

Escalade à Penhir – avril 2015

Penhir est un site magnifique à la pointe de Crozon en Bretagne. Nous sommes arrivés sur le site après 4 heures de route accompagnée d'une météo capricieuse. Heureusement, la plupart des voies sont à l'abri du vent face au soleil. Penhir est un site de granit surplombant la mer avec des voies de 60 à 70 m de haut entrecoupées de 2 ou 3 relais. Il faut parfois descendre en rappel et la seule échappatoire est de "sortir" la voie. Il faut donc une bonne dose de courage et de patience ! Le samedi fut un après-midi de chauffe fort appréciable pour cette première fois en extérieur pour moi.

La journée du dimanche a permis de s'essayer à des voies plus difficiles mais toutes aussi plaisantes ; et a été plutôt fructueuse en courbatures, hématomes, coups de soleil et petites frayeurs. Mais après l'effort, le réconfort à la crêperie le soir même.

Et pourquoi pas un lundi au soleil ! Avec de l'escalade bien sur, mais aussi la joie de voir un phoque nous observer et un dauphin défilier un petit bateau à moteur.

Dans mon sac, j'ai donc rapporté des images plein la tête, du plaisir à grimper en plein air et une ambiance de groupe au top !

L'esprit déjà ailleurs à préparer la prochaine sortie : le Croisic en juin !

[Emilie J.]



« Hallopen » nouvelle salle de Montaigu

Le 1er novembre c'était Le "Hallopen de Montaigu" (pour Halloween nous devions être déguisé), C'était l'occasion de découvrir et de grimper sur ce mur de 12m de haut et 6m d'avancé, super agréable de grimper sur un nouveau mur avec que des prises neuves. Dommage pour ceux qui ne sont pas venus, vous avez raté quelques chose, le club à été représenté par seulement cinq personnes trois anciens membres et deux débutants de l'année, mais confirmés ou débutants on sait tous fait plaisir.

Rendez vous l'an prochain, les Chamois de Montaigu rééditent le Hallopen.

[Yvon]



8



Agenda :

18 décembre : Lolo's Trophy (Challenge club) salle Chambord

28 au 30 décembre : stage escalade jeune pendant les vacances

6 janvier : soirée galette des rois salle Chambord

10 janvier : Maine et Loire Trophy à St Georges sur Loire

16 janvier : sortie escalade El Cap jeunes et adultes

16 et 17 janvier : Championnat régional bloc

20 janvier : démontage du mur salle Chambord

24 janvier : Championnat départemental à Cholet

30-31 janvier : sortie alpinisme Massif Central

Le mot du Président !

Bonjour à tous,
Cette année vous êtes 138 grimpeurs inscrits dans notre club pour partager votre passion de l'escalade. Je remercie de votre fidélité qui nous rassure dans nos choix et nos valeurs. Et je souhaite la bienvenue à tous nouveaux grimpeurs. Par rapport à l'année dernière, nous avons plus de jeune soit 14% en plus. La demande a été telle que nous avons dû refuser une trentaine de jeunes à la journée « porte ouverte » de Septembre. Notre manque de créneau, notre mur qui semble rétrécir chaque année, notre engagement pour votre sécurité fait qu'il n'est pas acceptable de prendre plus de licencié jeune. A notre grand désespoir ! Ceci vient en contraste avec notre difficulté à embaucher un Brevet d'état. Notre projet est toujours d'actualité et nous ne baisserons pas les bras ; ce n'est pas dans l'esprit d'un grimpeur ! Les bénévoles qui sont là, à vos côtés, pour vous former ou vous accompagner dans vos sorties, vos compétitions,...., eux ils ne baissent pas les bras ! Ils répondent présents avec toujours autant de passion. Cette année des efforts ont dû être faits pour pallier au manque de BE, donc je compte sur vous pour votre bonne humeur
En vous souhaitant bonne grimpe.

[Jean-Louis]



1

Stage Adultes sept-oct 2015

Mercredi 23 Septembre

4 motivés à l'heure, puis 6, 10 et pour finir 12 grimpeurs plus ou moins débutants dont 4 filles (les meilleures). En cette 1ère fois c'est plus les papiers, le matériel et les sousou que la grimpe. Après nous avoir piqué tout nos sous Eric et Julie commence à nous bourrer le crane de manip et de nœud.

