



Actualités du Club

Nouvel horaire de la permanence

Pour rappel, à partir du 31 août, la permanence du jeudi change d'horaire. Dorénavant Stéphanie, Remy, Michel, Fabrice et Gérald vous accueillent de 18h30 à 19h30.

Renouvellement des licences et certificats médicaux

Début septembre, vous recevrez le courrier/mail pour renouveler votre licence. Pour rappel, la licence 2017 est valable jusqu'à fin septembre.

En application de la loi du 26 janvier 2016 (dite "de modernisation du système de santé), les règles de gestion des certificats médicaux vont changer. Afin de nous y préparer, il faudra nous fournir **obligatoirement** pour votre renouvellement d'adhésion un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique des sports de montagne daté de moins de 3 mois.



L'escalade c'est reparti !

Vous pouvez retourner grimper au mur du Cuvier depuis le lundi 21 août. Un grand merci à toute l'équipe qui s'est mobilisée pour ré-équiper des voies au Cuvier, en étroite collaboration avec l'association Bethoncourt Plein Air, et en prenant soin de respecter le cahier des charges demandé par Olivier pour l'école d'escalade.

Grâce à eux, nous avons 2 voies de différents niveaux dans chaque couloir, et nous sommes prêts pour accueillir les grimpeurs pour cette nouvelle saison !



Carnet rose

Notre responsable de l'école d'escalade, Séphora a accouché le 7 août d'un petit garçon prénommé Lucas.

Maman et bébé se portent bien. Toutes nos félicitations aux heureux parents !





16 septembre : activité escalade chez Décathlon

Le samedi 16 septembre, le CAF Montbéliard sera présent sur l'événement VITALSPORT organisé par le magasin Décathlon Montbéliard.

Le but de cette journée est de faire découvrir au public plusieurs activités sportives. Nous avons été sollicités pour l'escalade.

Ce sera aussi l'occasion de présenter notre club, et nous l'espérons le début d'un partenariat avec l'enseigne qui sera renouvelé.

Faites passer le mot, et venez nous voir !

23 & 24 septembre : week-end multi activités organisé par le comité départemental du Doubs

L'événement aura lieu les samedi 23 et dimanche 24 septembre dans la vallée d'Abondance (hébergement au chalet « Les Clarines » à Richebourg).

Au programme : samedi randonnée orientation, dimanche au choix escalade, alpinisme, VTT, canyoning, via ferrata, randonnée.

Plus d'informations sur le site du club (page d'accueil et agenda).

Reprise de l'école d'escalade

En l'absence de Sephora, Olivier reprend la responsabilité de l'école d'escalade. Les cours reprendront le mercredi 13 septembre à 17h30.

Quelques nouveautés au programme cette année ::

- L'école passe de 10 à 12 enfants avec quatre nouvelles inscrites dont Gérald s'occupera plus spécifiquement au début.

- le gros changement concerne le créneau horaire qui sera désormais de 17h30 à 19h15. Le quart d'heure supplémentaire permettra de finir tranquillement la grimpe libre, discuter, ranger, apprendre des manips de cordes, voir des points précis ... et les gouter bien sur !

Avec 12 enfants, il devient difficile de faire cohabiter l'école d'escalade et des adultes autonomes. La première heure (17h30 – 18h30) sera donc exclusivement réservée aux enfants de l'école, aux parents initiant leurs enfants et aux débutants qui veulent faire de l'escalade (1ère leçon). A partir de 18h30, la séance sera ouverte à tous.

Un grand merci aux encadrants pour leur investissement pour le bon fonctionnement de l'école : Sephora, qui fait une pause mais reviendra hyper motivée, Olivier « qui assure », Gerald, mais aussi Remy et Vincent toujours présents.



Infos pratiques

Gare aux tiques !

Signalement---Tique ! Cette application est disponible dès maintenant par téléchargement gratuit pour les smartphones iOS et Android. L'INRA et l'ANSES avec le ministère des Solidarités et de la Santé, font appel aux volontaires qui souhaitent participer aux recherches pour la lutte contre les tiques et les maladies qu'elles transmettent.

