



Club Alpin
Touraine

Fédération Française du Club Alpin et du Montagnisme

LE CAF'TEUR

Bulletin du Club Alpin Français de Touraine

N° 98 - Juin 2026

Orpierre
ou les cloches de l'enfer

Séjour à Arêches
janvier 2026

Raid autour du mont Viso
Du Queyras au Piémont

Le bivouac
une ode à la nature

L'esprit Club Alpin



Pour en savoir plus :



RASSEMBLEMENT D'ÉTÉ DU 25 JUILLET AU 8 AOÛT

Destination le sud, et plus précisément **Auzat en Ariège**.

À l'est du Parc Naturel Régional des Pyrénées Ariégeoises, le territoire d'Auzat et du Videssos vous offre ses espaces naturels. D'accès aisé, la vallée s'enfonce sur 30 kilomètres jusqu'aux frontières de l'Andorre et de l'Espagne, dominée par les géants pyrénéens que sont la Pique d'Estats (3 143 m), le Pic du Montcalm (3 077 m) et le Pic de Sullo (3 072 m).

Les activités envisagées : escalade et grandes voies, randonnées alpines, VTT, via ferrata, canyoning, bivouacs et Alpinisme.

Vous réservez en ligne directement à « **ECO CAMPING La Vernière AUZAT** », en mentionnant votre appartenance au Club Alpin Touraine.

<https://www.la-verniere.fr/>

Le séjour est en autonomie. Pour pratiquer, il faudra prévoir votre matériel personnel ; attention à vérifier les EPI. Si besoin, le club peut prêter du matériel : il faut en faire la demande auprès du responsable de l'activité concernée.



Frédéric BREHIER



ÉDITO DES PRÉSIDENT.TE

Club alpin
Bulletin Le CAF'teur
N° 98 - juin 2026
semestriel

site web :
<https://caftouraine.ffcam.fr/>

Bulletin édité par :
le Club Alpin Touraine
Association à but non lucratif
Déclarée d'intérêt général

Ont participé à l'élaboration de ce magazine :

François Remodeau
Frédéric Brehier,
Jean-Luc Junius,
Lise Cailleteau,
Marc Legroux,
Marie Chazelle,
Marie-France Girardin,
Sylvaine Baglan,
Véronique Brehier.

Rédacteurs-photographes :

les membres du club

Impression :

exaprint



C'est pas sorcier

Vous le savez,
le club alpin
français de
Touraine est une
association loi
1901.

Mais... ça veut dire
quoi ?

Une association
loi 1901, c'est

un peu comme une maison commune dans laquelle
des individus se rassemblent autour d'un projet,
une passion partagée. Cela leur permet d'avoir un
cadre légal, une sécurité et aussi une liberté : celle de
s'organiser et de rêver ensemble.

Le club alpin français de Touraine réunit des
passionné.e.s de la montagne, ayant le goût de
l'aventure, du partage, de la transmission et de la
découverte, loin de tout consumérisme. Dans cette
maison, on discute, on apprend, on échange et
chacun.e à sa mesure contribue à la faire vivre.

Les missions sont variées :

administratives : référent.e formation, référent.e école
d'escalade, membre du comité directeur, dirigeant.e, ...

ponctuelles : coups de main aux portes ouvertes,
forums des associations, évènements conviviaux, ...

techniques : ouverture de crénèaux (ponctuels ou
réguliers), organisation et encadrement de sorties, ...

Nous remercions tous.tes nos bénévoles pour leur
mobilisation et invitons chacun.e d'entre vous à investir
cet espace de vie collective et d'initiative partagée.

Sans vous, il n'y a pas de CAF Touraine.

Anne BOUTAN & Frédéric BREHIER



Maison des Sports

Rue de l'Aviation - 37210 Parçay-Meslay
06 72 34 39 05

www.caftouraine.ffcam.fr

facebook.com/caftouraine

youtube/caftouraine



Club affilié à la FFCAM - 24, rue de Laumière - 75019 Paris



de l'apéro... Je souligne ici les différents talents culinaires des triplettes qui se sont succédé tout le long de la semaine et nous ont offert des dîners succulents. À cette occasion, Éliane et Sylvie ont partagé avec nous le repas du mer-

credi soir. Elles se sont jointes par ailleurs à l'une de nos sorties.

Le jeudi fut une journée particulière avec une sortie en ski de randonnée proposée par Fred en direction du Pic Saint Michel. Une ascension progressive et une vue panoramique splendide depuis le sommet sur le Mont blanc, Les Écrins et La Meije, les massifs du Dévoluy et du Champsaur... Avec en prime une descente agréable dans une neige à peine transformée.

Le match de rugby entre la France et l'Irlande qui vit la victoire sans équivoque des tricolores fut le moment convivial de la soirée !

La météo mitigée du dernier jour eut tôt fait de restreindre les ardeurs sportives. Néanmoins une petite armada de téméraires improvisèrent une sortie en ski nordique depuis Corrençon.

Les autres préférèrent attendre l'après-midi pour s'offrir une visite culturelle au musée de Vassieux-en-Vercors.

Pour ma part, accompagné d'Henri et de Fred nous avons choisi de nous rendre à la salle de Bloc.

Finalement, un très agréable séjour dans une ambiance conviviale, festive et sportive. Merci Marie et Henri pour cette sympathique semaine.

Xavier BABOUIN

NEIGE

À VILLARD-DE-LANS

Deux charmants chalets attenants nous ont servi cette année d'hébergement sur les hauteurs du village de Villard-de-Lans. Nous étions 16 et il a fallu dans un premier temps trouver l'équilibre permettant à chacun de se loger et d'installer un espace de vie convivial. Pour ma part, j'ai partagé ma chambre avec Alain et Francis que je n'avais pas revus depuis des lustres. Ce fut l'occasion de nous remémorer avec plaisir nos différentes escapades montagnardes qui appartiennent désormais à un temps révolu... Mais ici point de nostalgie !

La semaine débuta par une randonnée le dimanche au départ du « Bois Barbu » : joli parcours serpentant parmi des sentes boisées croisant à intervalles réguliers les pistes de fond.

Dès le lendemain, différents groupes se sont constitués, les uns choisissant le ski de piste, les autres la randonnée ou encore le ski nordique.

Par la suite, la pluie s'étant invitée dès le lundi soir, la neige fut hélas moins agréable à skier. Cependant, cela ne nous empêcha pas de partager des moments conviviaux au grand air qui se prolongeaient agréablement en soirée à l'heure

LA CÔTE DE GRANIT ROSE

PRINTEMPS 2026

C'est avec 7 autres copains des Pyrénées Orientales que nous avons séjourné sur l'Île Grande, au centre Baly, pour un séjour en randonnée sur le GR34. Nous étions 27 personnes au total.