On fait le grand 8 en comptant 1,2,3,4,5 pour monter au 7^{ème} ciel

Dimanche 27 septembre

Gros soleil, pique nique et motivation sont au rendez vous. On est plus que 11 mais tout le monde est d'attaque pour escalader le rocher du Manis. 10H on découvre la bête et on essaye de la dompter en « moule ».

Bon aller on passe aux choses sérieuses, on monte en tête pour la première fois à l'extérieur pour beaucoup d'entre nous.

Sensations au rendez vous, on se sent suspendu au dessus du vide.

Pour monter en tête on apprend à dompter une vache qui nous maintien en vie.

3 octobre

Dernier weekend, on perd une matinée de grimpe à cause de mme météo qui prévoit mauvais temps alors qu'il faisait beau. L'après midi retour aux sources "le Manis ". On grimpe à nouveau, les Pokémons et la cheminée n'ont plus de secret pour nous. On apprend de nouvelles manipulations avec un nouveau noeud le "pêcheur". Pour apprendre ce nouveau noeud on s'assoit par terre en rang d'oignon tous sage et on écoute les 2 grands maîtres.

4 octobre

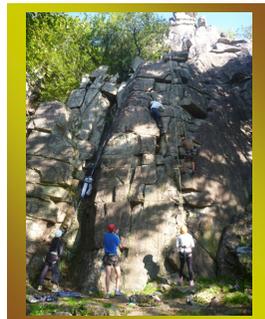
Direction Poitiers au Rocher de Beauvoir, on arrive devant une roche complètement différente avec des silex qui font mal aux mains mais avec une bonne prise.

Grimpe, apéro, apéro grimpe et manips sont au rendez vous.

Dernière descente sous la pluie, on remballa et on rentre à la salle, apéro et débrief a la salle.

Je pense que tout le monde sera d'accord avec moi pour dire que c'était 2 week-end intensifs et très intéressants et merci à nos 2 initiateurs Julie et Éric pour leur patience et leur gentillesse par contre ils coûtent cher en boisson !

[Cécile B.]



②

Du 8 août au 28 août : Les toutes premières fois

•Canyon du Riolan.

Et puis une idée à germée : et si nous en profitons pour faire un canyon ?!

Le canyon du Riolan est l'un des plus beaux canyons du sud de la France : 4-5h de canyoning, plutôt aquatique, sauts de 7-8 m, rappels de max 10 m, et des toboggans naturels, accessible aux débutants (comme moi !). Ni une ni deux, nous faisons la route jusqu'au point de départ. Nous passons nos combinaisons, ce qui n'est pas une mince affaire ! Casse-croûte de midi dans le sac, cordes de rappel, baudriers, 8, Go Pro, appareil photo : parez ! Et les premiers pas en combinaison tel un robot en pleine sudation : vite de l'eau fraîche !

Bonne progression et premier saut version crapaud, ou comment tomber comme un sac. Une franche rigolade pour les gars !

Pause de midi, j'enlève mon haut de combinaison qui m'empêche de respirer et décide de finir le canyon comme ça. Plus pratique pour nager et se déplacer mais l'eau est d'un froid glacial tout d'un coup !

Le canyon est magnifique dans des couleurs ocres, rouges orangées et jaunes. Pierrick le compare à ceux de la Sierra. Les sauts sont juste une partie de plaisir et les vasques d'eau sont assez remplies. Un regret : peu de toboggans étaient praticables du fait du niveau bas de l'eau car mois d'août oblige.

Après quatre heures d'effort, nous arrivons au point d'arrivée, et nous trouvons des gens aimables pour emmener l'un de nous récupérer la voiture au point de départ. Pas de rando de 8km pour rentrer sous le cagnard, tant mieux ! Mais plein de souvenirs en tête.

Et 1 canyon, 1 !

•GR04 chemin de Blanc-Martel.

