



Belgique-België
PP
6000 Charleroi
P202223

ROC & GLACE

Périodique du Club Alpin Belge du Hainaut N° 140 • Juin 2016

Photo Yves Delmotte

Editeur responsable : Luc Chevalier Bureau de dépôt - 6000 Charleroi - Agrégation n° P202223



FAIRE ...
CONFIANCE





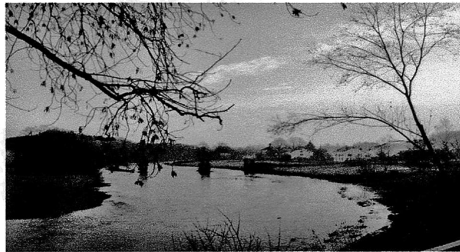
kréativa

PRESENT POUR LE FUTUR

L'ASBL KREATIVA a pour but de promouvoir un ensemble d'activités visant l'épanouissement social, culturel et éducatif de l'être humain.

Une part importante de nos actions consiste à développer des projets pédagogiques.

Au niveau de l'enseignement fondamental, nous développons ces projets en organisant des classes de mer, de montagne, de forêt, des séjours urbains (Paris, Bruxelles, Amsterdam) ou des séjours « à la carte ».



Nous proposons également un programme d'animations en milieu scolaire à la journée.

Animations « météo – changement climatique »

Notre spécificité est d'être à votre écoute dans la préparation de votre séjour afin de le rendre le plus attractif et le plus riche possible pour vos élèves et les enseignants. Nous vous accompagnerons tout au long du séjour du point de vue logistique et en tenant compte des socles de compétences du Ministère de l'Education.

N'hésitez plus, contactez nous : kreativa@skynet.be

Mr Delvaux, Fabrice, Président : 0475/ 9215113

Et visitez notre site internet : www.ngckreativa.be





Sommaire

Si vous voulez vous impliquer dans votre club, n'hésitez pas à envoyer vos articles ainsi que vos photos au secrétariat du club : secretcabh@hotmail.com. Vous devez nous les envoyer sous format électronique, sans mise en page élaborée. Les photos doivent être de qualité, d'une résolution de 300 dpi, en fichier séparé (jpg, tiff, eps – pas de «word»).

Prochain numéro : Septembre 2016.
Fichiers à envoyer avant le 31 août.

Etienne DELMEE

Sommaire	p. 1
Editorial	p. 3
CAB Hainaut : qui fait quoi ?	p. 4
Le comité de l'asbl «CABH»	p. 6
Les randos de Marc	p. 9
Cotisations	p. 9
Activités du club	p. 10
Témoignage de deux Gaumaises	p. 14
Rassemblement des Dolomites	p. 16
Mitsurina, Dolomites, montagnes de rêves	p. 17
Stage Formation Automne	p. 18
Nocturne à Landelies	p. 22
Journée Nettoyage & aménagement	p. 23
Journée Portes ouvertes	p. 24

TARIF PUBLICITE 1 an = 4 numéros : 1/2 page 40€ ; 1 page 70€ ; 2 pages 125€

DELALIEUX



Photo - vidéo - numérique

- développement: n/b - couleur - dia - CD
- projecteurs dias - rétroprojecteurs
- microscopes - loupes - boussoles - jumelles
- télescopes terrestres & astronomiques
- cadres tous styles standard & sur mesure
- photo d'identité - albums
- matériel photographique de plongée
- appareils photos numériques

c'est mieux !



Delalieux

158-160 route de Philippeville 6010 Couillet 071 36 98 37



Edito

Luc Chevalier, président du CABH jusqu'à l'assemblée générale de mars, a désormais quitté le comité pour s'occuper de sa famille. Il faut dire que quatre enfants en bas âge, c'est demandeur ! Merci Luc d'avoir œuvré pendant 3 ans en te dévouant corps et âme pour notre club. Nous espérons que tu pourras quand même trouver le temps de chauffer la gomme de tes chaussons sur les belles dalles de Corphalie, ... ou de Landelies !

Pour que le club puisse continuer à vivre, il fallait revoir la composition du comité, si possible l'élargir, et y pourvoir les différents postes : Nadine Massut, notre doyenne, en reste la trésorière. Florance Guglielmin, la maman d'Alexandra Van Paemel, a repris le flambeau de sa fille au poste de secrétaire avec enthousiasme et compétence. Arnaud Jacobs, jeune grimpeur de la « new generation », nous a rejoints pour prendre en main la gestion des activités. Et ce, en team avec Hubert Pourtois, une figure bien connue de notre club : question Activités, ça va déménager ! Enfin, il restait à élire un président, moment reporté plusieurs fois jusqu'à ce que je me décide, pour un an, à la condition que Philippe Vandeveld accepte de devenir vice-président. Sa connaissance fine des asbls et son amour de la montagne et des voyages lointains sont deux énormes atouts pour notre club. D'autant que le hasard (mais existe-t-il ?) a bien fait les choses : Philippe et moi nous sommes retrouvés à assurer nos premiers de cordée réciproques, côte à côte à Landelies il y quelques années, le temps de nous apercevoir, en croyant faire connaissance, que nous étions sur les bancs de la même classe à l'école primaire de Charleroi Nord : sympa pour de « jeunes » retraités !

➤ Jacques DOUCHAMPS



CAB Hainaut : qui fait quoi?