Il a fallu une bonne organisation pour composer 2 groupes de randonneurs : Sylvie pour les randos de 10 à 15 km et Josiane pour les plus longues et rapides, de 20 à 24 km. Avec une dépose des voitures aux parkings d'arrivée des randos, personne n'est resté sur le chemin.

Quatre jours complets de rando le long de la côte de granit rose à travers les criques où se nichent des petits ports et de belles plages de sable fin, de superbes manoirs, des calvaires et églises. Des mégalithes aussi sur le passage : le menhir de Saint-Uzec, l'allée couverte de l'Île Grande... Le sentier piétonnier de Ploumanach' nous a fait découvrir un paysage grandiose parsemé de rochers aux formes découpées par le vent et les vagues, depuis des millénaires : rocher de la sorcière, de la bouteille, de la tortue et autres formes plus ou moins humaines.



© Thomas Juliette

Une journée libre a été laissée pour découvrir l'île de Bréhat pour certains, et pour les autres, Lannion et Tréguier.

Point fort du séjour, la sortie en mer commentée, au départ de Perros Guirec avec le tour des Sept îles et la côte de granit rose. Les parois rocheuses de cet archipel comptent 40 000 oiseaux marins : fous de bassan, goélands argentés, huîtres pie, macareux moines, guillemots... Ce site exceptionnel en France est géré par la LPO.

Cette semaine-là fut exceptionnelle pour le temps, la beauté des paysages et l'ambiance des groupes.

Sylvie GUÉRIN & Josiane BONNIN



AU-DELÀ DE LA PERFORMANCE

J'ai lu récemment un essai stimulant d'Olivier Hamant, biologiste et chercheur à l'INRAE, *Antidote à la performance, la robustesse du vivant* (Gallimard, 2023). Dans ce livre, il montre que pour arriver à sortir de l'impasse écologique dans laquelle nous sommes, il est nécessaire d'opposer à l'idéologie de la *performance* une notion, la *robustesse*, qui permettrait aux sociétés humaines de s'en sortir. La performance, c'est quoi ? C'est l'addition de *l'efficacité* (atteindre son objectif) et de *l'efficience* (utiliser le moins de moyens possible). À l'inverse, la robustesse, qui se trouve partout dans le vivant (mais aussi dans des faits culturels comme le langage, par exemple), est marquée par une inutilité apparente, des redondances, une lenteur, des incohérences, un gâchis de moyens, une relative inefficacité. La photosynthèse des plantes, par exemple, ne récupère que 1 % de l'énergie solaire, là où nos panneaux solaires en récupèrent 15 %. Et pourtant, ça marche depuis des millions d'années, et il y aura encore des plantes quand il n'y aura plus de panneaux solaires. La photosynthèse est robuste, là où nos panneaux solaires sont pourtant plus performants.

Ces réflexions m'ont amené à m'interroger : cette opposition de concepts est-elle applicable au monde de l'escalade ? Certains éléments sautent aux yeux : la chaîne d'assurage, par exemple, est construite sur le principe de la redondance et de l'inutilité. L'immense majorité du temps, il n'est pas utile de mettre un nœud en bout de corde, ou de faire un relais sur deux points, parce que les cordes sont suffisamment longues, ou qu'un seul point d'assurage suffit amplement pour grimper en sécurité. Pourtant, si l'on veut parer à tous les aléas et grimper longtemps, il importe d'être

redondant et de doubler les points d'assurage aussi bien que les points de vigilance dans la chaîne de sécurisation des grimpeurs. La pratique de l'escalade est

tellement létale, d'une certaine manière, qu'elle est, bien plus que le squash ou la natation, habituée à multiplier les règles et les bonnes pratiques en apparence inutiles (porter un casque, s'attacher les cheveux, etc.). Au mépris parfois de la performance : grimper en toute sécurité, c'est parfois emmener du matériel en plus « au cas où », et passer beaucoup de temps à tout vérifier au détriment du temps passé à véritablement grimper.

Et pourtant, l'idée de performance est très fréquente en escalade. Notamment en bloc ? En schématisant, on pourrait dire que le bloc en salles est à la grande voie ce que la performance est à la robustesse : d'un côté, une pratique très intensive, courte et rapide, centrée sur l'efficacité du geste et l'économie de moyens physiques, où tout dans la salle est optimisé sans risque d'incertitude (il faut juste suivre les couleurs !) ; de l'autre une pratique extensive, longue et lente, centrée sur la sécurité et la capacité à s'adapter à des conditions changeantes et des aléas environnementaux (essuyer une averse, contourner un nid, perdre une dégainé...). De fait, les accidents semblent plus nombreux dans les salles de bloc où tout est misé sur la performance violente, qu'en grande voie où ce sont la robustesse et la capacité à faire durer l'effort et la vigilance qui sont privilégiés, parce que les conséquences d'un accident sont mortelles.



Par ailleurs, au-delà de la question de la sécurité, il faut se poser la question de l'impact écologique de nos pratiques de grimpe. Quel est l'intérêt d'acheter encore plus de matériel, si le vieux tient encore la route et respecte les règles de sécurité ? Pourquoi avoir 10 paires de chaussons quand 2 ou 3 suffiraient (ce n'est pas le prix du chausson qui fait la qualité du grimpeur !) ? Si la pratique du covoiturage est répandue, ne pourrait-on faire encore mieux et tenter de louer des mini-bus pour certaines sorties, voire aller en falaise en transports en commun ?

Enfin, la question la plus importante, peut-être : pourquoi au juste va-t-on grimper sur des falaises ? Si le but est de dépasser le record du voisin, ou de grimper une voie que personne n'a faite avant nous, ou de le faire plus vite que le précédent, cela me semble en fait assez creux. Bien sûr, les exploits d'Adam Ondra ou d'Alex Honnold sont admirables mais, dans ma pratique personnelle, la compétition ou l'exploit me laissent à peu près indifférents. L'idée d'une performance individuelle (arriver à passer ce satané 6C qui me résiste) n'est pas ce qui m'intéresse le plus : bien sûr cela me motive, et me rend fier quand j'y arrive, mais ce n'est pas cela qui fait pour moi le piment ni la beauté de cette pratique. Quel intérêt alors trouver à ce sport ? Je peux déjà apprécier simplement d'entretenir mon propre corps, simplement pour rester en bonne santé physique, faire enfin travailler mes muscles après avoir passé une journée entière sur un ordinateur (ou équivalent). Grimper pour *se faire durer*, pas pour *se faire violence*. Je peux aussi aimer grimper parce que ça me fait découvrir des coins très chouettes : la montagne c'est beau. Mais dans ce cas, pourquoi ne pas y aller en rando ? D'abord parce que la falaise



et la montagne, ce n'est pas exactement la même chose. La falaise c'est dangereux, suivre un GR ça l'est souvent moins. Et se mettre en danger, c'est se plonger dans l'*incertitude*, les aléas. C'est *prendre le temps* de se concentrer sur la sécurité, sans rien oublier, en faisant attention à ses gestes, son environnement, son matériel, son coéquipier. L'antithèse (ou presque) du sport conçu comme performance individuelle, où tout est optimisé pour atteindre son objectif : une école de la lenteur, de l'attention, de l'adaptabilité. Et du renoncement quand c'est trop dangereux.

