

# Programme

De mai à Novembre 2019



Randonnée

Raquette

Ski de randonnée

Alpinisme

Escalade

Ecole d'escalade

Parapente

Formation

Multi-activité

## Eté / Automne 2019

Voilà l'été qui arrive avec ses découvertes en pleine nature et accompagné du soleil.

47<sup>ème</sup> année du CAF Pays de Montbéliard – 96<sup>ème</sup> programme



club alpin français  
Pays de Montbéliard



## AU SOMMAIRE

Les bénévoles.....	3
Le CAF, c'est surtout des activités en montagne, mais aussi.....	4
N'oubliez pas le local.....	4
Les moyens de communication .....	4
Formations .....	5
Activités.....	6
Escalade .....	7
parapente.....	9
Prêt de matériel .....	10
L'adhésion .....	11
Programme .....	12
Nos sorties.....	17
Remerciements à nos partenaires .....	26



## LES BENEVOLES

### Le bureau :

Présidente	Stéphanie MOURET	06 85 14 06 17
Trésorier	Patrick GUILLAUD-VALLEE	06 72 08 23 85
Vice-Président/Trésorier adjoint	Michel LAUDE	06 73 56 42 16
Secrétaire	Emmanuel GUET	06 79 23 54 38

### Le comité directeur :

Rémy HUNION	03 81 96 20 51	Claude NICOD	03 84 46 89 82
Vincent POILEVEY	06 72 63 59 18	François VILLARS	03 81 96 73 16

### Les responsables de commissions :

Alpinisme	Mathieu BLAIN	06 84 39 82 88
Ecole d'escalade	Olivier BRENOT	06 65 79 90 23
Matériel	Rémy HUNION	03 81 96 20 51
Parapente	François LECLERC	03 81 92 31 82
Randonnée pédestre et raquettes	Guy MONTRICHARD	03 81 93 10 63
Escalade	Vincent POILEVEY	06 72 63 59 18
Adhérents	Guillaume TREHEN	06 82 87 19 60
Ski de randonnée	François VILLARS	03 81 96 73 16

### Les encadrants :

<b>Randonnée pédestre et raquettes</b>			
Emmanuel GUET	06 79 23 54 38	Stéphanie MOURET	06 85 14 06 17
Guy MONTRICHARD	03 81 93 10 63	Claude NICOD	03 84 46 89 82
Cédric ROSSELOT-MOREL	06 84 73 95 80		
<b>Escalade</b>			
Mathieu BLAIN	06 84 39 82 88	Olivier BRENOT	06 65 79 90 23
Vincent POILEVEY	06 72 63 59 18	Rémy HUNION	03 81 96 20 51
Gerald SOBUH	06 64 37 78 77		
<b>Ski/surf de randonnée</b>			
Frédéric ABADIE	06 15 39 57 75	François VILLARS	03 81 96 73 16
Jean-Christophe CHABOD	03 84 46 20 23	Laurence BURILLE	06 15 39 57 75
<b>Alpinisme</b>			
Mathieu BLAIN (terrain d'aventure)	06 84 39 82 88		



## LE CAF, C'EST SURTOUT DES ACTIVITES EN MONTAGNE, MAIS AUSSI

→ Demi-tarif sur les nuitées dans les 125 refuges et chalets de montagne, propriétés de la Fédération française des clubs alpins et de montagne, mis à la disposition de tous. Le guide des refuges est consultable en ligne sur le site internet de la FFCAM ([www.ffcam.fr](http://www.ffcam.fr)).

→ Le magazine « Montagne et Alpinisme » à tarif préférentiel (4 numéros par an).

→ Le magazine semestriel « Montagnes infos », le journal de la Fédération française des clubs alpins et de montagne.

→ Une assurance pour les sports en montagne : responsabilité civile, garantie individuelle accident, rapatriement, frais de recherche et d'évacuation, dans toute l'Europe (et dans le monde entier en option) : intéressant et vivement conseillé pour la Suisse où les secours sont payants. Dépliant disponible au CAF.

## N'OUBLIEZ PAS LE LOCAL

Ouvert tous les jeudis soir de 18h30 à 19h30, notre local situé à l'espace associatif du Côteau Jouvent, 2 rue Etienne Oemichen à Montbéliard, vous permet :

- de rencontrer d'autres passionnés de montagne,
- de faire le point en groupe avec les organisateurs des sorties du week-end (horaires, parcours, météo...),
- d'emprunter tout le matériel nécessaire à la pratique de nos sports (tarifs et conditions dans ce bulletin), sans oublier une multitude de cartes (France et Suisse), de nombreux topos d'escalade et ouvrages sur le monde de la montagne.

Alors n'hésitez pas à venir y faire un tour !

## LES MOYENS DE COMMUNICATION

→ **Le site internet** : toutes les informations pratiques concernant le club. Accessible à l'adresse suivante : <http://cafmontbeliard.ffcam.fr>.

→ **Le forum** : informations sur les sorties, discussions thématiques. Accessible à l'adresse suivante : <http://clubalpinmontbeliard.leforum.eu/index.php>

→ **La page Facebook** : agenda des sorties, informations de la fédération et des clubs alpins voisins. Accessible à l'adresse suivante : <https://www.facebook.com/CafMontbeliard/>. Faites-nous « un like » pour rester connectés avec le club.

→ **La newsletter** : Elle est éditée tous les mois. Vous la recevez directement dans votre boîte mail. Elle est aussi téléchargeable sur le site internet du club, rubrique Actualité – Newsletter.