Sentier qui parcourt sur près de 15 km la rivière Verdon (au fond des gorges), par la rive droite depuis l'entrée située au point sublime jusqu'au chalet de la Maline.

Randonnée de 6 à 7 heures avec une forte déclivité en arrivant au chalet de la Maline. 2 tunnels : tunnel de Trescaire 110 m de long, et le tunnel de Baou 670 m de long.

Nous sommes partis en croyant faire une randonnée de 3h car nous avions mal lu les panneaux de balisage au départ. Nous avons suivi la rivière en contre-bas au pied de l'énorme falaise. Nous avons traversés les deux anciens tunnels, prévus à l'origine pour l'aménagement d'un barrage hydraulique, à la Petzl. A mi parcours, des escaliers en fer nous font passer de l'autre côté de la brèche Imbert, 70 m de dénivelé et 274 marches : impressionnant et parfait pour les mollets ! Le dernier tiers est une bonne bavante, à la verticale, en lacets sous le soleil, pour atteindre le chalet de la Maline, le point d'arrivée.

Et donc, c'était bien une rando de 6h et non pas de 3h !

•Buis-les-Baronnies.

Arrivée au camping de Buis-les-Baronnies dans la soirée de samedi, département de la Drôme. Nous retrouvons tout le monde pour le 1er apéro « saucisson-bière-fromage » de cette nouvelle semaine réservée à la grimpe matin et soir.

Nous commençons le lundi matin par la via ferrata du St Julien, grande lame de calcaire dominant le village, orientée plein sud, très bien équipée sur 3 itinéraires pour 1700 m de via. Plusieurs ponts de singes et poutrelles, plusieurs échelles et une hauteur sensationnelle ! Encore un panorama à couper le souffle !

Nous enchaînons dans la semaine avec plusieurs autres sites d'escalade : Baume Rousse, Ubrieux, aiguille de Buis, Lou Passo, Baume Noire, le rocher de St Julien lui même. Journée type : grimpe à 9h, apéro et repas à 13/14h, sieste, piscine, et re grimpe à 18h. Il fallait composer avec le soleil du sud et les différentes expositions des différents sites. Difficultés et longueurs de voies variées.

Pour ma part, premier vol sur site naturel, et surtout, premier 5c en tête dans un dièdre : la récompense d'une bonne semaine de grimpe !

Egalement, marché artisanal avec toutes les saveurs et couleurs de Provence, marché de la laine, visite du village de Buis, et pour finir le vendredi soir, petit restaurant pour une tablée de 12.

Une semaine très agréable entre grimpe, franche rigolade et détente !

[Emilie J.]

⑦

Groupes Jeunes saison 2015-2016

Groupe lundi :
Microbes
Avec Claude, Pascal,
Thierry, Lucie et
Morgane



Groupe Jeudi :
Minimes
Avec Clément et
Alberto



Groupe mercredi :
Benjamins
Avec Eric, Pascal et
Nicolas

4

Groupes Jeunes saison 2015-2016

Groupe Lundi :
Cadets / Juniors
Avec Jeff et Thomas



Groupe vendredi :
Poussins
Avec Brigitte, Pascal,
Laura et Margot

Groupe vendredi :
Performance
Avec Clément



5

Du 8 août au 28 août : Les toutes premières fois

Ces deux semaines ont été pour moi de la découverte totale : 1ère via ferrata, 1ère aiguille, 1ère rando montagne, 1er canyon, 1ère semaine intensive de grimpe sur site naturel.

Accompagnée par Yvon la première semaine puis avec tout le groupe la deuxième, road trip sur 3 départements.

• Via ferrata du lac du Sautet :

Le lac du Sautet est un lac artificiel créé par un barrage hydraulique EDF en Isère, sur la commune de Corps. Une via ferrata a été créée par EDF de façon à pouvoir découvrir l'installation hydraulique du barrage. Cette via est très ludique et très bien équipée. Elle est accessible à tout public et même aux enfants accompagnés par un guide. La descente dans la gorge est impressionnante et offre une vue magnifique.

Cette première via ferrata a été pour moi une superbe initiation !

• Aiguille de la Dibona : 3130 m de défi !