Enfin, grimper sur les falaises, c'est totalement *inutile*, et c'est pour ça que c'est bien. D'accord, de là-haut on peut voir un joli paysage, mais très souvent on peut aussi y aller en faisant 30 min à 4 h de marche : pourquoi se fait-on alors suer à la grimper en vertical ? Si l'on considère les choses rationnellement, sous l'angle de la performance, la combinaison efficacité (se rendre d'un point x à un point y) + efficacité (en utilisant le moins de moyens possible) n'est objectivement pas très bonne. Alors pourquoi le fait-on ? Parce que *ça fait du bien*, de la même manière que ça fait du bien à un chien de courir sur la plage après un bâton. Ce n'est pas juste pour l'exercice physique : c'est une manière de nous exercer à ce grand art de l'inutile et de l'approximatif qu'est l'existence humaine. D'améliorer notre robustesse, notre résistance à l'effort, notre vigilance, notre capacité à bien nous entendre avec le copain ou la copine qui grimpe avec nous. De nous confronter, même si c'est de manière assez sage et maîtrisée, à quelque chose qui est totalement absent de nos vies quotidiennes : l'aventure.

Et vous, pourquoi vous grimpez ?

François FIÈVRE

ORPIERRE, OU LES CLOCHES DE L'ENFER

Ça aurait pu être le nom d'une voie du coin. Le sujet revenait sur les lèvres au lever et parfois en fin de journée, à la terrasse du café face à l'église. « *As-tu entendu cette nuit ?...* », il ne s'agit pas là de grimpe, mais de Morphée contrarié dans sa tâche. À Orpierre, petit village des Hautes-Alpes, les cloches sonnent les heures deux fois, jour... et nuit ! Heureusement, un froid vivifiant nous aide chaque matin à sortir de notre torpeur pour partir à l'as-



saut des belles parois rocheuses qui surplombent le village. Oubliées, les cloches ! Le rocher occupe nos pensées.

Nous sommes 19 grimpeur.euse.s des CAF Touraine, Orléans et Maurienne, encadré.e.s par Fred et Danielle. Le départ se fait tôt, pour devancer les autres grimpeurs, nombreux au village. Depuis le camping, les secteurs sont accessibles à pied. Nous nous mettons en jambe dans une douce odeur de thym.

Les cordées et les projets se sont formés la veille lors de l'apéro rituel, selon les envies de chacun.e. La plupart sont autonomes, mais nous sommes trois pour qui c'est une première expérience en grande voie.

Adrech, Ascles, Quiquillon. Nos falaises de prédilection – entre 90 et 150 m de hauteur – sont classées terrain d'aventure. La vigilance est de mise : dans *Dédé Forever*, Stephen arrachera une prise inversée au rocher tandis que Fred enverra un pavé exploser au sol. Plus de peur que de mal et par chance, aucune cordée qui suivait. Malgré tout, l'équipement en place permet

d'évoluer sereinement, sans « friends » ni coin-cœurs, et le rapprochement des points offre la possibilité de passer en artificiel si un passage nous résiste.

Une fois sorti.e.s de la voie, le retour se fait à pied par un des nombreux sentiers qui sillonnent la montagne. À Quiquillon cependant, une belle descente en rappel est possible en trois longueurs. Elle occasionnera à son départ quelques sueurs aux novices que nous sommes, mais très

vite, l'enchaînement des gestes nous fait oublier notre vertige.

Après les grandes voies du matin, les plus motivés se donnent rendez-vous dans l'après-midi pour faire un peu de couenne. Puis au café, pour causer rocher et cloches. Les derniers jours, la chaleur nous fait préférer une baignade dans le Céans ou une séance de farniente calés dans un hamac.

Le groupe au complet se retrouve en début de soirée pour raconter les exploits du jour et préparer ceux du lendemain. L'apéro se prolonge par un repas pris en commun dans la salle hors-sac ; certains ont prévu un poulet rôti tandis que d'autres épuisent leur envie de pâtes. Puis nous regagnons nos tentes, rêvant de verticalité, jusqu'à ce que les cloches nous réveillent.

Un grand merci à Fred et Gabin pour nous avoir emmenés dans nos premières grandes voies. Cette belle semaine s'est conclue par une cordée mère & fils en réversible dans *l'Intention qui compte*. Probablement la première d'une longue série !

Anne BOUTAN & Botho HB.

« SPÉCIALISÉ RAQUETTE »

UN STAGE INTENSIF

Début février 2026, un stage « Spécialisé Raquette » a été organisé. Ce type de stage est ouvert aux initiateurs : randonnées montagne, ski de rando et alpinisme. Sa prise en compte comme « **Sport de neige** » est primordiale.

Une préparation théorique complète

Avant de chausser les raquettes, le stage a débuté chez soi par une lecture studieuse de documents : « *la neige sous toutes ses formes* ». Nous avons étudié le manteau neigeux, analysé les risques et surtout appréhendé les outils comme le « *Bulletin d'Estimation du Risque d'Avalanche* » (BERA). L'analyse de l'accidentologie récente a servi de base à des études de cas.

Jour 1 : À froid, la première montée

La mise en jambe a été sévère. Nous avons rejoint le refuge du Nant du Beurre (soit 800 m D⁺) par grand vent, une trace à deviner dans le froid et un sac à dos pour trois jours. Le ton était donné. Dès le démarrage nous avons ouvert nos DVA (Détecteur de Victimes d'Avalanches) et révisé le protocole d'usage. Pour rappel, le DVA est un appareil électronique portable qui émet et reçoit des signaux radio ; il est l'outil indispensable pour localiser une personne ensevelie sous une avalanche. À l'arrivée, nous avons enchaîné les exercices de sondage et de pelletage pour visualiser les couches et prendre conscience de l'urgence des recherches en cas d'avalanche. La soirée s'est prolongée jusqu'à 22 heures. Elle a été consacrée à la préparation méticuleuse de la course du lendemain sur carte papier et outils numériques.