→ **Le Google Groups de l'escalade** : communication sur les sorties organisées spontanément, annulations de séances aux murs, modifications de sorties au programme. Inscription sur <https://groups.google.com/forum/#!forum/montbescalade>.

→ Il y a également maintenant un google Groups CAF Montbéliard : activités hivernales (ski alpin, ski de randonnée nordique, ski de randonnée alpine, skating et raquettes) : <https://groups.google.com/d/forum/caf-activites-hivernales-tout-skis-et-raquettes>



## FORMATIONS

Le Club Alpin du Pays de Montbéliard souhaite faciliter le parcours des adhérents motivés s'engageant dans une démarche de formation. **La vivacité du club est donnée par le nombre et le dynamisme de ses encadrants ! Alors si vous vous sentez, n'hésitez surtout pas à vous lancer !**

Parce que la sécurité ça n'a pas de prix, le Club Alpin considère la formation à toutes les activités de pleine nature comme une action stratégique.

Elle s'adresse à tous les adhérents :

- pour leur pratique personnelle et collective au sein du club,
- à tous ceux qui souhaitent s'investir davantage dans le rôle d'encadrant bénévole.

D'une manière globale l'organisation des formations fédérales peut se résumer à plusieurs niveaux :

**Niveau 1** : formation personnelle des pratiquants destinée à leur permettre d'accéder à l'autonomie dans leurs activités : Unité de formation commune aux activités - UFCA (1 jour), unités de formation de niveau 1 - UF1 (2 jours) ex : carto-orientation, neige et avalanche, sécurité sur glacier, autonomie escalade ...

**Niveau 2** : formation qualifiante permettant d'obtenir des brevets d'Initiateurs Fédéraux et d'encadrer : Unités de formation de niveau 2 - UF2 (2 à 7 jours) ex : carto-orientation, neige et avalanche, sécurité sur glacier, technique alpine, autonomie sur SAE, autonomie sur site sportif, terrain d'aventure, terrain montagne, stage d'initiateur (2 à 7 jours en fonction des disciplines).

**Niveau 3** : pour former les formateurs et obtenir le diplôme d'Instructeur Fédéral : Unités de formation de niveau 3 - UF3 (2 à 3 jours), Stage d'instructeur (2 à 7 jours).

Le Club Alpin du Pays de Montbéliard **souhaite aider efficacement** les adhérents motivés à se former, ou les actuels formateurs à maintenir leurs compétences par des « recyclages » réguliers.

Pour ce faire, le Club peut rembourser les frais engendrés lors de ces sessions de formations. De plus, en fonction des besoins et des volontés, le référent formation du club est à disposition des adhérents en période de formation pour faciliter les démarches administratives nécessaires aux inscriptions.

**Dans tous les cas, contactez le bureau ou les responsables de commission qui sauront vous guider.**

Le Club de Montbéliard organise aussi régulièrement des formations de niveaux 1 (cartographie niveau 1 sur demande, neige avalanche niveau 1 chaque année en janvier, ...) ou spécifiques (Equipements de Protection Individuelle, ...). De plus, avec notre partenaire **La Croix Rouge** du Pays de Montbéliard nous pouvons vous orienter vers la formation **aux premiers secours** PSC1/IRR qui vous donne les bases fondamentales en situation de crise.



## ACTIVITES

### Sorties

Pour une organisation optimale de nos sorties :

- Si vous souhaitez participer aux activités, une prise de contact en amont de la date de sortie avec l'organisateur est importante (raison de plus de venir au local☺).
- Ceci permet de vous assurer de l'horaire exact de départ, du lieu de rencontre pour l'organisation du co-voiturage, des conditions météo, du parcours, du niveau de difficulté, etc.

Merci de prendre contact avec l'organisateur en passant le jeudi soir au local pendant les heures de permanences ; il sera présent pour vous donner ces informations et prendre votre inscription. Si vous ne pouvez passer un coup de fil.

### Soirées spéciales

- **Les soirées pleine lune** : pour goûter aux joies de la découverte nocturne des environs du Pays de Montbéliard, nous proposons de courtes randonnées avec une ambiance loup garou au clair de lune. Prévoyez tout de même vos frontales, et surveillez votre calendrier lunaire ainsi que nos outils de com' pour les modalités.

### Voyages

- Camp d'été 2019 du Comité Régional Bourgogne Franche-Comté à la Béarde (Massif des Ecrins). Pré-inscription : [camp\\_2019.crbfc@orange.fr](mailto:camp_2019.crbfc@orange.fr)