ADMINISTRATEURS

PRESIDENT ET GESTION DES ROCHERS :

Jacques Douchamps, ✉ jacques.douchamps@gmail.com

☎ 0477/57 21 21 - 071/ 51 05 55

VICE-PRESIDENT, GESTION DES MEMBRES - CIVICRM

ET SUIVI ENVOI ROC & GLACE :

Philippe Vandeveld, ☎ 0476/48 05 88 ✉ philippe.vandeveld@gmail.com

TRESORERIE :

Nadine Massut, ☎ 071/51 55 30 masna@skynet.be

SECRETAIRE :

Florance Guglielmin, ☎ 064/28 27 33 ✉ secretcabh@hotmail.com

COORDINATION DES ACTIVITES :

Arnaud Jacobs, ☎ 0473/50 55 74 ✉ clubalpinhainaut@gmail.com

Hubert Pourtois ☎ 0474/64 24 20 ou 067/44 46 73 ✉ ismene.duray@outlook.be

MISE EN PAGE ROC & GLACE

Etienne Delmée, ☎ 0477/78 80 13 ✉ etienne.delmee@skynet.be

Supervision Roc et Glace + appui rédactionnel : Jean Delin ☎ 071/51 97 50 -

✉ delinjean.gozee@yahoo.fr

GESTION DU MATERIEL

Joceline Buki, ☎ 071/47 28 83 ✉ bukij@hotmail.com

rue des Combattants 21, 6032 Mont-sur-Marchienne

WEBMASTER

Yves Delmotte, ☎ 0497/820 821 ✉ delmoty@hotmail.com

Rachel Bergeot, ✉ rachel.cabhainaut@gmail.com

SITE INTERNET du CAB Hainaut :

WWW.CABHAINAUT.ORG

PAGE FACEBOOK du CAB Hainaut :

CLUB ALPIN BELGE - HAINAUT

Votre club est sur Facebook où il reprend, entre autres, les activités programmées et des informations provenant de la Fédération. Il permet aux membres de s'échanger des informations ou de programmer des sorties entre eux. Le lien : <https://www.facebook.com/GROUPS/73204770464/>



Salle d'escalade

ESPACE grimpe

Chaussée de Charleroi, 26
6061 Montignies-sur-Sambre
071 / 33 16 95
0478 / 22 24 81
www.espace-grimpe.be

Anniversaires :

5 € par enfant (matériel compris,
durée illimitée)

Moniteur : 25 € / heure

HORAIRE

lundi : 12h à 21 h
mardi - vendredi : 12h à 22h
samedi : 11h à 19h
dimanche : 14h à 19h

NOUVEAU :

vente de matériel d'escalade
Evolv, Edelrid, Vaude, Béal,
Mammut, DMM, Edelweiss...

Possibilité d'ouverture en dehors de
l'horaire à partir de 8 personnes.

Chaque vacances scolaires :
stages enfants-adolescents

Clubs Espace Grimpe

Sans réservation, matériel compris.

Minimes 5-7 ans

Vendredi 17h30 - 19h00 : 10 €

Enfants > 7 ans

Cycle de 12 séances : 110 €
- mercredi (16h - 17h30)
- samedi (11h - 12h30)
Samedi : 13h00 - 14h30 : 12 €

Ados - adultes

Lundi 17h30 - 19h00 : 14 €
Vendredi 19h - 20h30 : 10 € (gratuit pour les
abonnés)

Perfectionnement

Enfants - ados : mercredi 17h30 - 19h : 14 €
Ados - adultes : lundi 19h00 - 20h30 : 14 €

Tarifs

Entrée : 8 € (< 16 ans : 5 €)
10 séances : 70 €
abonnement : 1 mois (46 €),
3 mois (90 €), 6 mois (160 €),
1 an (270 €)

Location :

- baudrier : 2 €
- grigri : 2,50 €
- chaussons : 2,50 €

Groupes scolaires :

1h : 3 € / élève
1h30 : 3,50 € / élève

Autres groupes :

5 € / personne

Moniteur : 25 € / heure





Le comité de l'asbl « Club Alpin Belge - Hainaut » rôles et responsabilités

Donc, un comité motivé, mais qui a du pain sur la planche !

Car ses responsabilités sont bien plus grandes qu'à l'époque, encore toute récente, où notre club était la section hennuyère d'un Club Alpin Belge unique. Désormais, nous voici asbl, au même titre que les autres ex-sections, ou les nouveaux clubs-membres du CAB dont Eskilibre, Rando-Cool, Zone Evasion, Entre Ciel Et Terre, etc. Et gérer une asbl implique de grosses responsabilités, qui valent qu'on s'y arrête. Il suffit de lire le jugement rendu dans l'affaire du Couvidome (http://www.lavenir.net/cnt/dmf20160427_00818395/une-chute-de-9-metres-au-couvidome) concernant l'asbl «Escal aventure». Constituée uniquement de bénévoles, cette petite asbl vient de se voir condamnée pour «coups et blessures involontaires par défaut de prévoyance ou de précaution» après un accident dont les causes n'ont jamais pu être déterminées (défaillance de l'assurage, mousqueton mal vissé ?...).