Jour 2 : Esthétisme et sauvetage

Le deuxième jour nous a offert une récompense visuelle et de super sen-



sations : une neige immaculée à perte de vue, du soleil, une neige poudreuse propice à de belles descentes. Nous avons évolué sur terrains variés, négociant des pentes de toutes sortes mais toujours inférieures à 30°, limite à ne pas dépasser pour des raisons de sécurité. Ce fut aussi l'occasion d'un test « grandeur nature » : une simulation de recherche de victime ensevelie, chronométrée, pour évaluer notre capacité à garder notre sang-froid et notre efficacité sous pression.

Jour 3 : Technique et technicité

Sous les vues spectaculaires des sommets environnants, nous avons mis en pratique des techniques d'encordement, de descentes « *en genevoise* » (technique de glisse spécifique pour perdre de l'altitude rapidement en raquettes dans la pente). Un mur court mais très raide a mis à l'épreuve notre équilibre et notre endurance.

Un stage de NEIGE à haute valeur ajoutée

Ce stage fut particulièrement intense. Nous avons été unanimes à conclure que la neige est traîtresse. À la fois tellement belle, douce, aux milles reflets mais si fourbe quand elle cache des trous et qu'elle se met à dévaler les pentes.

Un grand merci à Thierry Chanier du CAF de Clermont-Auvergne pour son expertise, sa pédagogie et son enthousiasme.

Marc LEGROUX



ALPINISME DANS LE SANCY



Du 21 au 24 février, 16 cafistes issus de 4 clubs différents (Tours, Blois, Orléans et Bourges) se sont retrouvés au gîte des Hautes-Pierres, au Mont-Dore. Au programme, plusieurs sorties alpines dans le massif du Sancy, avec des conditions d'enneigement propices aux avalanches.

Jour 1 : rando hivernale sur les crêtes, jusqu'à la Tour Carrée. La mise en jambes a commencé avec une sortie en raquettes sous une météo capricieuse. Une première approche de la nivologie a été réalisée par une initiatrice en alpinisme particulièrement compétente. Le groupe a cheminé sous le Pic du Capucin, jusqu'à proximité du Puy Redon.

700 m de dénivelé dans la journée n'auront pas suffi aux plus vaillants qui sont retournés courir une fois rentrés au gîte. La soirée s'est terminée par une belle truffade.

Jour 2 : montée au Puy de Sancy. Le groupe est parti de la station du Mont-Dore dans le val de Courre, sous un grand ciel bleu. Les crampons ont été chaussés pour la montée au col de Courre, avant de passer sous le Puy Redon, contrairement aux raquettes qui n'ont pas bougé du sac. La progression s'est poursuivie jusqu'au sommet du Sancy. Une séance photos mémorable s'ensuivit, mettant en valeur une initiatrice de talent, et des raquettes qui au-



ront finalement servi d'accessoires de mode ! La descente s'est terminée sans encombre dans les coulées du Mont-Dore.

Jour 3 : cap sur La Perdrix. Le troisième jour a débuté dans la vallée de Chaudefour pour une sortie d'environ 700 m de dénivelé en direction du Puy de La Perdrix. Les conditions météorologiques, d'abord humides, se sont rapidement dégradées pour laisser place à un vent soutenu. Sur la dernière partie de l'itinéraire, la visibilité réduite a nécessité une navigation attentive.

L'arrivée à proximité du téléphérique de Super-Besse a offert un abri relatif pour une pause bien méritée. La descente s'est déroulée dans une ambiance plus détendue, ponctuée de batailles de boules de neige qui ont, une fois de plus, mis à l'épreuve la précision des participants. Nous avons même pu assister à une superbe démonstration de judo hivernal.

Jour 4 : boucle finale sous le soleil et dernière montée au Sancy. Pour cette dernière journée, le groupe a quitté le gîte des Hautes-Pierres sous une météo presque printanière, contrastant avec les conditions de la veille. L'itinéraire a conduit les participants vers La Grande Cascade, puis Le Roc de Cuzeau.

La montée vers le Sancy par le col de la Cabane a été l'occasion de travailler les techniques d'encordement (dont certains, même initiés, avaient grand besoin...). Le sommet atteint, le groupe a entamé la descente par la station du Mont-Dore.

Ces quatre jours dans le massif du Sancy ont permis aux cafistes de se confronter à une grande variété de conditions, allant du grand beau temps à des ambiances plus hivernales. Un grand merci à Arnaud et aux encadrants pour l'organisation !

Tom CHAUVIN et Martin GAUTIER



SÉJOUR À ARÊCHES

JANVIER 2026



C'est un CAForléaniste qui vous écrit, pour relater notre magnifique séjour à Arêches, dans le Beaufortain, fin janvier. J'ai eu la chance de participer à ce séjour, organisé par les CAF d'Issoudun et de Tours, qui regroupait des CAFistes de toute la région : 1 Issoldunois (Xavier), 2 Tourangeaux (Frédéric et Gabin), 2 Orléanais (Laurent et moi-même), 2 Berryers (Sébastien et Florent).

Cette année devrait rester dans les annales : gros enneigement et risques d'avalanches ! Nous avons eu de réelles difficultés à trouver de beaux itinéraires suffisamment sécurisés.

Nos deux encadrants, Xavier et Frédéric (tout juste certifié initiateur ski de randonnée), ont réussi ce pari, parfois contraints à de l'orientation sous la neige ou dans le brouillard, de nous concocter de superbes sorties avec de la belle neige sur presque toute la semaine !

Mais qui dit ski de rando, dit aussi efforts, et les organismes furent mis à rude épreuve.

Le menu sportif fut le suivant (notes de Gabin) :

- La pointe du Riondet pour l'échauffement (20 km, dont le tour du barrage de Saint-Guérin, et 1 200 D+ tout de même).
- Le col de Roche Plane entre les forêts enneigées, les chalets d'alpage et une belle poudreuse (12 km 1 100 D+).
- La Roche Pastire avec une vue sur le lac de Roselend et la Pierra Menta (13 km 1 100 D+).
- Belle Balade entre le passage du Miraillet et le col du Couvercle).

Et toujours les magnifiques paysages du Beaufortin, avec des altitudes certes moyennes, mais des panoramas toujours variés.

Seul petit regret : nous n'avons pas pu faire le Grand Mont, pour cause

de conditions incertaines (visibilité et risque avalanches).

L'équipe, bien préparée à ce programme de rando, a bien réagi :

– Côté cerveau, nous étions plutôt en mode repos maxi (sauf pour nos 2 organisateurs bien sûr).

– Côté cardio et musculaire, cela s'est assez bien passé, puisque nous sommes tous de grands sportifs !

Le menu gastronomique, par contre, proposait un challenge beaucoup plus relevé.

Il faut bien faire honneur à la culture locale et assurer un minimum de convivialité :

– Visite des institutions locales : le fameux bistrot vintage "Chez Dédé".

– Apéro-débriefing du jour, briefing du lendemain, re-debriefing de... je sais plus...