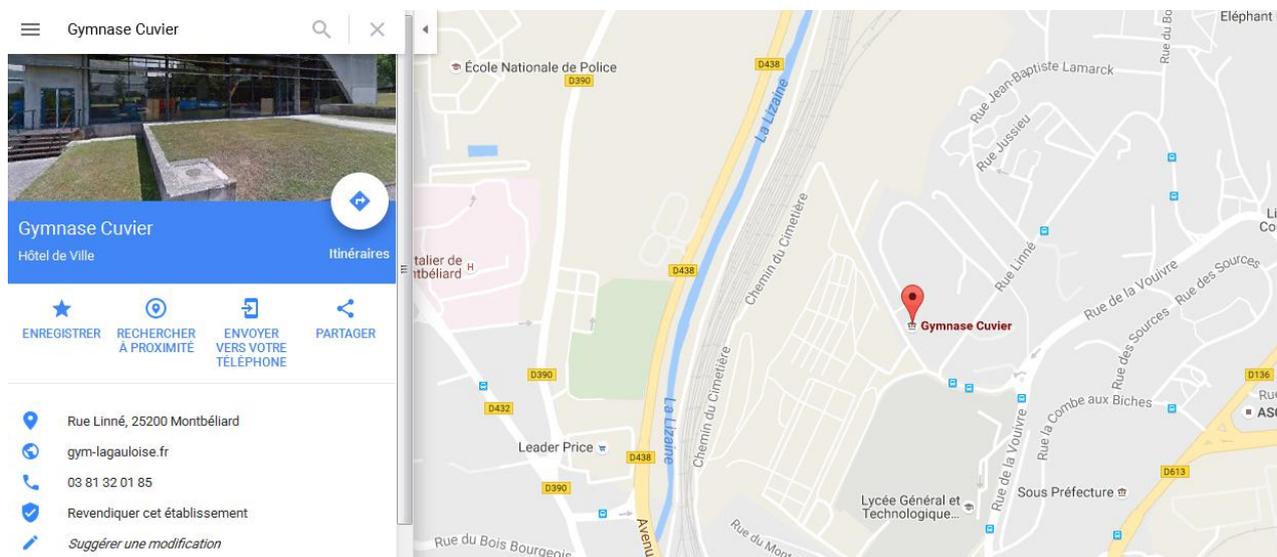


## ESCALADE

Toute l'année :

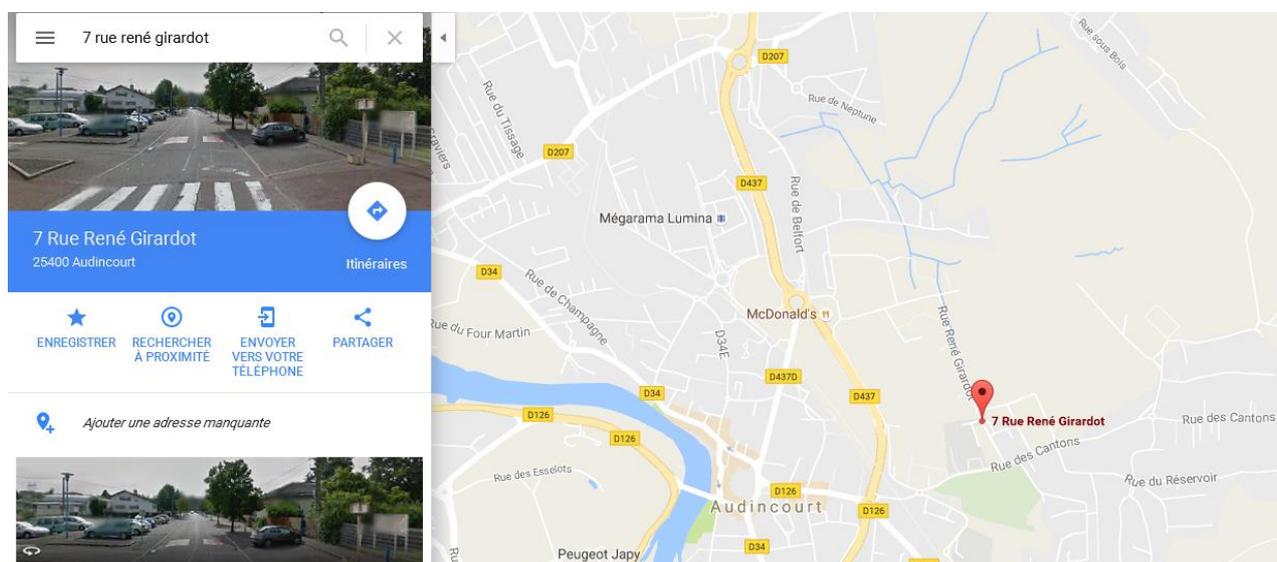
### A Montbéliard au gymnase du Cuvier

- Lundi de 17h30 à 20h00.
- Mercredi de 18h30 à 20h00.
- Vendredi de 17h30 à 19h00.
- Samedi exceptionnellement suivant indications des encadrants de 14h00 à 17h00.



### A Audincourt au gymnase C.O.S.E.C Jean-Michel Curie

Nouveauté cette année, nous avons un créneau le mercredi de 20h00 à 22h00.





## En extérieur selon la météo

A Pont-de-Roide, Belfort sur le site de la Justice, Baume-les-Dames...



## Google Groups

Pensez bien à vous inscrire à notre Google Groups pour être informés des sorties organisées spontanément tout au long de l'année.

## Ecole d'escalade

Le mercredi de 17h30 à 19h15 pour les enfants à partir de 10 ans.

Attention places limitées à 12 enfants, pensez à vite vous inscrire en début d'année scolaire.

Responsable : Olivier Brenot 06 65 79 90 23.





## PARAPENTE

L'activité parapente est très dépendante des conditions météorologiques et aérologiques, nous ne pouvons donc pas programmer un calendrier des activités à l'avance excepté un séjour par an en Juin cette année du 16 au 24 à Samoëns.

Les sites de vol les plus fréquentés sont le belvédère de Mandeuve et le Ballon d'Alsace. Pour le site de Mandeuve, chacun examine les conditions aérologiques du jour : si le vent semble favorable (Ouest à Sud-Ouest 10 à 20km/h) il y a presque toujours quelques amateurs présents sur le site. Pour le site du Ballon d'Alsace, il faut aussi du vent favorable (Nord à Nord- Est 10 à 20 Km/h), et généralement nous nous consultons téléphoniquement pour organiser éventuellement un covoiturage.

