

Challenge « Maine et Loire Trophy » bilan :



Le Challenge départemental s'est terminé le 24 avril 2016 au Plessis-Grammoire. Les meilleurs grimpeurs de toutes les catégories ont été récompensés.

Parmi les 35 jeunes du club inscrits aux différentes étapes, 4 sont montés sur le podium :

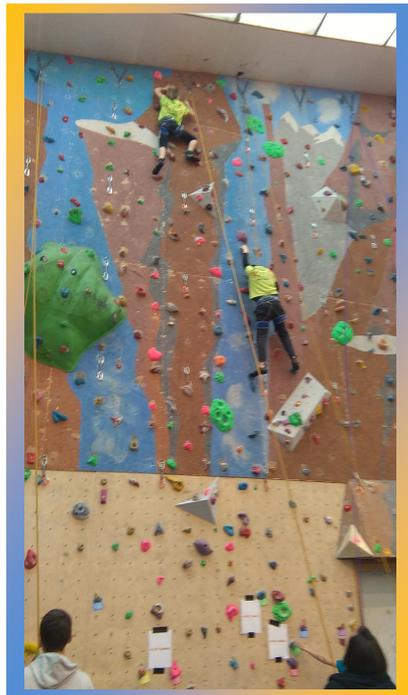
- en microbe : Marion Villamandos : 2^{ème} et Jeanne Mercier : 3^{ème}
- en minime : Margaux Brouard : 1^{ère} et Nathan Lorieau : 1^{er}

6 adultes (2 séniors et 4 vétérans) ont également participé à une ou plusieurs étapes.

L'étape organisée à Cholet en février a eu beaucoup de succès avec 126 participants ainsi que celle d'Avrillé avec 130 grimpeurs.



Podium des microbes



Juin 2016

Le Bivouac

N°73

Bulletin d'information des adhérents
Site internet : www.aesmcholet.fr
Mail : aesm@club.ffme.fr

Agenda :

4 et 5 juin : sortie escalade à Redon

15 juin : portes ouvertes salle Chambord et inscriptions

17 juin : Assemblée Générale (salle de La Btuyère)

18 juin : Passeports escalade bleu et vert au rocher du Manis

19 juin : Raid AESM

25 et 26 juin : sortie escalade Le Croisic

7 septembre : validation inscription jeunes salle Chambord de 18h30 à 20h30

18 septembre : Championnat du monde escalade à Bercy

Le mot du Président !

La saison sportive se termine, venant clore une année riche en activités. Nos jeunes ont encore brillé avec 4 qualifiés au championnat de France à Arnas et de nombreux podiums en coupe.

Plusieurs groupes, jeunes et adultes ont pu goûter au rocher même si la météo n'a pas toujours été au rendez vous. Cette saison marque aussi les dernières ascensions à la salle Chambord. Ce mur sur lequel beaucoup ont transpiré, se sont dépassés, ont vaincu leurs peurs, ont fait des rencontres ne sera bientôt plus utilisé par le club.

A partir de mi-octobre, un beau mur de 13m tout neuf nous accueillera au sein du complexe sportif Grégoire en cours de construction en face du collège République. Ce mur saura, je l'espère, dynamiser encore d'avantage la vie du club. C'est un beau cadeau d'anniversaire car l'AESM a 25 ans cette année, 25 ans de partage, de convivialité et de passion pour la montagne et l'escalade. Et comme il n'y a jamais trop d'occasions pour nous réunir, nous ne manquerons pas de fêter ça dans le courant de l'automne.

Le 17 juin aura lieu notre assemblée générale salle de la Bruyère, c'est la meilleure occasion de comprendre le fonctionnement du club et de partager vos idées autour d'un verre. Venez nombreux !

Très bon été à tous !

