

NESWLETTER DU CLUB



LE BULLETIN D'INFORMATION MENSUEL DU CLUB ALPIN DU HAUT-DOUBS

Mars - 2024



L'hiver continue à nous jouer des tours, mais la neige est encore là ! Il suffit de savoir où la trouver, les sorties du mois de mars nous le prouvent !

Au programme :

- Les sorties du GRAF
- Formations en cours & racontez-nous votre sortie
- RAPPEL - Les 150 ans du CAF
- Les principaux événements du mois

“

« L'alpinisme,
c'est un art de vivre,
un engagement
envers soi-même et
envers la nature. » –
Gaston Rébuffat

NESWLETTER DU CLUB



Les sorties du GRAF

Nous vous avons présenté le **GRAF (Groupe régional d'Alpinisme Féminin)** au mois de janvier ainsi que ses différents membres. Plusieurs sorties ont eu lieu courant mars et en voici un **petit résumé** ainsi que quelques photos.

Une sortie ski-alpinisme a eu lieu le 9 mars au **Grand Chavalard (CH)**. Une belle course a été réalisée (traversée arête Nord -> couloir Est) pour Lydie et Gladys à l'initiative de Florence responsable de la promo du GRAF 3. Christian (instructeur alpinisme / CAF Besançon) s'est également joint à elles.

Après une montée dans de bonnes conditions, le temps se gâte (rafales de vent, ciel qui se charge) sur la fin de l'arête à quelques mètres du sommet. La décision est collectivement prise d'entamer la descente. Une course qui permet de consolider des acquis concernant la progression en couloir à la montée et la progression sur arête en terrain mixte ainsi que la descente avec des passages à 40-45°.



Un second week-end ski-alpinisme dans le **massif du Mont-Blanc** les 16/17 mars 2024 a été réalisé par Vanessa et Gladys.

Au programme du samedi, une sortie courte au col d'Entrèves puis une belle descente par la Vallée Blanche vers le Refuge du Requin où elles y ont passé la nuit.

Puis le dimanche au programme : **La Brèche Puiseux**. Une sacrée expérience de ski-alpinisme en conditions hivernales (neige et rafales à 50-60km/h) et donc un tracé à faire dans de la fraîche arrivant jusqu'à hauteur des genoux. Mais la descente à ski dans cette même neige a été du pur bonheur et une belle récompense !

Nous remercions Gladys qui nous a communiqué ses comptes rendus et photos des sorties !

NESWLETTER DU CLUB



Formations en cours & Racontez-nous votre sortie !

Lisa Fischer, adhérente du CAF depuis quelques années a décidé de se former les **6 & 7 Avril** prochain à **Ornans** en site artificiel d'escalade (**SAE**). Elle nous raconte ses motivations, merci à elle !

“Attirée par la montagne depuis mon adolescence, j'ai pu la découvrir plus tard par la pratique de divers sports, en commençant par la randonnée et le trail. Toujours dans le soucis de la respecter dans sa globalité.

Puis j'ai débuté l'escalade il y a 3 ans maintenant. C'est un sport qui m'a permis de me découvrir "moi-même" dans un premier temps et de développer de nouvelles capacités/valeurs. Un sport où j'ai retrouvé et où je retrouve de la passion, de la bienveillance et de la patience entre chaque grimpeur.

Cette année j'ai décidé de passer la formation d'initiateur SAE et j'ai hâte de pouvoir transmettre à mon tour, mes connaissances et la passion pour ce sport, ainsi que toutes les valeurs qui s'y rattachent tout en continuant à évoluer ! “



Les **11 & 13 Mars** dernier, **Valentin Cote-Colisson** validait la 1ère partie de l'examen probatoire du **DE GHM**. Ceci dans l'optique de devenir à terme Guide de Haute Montagne.

Pour pouvoir passer à l'étape suivante, il devait notamment valider deux épreuves lors de cette première partie :

- **S'entretenir devant un jury** pour défendre son projet professionnel et sa liste de courses
- Réussir les **épreuves de ski** toute neige (barrière horaire à la montée et évaluation de la descente)

La prochaine étape se déroulera début juillet où il devra valider les probatoires d'été. Bravo et bon courage à lui !

**Si vous aussi vous souhaitez raconter une sortie,
un évènement où faire véhiculer une info,
contactez Lucas Lechevallier ou Marie Obert !**

NESWLETTER DU CLUB



Rappel : 150 ans du CAF à Chambéry les 6 et 7 Avril 2024

Du **1er au 14 avril 2024**, tous les Cafistes de France sont invités à venir célébrer les **150 ans des Clubs alpins** et ainsi pouvoir pratiquer leurs activités préférées de pleine nature. Ils se répartiront dans différents camps de base au sein des différents massifs savoyards en fonction des activités pratiquées (voir sur le site). **Des formations** seront également organisées afin de pouvoir concilier festivités et développement des pratiques, notamment pour les Clubs les plus lointains.

Le point d'orgue se tiendra le **samedi 6 avril au Phare de Chambéry** après avoir partagé un verre, une tartiflette géante et afin de souffler les 150 bougies de notre grande famille qu'est le CAF. Cette **grande soirée festive au Phare** sera notamment animée par le groupe **Big Ukulélé Syndicate**.



Le programme du week-end disponible sur le site, allez voir ça !

Toutes les infos en cliquant **ICI**



Pour s'inscrire à la grande soirée des 150 ans du CAF le 6 Avril, scannez ce QR code ! **(Inscription obligatoire)**



Les évènements / sorties à venir



Pour avoir accès à l'agenda des sorties, cliquez ici

04/04 à 18h00 au local : Bourse au matériel

Vous avez du matériel de montagne qui reste rangé dans un placard depuis quelques années ? Venez le proposer à la vente, à la bourse au matériel du club !

Attention : cette bourse est plutôt destinée au matériel **printemps-été**



06/04 à Ornans : Formation découverte via ferrata par Edit Lamigne Marek et Corinne Nourdin

Vous souhaitez vous initier à la Via Ferrata ? Alors cette formation est faite pour vous ! Il reste de la place ! N'hésitez pas à vous inscrire sur l'agenda du Club.

14/04 Sortie en falaise avec Marjorie Ambrosin, lieu à déterminer

Prêt pour retourner tâter du cailloux dans une ambiance détente ? Laissez-vous emporter par la bonne humeur de Marjo pour vous (ré)initier à la grimpe en falaise !



24 au 27/04 : 4 jours autour du Mont Rose avec Emmanuel Léchine

Ceux qui le connaissent bien savent qu'on peut lui faire confiance dans le milieu de montagne. Laissez-vous guider par Manu sur une sortie de plusieurs jours autour du Mont-Rose. De quoi faire de belles traces dans une neige qu'on espère la plus fraîche possible. N'attendez pas, il ne reste qu'une place !

1 & 2 Juin : Ecole de glace dans les hauteurs de Vallorcine avec Valentin Cote-Colisson

Encore une place disponible pour l'école de glace, pour ceux qui souhaitent se former à l'alpinisme. Plus d'infos sur le site !



Permanences : tous les jeudis soirs, de 18h30 à 19h30 au local du CAF pour louer du matériel, recueillir des informations ou soutenir le club

NESWLETTER DU CLUB



Infos pratiques

(Chaque point est en lien hypertexte, il suffit de cliquer dessus pour être redirigé)



Site du club



Agenda des sorties



Météo



Racontez votre sortie



Espace licencié



Compte Instagram



Contact