Plus d'infos : <http://presse.inra.fr/Communiqués-de-presse/Tiques-maladie-de-Lyme-et-autres-maladies-a-tiques>

l'appli :

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.inra.VigiTic>

<https://itunes.apple.com/fr/app/signalement-tique/id1257654095?mt=8>



Les sorties du club

Focus sur le Camp d'été dans les Pyrénées

par Stéphanie Mouret

Cette année le camp d'été s'est déroulé du 22 juillet au 5 août dans les Hautes Pyrénées à proximité du cirque de Gavarnie. Un prolongement jusqu'au 7 a permis à certains de sortir piolet et crampons pour faire l'ascension du plus haut sommet du massif : le Grand Vignemale (3298 mètres).



Nous avons établi le camp de base au camping « Le Mousca » (probablement la traduction de mouche vu l'extraordinaire concentration de ces charmantes bestioles qui nous ont tenu compagnie !!) à Gèdre, autour du *vitabri* mis à disposition et aménagé par le comité départemental de Haute Saône afin de nous retrouver pour les repas, la préparation des sorties, les échanges divers et variés et de nous abriter en cas de mauvais temps.

Au total, ce sont 15 cafistes issus des clubs des Vosges-Saônoises, Vesoul, Montbéliard, Belfort et Lons-Le-Saunier qui se sont côtoyés.

Pour ma part, arrivée le dimanche soir, j'ai commencé le lundi en intégrant le groupe déjà en place pour une « petite balade » dans le cirque d'Estaubé au départ du barrage des Gloriettes (1716m). Ce n'était pas rien tout de même ! Montée escarpée, humide et bien ventée jusqu'au refuge de Tuquerouye (2600m), et au retour pour profiter de la réapparition du soleil, « petit » détour à la cascade du Pla d'Ailhet. Le tout accompagné des marmottes (jamais vu autant), des vautours et d'un isard venu nous narguer sur un névé !



Le lendemain, direction le même barrage mais cette fois-ci en vélo depuis le camping pour une vingtaine de kilomètres et 1200m de dénivelé, dur-dur !! Montée sur route, trop concentrée pour ne pas descendre du vélo avant d'arriver au but (j'y arriverai ! j'y arriverai !!!), je n'ai pas vu grand-chose d'autre que mon compteur et la vitesse instantanée en baisse constante... j'aurais bien aimé avoir quelques pignons de plus !! Pour la descente en revanche, j'ai bien profité, en trois parties : la 1ère sur le vélo en balcon au milieu des alpages, puis en forêt à pied sur un chemin très très technique (trop pour moi), glissant, pentu et caillouteux, et enfin de nouveau sur le vélo sur la dernière portion le long du gave (c'est comme ça qu'ils nomment les cours d'eau) de Héas. Une bien belle sortie !



Du mardi au samedi, les premiers arrivés nous avaient concocté une randonnée itinérante dans le parc de Néouvielle :

- Premier jour : départ du parking du Tournaboup (1400m), montée à la cabane d'Aygues Cluses (2000m) qui aurait dû être notre hébergement pour la nuit mais qui s'est transformé en bivouac (mon premier en montagne), l'odeur de vieux bouc étant trop tenace à l'intérieur :D. Aller-retour au Pic d'Aygues Cluses (2620m) qui nous a donné un aperçu sur les magnifiques paysages que nous allions



traverser le lendemain. Baignade dans le lac et ses eaux glaciales, ça fait circuler le sang paraît-il ☺ Petit déjeuner en compagnie des moustiques et des ânes qui auraient bien aimé le partager.

- Deuxième jour : direction le refuge de l'Oule (1820m) en passant par le col et le pic de Madamète (2657m), les lacs d'Aumar et d'Aubert avec vue sur le pic de Néouvielle (3091m), les Laquettes, le lac d'Orédon, le col d'Estaudou (2260m) et le lac de l'Oule en faisant le grand tour car le raccourci était fermé pour travaux... Arrivés de justesse ½ heure avant l'heure du repas, certains ont choisi la douche, d'autres la bière ☺.
- Troisième jour : des lacs partout, un col et un pic : de Bastanet (2700m) avec magnifique vue à 360°. Arrivée au refuge (CAF) de Campana de Cloutou (2200m) dans l'après-midi, petite bière pour la récupération, baignade avec les petits poissons nettoyeurs de pieds dans une eau à 12° (dixit le gardien), sieste, repas très copieux et balade digestive oblige !
- Quatrième jour : retour au parking en retrouvant un bout du chemin du premier jour. Toujours aussi beau, un vrai régal !