– Mais surtout, les plats reconstituants ! Lentilles-lardons, raclette, fondue, diots, et la fameuse croziflette flambée, oui ça existe, en tout cas maintenant !



En résumé, nous avons tous passé une excellente semaine.

Nous avons eu la chance de profiter de l'expérience des plus anciens : de nombreux conseils très utiles, techniques et pratiques, distillés au fil du séjour, ainsi que les récits des aventures passées, réalisées au loin, ou bien tout près sous nos yeux, avec le descriptif de Xavier des étapes de l'ascension de la Pierre Menta en Alpi.

Merci aux Organisateurs (Xavier et Frédéric), ainsi qu'à tous les participants et j'espère, à une prochaine fois.

Patrice PIEGARD - CAF Orléans



BRÈVES DE BLEAU

UN WEEK-END À CONSOMMER SANS MODÉRATION

Grimpe au Rocher Fin, au Cul de Chien et à Beauvais, et aussi des randos ! Avec visites au passage : maison de Cocteau, chapelle Saint Blaise peinte par le poète à Milly-la-Forêt ou le Cyclop, imposante sculpture édiflée par Tinguely en pleine nature !

Ce WE très réussi a réuni 21 jeunes de 15 à 78 ans, dans une super ambiance ! Esprit Club Alpin, quand tu nous tiens...
Henri B.

Des crash-pads canapés, des parties de cartes endiablées, des phoques échoués, des apéros savamment organisés et surtout tellement de moments partagés. Merci à tous.tes pour ce magnifique weekend qui ne demande qu'à être réitéré !

Sarah V.

Sarah qui fait tomber ses pâtes en nous montrant son réchaud au premier dîner entre grimpeurs.

Botho

Les platières de Coquibus : un beau terrain de découverte dans le Massif des 3 Pignons. Une platière ? Késako ? Du plaisir pour toutes et tous à Fontainebleau.
Super idée à renouveler...

Manick A.

Une belle découverte du lieu, une super organisation et de superbes réalisations photographiques ! Merci !



Super découverte de Fontainebleau et de ses blocs (très) exigeants ! Belle mixité du groupe escalade et du groupe randonnée, surtout durant l'activité qui rassemble le plus tout le monde : l'apéro ! (on sent l'expérience des randonneurs d'ailleurs) !

Tom C.

« On a 5 sacs (bouffe/matras, des chaussons de rechange, des jeux de société et le gros Crash-Pad avec leur tapis, et on est encore 5. »

« Ouais, mais y'a qu'une voiture ! »

« C'est laaaaaarge... »

Merci Caro

Grimpe et randos
25 bosses et plein de blocs
Ah! Le bel esprit!

François R.



Dans les chemins creux et
entre les rochers et bosses de
Fontainebleau, j'ai croisé un orvet,
une souris, un chien (bon je n'ai vu
que son cul), beaucoup de tortues...
Bravo pour ses sympathiques apéros
collectifs d'entraînement avant
le Grand Rassemblement estival.
Merci les super organisatrices.

Françoise D.

Randonnée à Milly-la-Forêt :
3 arrêts indispensables. Un pot
en terrasse en face de la belle
halle, la visite des jardins de
la maison de Jean Cocteau et le
surprenant Cyclop... mais 176,5km
au compteur!

Danielle, Michèle et Danielle



Du sable, des pins, des rochers, des
canapés (ou crash-pads), 27 000 blocs.
Après calcul, on a de quoi faire
675 week-ends comme celui-ci ! Caro



Week-end à Bleau
De belles randos
Avec 25 bosses costaud
Des conviviaux apéros.
Très chaud la météo.
Merci Sarah et Caro.
Alors à bientôt!

Jean-Luc J.

On nous
a dit 25 bosses,
en fait il y en a 28 et même
plus : 1 sur le front de Jean-
Luc, 2 sur les tibias de Marie et
quelques bosselettes réparties
harmonieusement entre les
7 « bosseurs ». S.L.

Fontainebleau? Le retour d'un
rendez-vous escalade-randonnée
super rassembleur... l'esprit CAF
Touraine comme je l'aime.
Le circuit des 25 bosses, qui en
compte 28, un bel entraînement pour
la montagne. Alors j'attends l'édition
2027! Merci

Eliane A.

SKI-RANDONNÉE : RAID AUTOUR DU MONT VISO

DU QUEYRAS AU PIÉMONT : ENTRE SKI ET REFUGES



Samedi soir, tout le monde se retrouve chez Carol, à l'Auberge des Mille Cols. L'ambiance est déjà là : entre excitation et impatience, chacun se projette dans la semaine d'itinérance qui nous attend.

Jour 1 : Direction le refuge de la Blanche en passant par le Pic Traversier. Les premières montées et descentes lancent la semaine : remise en jambes pour certains, poursuite de la saison pour d'autres. À l'arrivée, le réconfort est à la hauteur de l'effort : douche chaude et bière fraîche sont au programme.

Jour 2 : Nous partons pour le tour de la Tête des Toillies, qui domine le refuge. À la descente, nous franchissons pour la première fois la frontière italienne, matérialisée par une borne. Le guide nous propose un détour par la combe de la Cime du Loup. Non prévu au programme, il suscite quelques protestations à la montée... vite oubliées dans une descente qui met tout le monde d'accord. Retour en

France pour une seconde nuit au refuge de la Blanche.

Jour 3 : Cap sur la Pointe des Sagnes Longues, d'où l'on aperçoit déjà le col Agnel, objectif du lendemain. La descente est en portions variées et joueuses : traversée, couloir en poudreuse, puis larges pentes pour finir. Nous remontons ensuite vers le refuge Agnel, principalement par la route d'été. Étape plus tranquille, mais certains iront chercher les quelques mètres de dénivelé manquants pour atteindre symboliquement les 900 m.

Jour 4 : Une grosse journée nous attend. Nous franchissons à nouveau la frontière au col Agnel, cette fois pour rester en Italie plusieurs jours. Après une première descente, une longue remontée dans un vallon nous mène au Passo Della Losetta, avec une vue splendide sur le Viso. Mais il ne faut pas traîner : la pente, exposée plein sud, impose de descendre avant que la neige ne se transforme trop. La

neige est globalement bonne, malgré quelques cailloux peu profonds qui laisseront des traces... surtout sur les skis.

La fin de la descente, plus étroite, demande de l'attention. Puis vient la traversée d'un ruisseau sur un petit pont en bois, étroit et sans garde-corps : après quelques passages hésitants, une partie du groupe préfère traverser à pied. S'ensuit une « pause bien méritée », vendue dans le descriptif de la sortie.

