

Programme des sorties Premier trimestre 2004

DATE	Lieu de la Sortie	Responsable
------	-------------------	-------------

OCTOBRE

Dim. 17	St-Maximin_Escalade	Alexandre
Dim. 24	Falaise_Escalade	Frédéric A.
Dim. 31	Port Mort_Escalade	Sébastien

NOVEMBRE

Sam. 6	Diné de rentrée	CAF
Dim. 7	Fontainebleau_Escalade	Arnaud
Dim. 14	Fontainebleau_Escalade	Frédéric P.
WE 27 - 28	Coquibus_Escalade	Virgile

DECEMBRE

Dim. 5	Fontainebleau - Les 25 Bosses	Frédéric P.
Dim. 12	Fontainebleau_Escalade	Arnaud
Sam. 19	Fontainebleau_Escalade	Alexandre

ATTENTION

L'inscription aux sorties est obligatoire. Vous trouverez le numéro du responsable sur le répondeur des sorties (01.39.21.84.64). Les rendez-vous se font sur les marches de l'église, place du château à Saint-Germain-en-Laye. Le lieu des sorties est susceptible d'être modifié en cas d'intempéries. La sortie se déroulera alors en salle ou en mur extérieur, dans le parc André Malraux de Nanterre.

CLUB ALPIN FRANCAIS de Saint Germain-en-Laye 3, rue de la république
78100 Saint Germain-en-Laye. - tel. : 01.39.21.84.64 - <http://caf.saintgermain.free.fr>
Agrément Jeunesse et Sports APS 78 660 J.O. du 15 Septembre 1993



le paufiné news
CLUB ALPIN FRANCAIS DE SAINT GERMAIN EN LAYE.

n°
26

Edito

Salut à tous,
C'est la rentrée (pardon pour ce lieu commun). Tout le monde est hyper content de retourner travailler j'en suis sûr. Non ? Ah bon ? En tout cas ça fait super plaisir de se retrouver après cette période à la fois trop courte et trop longue que sont les vacances d'été, grâce à ce lieu extraordinaire qu'est le club alpin français. Donc salut à tous, et surtout bienvenue à tous ceux qui nous rejoignent cette année, pour découvrir nos activités ou continuer celles qu'ils pratiquaient déjà. Mis à part quelques changements, nous nous efforcerons comme d'habitude de le faire dans une ambiance amicale et en toute sécurité.

Le CAF, extraordinaire. Déjà par ce qu'il offre la possibilité, trois jours par semaine, d'échapper à l'écran de sa télévision. Ensuite parce qu'il permet de rencontrer des amis, d'aller grimper avec eux, ou de découvrir la montagne à ski ou avec des crampons. Sans oublier les « troisièmes mi-temps », parce qu'avec des amis on peut aussi boire un coup ou aller voir une expo à Paris. Mais surtout de permettre à quiconque, sans avoir besoin d'être Montaigne ou De Vinci, de prendre part à ce qui fait que tout ça est possible. Faire vivre un club peut être l'affaire de tout un chacun, et le faire fonctionner grâce à une équipe soudée est passionnant. Du coup de main au passage d'un brevet d'initiateur, ceux qui désirent apporter leur pierre à l'édifice sont les bienvenus. Tout cela sera possible, grâce à eux (je n'en doute pas, et je les en remercie) et à l'équipe formée il y a 5 ans ; avec Arnaud Thomas, qui s'engageait en tant que président et qui décide de laisser son poste cette année.

Arnaud ne s'en va pas. Il continuera à encadrer des sorties avec nous. Disons simplement qu'il risque d'avoir mieux à faire que de se battre pour des châteaux d'eau (projets de nous obtenir un autre mur d'escalade, afin de varier un peu et d'y avoir plus de liberté. Certains restent encore réalisables). Et pour cause, monsieur est Papa. Premier rappel, premier relais, c'est bon de voir évoluer ceux qui nous font confiance, ici on aime partager notre passion. Premier pas, premier « papa », je vous laisse imaginer...
Je me joins donc à toute l'équipe pour lui souhaiter bon courage et le féliciter, par ce que l'engagement, c'est pas que dans les voies.