[Alexis]

Week-end alpinisme au Sancy (mars 2016)

Après plusieurs reports à cause de la météo capricieuse, un plan de dernière minute est finalement trouvé pour le Mont-Dore, dans le Massif Central. Nous nous retrouvons vendredi en fin d'après-midi, la fine équipe est composée de notre guide Thierry, son pote Christophe, Yvon, Joëlle, Thomas, Julia, Alexis et moi-même. Nous nous lançons sur la route, et finalement un peu avant minuit nous arrivons dans la station du Mont-Dore et ses paysages de montagne enneigée. Nous prenons possession de notre chambre dans l'hôtel, mais plan arrache de dernière minute oblige, par manque de place deux d'entre nous devront dormir dehors dans le camion d'Yvon.

Samedi matin, le soleil brille, les troupes sont fraîches et motivées, et après le petit déj direction le loueur de matériel pour prendre quelques affaires manquantes, et direction le pied des pistes. Au programme de la journée : le sommet du Puy de Sancy en passant par l'Entonnoir. Petite marche d'approche en raquette pour s'échauffer, puis au pied du couloir on s'équipe avec les crampons. Là, petit souci : Yvon a oublié les siens. Toutes nos autres paires sont restées chez le loueur, une voiture sur le parking empêche d'aller en chercher ailleurs, bref ça va pas le faire. Dépité, Yvon fait demi-tour, mais ça nous arrange bien car le brave homme en profite pour nous soulager de nos raquettes.

Les trois cordées commencent à monter doucement, on se familiarise avec la marche en crampons et l'utilisation du piolet. Puis on arrive au bout de l'entonnoir, la pente est sacrément raide, il faut y aller de vigoureux plantés de piolet et crampon, bref une bonne bambée !

Ensuite nous continuons plus tranquillement sur une crête et on arrive en haut des pistes où Yvon nous rejoint en télésiège. Une dernière côte et nous arrivons au sommet du Puy de Sancy : la vue est magnifique, le soleil brille, nous sommes à l'abri du vent, nous pique niquons gaiement. Puis on se chauffe bien les cuisses pour la descente, un peu de ramasse pour le fun et c'est le retour à la station où on se remet enfin de toutes ces émotions avec une bonne bière.



2

Saison compétitions bloc 2015-2016

La saison des compétitions de bloc s'est terminée les 28-29 février avec le Championnat de France organisé à Toulouse.

Les jeunes du groupe performance ont participé cette année à plusieurs Coupes de France de bloc avec de très bons résultats pour Nolwenn Arc en cadette (1^{ère} à celle de Chamonix et 2^{ème} à celle d'Alfortville) la plaçant en 5^{ème} position au classement national de bloc.

7 jeunes (perf et loisirs) sont allés défendre les couleurs du club au championnat régional qui a eu lieu à la Baconnière en Mayenne. Parmi eux, 3 se sont qualifiés pour aller au championnat de France : Lison Gautron en minime, Nolwenn Arc et Lucie Chateigner en cadette. Elles ont terminé respectivement 18^{ème}, 18^{ème} et 37^{ème} à Toulouse.



Résultats des jeunes en championnat régional de bloc :

Minimes :

Lison Gautron 2^{ème}

Zoé Gautier 6^{ème}

Nathan Lorieau 30^{ème}

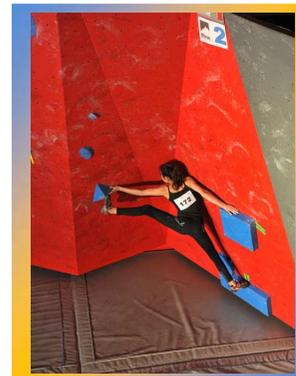
Cadets :

Nolwenn Arc 2^{ème}

Lucie Chateigner 6^{ème}

Albane Rousseau 9^{ème}

Morgane Raveleau



11

Stage jeunes Fontainebleau (Pentecôte)

C'est partie pour un nouveau départ à Fontainebleau!!

