLE...

Aider les publics en difficulté à accéder à la pratique de la montagne figure parmi les grandes missions de notre fédération. Le CAF d'Orléans fait partie des clubs FFCAM qui mettent en place des actions spécifiques destinées à des personnes handicapées mentales, physiques, ou autistes. Nous avons rencontré Daniel-Yvan Ricour (président du comité régional Centre), qui est à l'origine de cette initiative.

Pourquoi avez-vous décidé de monter une action vers des publics handicapés ?

Au cours de différentes réunions auxquelles j'ai participé - CROS, DRDJS, Conseil Régional, Mairie - l'intégration des personnes en situation de handicap était au cœur des débats. Le CAF d'Orléans a donc décidé de s'investir directement. J'étais sensibilisé à cette question, car ma fille, qui est éducatrice, travaille avec de jeunes autistes. Par ailleurs, une des adhérentes du CAF d'Orléans a un enfant autiste qu'elle hésitait à inscrire...

Quand avez-vous débuté ?

Nous avons commencé en 2006, dans le Jura, avec dix résidents handicapés d'un foyer de vie Orléanais (quatre femmes et six hommes de 24 à 54 ans). Notre camp de base était le gîte de la Dalue. Nous avons commencé par la randonnée, des traversées de névés, puis nous sommes

passés à l'escalade. Nous étions accompagnés d'un infirmier et l'encadrement était assuré par un bénévole breveté.

Quel premier bilan avez-vous pu tirer de cette action ?

Il est très positif ! Cela a abouti à l'ouverture d'un créneau spécifique d'escalade sur SAE à Orléans. Par ailleurs, 15 personnes sont devenues adhérentes au CAF d'Orléans et pratiquent aujourd'hui régulièrement...

La montagne est-elle un terrain privilégié pour les publics handicapés ?

La montagne et tout ce qui s'y rattache leur apporte le goût de l'effort, le dépassement de soi, la cohésion et surtout le contact direct avec les valides qui leur permet de sortir des structures habituelles. Nous sommes tout à fait convaincus que l'intégration de handicapés au sein d'un club fait partie de nos valeurs.

D'autres initiatives de ce genre sont-elles envisagées au CAF Orléans ?

Nous sommes allés l'année dernière à Saulges, un site d'escalade de la Mayenne. Nous allons assurer la continuité des actions engagées et développer de nouvelles activités : escalade à Fontainebleau, randonnées, VTT... Par ailleurs, la mairie d'Orléans envisage de construire l'année prochaine une SAE spécialement adaptée à ces publics...

Club Alpin Français Orléans
5 rue Pasteur 45000 Orléans
<http://orleans.ffcam.fr>



ALEX CHABOT FRANCOPHONE CLUBS TOUR

Alex Chabot, membre du Groupe Excellence Escalade de la FFCAM, entame du 10 octobre au 20 décembre un « Francophone Clubs Tour » de douze dates en France, Belgique, Suisse, Maroc et Canada. Avec le Club alpin français local, et le club Grimp'Extrême, Alex viendra partager une soirée qui, outre une séance d'escalade, comprendra l'intervention d'un grimpeur ou d'un photographe confirmé et la projection de films. Gratuites, ces soirées avant tout conviviales sont ouvertes à tous. Le détail de cette tournée est consultable sur le site de la FFCAM : www.clubalpin.com

ASSURAGE MOULINETTE TOUT CE QU'IL FAUT SAVOIR...

L'assurage à l'aide d'une moulinette est une pratique sécurisante, mais pas dénuée de tout danger. Pierre Faivre, conseiller technique national formation, rappelle quelques fondamentaux pour pratiquer dans des conditions de sécurité optimum.

« Si le nombre d'accidents dans l'utilisation de cette technique reste marginal par rapport aux mauvaises réceptions lors de chutes en tête ou pendant une séance de bloc, leur gravité attire toutefois notre attention et doit nous rappeler les règles qui permettraient de les éviter. On peut classer ces incidents en trois catégories liées à :

1. un défaut de matériel (corde trop courte) ;
2. un défaut d'attention (nœud pas fini, chute au sol par absence de freinage) ;
3. un défaut de communication provoquant une chute au relais.