Le club ne propose pas de formation : pour voler avec nous, il faut être autonome en pilotage (avoir effectué au moins deux stages d'une semaine en école de vol libre agréée par la Fédération Française de Vol Libre) et en matériel (le parapente et ses accessoires sont des matériels personnels). Dans ces conditions nous pouvons accompagner un nouveau pilote pour des vols sur les sites de la région.

Pour plus d' information, vous pouvez contacter François Leclerc au 03 81 92 3182.



Photo Saomens, source internet



## PRET DE MATERIEL

Afin d'accompagner les adhérents dans la découverte d'activités, nous mettons à leur disposition du matériel sous forme de prêts, moyennant une participation financière pour l'entretien et le renouvellement.

Les emprunts sont possibles pour participer aux activités proposées au calendrier (en priorité), en particulier lors des journées de formation, mais aussi pour des sorties personnelles. Pour cela, il faut se rendre au local du club pendant la permanence.

Les trois premiers emprunts par type de matériel sont gratuits, ainsi que les emprunts pour participer à des formations sécurité ou des formations qualifiantes. Dans le cadre des cartes découvertes, 3 emprunts sont offerts sous le nom de l'organisateur.

Le matériel emprunté doit être ramené le jeudi suivant la sortie. Toute semaine supplémentaire est due, sauf si cela a été signifié au moment de l'emprunt.

Dans le cas d'un emprunt pour une sortie officielle, le tarif n'est pas appliqué si elle est annulée.

### Matériel disponible en prêt :

- pour toute sortie : altimètres, cartes, crochet à lunule, DVA, sondes, pelles, GPS, raquettes, skis de randonnée.
- pour les sorties officielles du club : le matériel précédent + baudriers, broches, casques, coinces, cordes (uniquement aux encadrants), crampons, dégaines, piolets (alpinisme et cascade de glace), systèmes d'assurance.

### Tarifs :

	Par week-end	Par semaine	Par semaine supplémentaire
DVA	3,00 €	10,00 €	8,00 €
HARNAIS	2,00 €	4,00 €	3,00 €
CASQUE	2,00 €	4,00 €	3,00 €
CRAMPONS	4,00 €	8,00 €	6,00 €
PIOLET	3,00 €	6,00 €	5,00 €
RAQUETTES	4,00 €	8,00 €	6,00 €
SKI RANDO	20,00 €	35,00 €	30,00 €



## L'ADHESION

Du 01/05/2019 au 31/08/2019

### Mettre tarifs réduits

	Part fédé + Club + RC	Avec assurance de personne
<u>T1</u> - Plus de 24 ans (né avant le 01/01/1993)	40,12 €	61,12 €
<u>J1</u> - De 18 à 24 ans (né entre le 01/01/1993 et le 01/01/1999)	31,08 €	47,08 €
<u>J2</u> - Moins de 18 ans (né après le 01/01/1999)	26,84 €	42,84 €
<u>C1</u> - Conjoint de membre titulaire	27,32 €	48,32 €
<u>Enfant de membre titulaire</u>	22,36 €	38,36 €
<u>E1</u> - De 18 à 24 ans (né entre le 01/01/1993 et le 01/01/1999)	17,80 €	33,80 €
<u>E2</u> - Moins de 18 ans (né après le 01/01/1999)		
<u>A1</u> - Plus de 65 ans et cafiste depuis plus de 10 ans	37,10 €	58,10 €
<u>S1</u> - BE, Guide, accompagnateur montagne, gardien refuge	36,60 €	57,60 €

- Abonnement à la revue « La Montagne et Alpinisme » : 20€.
- L'assurance de personne est facultative si vous êtes assurés par ailleurs (assurance incluant les frais de recherche). Les organisateurs de courses se réservent le droit de refuser un adhérent ne pouvant prouver sa qualité d'assuré accident.
- Extensions : Monde entier : 87€.
- Individuelle accident renforcée (optimisation + dommages matériels sportifs) : 33€ (19.50€ pour les bénévoles).
- Ne pas oublier le certificat médical.

### Carte découverte

- Vous souhaitez essayer une activité avant de prendre une adhésion ? La carte découverte vous permettra d'être assuré et de participer en toute tranquillité. Elle est valable 24 heures, renouvelable 2 fois et coûte 5 euros. Pour souscrire, il vous suffit de venir au local pendant la permanence.

Pour toute question contacter le gestionnaire des adhérents (Guillaume Trehen : 06 82 87 19 60)



## PROGRAMME

### COTATION DES SORTIES RANDONNEES :

Montagnes	Dénivelée	Temps de marche
-	< 500m	< 5h
1	Entre 600 et 800m	Entre 5 et 6h
2	Entre 800 et 1000m	Entre 6 et 8h
3	> 1000m	7-8h ou parcours alpin/escarpé

### COTATION DES SORTIES RAQUETTES :

*	Débutant à moyen, parcours facile
**	Bon niveau, pratiquant à l'aise dans l'activité, allure qui peut être soutenue
***	Parcours soutenu nécessitant une bonne technique et une bonne condition physique

### COTATION DES SORTIES SKI DE RANDONNEE :

MS	Skieur Moyen
BS	Bon Skieur, ayant déjà pratiqué le ski de randonnée
BSA	Bon Skieur Alpiniste. Utilisation des techniques d'alpinisme (crampons, piolets, encordement...)
TBSA	Très Bon Skieur Alpiniste. Pente raide avec utilisation des techniques d'alpinisme

### PARTICIPATION AUX FRAIS DE TRANSPORT

Elle est fixée à 0.20€ par kilomètre pour les trajets inférieurs à 200kms, divisée par le nombre d'occupant du véhicule.