Cette année quelques changements: un plus petit effectif de jeunes et un nouvel encadrant, Clément qui durant ce week-end, nous a montré ses talents de tennisman, avec son raquette de nourriture.

Pour la première année de Clément nous nous sommes retrouvés chargé de la nourriture et ce fut une grande réussite avec comme plat phare: saucisse knacki sur lit de purée mousseline avec sa sauce râpé.

Grâce à ses plats riches en énergie nous ne nous sommes pas arrêtés de grimper. Maintenant les blocs orange et bleus ont peur de nous.

Nous avons commencé notre week-end par un passage à la roche au sabot.

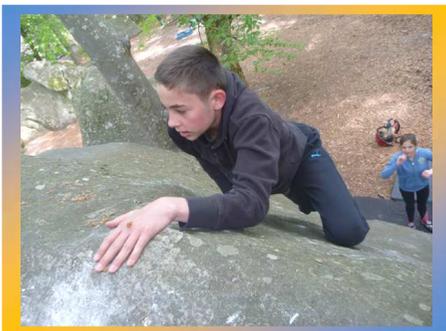
Puis nous avons chevauché l'éléphant jusqu'au bas cuvier sous le soleil.

Heureusement nous avons résisté au grand froid durant les nuits.

Clément a réussi à respecter la règle d'or de ce stage: mêlée grimpe et rigolade!!

Par contre nous conseillons aux futurs stagiaires de ne pas oublier le pique-nique du coach.

[Manon B, Manon P, Margot, Myriam, Landry Jimmy et Zoé]



Week-end alpinisme au Sancy (mars 2016)

La soirée est passée sous le thème de la gastronomie locale où l'on goûtera à la truffade dans un resto sympathique. Sauf pour Joëlle qui est malade, mais nous ne nous faisons pas de soucis, elle doit sûrement être très bien dehors dans le camion à côté de la sono de bourrin de la jeunesse désœuvrée du Mont-Dore.

Le lendemain la troupe se retrouve au complet et en forme. Le temps est plus incertain que la veille mais ça semble pouvoir le faire, et nous repartons chez le loueur dans l'optique de se refaire un couloir. Au pied des pentes nous renfilons les crampons, et là je me rends compte que j'en ai monté un à l'envers. Pas d'outils pour rectifier le tir, tant pis je n'aurais qu'un crampon sur les deux. Le successeur d'Yvon au titre de boulet du jour était trouvé.

Finalement prêts à partir, notre guide face à la montagne a le choix entre deux voies de part et d'autres d'un gros amas rocheux. Il trouve plus judicieux de tracer au milieu, droit devant. Nous nous retrouvons donc à faire de l'escalade sur la roche, à chercher les prises en crampons et s'agripper comme on peut au piolet. C'est super drôle et intéressant de mettre en pratique dans ces conditions les techniques vues en escalade. L'ascension continue, passage sur une crête, et finalement nous arrivons en haut. On ne traîne pas trop pour redescendre, et c'est reparti en glissade sur les fesses plus ou moins contrôlée.



De retour aux voitures on se change et on prend un petit casse-croûte, dernier verre devant les cimes enneigées, puis nous repartons sur la route du retour. Au final ça aura été un super week-end riche en émotions et en beaux paysages, et une initiation à l'alpinisme super intéressante. Merci à Thierry et aux organisateurs, vivement le prochain !

[Nicolas C.]



Randonnée et via ferrata en Espagne

Avec Yvon nous sommes allés passer quelques jours sur les bords d'une retenue d'eau séparant l'Aragon et la Catalogne. Il faut faire une bonne quinzaine de kilomètres de piste pour arriver à l'auberge de Montfalco, point de départ pour les randonnées des jours suivant.

« Al congost du Mont Rebei » était un des objectifs de la randonnée du 1^{er} jour. Ce sont des escaliers à flan de falaise avec la traversée d'un pont suspendu, pour arriver dans un canyon ou le chemin a été creusé dans la paroi.