Gros bisou Virgile





Il y a 2 manières de grimper (et redescendre) une grande voie pour la 1ère fois (par ex ; « Mille et une pattes », 350 m, le Passet à coté de Chamonix. On peut s'entraîner avant, en expérimentant toutes les manips, astuces d'escalade, communication bien rodée? ou comme nous, en choisissant l'aventure extrême. Nous sommes partis bien motivés, après s'être renseignés à la météo (beau temps jusqu'en 2ème partie d'après-midi), frais comme des gardons au pied de la voie à 8H30. Nous commençons l'ascension de la voie : super, génial, quel pied ! ? sauf que ? Petit problème de communication : Jean-marc en tête dans la 6a, tel un demi-dieu, crie à Anne : - je vois le RELAIS ! (déformation de la voix par la distance : RELAIS) Anne répond : LIBRE !! (plus d'assurage de Jean-Marc) Jean-Marc : Non non, je ne suis pas encore arrivé (un demi-dieu, ça sait voler ?) Midi passé, un peu fatigués, nous arrivons à la 10ème longueur, le plus dur est passé ? Nous nous arrêtons pour nous restaurer. Tiens ?! un nuage gris au dessus de nos têtes, allez c'est trop bête, on finit les 2 dernières longueurs. 13H30, hurra le sommet, génial, mais là ça commence à pleuvoir fort, va falloir se dépêcher pour redescendre? Dans la panique, gros paquet de nouilles, descente trop bas au 1er relais, oubli de retirer le noeud de sécurité en bout de corde, coup de tonnerre? la descente devient un vrai cauchemar. JM s'élance dans la descente de la 4ème longueur, 1/4 d'heure passe, pas de nouvelle, la corde est toujours tendue? il doit y avoir un problème !? Et pour cause, la descente doit se faire en diagonale sur une paroi ultra glissante à cause de la pluie, et dans un passage 6c ! JM est en bout de corde (heureusement le fameux noeud de sécurité au bout est là !), mais réussi in-extremis à s'accrocher à une broche. Pour que A descende, il faut qu'il lâche la corde. A refait la même erreur, dépasse le relais caché sur le côté et pendule dans le sens opposé au relais. Enfin ils peuvent se voir et communiquer ? Pour se dire quoi ? AU SECOURS ! (le 112, n° international au cas où). L'hélicoptère arrive au bout de 2H30 d'attente, sous une pluie battante. Un secouriste descend sur un câble, mousquetonne A, et coupe la corde toute neuve, après tout va très vite, hélitreuillage, puis c'est au tour de JM. Voilà c'est fini, encore déboussolés, les larmes tombent? Voici quelques conseils, Communication très importante, le " langage " escalade doit être bien rodé avec des codes, l'utilisation d'un sifflet ou de talkiwalki peut aussi aider La descente est aussi importante que la montée, c'est là qu'il y a le plus d'accidents, se faire une copie du topo à mettre sous plastique pour consulter facilement la fiche et pour repérer où se trouvent les relais. Lors d'une descente en diagonale, le premier place des dégaines au fur et à mesure, ça évite de penduler. Savoir remonter sur une corde tendue, si on est descendu trop bas par rapport au relais peut être utile. Voilà c'est fait enfin si ça peut servir.

Le Passet

1. Mille et une Pattes

2. Ça se Discute

Encadrants pour 2005-2004

Frédéric AUDOUX	06 14 98 72 98
Sébastien BIN	06 85 30 26 67
Delphine BRESSON	06 64 86 49 08
Virgile JEHL	01 39 21 07 83
Roland MOTTAL	06 85 80 23 85
Frédéric PAPILLON	06 09 73 71 17
Vincent RENAULT	06 22 21 13 92
Alexandre ROY	06 17 21 67 00
Arnaud THOMAS	06 62 66 21 29
Frédéric WEHRLE	01 30 58 32 98