Au-delà de 200kms les frais sont calculés à partir de dépenses réelles effectuées : carburant, péages, parkings.

Le conducteur indiquera au départ de la sortie s'il applique cette règle.

Dans la mesure du possible, effectuez des regroupements par véhicules pour limiter les frais et l'impact sur l'environnement.



## JUIN

Date	Activité	Niveau	Sortie	Animateur
we 8-10	Randonnée montagne	PD	Gufelstock 2436m Glarus Suisse Hébergements en cabanes	Emmanuel GUET
we 15-16	Escalade SNE	 Tous niveaux	Nord des Vosges (autour de Saverne), a confirmer en fonction de la météo	Vincent POILEVEY
se 15-22	Parapente	Confirmés	Samoens Hébergement en Chalet	François. LECLERC
we 22-23	Randonnée montagne	D	Brienzer Rothorn en traversée. Bivouac en altitude	Emmanuel GUET
di 30	Randonnée plaine Escalade SNE	F	Pont de roide. Randonnée avec possibilité d'essayer l'escalade sur le site des Roches (descente en rappel) Pratiques rando et escalades partagées	Emmanuel. GUET & Rémy HUNION

## JUILLET

Date	Activité	Niveau	Sortie	Animateur
di 7	Randonnée montagne	PD	Le Grand Ballon au départ de Saint Amarin 1000m dénivelé 20 kms	Claude NICOD
di 21	Randonnée Montagne	PD	Widdersgrind 2103 m Simmental (Suisse)	Guy MONTRICHARD
sa 20 au 03/08	Multi activités	Tous niveaux	Camp d'été 2019 du Comité Régional Bourgogne Franche-Comté La Bélarde (Massif des Ecrins)  Pré-inscription : camp_2019.crbfc@orange.fr	Chantal Prétot 06 77 74 79 76 & Serge Deprez 06 33 21 48 07



## AOÛT

Date	Activité	Niveau	Sortie	Animateur
we 3-4	Randonnée et théâtre	F	<p><b>Samedi</b> : Découverte rando-ferrata de la Source de la Moselle Spectacle du théâtre du peuple à Bussang (20€) Coucher en demi-pension à la ferme auberge du Drumont</p> <p><b>Dimanche</b> : randonnée au Grand Ventron (1204m) Inscriptions impératives avant le 15 juin</p>	Frédéric PERRY & Claude NICOD & Emmanuel GUET
we 17-18	Randonnée montagne	D	<p>Randonnée dans le Chablais Jour 1 : pointe d'Ardens d+800m Refuge des Tinderets Jour 2 : Roc de Tavaneuse d+1000m</p>	Cédric ROSSELOT-MOREL
we 31 01/09	Randonnée alpine	D	<p>Goschenen - Salbi (Suisse)</p> <p>Camping Fond de vallée (<a href="#">infos camping</a>) ou cabane</p>	Christine CATTET & Emmanuel GUET

## SEPTEMBRE

Date	Activité	Niveau	Sortie	Animateur
sa 7	Course orientation	 Tous niveaux	<p>Course d'orientation aux alentours de Bavilliers Départ en groupe 10h ~10km</p>	Jérôme COVELIERS
du 19 au 22	Parapente	Confirmés	<p>Festival coupe Icare : parapente Saint Hilaire du touvet Hébergement en camping</p>	François LECLERC Joël FAIVRE



Date	Activité	Niveau	Sortie	Animateur
we 21-22	Multi-activités	Tous niveaux	Grand Saint Bernard et du val d'Entremont Rencontre interclubs FFCAM du Doubs Randonnée, via ferrata, VTT, canyoning Alpinisme Hébergement Bourg Saint-Pierre (nuitée 25€/p)	Se renseigner au local
di 22	Randonnée montagne	F	Le Taennchel et le Mur Paien au départ de Thannenkirch (Vosges) 600m dénivelé / 20 kms	Claude NICOD
we 28-29	Randonnée alpine	D (aérien)	Haute-Savoie Pointe percée (Aravis - 2750 m) - Roc d'Enfer (Chablais - 2243 m) Hébergement en gîte	Jean-christophe CHABOD
di 29	Randonnée Montagne	F	Creux du Van (Jura Suisse)	Guy MONTRICHARD

## OCTOBRE

Date	Activité	Niveau	Sortie	Animateur
di 6	Randonnée montagne	PD	Thannerhubel Vosges	Christine CATTET
di 6	Escalade SNE	 Tous niveaux	Lieu à définir en fonction de la météo	Vincent POILEVEY
di 13	Randonnée montagne	PD	Le Saut du Doubs / les roches de Morond ( Suisse) 900m dénivelé	Claude NICOD
di 20	Randonnée montagne	PD	Tour des 4 lacs (Vosges) Lac Noir, Blanc, Vert, Truites 900m dénivelé 20 kms	Guy MONTRICHARD



## NOVEMBRE

Date	Activité	Niveau	Sortie	Animateur
di 10	Escalade SNE	 Tous niveaux	Lieu à définir. Escalade dans une salle si météo défavorable	Vincent POILEVEY
di 10	Randonnée plaine	F	Le Château de la Roche / Chamesol au départ de Saint Hippolyte <ul style="list-style-type: none"> <li>• 550 m dénivelé / 16 kms</li> </ul>	Claude NICOD
di 17	Randonnée plaine	F	Autour de Réclère (suisse) : Réclère - Roche d'Or. Départ 9h	Christine CATTET

## DECEMBRE

Date	Activité	Niveau	Sortie	Animateur
di 8	Escalade	 Tous niveaux	Escalade et en fin de journée marché de Noël à Fribourg (Allemagne)	Vincent POILEVEY
di 8	Randonnée plaine	F	Tour des Forts Pays de Montbéliard	Claude NICOD



## NOS SORTIES

### WEEKEND AVEC SOIREE FONDUE AU MOLKENRAIN

#### Récit du week-end randonnée du 23/04/2019, par Philippe Chapon

C'est par un très bel après-midi de fin d'hiver que Claude a entraîné 7 cafistes pour un weekend dans les Vosges, avec comme point culminant, une fondue au gîte des Amis de la Nature du Molkenrain.