Le deuxième objectif était de revenir jusqu'au pont pour aller en direction d'une via ferrata (déjà visée lors d'un précédent séjour). Nous arrivons devant la via « Los Teletubbies », nous filons notre chemin pour arriver devant : « Cast Urquiza Olmo ». Le départ est un peu particulier il n'y a pas de mains mais juste des bouts de tige qui dépassent et des chaînes ... en effet elle est coté extrêmement difficile. Une via vraiment sympa, aérienne, ou il faut avoir des bras.

Le troisième objectif était une autre via que nous avons commencé, mais pas terminée, la journée n'était pas assez longue (départ à 8h retour à 20h)

Le lendemain nous avons vu que la muraille de Chine espagnole n'était pas si loin de notre hébergement. Après avoir traversé des villages abandonnés, l'Ermita San Marco apparaît au milieu de ces grandes parois en pierre.

La fin de notre séjour s'est fait un peu + loin à Abella de la Conca sur un site d'escalade qui mérite le déplacement autant pour la grimpe que pour la randonnée.

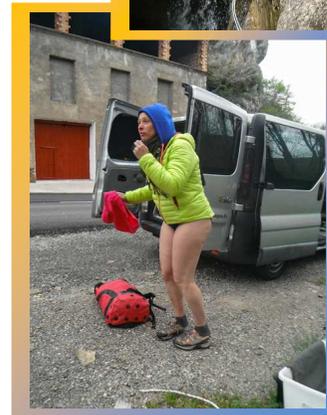


[Nicolas R.]



④

Les Dalton en canyon à Abella de la Conca

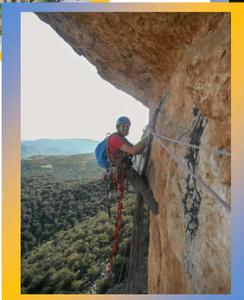
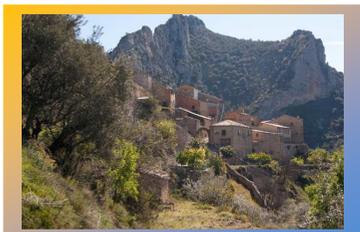


⑨

Les Dalton en canyon à Abella de la Conca

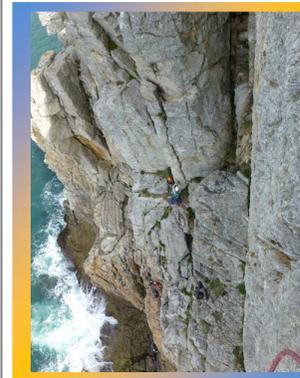
Abella de la Conca, c'est quoi ça ??? une diva de l'opéra ? ben non, c'est le village où Nico Durand (un ancien membre de l'AESM), a installé son gîte il y a 3 ans, situé près de Tremp (Catalogne) en Espagne. C'est un tout petit village protégé par de magnifiques falaises de calcaire et une armée de vautours, bref un vrai dépaysement ! c'est un temple pour l'escalade mais également pour le canyoning. Nico n'étant pas spécialiste des canyons, a donc missionné les 4 Dalton canyoneur de l'AESM pour explorer la région, faire de belles photos et des vidéos !!! Qu'à cela ne tienne nous avons tout de suite répondu présent et pris une semaine de vacances ! Julie avait tout prévu et planifié nos explorations, au programme 5 canyons avec relativement peu de marche d'approche et de retour (quelle joie !) : le San Pere, l'Inferne, le Boixols, le Gulp et le Viu de Llevata. Ce sont tous de petits canyons de 1h00 à 2h00 plutôt accessibles (si le débit est correct). Un petit conseil : le plus beau c'est l'Inferne. Nous avons eu le loisir de profiter de toutes les joies de cette activité : rappels, toboggans, cascades, marche aquatique, sauts, bref un vrai bonheur malgré la température de l'eau un peu « frisquette » (surtout pour le dernier avec une température extérieure de 7° et une température de l'eau à...). Mais heureusement, nous avons les soirées pour nous réchauffer à l'apéro et avec les délicieuses paëllas végétariennes de Nico et Ella. Le dernier jour étant maussade, nous avons décidé de faire une balade sur la « muraille de Chine » espagnole. Un site très peu connu mais vraiment magique (Finestras en Sierra de Montsec)!. D'énormes plaques sorties de la terre pour former une muraille naturelle extraordinaire ! Bref une semaine superbe où Yvon n'oubliera pas sa grande voie en artif avec Nico et sa sortie à 23h00 (Nico sur la couverture du Bivouac) !!!