Dimanche matin, le temps étant à la pluie, nous nous sommes retranchés dans la belle salle d'escalade et tout en hauteur de Gèdre, et en fin d'après-midi, les nuages s'étant levés nous en avons profité pour aller randonner au col du Pourteillou (2238m).

Lundi, découverte du fameux cirque de Gavarnie et de son impressionnante cascade. Cela vaut le détour, même s'il ne sera pas mon préféré par rapport à ceux d'Estaubé et de Troumouse (trop encaissé, caillouteux et beaucoup trop touristique).

Mardi, randonnée au cirque de Troumouse, mon préféré, le plus grandiose des trois, et le moins fréquenté.

Mercredi, retour au cirque d'Estaubé, pour rejoindre cette fois le col Port Neuf de Pinède (2466m) que nous avons repéré la première fois. Toujours aussi beau !

Jeudi direction le Taillon (3144 m) depuis le col des Tentes (2200m). Superbe randonnée tout d'abord en balcon au milieu des cailloux et des moutons, avant d'attaquer la longue montée débutant par la traversée d'une très jolie cascade, puis passant par le refuge des Sarradets (2500m) depuis lequel nous avons pu apercevoir un bout de la cascade du cirque de Gavarnie. Ensuite, encore un peu de dénivelé pour arriver à la Brèche de Roland (2800m) et découvrir le magnifique panorama sur l'Espagne. Pause pique-nique accompagnée par les chants d'un groupe installé en amont et amplifiés par la résonance de la paroi ! Dernière ligne droite, et arrivée au sommet, vue dégagée à 360° avec aperçu sur le Vignemale, notre objectif pour la fin du séjour.



Vendredi, repos : tourisme à Luz-Saint-Sauveur le matin, et grimpe au-dessus de Gèdre en fin d'après-midi.

Samedi, via feratta le matin et grande voie l'après-midi. Les edelweiss ont enfin montré le bout de leur nez !! On n'y croyait plus...










Dimanche, repos (pour de vrai), pour être en forme pour l'ascension du lendemain : le Vignemale. Comme il y avait un peu de route, nous avons préféré partir le soir pour dormir sur place, et c'est bien tombé car c'était la pleine lune et le ciel était dégagé ! Réveil à 3h pour un départ à 4. Retour au parking à 16h. Très belle course mixte avec traversée de glacier et un peu d'escalade juste avant d'atteindre le sommet. Clôture du séjour en beauté !!





Agenda :

Pour rappel, les sorties à venir :

	Le 07/09/2017	<u>Randonnée pleine lune</u>		Inscription MOURET Stéphanie 06 85 14 06 17
	Le 10/09/2017	<u>Randonnée</u>	 Derrière le Mont, Le Mont Dessus, Louadey, Le Châtaignot, Les Cernoniers, Derrière le Mont	Inscription FERGANI Didier 06 30 30 64 21
	Le 17/09/2017	<u>Randonnée</u>	 Vosges : le Rainkopf par les crêtes depuis Wildenstein,	Inscription NICOD Claude 06 41 44 12 81
	Du 23/09/2017 au 24/09/2017	<u>Rencontre interclubs FFCAM du Doubs</u>	Vallée d'Abondance	Inscription MOURET Stéphanie 06 85 14 06 17

Infos pratiques

Adresse du local :
2 RUE ETIENNE OEHMICHEN
25200 MONTBELIARD
Permanence les jeudis soirs de 20h30 à 22h.

[Site internet club alpin Pays de Montbéliard](#)

[Page Facebook Club Alpin Pays de Montbéliard](#)

[Inscription à la newsletter sur le site du CAF Montbéliard](#)