Départ à 16h30 d'un parking au nord de Thann sous un ciel sans nuage, passage par l'œil de la Sorcière, et montée par le col de Grumbach et le camp de Turenne.

Pour le dernier, c'est-à-dire moi-même, le manque d'entraînement s'est fait durement sentir, car je suis arrivé entre chien et loup, à la limite d'utiliser la frontale, épuisé, le moral en berne, mais soutenu par la présence de Claude qui avait peur de perdre l'un de ses membres.

Après un court repos réparateur, la fondue était la bienvenue et l'ambiance chaleureuse du groupe nous a permis de passer une très agréable soirée où nous étions les seuls occupants, avec les hôtes de ce gîte très bien tenu.

Debout à 7h30, et après un généreux petit déjeuner, c'est dans la fraîcheur d'une journée aussi belle que nous avons entamé, à 9h00, la courte montée jusqu'au sommet du Molkenrain.

Vue magnifique à 360° sur l'ensemble des Vosges, dont les sommets environnant nous ont été nommés par Michel et Jacqueline. Il restait encore de la neige au Grand Ballon.

Puis nous entamons la descente en passant par la ferme auberge du Freundstein (sans s'arrêter), nouveau passage au camp de Turenne pour changer de vallée, et atteindre la cascade de l'Erzenbach.

Aux environs de 13h00, pause repas à la mine d'argent St Nicolas, et courte montée à la chapelle Ste Thérèse.

Le circuit se poursuit par la Waldkapelle, le surplomb du vignoble du Rangen, et pour finir, la Croix du Rangen avant de regagner le parking.

Merci à Claude pour la bonne organisation et le choix de cette belle randonnée.





## RANDO ASSIETTE A MONTBOUTON

Le dimanche 19 mai 2019 a eu lieu un rassemblement des adhérents et proches du CAF (jeunes et moins jeunes) pour réunir durant cette journée les différents pratiquants des activités du club (randonnée, marche nordique, ski, escalade, parapente ...)

Au cours de cette journée, Claude représentante de la société d'histoire naturelle du Pays de Montbéliard nous a fait découvrir et nous a renseigné sur notre patrimoine floral et végétal de notre région.

Norbert de l'association « Libres comme le vent » et venu nous communiquer les évènements liés à un projet d'implantation d'un parc éolien sur les communes de Vandoncourt, Abbévillers et Montbouton.

Après avoir cheminé dans la forêt ancestrale du Holard et passer à proximité du pont Sarrazin et admirer le panorama sur le pays de Montbéliard depuis les hauts de Vandoncourt, le groupe s'est restauré dans une salle associative de Montbouton.

Le repas était préparé par les bénévoles du club : merci à Claude, Chantal et Frédéric.

L'après-midi ayant débuté sous une pluie fine, elle s'est terminée accompagnée d'un soleil radieux avec une balade via le creux de Malefosse (résurgence venant de Suisse).

Merci à tous pour cette journée sympathique.

Rendez-vous, l'année prochaine





## WEEKEND DU 30 AU 31 MARS 2019 POINTE DE LA VIDEMAN 2186 M

Sur les préparatifs de cette sortie dans la région de Gruyère, la météo était bonne.

La coordination covoiturage a eu un peu de mal à prendre effet, mais Manu a su régler le problème, en empruntant un minibus professionnel.

Avec un peu de retard sur le timing, nous nous retrouvons tous, chez Rébecca, à Montbouton. Départ à 7h40, pour une petite matinée de route, à ROUGEMONT, nous retrouvons nos amis, Marcel et William, sur le parking de rendez-vous.

Bien sûr, comme sur tous les départs, il y a eu des petits hic (oubli de chaussures, guêtres et poche Camelbak percée). Comme c'est une sortie en toute autonomie, nous nous répartissons les provisions du samedi soir.

Rien ne nous arrête, après constatation de ces petits soucis, nous nous engageons sur le chemin de l'ascension. Nous gravissons les premières pentes de neige, pendant la pause casse-croûte, vers les 13 h, avec le plus grand soin, Manu nous confectionne, à l'aide de madriers, une assise, aux abords d'une ferme. Ensuite, nous repartons, à 14h, après une petite sieste.

Dans la pente de neige, rythme de digestion, nous accédons, après 800m de dénivelé, rapidement à un premier col qui vous vous en doutez, méritait d'après le panorama magnifique, une pose photo, suivie de détails, des différents sommets. Le reste du dénivelé nous amena tranquillement auprès de la cabane à flanc de rocher.

Dans un premier temps, dépose des sacs, puis détente, ensuite l'organisation des préparatifs pour le repas du soir et indispensable recherche de l'eau pour le confort de tous.

C'est là, où, tout se corse, car personne ne trouve le fameux robinet extérieur, indiqué par Manu, après de longues minutes de recherche, le chevalier MANU le trouve et bien sûr, ironise et se joue de nous.