[Eric]



8

Grimpe au Phare Ouest (sortie Penhir)



Pour cette sortie conjointe AESM/CAF à l'occasion de l'unique véritable "pont" de ce mois de Mai 2016, plusieurs d'entre nous ont opté pour un WE de grimpe à Pen-Hir. Le petit groupe initialement constitué autour des deux Nico(s), Patrice, Julie, Emilie et Christian s'est rapidement renforcé, en raison de la météo défavorable en Espagne pour le canyoning, par l'arrivée de Julia et Alex d'un côté ainsi que du renfort en Camping Car Pullman de Brigitte, Cécile 1, Cécile 2 et Caroline et également de Marie et Antoine venus initialement pour la rando.

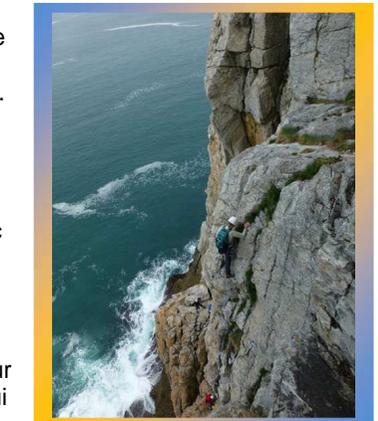
C'est donc une équipe de 13 grimpeurs et/ou randonneurs qui est bien décidée à s'attaquer aux falaises de l'Ouest. Pour ceux qui ne connaissent pas le site, c'est comme toujours une vraie découverte, et pour ceux qui sont déjà venus, un vrai plaisir pour les connaisseurs.

La journée de jeudi permet à chacun et chacune de trouver les voies à sa mesure et de se faire plaisir, parfois en grim pant pour la première fois ou en remettant les chaussons remis depuis plusieurs années. Qui dit grimpe dit soirée conviviale au camping et encore une fois ce principe aura été honoré après le montage des tentes et l'arrivée remarquée des filles au volant de leur appartement roulant AirBnB!

Le lendemain est la journée de la "montée en puissance" et tout le monde à l'occasion de tirer un peu sur les bras dans "la Diagonale" de la dalle de Paul pour ceux et celles qui reprenaient la grimpe et ne voulaient pas trop se faire mal (un peu tout le monde en fait au départ...), puis dans "la Dalle de Verre" pour les plus téméraires (Patrice et Christian), dans "Aphroquigniaki" pour ceux qui avaient la niaque (Alex et Nico) ou encore la "Sortie des Artistes", qui ne fût pas triste (Julia et Nico le matin, Julie et Emilie l'après-midi), le tout ponctué d'une belle "Balade sur le fil" (de l'eau) ou d'un bon "Diabolo" (sans menthe mais avec acide lactique pour Patrice)... Bref une belle journée de grimpe à l'issue de laquelle l'apéro sur le port fût le bienvenu.

Le lendemain hélas la météo Espagnole semble nous avoir suivi: la pluie est tombée durant la nuit et au lever les averses sont présentes. Nous décidons donc de lever le camp pour la plupart d'entre nous, sachant que Julia et Alex ont repris la route la veille au soir. Cette sortie s'achève encore une fois avec un double constat: en Bretagne il fait beau plusieurs fois par jour et les objectifs restant à réaliser ne manquent pas pour justifier une prochaine sortie à Pen-Hir, avis à ceux qui ne connaissent pas encore le site!