Quant à nos activités, qui ont connu une chute vertigineuse ces dernières années, c'est sans doute la prise de conscience des risques légaux encourus par tout organisateur, alliée au sentiment que dans de nombreux clubs-membres toute prestation est rétribuée, qui ont fait se réduire nos bénévoles comme une peau de chagrin. Les temps ont changé. Sur les 300 membres de notre club, bien peu sont intéressés à assumer, fût-ce une seule fois par an, le rôle de commissaire, de «facilitateur», qui permet de faire vivre notre club. Certes, il y a quelques mois, notre comité, en rupture avec le passé, décidait de défrayer nos commissaires selon la loi, soit d'un maximum de 34€ par jour, espérant ainsi débloquer la situation. Pourtant, peu se sont présentés d'eux-mêmes, chacun s'orientant plutôt vers le plaisir de randonner ou de grimper entre potes.

Nos activités : désormais multiples et fréquentes

Pourtant, si le comité forme le «noyau» de notre club, il ne peut rien seul. Un noyau ne devient un atome, une entité autonome et viable, que s'il est entouré d'«électrons» qui orbitent autour de lui en assumant les multiples tâches qui font d'un club un club : ses journées d'activités, véritable temps de rencontre et d'échange!





Le premier souci du nouveau comité est donc actuellement de contacter, un à un, un large panel de membres dévoués et sérieux pour leur demander d'accepter au moins UN commissariat par an. Chose rassurante pour l'existence de notre club et le bonheur de ses membres, jusqu'à présent une vingtaine d'entre eux ont répondu à l'appel. Merci à eux (et elles !) grâce à qui nous pouvons dès maintenant vous proposer un agenda d'activités variées jusqu'au mois de mars 2017. Nous avons fait un effort tout particulier pour redynamiser les activités classiques.

Randonnée :

Ainsi, la randonnée retrouve ses lettres de noblesse grâce à des passionnés: Michel Sebillé nous préparera pour la rando en montagne par l'ascension des terrils carolos. Christophe Mertens va nous apprendre les règles de survie à chacune de ses sorties (y compris en hiver dans la neige !). Serge Mineur nous apprendra l'orientation et Alex Vaillant les bases du GPS en situation. Marc Charlot assurera la continuité avec ses «Randos de Marc». Et si vous aimez marcher «en famille», n'oubliez pas non plus les superbes randos, toujours savamment documentées, que Claude Blampain et Jean Delin co-organisent une fois par mois! Cet hiver, enfin, Michel Rousseau nous fera rêver au cours d'une conférence sur son dernier voyage au Népal.

Via Ferrata :

La Via Ferrata est une activité extraordinaire, qui permet de découvrir des paysages fabuleux, notamment dans les Dolomites. Si vous n'avez jamais participé au rassemblement dans ces montagnes, ne ratez pas l'occasion que vous offre Aldo Cassol cette année encore. Il n'en reste pas moins qu'il s'agit d'une pratique qui exige une préparation sérieuse, notamment au niveau des techniques de progression et de sauvetage. Des commissariats seront organisés dans cette optique afin que vous deveniez vraiment autonome. Bien sûr, Landelies sera notre centre d'apprentissage, mais pas seulement : d'autres Via ne sont pas loin !

Spéléo :

Les alpinistes ont toujours été de grands amateurs d'abîmes et la spéléo ne sera pas oubliée. Des contacts très fructueux ont été pris avec les Sus-pendus pour aménager une via corda à Landelies. Elle nous permettra de nous préparer à la descente en grotte. En attendant, ne boudez pas l'activité de Luc Chevalier à la Tour du Roton au début de juillet : ... 600m de cordes fixes à demeure, et en intérieur, ça pose une tour !

Alpinisme :

La montagne est un peu la part oubliée de notre Club, sans doute à cause du réchauffement climatique qui rend les courses mixtes de plus en plus délicates. Pourtant, son attraction, même lointaine, reste essentielle à nos rêves. Sans elle, que serions-nous ? Rébuffat, Bonatti, nous ont appris à





respecter la nature, dont l'homme fait intégralement partie. Appris à aimer ce compagnon, cet autre nous-même avec qui nous partageons la corde. Et comme le rappelle Georges Sonnier « *La montagne suppose beaucoup à apprendre ; à mériter. Il faut y mettre une passion qui n'a rien de vain, puisqu'elle ramène toujours l'homme à lui-même, à son destin. Il y a une vocation de la montagne qui n'est inférieure à nulle autre : la montagne est un chemin vers l'homme* ». Philippe Vandeveld et Hubert Pourtois ont à cœur de relancer cette activité Montagne et nous concoctent un premier essai pour 2016 et certainement un coup de maître pour 2017 tant à Cham qu'à La Bérarde, avec des mixtes de randos, d'escalade rocheuse et/ou de montagne.

Escalade :

Last but not least, l'escalade est désormais l'activité phare de notre club. Au point qu'elle se décline de différentes manières que nous tenterons de valoriser. Notre club fut très peu présent dans le cadre des compétitions en salle. Avec Etienne Delmée, Grégory Hayez, Michel Paquet et Damien Vassart, nous dynamiserons le lien indoor-outdoor car de nombreux jeunes compétiteurs souhaitent découvrir la falaise en toute sécurité. Pour ceux qui débutent, qu'ils soient randonneurs ou quartos, Jocelyne Buki organise toujours son stage de Printemps, une véritable institution. Ce dernier est relayé, en septembre, par le stage «Premier de cordée» de Michel Salesse. Michel dont le rire d'anthologie prouve à suffisance qu'au CABH «*on peut apprendre sérieusement ... sans se prendre au sérieux*». C'est d'ailleurs à lui que le comité a confié la formation Animateur CAB qui s'inscrira dans la lignée de ce stage. Il y sera aidé par d'autres moniteurs Adeps ou d'experts en techniques de progression et en gestuelle dont Sylvestre et Jean-Michel Debruycker : pédagogie et qualité assurées! Enfin, le Graal, outre l'entretien de la dalle du Fou et du Sanctuaire, a terminé les aménagements des abords de TousVents et va en commencer le brochage. Le topo final de Landelies est ainsi espéré pour le printemps 2017. En attendant, n'hésitez pas à visiter Dourbes, massif où le Graal vient de rééquiper plus d'une trentaine de voies (le beau topo qu'en a fait Antoine Hanotier est sorti dans le dernier A&A). Pour les amateurs de brochage, des journées spécifiques seront organisées à la fin de l'année, sous l'égide de Freddy Somville et d'Yves Van Goethem : brocher, ça ne s'improvise pas.