Sur ce coup-là, les filles et David ont été très efficaces, pour son dévouement, on a même surnommé, une Super SYLVIE, pendant que les hommes s'affairent à préparer l'apéro (très dur) Rébecca est aux cuisines pour le mélange des fromages.

La soirée fut joyeuse, animée de gentils sarcasmes. Après ce repas bien arrosé, tous au lit, nous nous laissons bercer, sur un refrain chantonné par Christine « doucement s'en va le jour ». Rébecca, sa frontale, au fond du dortoir, lisait son petit bouquin. Vingt-trois heures, nous pensons à remettre nos montres à l'heure d'été, puis extinction des feux.

Levée du dimanche matin, 7 heures. Petit déjeuner, nous remettons en état de propreté, la Cabane, avant le départ sur le sommet de la VIDEMAN. Toujours avec une météo favorable, nous arrivons au sommet facilement.





Pour la descente, MANU était soucieux, à juste titre, car le dénivelé assez important, dans une très longue pente, nous obligea à descendre très prudemment.

Heureusement, tout est à l'ombre et la neige bien dure, bien glaçée. Apache, le chien de Katarzyna, en a fait un peu les frais, au niveau des glissades, ainsi que le fond de pantalon de Christine.

A la fin de ce grand dénivelé, le groupe rassemblé, nous nous installons pour le casse-croûte et bien sûr, la sieste mi ombre, mi soleil, selon les préférences de chacun.

Il ne nous reste plus que 300 mètres positifs, pour retrouver les dernières pentes très enneigées.

De retour au parking, après une toilette sommaire, en bordure de rivière, nous saluons nos compères, Marcel et William, qui de part, leurs capacités exemplaires, autant en endurance qu'en compagnonnage, nous montrent l'exemple dans l'humilité, très appréciée.

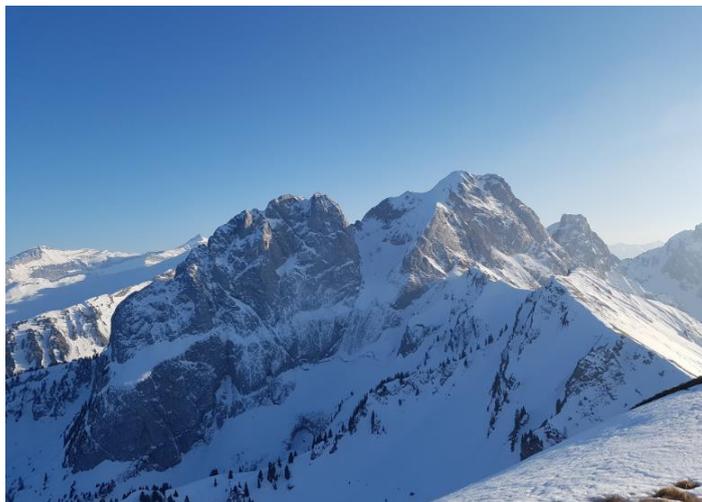
Ils avaient prévu de continuer leur aventure sur les sommets du Salève.

Nous reprenons la route, en direction de GRUYERE, avec un premier arrêt, face au MOLESON, pour achats de produits régionaux et une dernière pose touristique devant le plus grand chalet d'époque, du XVIII siècle, (113 fenêtres) propriété du célèbre peintre BALHTUS.

Sur le chemin du retour à la maison, nous profitons du panorama exceptionnel de l'OBERLAND BERNOIS.

Merci à Manu, pour ce superbe weekend.

Daniel





## MINI COURSE D'ORIENTATION EN NOCTURNE

Bonjour,

Le jeudi 21 Mars 2019 à partir de 18h45, sur une idée originale de Christine V, Jérôme COVELIERS a organisé de main de maître une mini course d'orientation en nocturne.

Pour cette première, Jérôme a joué la carte proximité pour établir un parcours ludique de 10 balises à identifier. Au départ du local du club jusqu'à l'extrémité du bois de Courcelles les Montbéliard sur un parcours de 5km.

Les participants ont bénéficié d'une soirée de de pleine lune très active.

A mi-parcours les balises identifiées donnaient les informations de localisation des suivantes.

14 personnes équipés de lampe frontale ont participé (certaines par équipes de 2) à cette manifestation qui requiert la lecture de carte topographique et d'utilisation de la boussole.

Aucun chronométrage, certains en courant, d'autres en marchant.

La soirée s'est terminée amicalement à l'échange de victuailles ou chacun a pu raconter son aventure : cela change de la routine TV, enfermé dans son appartement ou sa maison.

Rendez-vous pour la prochaine course d'orientation en septembre 2019.

Si comme Jérôme, vous avez envie de faire/d'organiser des manifestations du même genre, n'hésitez pas à vous faire connaître au CAF de Montbéliard.





**SAMEDI 23 - DIMANCHE 24 MARS 2018**  
**SORTIE SKI DE RANDONNEE AU WILDHORN**  
**CAF DE MONTBELIARD**

En ce début de printemps nous sommes 8 valeureux aventuriers à partir à l'assaut du Wildhorn, joli sommet des Alpes bernoises qui culmine à 3 248 m.

Le soleil est au rendez-vous mais notre encadrant a failli ne pas y être à temps car il a oublié sa brosse à dents. Il se dit qu'après tout un week-end ski de rando c'est aussi l'occasion de sortir de son confort quotidien.

Deuxième évènement du week-end, Pierre a perdu les piles de l'Arva d'Angéline. 20 mn plus tard, la ferme du coin convertie en épicerie multiservice Suisse et nous voilà prêt pour le départ.