Nous repartons ensuite vers le refuge Bagnour par une traversée en forêt. L'occasion d'en apprendre davantage sur le pin cembro, reconnaissable à ses aiguilles groupées par cinq, et sur le rôle du casse-noix moucheté dans sa reproduction. Plus loin, une trouée dans la forêt nous offre une vue sur la descente effectuée plus tôt – moment propice à une réflexion philosophique du guide à propos du regard sur le chemin parcouru... dont la formulation exacte s'est malheureusement perdue en route.

Jour 5 : Peu après le départ, un arrêt “pansements et mécanique” s'impose : les quatre premiers jours ont laissé quelques traces. La montée serpente dans un chaos de gros blocs rocheux. Certains passages, courts mais raides et glacés, mettent à l'épreuve la technique de chacun.

Au Passo del Duc, nous entamons la descente en crampons sur une première section caillouteuse, avant de rechausser les skis pour un beau couloir qui s'élargit progressivement. Nous descendons ensuite jusqu'au Lago Grande di Viso, que nous préférons contourner malgré une glace qui semblait pourtant solide.

Un court passage sans neige nous oblige à déchausser : l'occasion d'observer deux lagopèdes blancs. Après quelques dizaines de mètres, nous remettons les skis pour rejoindre le refuge Pian Mezze.

Particularité du lieu : des portions si gênereuses que, pour une fois, nous ne parvenons pas à tout finir.

Jour 6 : Réveil face au lever de soleil sur le mont Viso, suivi d'un petit-déjeuner aussi copieux que le dîner de la veille. Au programme : 1 300 m. de dénivelé pour éliminer une partie des excès récents.

La descente débute par une section technique, skis sur le sac. Nous “rechaussons” sur une petite plateforme aménagée par le guide, sur une pente encore soutenue. Plus bas, nous croisons deux personnes à la montée – les premières depuis deux jours, hors gardiens de refuge.

La suite de la descente, en forêt, offre la neige la moins agréable du séjour : lourde et fatigante. En bas, le refuge est en vue... mais séparé de nous par un long faux plat. Nous prenons de la vitesse avant de nous engager dans des traces de chenilles gelées. Résultat : plus de vitesse que prévu, des virages difficiles... et un tout droit mémorable au premier virage.

Après quelques efforts en pas de patineur, nous atteignons finalement le dernier refuge, appartenant au Club Alpin Italien.

Jour 7 : Dernière journée. À la montée, le groupe est plus silencieux : la fatigue de la semaine se fait sentir. Nous atteignons le col marquant notre retour en France, puis une ultime montée sur la crête de Praroussin. S'ensuit une longue descente jusqu'au parking, avec une seconde partie en forêt, à nouveau dans les mélèzes. À l'arrivée, fatigués mais heureux, nous nous dirigeons vers le premier bar venu pour débriefer cette belle aventure. Une chose est sûre : ce genre de semaine laisse des souvenirs durables... et donne envie de repartir. Après tout, on ne s'arrête pas parce qu'on vieillit, on vieillit parce qu'on s'arrête.

Gabin MILLET

LE BIVOUAC, UNE ODE À LA NATURE



Parce qu'il constitue une parenthèse enchantée dans nos vies déjantées, le bivouac permet de s'évader à moindre frais. Il suffit de bien s'y préparer, une condition physique entraînée aux vicissitudes du temps et une recherche du plaisir de l'effort vous emportent dans un labyrinthe temporel. Il n'est pas nécessaire de partir dans des contrées lointaines, ni de s'envoler aux quatre coins du monde, tout se trouve à portée de pieds. Trouvez quelques copains bien choisis, ceux avec qui vous pouvez discuter de tout et de rien, surtout de rien... La Touraine ainsi que la Côte d'Emeraude nous ont permis de faire ce pas de côté.

Nos deux derniers bivouacs étaient de cette veine ; le premier décidé à la hâte en repli du Cantal qui aurait dû nous offrir un bivouac hivernal. Les conditions météo de ce mois de novembre 2025 ont eu raison de notre enthousiasme. Notre base de repli : la Côte d'Emeraude.

Le parcours Cancale-Saint-Malo nous a réunis à huit. Alternant baies et landes, sable fin et rochers, nous avons marché face à la baie du mont Saint-Michel, la "Merveille" nous guidant comme un sémaphore. Loin du tumulte du monde, dans cet écrin de verdure, nous refaisions le monde. Il suffit

que vous donniez du temps au temps, que vous mettiez dans la marmite quelques « cafistes » sans minuteur et la sauce prend. Nathalie la marathonienne, Hélène la jeune maman, Anne-Sophie l'entraînée, Fred notre président, Marc le globe-trotteur, Rémy le scientifique, François l'organisateur et Nicolas le médecin de service se sont immiscés dans les secrets de cette côte en furie.

Nous nous étions promis de faire le bivouac hivernal dans le Cantal plus tard. Gageons qu'il s'organise pour la fin de l'année 2026. Entre-temps, il faut bien s'entraîner ; alors notre organisateur a proposé une boucle tourangelle. Nous partîmes à six, mais par un prompt découragement, nous nous vîmes à deux en arrivant à Azay-le-Rideau, sur la ligne de départ, François et Nicolas, dont l'enthousiasme n'a pas été entamé par la pluie annoncée. Forts de notre volonté, nous avons parcouru les contrées balzacienne, sillonnant la vallée de l'Indre vers Azay-le-Rideau, Saché, Villaines-les-Rochers, Cheillé, la forêt de Chinon. Entre culture et nature, sous la protection de Balzac et Calder, nous avons été enchantés de découvrir à deux pas de Tours, une nature accueillante au milieu des roseaux et de la forêt, surprenant çà et là une harde de sangliers, un chevreuil, deux lapins de garenne, des éperviers, des faisans, un canard sauvage... Silence, intimité, repas partagés, lecture, écoute bienveillante. Nous vous saluons de cette vallée verdoyante où nous avons pu admirer des vitraux de LOBIN dans la petite église de Villaines-les-Rochers. Amis cafistes, retrouvons-nous le temps d'un bivouac pour user nos semelles et honorer la beauté et la fragilité du monde.

Nicolas CHAPEL

RANDONNÉE D'AUTOMNE

AVEC « LA BANDE À VELPEAU »

C'est dans la petite commune de Brèches que nous avons marché dimanche 19 octobre, six randonneurs et une parité parfaite. Parcours de 20 km très agréable, avec glanage de noix, châtaignes, petites poires... des arbres aux couleurs flamboyantes d'automne, un coin pique-nique confortable, une belle journée en plein air.

Le célèbre anatomiste et chirurgien français **Alfred VELPEAU** (1795-1867) est né dans cette commune, on peut d'ailleurs y voir sa maison natale transformée depuis 2004 en salle de réunions, son buste en plâtre dans l'église et sa statue devant l'église. Fils d'un maréchal-ferrant, Velpeau apprit d'abord à ferrer les chevaux puis à travers les livres, il acquit quelques notions de médecine.