1. Le marquage systématique du milieu de corde (avec un produit non corrosif) et la confection d'un nœud en bout de corde côté assureur supprimeraient totalement ce risque (voir photo).

2. Ce point est plus délicat que le précédent. Les salles surfréquentées et les falaises ombragées incitent plus à la discussion ou à la rêverie qu'à une attention soutenue. Pour y remédier, il faut absolument combattre l'idée que l'assureur est le seul garant de la sécurité du grimpeur. Même si les jurisprudences attribuent systématiquement la responsabilité d'un accident de moulinette à l'assureur, la FFCAM ne partage pas cet avis. Comme nous l'enseignons depuis plusieurs années dans nos formations de cadres, le grimpeur ne peut à aucun moment se comporter comme un « poids mort » ; il est acteur de l'assurage et doit en permanence se préoccuper du comportement de son assureur : c'est-à-dire vérifier le frein au grigri - comme l'assureur vérifie de son côté l'encordement du grimpeur - au départ, vérifier son placement durant l'ascension ainsi que sur le mou de la corde, enfin, s'assurer que l'assureur est en place pour la redescente.

3. Reste le problème du désencordement après une ascension en tête en vue de la descente en moulinette. La procédure est bien entendue fonction du type de relais, mais elle doit toujours se terminer par un contact verbal clair entre les protagonistes et une forte tension de la corde afin de limiter les risques de mauvais encordement ou d'erreur de passage de la corde dans le relais avant moulinage. Cette mise en tension survenant toujours avant que le grimpeur ne détache son auto-assurance. »

© Pierre Faivre



ALTITRAIL POWDER

LE SKI LARGE DE LA GAMME ALTI DÉVELOPPÉ ET TESTÉ AVEC LES GUIDES - SKIEURS DE PENTE RAIDE R. LÉCLUSE, P. TARDIVEL & R. JANODY : LÉGÈRETÉ, ACCROCHE, PORTANCE



LE SKI AUX 5 « PREMIÈRES » RÉALISÉES DEPUIS MAI 2007

BREITHORN
FACE SW DU LAUTERBRUNNEN (SUISSE)
NEVADO ANANTA 5290 M (PÉROU)
CALLANGATE SUR 6030 M (PÉROU)
JAPU PUNTA 5812 M (PÉROU)
NANT BLANC / AIGUILLE VERTE
(MONT-BLANC - FRANCE)
réalisée sans rappel

DYNASTAR.COM & LANGESKIBOOT.COM

DYNASTAR  LANGE
we live SKIING JOIN US*

CENTRES
DE MONTAGNEUN RÉSEAU
À VOTRE SERVICE...

Les centres de montagne des Tuffes, de la Grange de Holle, des Trois Fours, du Sancy et celui de l'Eychauda sont ouverts en hiver. Nous vous rappelons qu'ils accueillent vos stages mais aussi vos séjours individuels et en famille. Si vous souhaitez y séjourner en période de vacances scolaires, il est important de faire vos réservations

le plus tôt possible. La FFCAM et les gardiens de quelques centres ont le plaisir de vous faire une offre promotionnelle pour vos séjours du dimanche soir au vendredi en ½ pension du 4 au 30 janvier 2009.

Les Tuffes : 159 € (adultes)
ou 152 € (mineurs)

La Grange de Holle : 135 € (adultes)
ou 128 € (mineurs)

Les Trois Fours : 145 € (adultes)
ou 139 € (mineurs)

L'Eychauda : 161 € (adultes) ou 152 € (mineurs)

Retrouvez toutes les activités possibles au départ de ces centres sur le site www.clubalpin.com à la rubrique « Centres de montagne ».

Renseignements et réservations auprès des gardiens ou du service des centres de montagne au 04 92 44 07 48.

Le centre de la Maline ouvrira ses portes le week-end des Rameaux.

Les centres de la Bérarde et du Tour seront ouverts dès le mois d'avril pour vos randonnées à ski ou vos séjours de ski de piste au Tour.

Afin d'améliorer le service à nos adhérents, une grande enquête de satisfaction est disponible sur

le site web. Nous vous remercions par avance de vos réponses.