Mais assez parlé : jetez donc un coup d'œil régulier sur notre site Web et Facebook qu'Yves Delmotte et Rachel (alias Cunégonde de la haute) sont en train de relooker et documenter. Et vous, qu'attendez-vous pour participer à cet effort commun, en venant nous rejoindre à l'une ou l'autre des activités de votre club? Comme d'hab, avec sérieux... mais sans se prendre au sérieux : on vous attend !

➤ Pour le nouveau comité CABH,
Jacques DOUCHAMPS (mon. Esc Adeps niv3)



PRINCIPE des «Randos de Marc»

En fonction des inscrits, le thème des randonnées sera :

- Rando sportive > allure de 5/6 km/h minimum > dénivelé et distance de 20/25 km, plus si affinités.
- Rando trail > dénivelé et distance de 15/20 km
- Rando nordique > travail avec les bâtons en découverte > relief limité et distance entre 10 et 15 km.

L'équipement doit être adapté au type de randonnée. L'endroit de départ sera annoncé lors de la réservation, pour tenir compte des déplacements des participants. Attention : généralement pour ces randonnées sportives, il n'est pas prévu d'arrêt «midi».

Pour chaque randonnée, il est impératif de s'inscrire au plus tard le vendredi 20h précédant la randonnée.

➔ Marc CHARLOT

COTISATIONS

Du 01/01/2016 au 31/12/2016 ou du 01/09/2016 au 31/08/2017

<i>dans un ménage</i>	<i>1^{er} membre</i>	<i>suivant</i>	<i>Bel->CAB</i>
<i>Membre CAB</i>			
Adulte : à partir de 24 ans	84 €	76 €	
Junior : -> 23 ans inclus	53 €	45 €	
<i>Membre BEL</i>			
Bel-Rando et sympathisant	30 €	26 €	55 €
Bel-Indoor : à partir de 24 ans	33 €	29 €	55 €
Bel-Indoor junior -> 23 ans inclus	16 €	16 €	38 €
<i>Membre UBS</i>			
UBS -> CAB	réduction de 10 € sur le tarif année complète		

L'affiliation en septembre ou octobre vaut jusqu'au 31/08 de l'année suivante.

L'affiliation en janvier ou février vaut jusqu'au 31/12 de la même année.

Merci de verser votre cotisation sur le compte BE98 0682 4608 5993 mais envoyez le formulaire d'inscription (nouvel affilié) ainsi que le certificat médical lorsqu'il est obligatoire, à la fédération :

HYPERLINK «mailto:secretariat%4oclupalpin.be»

secretariat@clubalpin.be - 129, Av Albert 1er à 5000 Namur - 081/ 23 43 20

Renseignement Cab Hainaut : 00 32 476 480588



ACTIVITES

Le Club Alpin Belge du Hainaut organise tout le long de l'année des activités d'escalade et de randonnée en Belgique et à l'étranger. De même, le CAB Hainaut organise aussi des activités liées à la montagne comme l'alpinisme, les parcours en via-ferrata, les randonnées raquettes, etc.

Pour les débutants, le CAB Hainaut organise chaque année un stage d'initiation à l'escalade en falaise et propose, en général une fois par mois à la belle saison, une sortie falaise spécifique.

Lors des activités, il est possible de recevoir en prêt gratuit le matériel nécessaire.

Le CAB Hainaut apporte son soutien aux initiatives de ses membres qui veulent organiser expéditions et treks dans des pays lointains.

Etant donné que le Club Alpin Belge du Hainaut fait partie de la Fédération Francophone d'Escalade, d'Alpinisme et de Randonnée, nos membres peuvent participer aux activités, stages et formations organisés par la Fédération et profiter aussi des avantages liés à cette affiliation : réduction de prix de la nuitée dans les refuges, assurance spécifique à la pratique des sports de montagne...





Légende

SE = sans encadrement

E = avec encadrement moniteur agréé

Lors de la participation à une activité, les membres sont priés de se munir de leur carte d'affiliation.

IMPORTANT : il est nécessaire de contacter l'organisateur la veille pour s'assurer que l'activité a bien lieu et en connaître le niveau.

Pour l'escalade : informez l'organisateur de vos éventuels besoins quelques jours à l'avance.

Chaque mois en 2016

RANDO - (SE)

En plus des activités programmées ci-après, une randonnée à allure modérée a lieu chaque mois : +/- 15Km avec pause de midi dans un café.

En début de mois, contacter Claude Blampain : 071/59 29 87 ou 0498/07 57 27

Dimanche 10/07/2016

« Les randos de Marc » - (SE)

Voir description p. 9.

*Informations et inscription auprès de Marc Charlot :
0478/54 21 08 - marc.charlot@skynet.be*

Dimanche 10/07/2016

Escalade à Goyet (SE)

Rendez vous sur le site à 10h.