Envoyé à Tours en mai 1816, sa rencontre avec Pierre Bretonneau, fondateur de l'école de médecine de Tours, déterminera sa carrière.

Attaché à l'hôpital de Tours au début de sa carrière, il réussit brillamment comme chirurgien à Paris.



Velpeau est l'inventeur du bandage qui porte son nom, « **la bande Velpeau** ».

En 1890, la marque Velpeau est déposée par la Pharmacie Centrale puis rachetée en 1992 par Lohmann.

En 2007, la marque Velpeau rassemble désormais les bandes, les pansements et les orthèses.

Velpeau, c'est finalement un siècle et demi d'innovation.

Aujourd'hui encore, qui n'a pas de bande Velpeau, cette bande extensible sans élastique dans sa trousse de secours ?

Josiane BONNIN



CONCOURS AFFICHE N° 100

Nous vous proposons de réaliser une création graphique qui sera la couverture de notre **numéro 100 en juin 2027**. Ce numéro spécial sera réalisé en grand format (comme le numéro 87 (édition spéciale de l'AG fédérale qui avait eu lieu à Tours).

Toutes les propositions sur le thème des activités du club alpin et imprimables sont acceptées :

- Photographies (montage, collage...)
- dessin
- Peinture...

Contraintes pour l'impression finale :

- format A4
- 300 dpi pour la photographie

La date limite d'envoi de vos propositions est fixée à janvier 2027 et à adresser à Fred Brehier (fbrehier@hotmail.fr) et Anne Boutan (bzqzd@gmx.fr).

À partir de janvier 2027 vos propositions seront partagées sur le Facebook et Instagram du club et donnera lieu au vote des adhérents.

Tous à vos appareils photos, crayons, pinceaux...



LE CAF-TOURAINÉ FAIT SON CINÉMA !

Nous avons projeté en novembre dernier un film, *Le Cavalier sans tête*, qui relate l'ascension du Hungchi au Népal, par Charles Dubouloz et Simon Welfringer. La soirée fut aussi l'occasion de présenter deux réalisations de nos Cafistes tourangeaux : l'ascension de l'Everest par Delphine Chaigneau, première tourangelle à le gravir, et le trek « O », parcouru par Marc Legroux en Patagonie, au Chili. Nous étions plus de 80 lors de cette soirée, agréablement prolongée dans un pub local...

À la demande de nombreux participants, nous aurons le plaisir de nous retrouver une nouvelle fois, le **VENDREDI 6 NOVEMBRE 2026** au cinéma CGR de Tours-centre à **19h30**.

Nous accueillerons **Jérémy Bigé** qui se déplacera spécialement à Tours pour nous présenter son film *Fils du vent* !

Jérémy Bigé a réalisé une traversée solitaire des Monts Célestes au Pamir Alaï, du Kirghizistan au Tadjikistan. Trois mois de marche, 2 000 kilomètres au contact des nomades en suivant un itinéraire tracé par lui-même à partir de vieilles cartes militaires ; avec l'idée de passer par de hauts cols oubliés mais jadis parcourus par quelques explorateurs. Un sac ultra léger de 5 kilos pour gravir les 90 000 mètres de son expédition. Une caméra légère pour les images d'où il tire un film magnifique et authentique, totalement réalisé par ses soins. Un carnet de notes qui lui permet d'écrire un livre récemment publié chez Glénat. Jérémy nous le dédicacera à l'issue de notre soirée.

Réservez votre soirée sur votre agenda ainsi que sur celui du site internet de notre club.

La soirée débutera par une projection commentée montrant quelques activités réalisées par les membres du CAF Touraine. Nous vous attendons nombreux, avec vos proches et amis !



François REMODEAU

RANDONNÉE PÉDESTRE

PARKINGS

- | | |
|---|--|
| n° 1 Parc de STE RADEGONDE (place E.-Péron) | n° 5 Super U de JOUÉ-LES-TOURS (route de Chinon) |
| n° 2 Auchan Petite Arche TOURS NORD (station service) | n° 6 Piscine du Lac, TOURS (côté parking relais Fil bleu) |
| n° 3 Auchan SAINT-CYR (station service) | n° 7 Lidl, SAINT-AVERTIN |
| n° 4 IUFM FONDETTES (bord de Loire) D 952 « La Guignière » | n° 8 Carrefour SAINT-PIERRE-DES-CORPS (station service) |

Responsables : Michèle ROYER ([REDACTED]) et Danielle PERTUISOT ([REDACTED])

25 juil. **Rassemblement d'été du CAF à AUZAT** (Ariège) Frédéric BRE [REDACTED] ER
au 9 août Éco-camping la Vernière - 09220 Auzat [REDACTED]

Judi Ste-RADEGONDE. 10 km (allure modérée) S Ivie GUERIN

3 sept. RDV et départ 14 h parking n° 1 [REDACTED]

6 sept. Balade littéraire à **SAINT-ÉTIENNE-DE-CHIGNY** Rens. Martine
avec « Nature et Patrimoine » 8 km environ
(rens. compl. communiqués ultérieurement) [REDACTED]

13 sept. **Tours en fête.** Rendez-vous annuel du sport et des associations au Lac de la Bergeonnerie et centre nautique à Tours - 10 h à 18 h [REDACTED] R

Judi Randonnette au Lac de la Bergeonnerie - Rives Nell MOLISSON
17 sept. du Cher 6-7 km - RDV et départ 14 h parking n° 6 [REDACTED]

Vendredi Réunion programme 17h30 à la Maison des Sports à Parcay Meslay
18 sept. (programme 1^{er} semestre 2027) - nom de la salle à confirmer

20 sept. **SEPMES.** 20 ou 15 km - RDV 8h30 parking n° 7 - Eric VASLIN
9h30 place de la Mairie [REDACTED]

27 sept. **LA CHARTREUSE DU LIGET.** 20 km - RDV 9h30 Fran ois AMADIEU
parking n° 7 - départ de la Chartreuse à 10h30
(Chemillé-sur-Indrois) [REDACTED]

Judi PARCAY-MESLAY. 10 km (allure modérée) - RDV Michèle MEYER
1^{er} oct. et départ à 14 h place de l'Église [REDACTED]

4 oct. **VERNOU-SUR-BRENNE.** 16,5 km - RDV 9h parking n° 1 - Odile CRESP
9h30 Place St-Vincent (derrière la Mairie) [REDACTED]

11 oct. **CHARENTILLY.** 12 km - RDV 9h10 parking n° 3 - Martine CHAMBOLLE
9h30 - Parking du stade (possibilité pique-nique après la randonnée) [REDACTED]