Alpes françaises, massif des écrins, massif de La Bérarde.

Départ du hameau des Etages pour une bavante de 1200 m de dénivelé, 6 km, effectué en 3h15.

Nous sommes arrivés au refuge du Soreiller pour le repas de midi avec un superbe soleil. Refuge créé en 1957 et gardé l'été de mère en fille. Il a été réaménagé en mai/juin 2014. Et ses gardiennes en sont très fières. Elles nous ont réservé un très bon accueil !

La météo étant capricieuse, nous avons décidé de passer la nuit au refuge et de faire notre ascension le lendemain matin par la Voie Normale.

Réveil 7h. Petit-déjeuner puis équipement. Et hop ! Nous voilà fin prêts pour l'ascension avec un magnifique soleil ! Panorama à couper le souffle ! Des montagnes à perte de vue, toutes aussi originales, belles et majestueuses les unes que les autres. L'aiguille de la Dibona majestueuse également, et ce ciel bleu azur ! Une bonne journée commence.

Marche d'approche d'une heure et demi, petite traversée en dessous des clochetons, et dernière ligne droite : l'aiguille ! Petite pointe d'excitation. Petit regard en arrière, et en bas : 60 m à pic ? En dessous : un pierrier !

Nous laissons nos sacs au pieds des derniers 45 mètres à gravir. Yvon commence sa grimpe, puis moi. Et voilà : 3130 m !! panorama à 360 degrés ! Une impression d'immensité ! Des bruits de glace qui craque, et toujours ce soleil au rendez-vous pour faire de superbes photos avec le drapeau de l'association !

Puis descente, retour au refuge, rando inverse et nous retrouvons le camping-car sur le parking. Fatigués mais heureux d'avoir réussi notre défi.

Juste une seule envie : recommencer !

• Les gorges du Verdon, lac de Sainte Croix.

Nous avons rejoint Pierrick et Marie le lendemain au lac de Sainte Croix, dans le département des Alpes de Haute Provence. Lac artificiel avec une eau bleu turquoise propice aux activités nautiques, plage, baignade : détente !

Marché provençal à Riez ; visite du village typique de Moustiers Sainte Marie, cité de la faïence, classé un des villages des plus beaux de France ; visite de Castellane sous la pluie. Et toujours pour finir l'après-midi : une petite bière pour savourer ces vacances.

Un seul mot d'ordre : profiter ! Profiter ! Profiter !



6

Escalade aux Riglos de Malos (Espagne)

Le week-end du 11 novembre nous sommes allés à Riglos avec Yvon Yoann et Nico dans un cadre et un super soleil durant ces 5 jours.

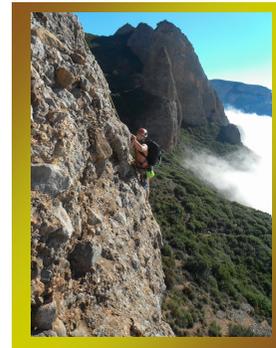
Nous avons grimpé tous les jours de grandes voies de quelques centaines de mètres. Minimum 200 mètres.

Il nous est quand même arrivé quelques mésaventures ; chutes de pierres, des grosses « là les pétoches »

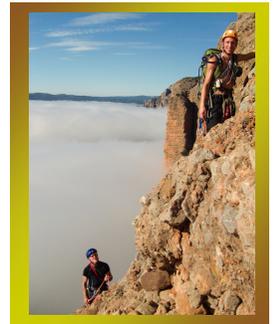
Nous nous sommes aussi perdus tous les deux avec Yoann. Nous n'avons pas trouvé la descente, on s'est retrouvés au milieu des arbres pas moyen de faire un relais on tirait la corde pour assurer l'autre. Si seulement on avait voulu faire le 6 B nous n'aurions pas été obligé de descendre pour remonter, Il y a de la végétation la haut, des grandes herbes et des arbres pas très solides. Nous avons dû mettre au moins une heure de plus pour retrouver Yvon et Nico tout en haut au sommet pour manger.

La bière fût bonne une fois en bas. Que du bonheur !!!

[Quentin]



Là, on est perdus dans la jungle de Riglos



3