Les familles et les débutants sont les bienvenus (nombre limité).

Une visite de la grotte touristique est envisagée l'après-midi.

Prévoir environ 10 €

*Informations et inscription avant le 08/07 auprès de : Luc Chevalier :
0486/25 19 39*

Mi-Juillet 2016

Rassemblement dans les Dolomites - (SE)

Voir description des activités page 16.

Dimanche 28/08/2016

« Les randos de Marc » - (SE)

Voir description p.9.

*Informations et inscription auprès de Marc Charlot :
0478/54 21 08 - marc.charlot@skynet.be*





Dimanche 28/08/2016

Escalade à Dourbes (SE)

Rendez vous sur le site à 10h.

Les débutants sont les bienvenus (nombre limité).

Informations et inscription avant le 25/08 auprès de :

Antoine Hanotier : 0491/15 45 06 ou antoine.Hanotier@gmail.com

Samedi 10/09/2016

Nocturne à Landelies

Voir description page 22.

Week-end du 17/09 et 18/09/2016

Stage de Premier de cordée (1ère partie) - (E)

Voir description page 18

Informations et inscription auprès de Michel Salesse : 065/73 08 14

Dimanche 25/09/2016

« Les randos de Marc » - (SE)

Voir description p.9.

Informations et inscription auprès de Marc Charlot : 0478/54 21 08

marc.charlot@skynet.be

Week-end du 01/10 et 02/10/2016

Stage de Premier de cordée (2e partie) - (E)

Voir description page 18

Informations et inscription auprès de Michel Salesse : 065/73 08 14

Dimanche 09/10/2016

Journée nettoyage et aménagement

Voir description p.23.

Informations et inscription auprès de Jacques Douchamps

0477/57 21 21

Dimanche 16/10/2016

« Les randos de Marc » - (SE)

Voir description p.9.

Informations et inscription auprès de Marc Charlot : 0478/54 21 08

marc.charlot@skynet.be



Week-end du 22/10 et 23/10/2016

Techniques pour aider un grimpeur en difficulté et techniques de réchap - (E)

Voir description page 21

Informations et inscription auprès de Michel Salesse : 065/73 08 14

Dimanche 13/11/2016

Escalade à Corphalie (Huy) (SE)

Rendez vous sur le site à 9h45.

Les débutants sont les bienvenus (nombre limité).

*Informations et inscription avant le 10/11 auprès de Luc Chevalier :
0486/25 19 39*

Dimanche 20/11/2016

« Les randos de Marc » - (SE)

Voir description p.9.

*Informations et inscription auprès de Marc Charlot :
0478/54 21 08 - marc.charlot@skynet.be*

Dimanche 18/12/2016

« Les randos de Marc » - (SE)

Voir description p.9.

*Informations et inscription auprès de Marc Charlot : 0478/54 21 08
marc.charlot@skynet.be*





TEMOIGNAGE Deux Gaumaises (dont une presque) novices, se lançant dans l'aventure de l'escalade en falaise...

Nous escaladons depuis septembre en salle et nous ressentons de plus en plus l'envie d'approcher la nature et les falaises.

Nous voilà donc parties pour un premier stage de deux week-ends avec le CAB Hainaut.

Le premier week-end sous une météo capricieuse nous fait découvrir une équipe chaleureuse et nombreuse en accompagnateurs expérimentés !

Nous abordons les rochers d'Yvoir sous quelques grêlons... Pas très à l'aise pour cette première expérience... Pique-nique sous le parapluie, cela craint pour l'après-midi... Mais c'est sans compter sur la perspicacité de notre responsable technique Michel qui décide de nous emmener à Dave à l'abri des surplombs. Sage décision car la météo se remet et nous passons une belle après-midi de grimpe.



Le lendemain nous avons rendez-vous à Marche-les-Dames où nous apprenons frileusement les manœuvres de relais et de nœuds pour entamer ensuite une première voie avec relais ... où Sabine sera secourue par le grand chef Michel !

Pour notre deuxième w-e, nous nous retrouvons aux «Grands Malades» sous une pluie fine et donc impossible de grimper. Nous partons alors vers Beez pour faire la randonnée montagne où, encordés à deux ou trois, nous apprenons les techniques d'assurance en montagne, la descente en rappel,





... tout cela dans un parcours très varié et quelque peu glissant.
Super instructif !

Et voici qu'arrive avec grand regret notre dernier jour de stage sous un ciel bleu «Côte d'azur». Nous faisons connaissance avec les rochers de Beez.
Super journée qui se finit par un verre de l'amitié et une remise de brevet !
Nous nous quittons heureux en promettant de nous retrouver très bientôt à la journée «Portes ouvertes» de Landelies.

Joceline, les inscriptions 2017 sont-elles déjà ouvertes ?

Merci à tous pour ce beau stage si riche en enseignements et en chaleur humaine du Hainaut !

↳ Inès et Sabine





RASSEMBLEMENT des Dolomites 2016

Le rassemblement des Dolomites aura lieu cette année du dimanche 17 au dimanche 24 juillet. Activité non encadrée.

Ce rassemblement se fera à Misurina, entre les Tre Cime di Lavaredo et la conque de Cortina d'Ampezzo, comme les années précédentes.

Les diverses activités – escalade, via ferrata, randonnée nature ou historique, VTT de randonnée – sont proposées lors de réunions, le soir, à l'hôtel Miralago.