ATTENTION, les adresses courriel des centres changent et deviennent :

Eychauda :caf-eychauda@ffcam.fr

Tour :caf-tour@ffcam.fr

Bérarde :caf-berarde@ffcam.fr

Tuffes :caf-tuffes@ffcam.fr

Holle :caf-holle@ffcam.fr

Trois Fours :caf-troisfours@ffcam.fr

Maline :caf-maline@ffcam.fr

Sancy :caf-sancy@ffcam.fr



© Eric Beauvallet

RASSEMBLEMENTS NATIONAUX
NOUVELLE ANNÉE EN PERSPECTIVE...

Alors que la saison 2008 vient de s'achever, les regards se tournent vers l'année 2009, pour laquelle se préparent d'ores et déjà les quatre rassemblements nationaux :

Spéléologie

Le 22ème rassemblement des spéléologues de la FFCAM –organisé collégialement– aura lieu du 21 au 24 mai 2009 (pont de l'Ascension) à Saint-Sulpice/Célé, dans le département du Lot.

Pour toute information, vous pouvez contacter Sylvain Martin, président de la commission nationale de spéléologie : sylvainmartin76@hotmail.com

Vélo de montagne

Après les Vosges, en 2008, le 18ème rassemblement national de vélo de montagne, organisé par le CAF d'Oloron, se déroulera en 2009 dans les Pyrénées Atlantiques, du 19 au 22 août.

Pour toute information : www.clubalpinoloron.fr

Descente de canyon

En 2009, le Rassemblement InterFédéral de descente de canyon (RIF) se tiendra les 12 et 13 septembre dans les Alpes du Sud (l'édition 2008 du RIF a dû être annulée). Les commissions « canyon » des trois fédérations investies dans cet événement –FFCAM, FFME et FFspéleo– vous invitent dès à présent à vous inscrire.

Pour toute information : www.descente-canyon.com

Parapente

Après Samoëns, en 2008, les pilotes de la FFCAM s'envoleront l'année prochaine pour les Alpes-Maritimes, où se déroulera, les 12 et 13 septembre, le 21ème rassemblement national de parapente de la FFCAM, organisé par le Club alpin français de Nice...

Pour toute information : www.cafnice.org ■

QUE LA
MONTAGNE
EST BELLEUNE MAGIE
NOMMÉE FORÊT...

Une cinquantaine de clubs ont participé à la 4ème édition de l'opération *Que la montagne est belle*, qui s'est déroulée les 13 et 14 septembre, sur le thème de la forêt. Alpes du Nord et du Sud, Cévennes, Morvan, Pyrénées : tous les massifs français ont été visités lors de ces deux journées. Au programme : conférences, randonnées à thèmes permettant de découvrir la faune et la flore, mais aussi restaurations de granges, nettoyage et entretien de sentiers, débroussaillage... Le beau temps n'était pas au rendez-vous, mais le public était néanmoins présent, curieux de comprendre, mais aussi de protéger la beauté et la magie de l'espace forestier. ■



© Jean-Marie Combette



© Didier Rappin



© Jean Mercier / CAF Hautes-Vosges

Ascensionist

Veste de montagne coupe-vent, très respirante et solide grâce à son double tissage extensible en polyester et ses coutures thermo-collées. Fabriquée en matières recyclées (45%) et entièrement recyclable.



Traversée de l'arête Küffner (Mont Maudit) par Helmut Scheichl & Milli Mathis, Chamonix, France. Photo: Peter Mathis © 2008 Patagonia, Inc.

patagonia®

Consultez notre liste de revendeurs et demandez notre catalogue automne/hiver sur www.patagonia.com et au 0805 98 0012 (n° gratuit).

*Donnez un cerveau à vos muscles. **Il faut souffrir pour être bon.

NO PAIN, NO GAIN



Aujourd'hui, pour faire la différence dans son sport, il faut se préparer avec toujours plus d'efficacité. Grâce à la technologie Compex, lâchez la souffrance du "No pain, no gain" pour l'intelligence du "No brain, no gain".



Compex[®]
muscle intelligence