[Christian]



5

Saison Compétition difficulté 2015-2016

La saison des compétitions de difficulté a débuté le 24 janvier 2016 avec le **Championnat départemental** organisé par les deux clubs choletais à la salle Chambord. 53 compétiteurs du département étaient rassemblés, des catégories minimales à seniors et représentant les couleurs de leur club : CAF Anjou, ASA, Vitamine 8b et bien sûr le CAF Cholet et l'AESM.

15 jeunes de l'AESM en minime et cadet étaient présents mais pas de senior cette année exceptée Nolwenn Arc qui concourait en surclassée. 5 d'entre eux sont montés sur le podium et 11 compétiteurs se sont qualifiés pour le championnat régional de difficulté : un beau score pour ce début de saison.



Résultats compétitions fédérales	Championnat départemental	Championnat régional	Championnat de France
Minimes			
Lison GAUTRON	1ère	1ère	qualifiée
Zoé GAUTIER	3ème	15ème	
Maéline LE BIHAN	5ème	Absente	
Antoine GRIMAULT	4ème	17ème	
Jimmy JURAND	6ème	Absent	
Kévin JOUNIER	7ème	14ème	
Landy GOURDON	8ème	non qualifié	
Nathan LORIEAU	9ème	non qualifié	
Cadets			
Nolwenn ARC	1ère	Abs *	qualifiée
Lucie CHATEIGNER	2ème	2ème	qualifiée
Albane ROUSSEAU	3ème	Absente	
Morgane RAVELÉAU	4ème	11ème	
Margot SARRAZIN	7ème	18ème	
Maël LE GALL	9ème	non qualifié	
Thomas POISSONNEAU	10ème	non qualifié	
Senior			
Nolwenn ARC	1ère	2ème	qualifiée

* qualifiée d'office pour le Championnat de France



Le **Championnat régional** s'est déroulé à Montaignu sur la nouvelle structure de 10 mètres de haut très colorée.

7 des 11 qualifiés du club y sont allés pour en découdre sur de très belles voies ouvertes par les ouvreurs de la région.

3 podiums ont été remportés par des jeunes des deux clubs choletais dont 2 pour l'AESM, le 3ème étant Romain Boré du CAF, finaliste des cadets.

Lison Gautron, Nolwenn Arc et Lucie Chateigner iront au Championnat de France à Arnas les 28-29 mai.

(6)

Le **circuit des coupes de France de difficulté** a commencé en mars avec la Coupe de France de Niort. Il se terminera en juillet avec celle de Briançon. Il en compte 6 au total donnant lieu à un classement national par catégories.

Chaque coupe a vu cette année la participation d'au moins un jeune de l'AESM avec de beaux résultats sur les podiums.

En effet, **Nolwenn Arc** présente sur toutes les dates a remporté plusieurs podiums en cadette se classant ainsi **1ère du classement général national** (1ère à Quimper et Valence, 2ème à Niort et Riom, 3ème à Voiron).

Lison Gautron a également gravité la première marche du podium des minimales à Quimper et la 2ème du Top des P'tits grimpeurs à Nantes. Elle se classe actuellement 4ème du classement national.

Lucie Chateigner en cadette est remontée à la 22ème place du classement grâce à son bon résultat à Quimper où elle a raté de peu le podium en terminant 4ème.



Le mur de Quimper – salle de sport de Penhars



La salle de l'Acclameur à Niort : superbe mur de 14 mètres très bien conçue pour accueillir les spectateurs



Dernière nouvelle : Nolwenn Arc, médaille d'or en cadette au championnat de France de difficulté à Arnas et 8ème en senior à Pau ! BRAVO



(7)