Les groupes sont formés en fonction des activités choisies et du niveau de difficulté.

Les renseignements pratiques peuvent être pris auprès de :

- Laurent Jeanmart : laurent.jeanmart@voo.be
- Aldo Cassol : cassolaldo@brutele.be – tél. 071/99 35 18 (le soir)

Hôtels à Misurina :

- Albergo Miralago où logent la plupart des participants
albergomiralago@libero.it
- Sport Hotel (sans restaurant, mais excellente pizzeria à proximité)
sporthotel.misurina@alice.it
- Grand Hotel Misurina (très confortable – Neckermann offre de meilleurs prix)
booking@bluehotels.it
- Camping Alla Baita
Fax 0039/0435 39039



Les courriels de réservation peuvent être traduits par Aldo Cassol.

➤ Laurent JEANMART & Aldo CASSOL





MISURINA Dolomites, montagnes de rêve

Un grand merci à Aldo et à Laurent qui organisent le rassemblement dans les Dolomites. La période est bien choisie, car plus tôt dans la saison, il risque d'y avoir de la neige dans les via ferrata. En 2014, début juillet, le sentier Ivano Dibona était impraticable. Ceux qui, avec raison, veulent allonger leur séjour d'une semaine ont donc intérêt à le faire après le 24 juillet. La foule, c'est en août.

Ce serait dommage de ne pas profiter de son séjour à Misurina pour faire au moins une course en montagne. Même les voies peu difficiles sont intéressantes, alors que dans les Alpes occidentales, ce ne sont souvent que d'affreuses bavantes.

Il y a de petites courses, où on ne risque pas de s'égarer, comme dans les Cinque Torri, et d'autres plus grandes où certains préféreront prendre un guide.

Les guides sont bien moins chers qu'en France, car il ne faut pas monter en refuge et le risque est moins grand. La brièveté relative des courses s'explique aussi parce que les descentes se font souvent en grande partie en rappel ou en terrain facile.

Voici quelques courses que j'ai trouvées intéressantes lorsque je les ai faites. Elles sont, sauf la dernière, décrites dans le beau livre de Gino Buscaini intitulé : **DOLOMITES ORIENTALES, LES 100 PLUS BELLES COURSES ET RANDONNEES** (le N° des pages figure ci-dessous entre parenthèses).

Massif des Tre Cime di Lavaredo

- Cima Grande, voie normale PD + (p. 68). Inutile de loger au refuge Auronzo, accessible par une bonne route carrossable (en partant tôt on évite le péage ?)
- Cima Piccola, voie des guides : combiné voie Innerkofler (face sud) + voie Helversen (face nord) D (p. 105).

Massif des Cadini di Misurina

- Torre Wundt, voie Mazzorama AD + (p. 61) .Inutile de loger au refuge Fonda-Savio.

Massif des Tofane.

- Torre Piccola di Falzarego, Spigolo Sud AD + (p.56), possibilité de combiner avec :
- Torre Grande di Falzarego, Paroi Ouest PD + (p. 57, indiqué par erreur AD +)
- Tofana di Rozes, Paroi sud D (p.134).
- Primo Spigolo di Rozes, Spigolo Sud-Ouest TD (p.195).

Massif du Pomagagnon.

- Punta Fiammes, voie Jori TD - (p.144).

Massif de l'Averau (Cinque Torri).

- Torre Grande, Voie normale PD

Accès à Misurina.

Pour éviter le Col du Brenner, la vignette autoroutière autrichienne et le péage italien, l'itinéraire conseillé est le suivant : Munich – Kufstein – Kitzbühel – Felbertauern tunnel (péage) – Lienz – Dobbiaco. Il fait gagner 24 km.





STAGE Formations automne 2016

*Suite à la mise en place d'un brevet animateur en structure naturelle d'escalade (SNE) par le CAB et l'Adeps, nous avons remanié et étoffé nos stages.
Nous vous proposons donc les stages : premier de cordée, intervention sur corde, gestuelle et test d'évaluation.*

Pour ceux qui le souhaitent, l'ensemble de ces stages constitue la formation d'animateur SNE. Chacun des acquis sera repris dans un carnet de progression individuelle. Sur base de celui-ci, le Club Alpin Hainaut présentera les candidats à une épreuve d'évaluation organisée par le CAB. Celle-ci réussie, il restera au candidat à prester 6 heures de stage pour obtenir son brevet. Chaque stage est indépendant et vous pouvez vous inscrire à ceux que vous voulez, autant de fois que vous le voulez.

Programme du stage premier de cordée Pouvant compter pour le premier module de la formation «Animateur SNE».

PROGRAMME

17/09/2016 à Landelies, de 9h00 à 17h00

Voie de plusieurs longueurs :

- Sécurité de base
- Assurage du premier de cordée
- Les relais : sanglé, triangulé (nœud de cabestan)
- Assurage du/des second(s)
- Déblocage du reverso
- Organisation du relais : le point de renvoi
- Le rappel : installation, auto-assurance (nœud de pêcheur et Machard bidirectionnel)
- Enchaînement de rappels
- Rappel pendulaire

18/09/2016 à Marche-les-Dames, de 9h00 à 17h00 :

- Révision des relais
- Aide au second : grenouillage, renvoi de corde, mouflage simple, contre-poids





- Réchappe (nœud de Prussik), effet poulie
- Remontée et descente sur autobloquants (Machard unidirectionnel)
- Relais décentré
- Révision voie de plusieurs longueurs
- Nœud demi-cabestan et nœud de mule

01/10/2016 à Beez, de 9h00 à 17h00 :

Voie d'une longueur :

- Assurage du premier, révision
- Assurage en moulinette, en 4 ou 5 temps
- Installation de la moulinette, 3 méthodes
- Moulinette trop courte : relais fractionné, yoyo, mini-rappel, réchappe, rallonge de corde

02/10/2016 aux Grands Malades, de 9h00 à 17h00 :

Via Ferrata :

- Utilisation du matériel installé
- Utilisation du matériel personnel
- Assurage en cordée, demi-cabestan
- Aides aux grimpeurs en difficulté, montée, descente
- La main courante, nœud papillon
- Révision à la demande

Il est possible de s'inscrire à cette seule journée.