Départ au lever du jour d'Iffigenalp (proximité de Lenk) à 1 000 m dans la fraîcheur matinale, le temps de s'équiper, mettre les peaux de phoques (comme les trappeurs du grand nord), et on s'élance à la queue leu leu sur le sentier enneigé qui serpente dans la forêt.

On voit passer lentement les sapins puis le paysage s'ouvre sur les sommets arrondis.

La pente devient plus raide, on monte en zig-zag, l'occasion de peaufiner notre technique de conversions ou de tricoter avec les pieds, selon le niveau de chacun et la longueur des skis.

Pique-nique vite fait on grignote en avançant pas le temps de s'arrêter pour ne pas casser le rythme.

Pour rejoindre le refuge on passe un massif l'occasion d'une petite descente c'est déjà ça. Dépeauter – plaisir de la glisse - repeauter et c'est reparti pour la montée.



Après plusieurs heures d'efforts car pour faire du ski de rando il faut aimer les grands espaces et être un peu maso aussi pour apprécier de monter pendant des heures pour seulement quelques dizaines de minutes de plaisir de descente en hors-pistes ! Un plaisir très intense, mais des minutes qui passent très vite, surtout pour les bons skieurs... les moins bons se prennent les sapins et font des roulés boulés dans la poudreuse ce qui prolonge d'autant la descente



évidemment. Après plusieurs heures d'efforts donc et au total 1 400 m de dénivelé positif, nous arrivons à la Wildhornhütte à 2303m vers 16h.

Chacun se trouve une place dans le dortoir et se repose avant de profiter de la soirée bien arrosée, car il faut bien le reconnaître, les Cafistes (autre nom des membres du Club des Alcooliques Fébriles) de Montbéliard ou d'ailleurs, sont des gens franchement portés sur la boisson qui font du sport d'altitude en journée pour se donner bonne conscience le soir au refuge au moment d'attaquer l'apéro et les bouteilles de rouge par la face nord.

Ambiance chaleureuse garantie.

Par contre en montagne ce n'est pas le rythme fiesta espagnole et à 21h30 tout le monde est couché, histoire de ne pas rater le concert : nocturne de Chopin en ut dièse mineur interprété librement au gré des ronflements des uns et des autres ... avis aux amateurs de musique de chambre.

Après une bonne nuit plus ou moins réparatrice entrecoupée de nombreux réveils à coup de lampe frontale dans les yeux, on prend un solide petit déj' alors que le jour n'est pas encore levé.

Puis derniers préparatifs, partage de brosse à dents pour certains (enfin après tout cela ne nous regarde pas), et encore le rituel du matin on s'équipe au chaud cette fois avant de repartir à la frontale pour 800 m de montée, et profiter ensuite de plus de 2 000 m descente !! Yala !!



Du pur bonheur, la neige est trop bonne !!

Dimanche en fin d'après - midi nous sommes de retour aux voitures (Pierre retrouve les piles) après un super week-end avec des images magnifiques plein la tête, le cœur rempli de joie par ces moments partagés, impatients de repartir en sortie CAF pour retrouver l'ambiance conviviale et surtout, l'ivresse des cimes ...

Un des participants conquis



## NAPF (EMMENTAL) EN RAQUETTES A NEIGE

Tout a commencé sur un vulgaire parking commercial plongé dans le noir, où deux silhouettes se dessinent sous un réverbère bien mal en point.

Ce sont mes futurs compagnons de virée. Rassurez-vous, la suite sera beaucoup plus lumineuse et joyeuse !

Une fois les véhicules positionnés pour permettre le retour en train et les salutations d'usage, nous attaquons tout de suite une jolie montée enneigée. Je suis, d'un peu loin mes acolytes plus aguerris, qui me font signe pour attirer mon regard sur un petit troupeau de chevreuils qui profite du soleil.



La pause déjeuner se fait sur une terrasse plein sud, dont les chaises à demi ensevelies dans la neige gelée nous fait ressembler à des nains, pas compliqué pour moi. De là, nous profitons d'un panorama d'une chaîne de prestigieux sommets et au loin notre auberge, mais plusieurs heures de marche nous séparent.

Vers 17h, ce sera l'assaut final du Napf qui se fera avec la lune rousse à portée de mains. Moment magique !

Après une soirée bien agréable, malgré un dessert qui s'appellera l'Arlesienne, mais une nuit douillette, au petit matin, à la sortie de l'auberge, nous découvrons une vue panoramique entre l'Emmental et l'Entlebuch : Jura au Nord, les Alpes Bernoises au sud et au sud-est les Alpes de Suisse Centrale.

Passé cette contemplation, nous reprenons notre randonnée en longeant des crêtes escarpées, avec quelques exercices de descentes de pentes raides où quelques-uns ont vu la neige de très très près et les sommets de différents angles. De belles rigolades.

Après une dégustation de gâteaux tous aussi bons les uns que les autres, nous passons à un moment d'écoute, de concentration pour une démonstration d'utilisation d'un D.V.A (Détecteur de victime d'avalanche).



Nous voilà repartis pour de nouvelles crêtes et encore une crête et un sommet et là, Manu nous demande, si possible, d'accélérer le rythme, car nous devrions pouvoir attraper le train de 16 h !

Belle descente, les plus aguerris filent devant pour prendre les billets.

Et encore une fois, un échange de bons gâteaux avant la ballade en train, cette fois et toujours dans une ambiance chaleureuse.

Merci à toute la chouette équipe pour ce magnifique week-end et particulièrement à Manu qui est un vrai pro !

Françoise



REMERCIEMENTS A NOS PARTENAIRES