Judi AMBOISE. 10-11 km (allure modérée) - RDV 13h30 Marie-Marcelle ROY
15 oct. parking n° 1 - Parking Quai de la Loire à Amboise.
Départ randonnée mairie d'Amboise 14h [REDACTED]

18 oct. **BUEIL-VILLEBOURG.** 20 km - RDV 9h parking n° 2 - Josiane BONNIN
9h30 Place de l'Église Bueil [REDACTED]

25 oct. **ATHÉE-SUR-CHER.** 16 km - RDV 9h parking n° 7 - Michèle ROYER
9h30 Place de la Mairie [REDACTED]

1^{er} nov. **Rando libre** - CDRP37 (voir site internet CDRP 37 indre-et-loire.ffrandonnee.fr)

Jeudi 5 nov.	ROCHECORBON. « sentier Saint-Georges » - 10 km allure modérée - RDV 14h Parking St-Georges (Bord de Loire)	Danielle SCHOEMACKER [REDACTED]
8 nov.	LUZILLÉ. 20 km - Rens. compl. communiqués ultérieurement	Geneviève MARMOL [REDACTED]
15 nov.	Rando libre - CDRP37 (voir site internet CDRP 37 indre-et-loire.ffrandonnee.fr)	
22 nov.	Rando libre - CDRP37 (voir site internet CDRP 37 indre-et-loire.ffrandonnee.fr)	
29 nov.	Rando libre - CDRP37 (voir site internet CDRP 37 indre-et-loire.ffrandonnee.fr)	
Jeudi 3 déc.	Parc de la Rablais et de la Cousinerie. 12 km allure modérée - RDV 14 h Saint-Cyr-sur-Loire parking rue de Mon Repos	Marie-France TRAN VAN [REDACTED]
Vendredi 4 déc.	Assemblée Générale du CAF à 18 heures (accueil à partir de 17 h) à la Maison des Sports - Parçay-Meslay	Frédéric BREHIER [REDACTED]
6 déc.	Rando libre - CDRP37 (voir site internet CDRP 37 indre-et-loire.ffrandonnee.fr)	
13 déc.	« RANDO RESTAU ». Randonnée le matin de 12 km environ et restaurant à 13 heures (lieu à confirmer)	Michèle ROYER [REDACTED] et Danielle PERTUISOT [REDACTED]
20 déc.	Rando libre - CDRP37 (voir site internet CDRP 37 indre-et-loire.ffrandonnee.fr)	
27 déc.	Rando libre - CDRP37 (voir site internet CDRP 37 indre-et-loire.ffrandonnee.fr)	

MARCHE NORDIQUE

Responsables : Paul [REDACTED] ou Martine [REDACTED]
Pour les initiations, contacter Danielle ([REDACTED])

C'est quoi ? Vous en avez entendu parler ou vous l'avez déjà pratiquée ? Vous aimez marcher, randonner, faire des balades ? Venez nous retrouver et essayer la marche nordique. Elle se pratique avec une paire de bâtons spécifiques et légers, au rythme que l'on souhaite, sur un terrain assez souple (vallonné ou pas), permettant la pratique en toutes saisons.

Elle est recommandée à tout âge, quel que soit son état de santé. En la pratiquant régulièrement, vous ressentirez ses bienfaits. Contrairement à la randonnée, la pratique fait travailler tous les muscles de notre corps, ainsi que le cardio, pendant une à deux heures de marche à chaque séance, en plus des échauffements et étirements.

Je propose une séance par semaine, le mardi à la Métairie, sur la commune de la Ville-aux-Dames, en dehors des vacances d'été. Si vous désirez découvrir cette pratique, nous vous proposons, avec Danielle Pertuisot, des séances d'initiation (individuelles ou collectives), suivant nos disponibilités. Nous pouvons vous prêter des bâtons.

Paul DUPIN

CALENDRIER ESCALADE

DATE	DESCRIPTION DE LA SORTIE	RESPONSABLE
Du 11 au 18 avril	Grandes voies et couenne à Orpierre	Frédéric BREHIER [REDACTED]
19 avril	Sortie couenne tous niveaux à La Guigno	Laëtitia BARANGER [REDACTED]
Du 1 ^{er} au 3 mai	Vallée d'Ossau	Gré oire DARRASSE [REDACTED]
Du 8 au 10 mai	Sortie multiactivités à Fontainebleau	Sarah VIALLEFONT [REDACTED]
Du 14 au 17 mai	Sortie couenne lieu à définir	Guillaume LEMAITRE [REDACTED]
Du 23 au 25 mai	Sortie jeunes école escalade à Clécy	Léna CUINIER [REDACTED]
Du 31 mai au 6 juin	Sortie mixte escalade/canyon dans les Pyrénées	Léna CUINIER [REDACTED]
12 juin	Soirée frontale à la tête de Chambray	
14 juin	Sortie couenne à Argenton-Château	Natacha GAILLARD [REDACTED]
Du 18 au 25 juillet	Sortie escalade à Ailefroide	Benjamin GARNIER [REDACTED]
Du 25 juillet au 8 août	Rassemblement d'été à Auzat	Frédéric BREHIER [REDACTED]
13 septembre	Tours en fête	
22 septembre	10 km de Tours	

D'autres sorties seront peut-être ajoutées par la suite.

Pour consulter les sorties au programme et vous y inscrire, veuillez consulter l'agenda <https://caftouraine.ffcam.fr/agenda.html>

CALENDRIER ALPINISME

DATE	DESCRIPTION DE LA SORTIE	RESPONSABLE
Du 23 au 29 juin	Massif des Écrins, autour du Glacier Blanc et du Refuge des Écrins	Jeremy CIEPIELEWSKI [REDACTED] Julien PILLOT [REDACTED]

SORTIES VTT

Responsables : Frédéric BREHIER () et Jean-Luc JUNIUS ()

Casque obligatoire et VTT en bon état, prévoir de quoi s'hydrater, se ravitailler et réparer.

Des sorties en semaine sont toujours proposées, à VTT ou VTC, ainsi que les dominicales, plutôt à VTT. Nous participons aussi à celles organisées par d'autres clubs.

Un message WhatsApp (sur le groupe « Caf'Touraine VTT ») est envoyé quelques jours avant par le responsable de sortie ; il comporte : lieu de rdv, heure de départ, kilométrage, difficultés etc. Pour rejoindre ce groupe, s'adresser à Fred Bréhier.

Sorties à venir :

- Le tour du Champsaur : VTT, VTTAE et rando, la première semaine de juin.
- VTT lors du rassemblement estival du club à Auzat en Ariège, du 25 juillet au 8 août.

La commission ne fonctionne qu'avec les propositions de chacun... alors n'attendez plus !





PIERRE & BERTRAND CONSEIL