19





MATÉRIEL NÉCESSAIRE

- Casque
- Corde
- Baudrier
- 10 à 12 dégaines
- Système d'assurance auto-bloquant (reverso, ATC, Toucan, Alpin Up...)
+ 2 mousquetons à vis
- Une longe + 1 mousqueton à vis
- 2 sangles de 120cm + 2 mousquetons à vis
- 2 sangles de 60cm
- 2 anneaux de cordelette pour auto-bloquant 7mm
+ 2 mousquetons à vis
- 2 à 4 mousquetons à vis libres
- Longe de Via Ferrata
- Pique-nique
- Vêtements chauds de réserve
- Vêtements de pluie
- Chaussons d'escalade
- Chaussures à semelle crantée

Vous pouvez obtenir le matériel manquant en prêt, le signaler à l'inscription !

CONDITIONS

Être membre du Club Alpin, en ordre de cotisation et d'assurance.
Ce n'est pas un stage d'initiation, un minimum d'expérience en rocher est nécessaire.

PRIX

120 €, à verser sur le compte CAB Hainaut asbl – IBAN : BE71 9795 9786 5969
Communication : Stage premier de cordée + Nom et prénom du stagiaire
30 € pour la seule journée Via Ferrata

Inscriptions, renseignements :
Michel SALESSE : 065/73.08.14 (après 18h00)

Stage de gestuelle et test d'évaluation

Les renseignements paraîtront dans le prochain Roc et Glace.





Interventions sur cordes pour venir en aide au second en difficulté

Pouvant compter pour le deuxième module de la formation «Animateur SNE».

PROGRAMME

22/10/2016 à Marche-les-Dames, de 9h00 à 17h00 :

Interventions à la montée :

- Aides à la montée (rappel du premier module)
- Rejoindre le second pour accompagner sa montée
- Redescendre le second : sur le système d'assurage, en auto-moulinette

Interventions sur rappel bloqué :

- Descente sur corde tendue
- Remontée sous le second
- Déblocage du second : déblocage auto-bloquant, contrepoids
- Poursuite de la descente, avec ou sans le second

23/10/2016 à Beez, de 9h00 à 17h00 :

- Révision des techniques de la veille
- Mise en situation

MATÉRIEL NÉCESSAIRE

Voir liste premier de cordée.

CONDITIONS

Être membre du Club Alpin, en ordre de cotisation et d'assurance.
Connaître l'ensemble des techniques enseignées au stage premier de cordée.

PRIX

60 €, à verser sur le compte CAB Hainaut asbl – IBAN : BE71 9795 9786 5969
– Communication : Stage premier de cordée + Nom et prénom du stagiaire

Inscriptions, renseignements :
Michel SALESSE : 065/73.08.14 (après 18h00)

 Michel SALESSE





NOCTURNE à Landelies

Samedi 10 septembre 2016

*Le Club Alpin Belge du Hainaut vous invite
le samedi 10 septembre à 18h pour une nocturne en escalade
et en randonnée sur le site de Landelies.*

Le principe est connu : chacun apporte sa viande et un plat d'accompagnement. Les accompagnements seront mis sur un buffet et chacun pourra découvrir vos talents de futur master-chef.

N'oubliez pas vos couverts !

- ➔ Le CABH s'occupera des barbecues, du bar, des pommes de terre et de la soupe.
- ➔ Escalade en soirée et en nocturne (n'oubliez pas votre frontale).
- ➔ Randonnée entre 10 et 20 Km à la lumière de l'astre lunaire.
- ➔ Les musiciens et les conteurs sont les bienvenus.

Fin de la soirée vers 1h00.

L'accès aux rochers est soumis aux conditions suivantes :

- gratuit pour les membres «cotisation pleine»
- les membres «bel-indoor» doivent s'inscrire avant le 6 septembre et verser 5 € (-18ans) ou
- 9 € pour le complément d'assurance et l'accès aux rochers.
- les non membres peuvent y participer uniquement sur invitation d'un membre cotisation pleine.

L'accès à la randonnée est libre.

*Inscriptions souhaitées avant le 6 septembre pour prévoir le ravitaillement
en boissons, pommes de terre et soupe auprès de Hubert Pourtois :
0474/64 24 20 ou 067/44 46 73.*

Toute aide à la préparation de cette soirée est la bienvenue dès 16h30.

↪ Jacques DOUCHAMPS





JOURNÉE Nettoyage & Aménagement

dimanche 9 octobre 2016

Bonjour à toutes et à tous, grimpeurs confirmés ou occasionnels du CAB Hainaut.

Tout au long de l'année, vous avez l'occasion de grimper sur des massifs rocheux qui doivent être rééquipés et entretenus. Pour cela, de grands efforts ont été faits par l'équipe du GRAAL (Groupe de Rééquipement et Aménagement Alpin de Landelies) qui travaille tant sur le massif de Landelies que sur celui de Dourbes.



Nous avons pu constater ces dernières semaines, que sans un entretien régulier, les sentiers et même les voies d'escalade reverdissent rapidement. Alors, pourquoi ne pas participer à une journée de nettoyage dans une ambiance super-sympa, tout en apprenant en techniques de sécurité ?

Merci de vous munir de votre matériel de nettoyage : gants, lunettes de protection, sécateur, petit extracteur de racines dans les fissures, brosse douce, petit marteau, petit burin, sac à mettre en bandoulière, pelle et râteau à sable ... Les possibilités au cours de la journée sont très variées et vont d'un travail en paroi à des défrichages au sol.

N'oubliez pas votre matériel EPI d'escalade : casque, baudrier, personnelle, mousquetons à vis, prussiks, ... ET un grand sac de bonne humeur !

Informations et inscriptions auprès de Jacques Douchamps : 0477/57 21 21 ou 071 /51 05 55 ou jacques.douchamps@gmail.com

En cas de temps désastreux (pluie incessante, grêle, neige ...) merci de téléphoner à Jacques le matin même entre 8h00 et 9h00 pour s'assurer que l'activité a bien lieu.

➔ Jacques DOUCHAMPS





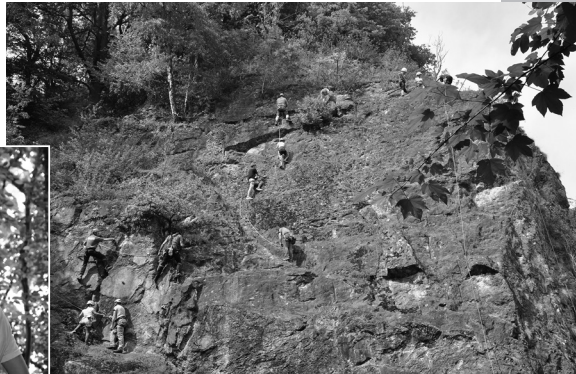
PORTES Ouvertes du 28 mai 2016

Cette journée fut encadrée par une vingtaine de bénévoles du CABH, dont des initiateurs, aide-moniteurs et moniteurs Adeps en randonnée et escalade. Le site de Landelies lui a été entièrement réservé.

Cette journée fut un régal : soleil à la place des orages annoncés. Plus de 150 inscriptions à la journée. Via-ferrata, randonnée, escalade, de super saucisses, des retrouvailles, une petite bière...
De jolis moments d'initiation !

En voici quelques moments forts

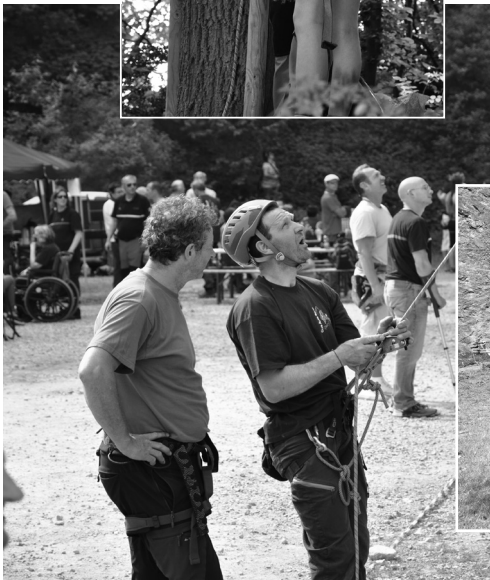
➤ Etienne DELMEE



Petites annonces.

Un sweat «Kalenji» bleu gris a été oublié. Si c'est le vôtre, contactez Etienne Delmée.

3 longes sont restées sur des baudriers personnels après la via ferrata. Merci aux détenteurs de contacter Joceline Büki.





magasin spécialisé en course à pied, randonnée et montagne

83 avenue Paul Pastur à Mont-sur-Marchienne

JOGGING
TRAIL
ATHLÉTISME
MARCHE NORDIQUE
RANDONNÉE
SPORTS D'HIVER
ORIENTATION
MONTAGNE

Ouvert
du mardi au samedi
10h00 - 18h30
Tél.: 071 51 93 95
www.o2max.be



marcher

courir

s'évader

running & outdoor



patagonia



NEVER STOP EXPLORING®

GARMIN.



F A L K E
ERGONOMIC SPORT SYSTEM



SALLE D'ESCALADE



APÉRO FACENORD
10 juillet 2016

... une salle conviviale !

HAUTEUR 15 M • SURFACE 750 M² + 60 M² DE BLOC • VOIES ±100 • CAFÉTÉRIA

HORAIRES

Ouvert tous les jours
de 10h à 22h30
Week-end de 10h à 19h

TARIFS

Après 17h et W-E :
entrée : 9 €
Avant 17h :
entrée : 7,5 €
Carte 10 séance :
Adultes : 81 €
Etudiants : 62 €

INFORMATIONS

Chemin Chêne aux Haies, 2

7000 MONS Belgique

Tél/Fax 065 84 44 30

www.facenord.be

Facebook : Face Nord

LOCATION MATÉRIEL

Baudrier +
descendeur : 2,5 €
Chaussons : 2,5 €

RÉDUCTIONS

Abonnements
Etudiants
Ecoles
Groupes
Anniversaires

STAGES

Congés scolaires

COURS

