



Belgique-België
PP
6000 Charleroi
P202223

ROC & GLACE

Périodique du Club Alpin Belge du Hainaut N° 143 • Mars 2017

SUR LE FIL...



Editeur responsable : Jacques Douchamps Bureau de dépôt - 6000 Charleroi - Agrégation n° P202223





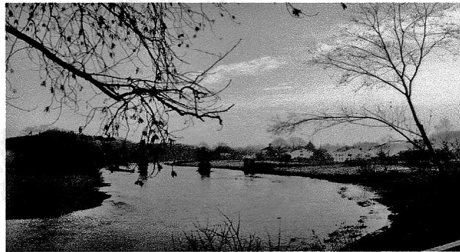
kréativa

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 2017.
Fichiers à envoyer avant le 31 août.

Etienne DELMEE

Sommaire	p. 1
Editorial	p. 2
CAB Hainaut : qui fait quoi ?	p. 4
Grimper : aimer apprendre et apprendre à aimer	p. 6
Rassemblement escalade & randonnée	p. 9
Cotisations	p. 10
Activités du club	p. 11
Les randos de Marc	p. 15
Souvenirs d'un vieux montagnard	p. 16
Stage d'escalade de printemps	p. 18
We d'initiation à la via ferrata	p. 20
Stage en haute montagne	p. 22
Rassemblement des Dolomites	p. 24
Frontale à Landelies	p. 26
Les via ferrata : un stage en mai	p. 28
Stage d'automne	p. 32
Sortie des membres : cascade à Arolla	p. 36
Encadrement	p. 38

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





Edito : En attendant la neige...

Après la neige, voici bientôt le printemps : mais qu'il est long à venir ! N'empêche, la moisson des mois d'hiver fut bonne.

D'abord à Landelies où les racines des arbres de crête minaient la partie supérieure de la dalle du Fou (de l'Alpifranc à gauche à la Petite Fissure à droite). De novembre à fin janvier, les passionnés du Ciraal ont tronçonné la plupart d'entre eux, tentant de garder les plus beaux en les élaguant. Puis, en février, la journée d'entretien collectif, qui a réuni 21 bénévoles, a permis de supprimer la végétation, surtout les ronces, et de faire tomber les pierres qui restaient en suspens. Une semaine de nettoyage à la soufflette fut ensuite nécessaire pour éliminer la terre, heureusement sèche à ce moment. Les pluies diluviennes de ce début mars laveront l'essentiel des prises mais il faut s'attendre à les trouver poussiéreuses pour une bonne partie de la saison. Exquise-exquise et le Trident, non parfaitement épurées dans le haut, restent à éviter. Cordée Câlina et Hiroshima, qui présentent un risque important de chute de pierres, ne sont pas encore sécurisées et sont interdites à l'escalade. Cet énorme travail, qui s'accompagne d'une réfection des sentiers et de l'ouverture prochaine d'une zone d'écologie pour débutants (qui reste à brocher), repose sur la bonne volonté de quelques grimpeurs, ferratistes et randonneurs qui refusent de n'être que des consommateurs. Je vous invite, si vous faites partie de la majorité silencieuse, à les rejoindre, fut-ce lors de la seule journée d'entretien d'octobre. Nul doute qu'après vous verrez vos rochers différemment, on ne voit bien, disait Saint-Ex, qu'avec le cœur, et il en faut pour les nettoyer et aménager, bénévolement, au bénéfice de tous!

L'année 2017 s'annonce aussi très dynamique au niveau des activités encadrées. Outre le traditionnel stage de Printemps, spécialement destiné aux grimpeurs débutants en falaise, et au non moins fameux stage de Premier de cordée en septembre, nous avons jugé utile de créer un week-end préparatoire à la pratique des via ferrata, qui puisse ainsi bénéficier tant aux randonneurs du vertige qui s'inscriront au rassemblement de juillet dans les Dolomites qu'aux randonneurs qui veulent s'initier à la verticalité sans stress et sans



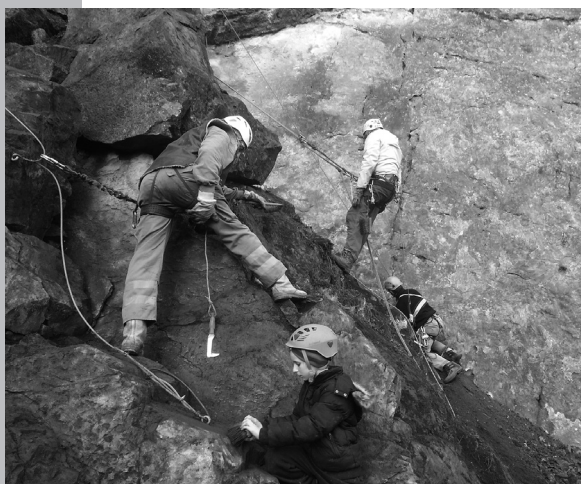


détresse. Car si cette pratique semble aisée, elle peut être traîtresse et exige des connaissances de base. Le camp de haute montagne, mi-rassemblement, mi-stage sous l'égide d'un guide français, se déroulera encore une fois à Chamonix, aux Houches plus précisément. Mais, nouveauté pour les randonneurs et les rochassiers, deux rassemblements (juin et août) auront aussi lieu à la Bérarde, en Oisans : de la mini-voie d'une longueur à 50 m du village à l'escalade de grandes voies sur coinçeurs : tout y est possible dans un cadre sublime.

Un mot, enfin, de notre projet d'aide aux villages sinistrés de la vallée du Langtang au Népal. La conférence de nos deux Michels (Paquet et Rousseau), superbement illustrée, fut très appréciée du public venu nombreux (nous avons clôturé les derniers débats à 1h20 du matin...) : merci à eux et à tous les bénévoles qui en font une réussite. Cette seule conférence va déjà nous permettre d'aider quelques familles dans le cadre des projets Bikas et « Construis-moi un village ».

Si les initiatives s'enchaînent au sein de notre club, c'est grâce à vos idées. N'hésitez pas à nous les faire connaître. Et, plus que tout, rejoignez-nous et participez : on vous attend !

➤ Jacques DOUCHAMPS



3



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, COORDINATION DES ACTIVITES 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 :

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

COORDINATION DES ACTIVITES :

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

GESTION DES ROCHERS :

Cédric DUPONT ☎ 0474/66 62 50 ✉ cedriccabh@gmail.com

MISE EN PAGE ROC & GLACE

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

GESTION DU MATERIEL

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

rue du Pont Marion 21, 6032 Mont-sur-Marchienne

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

WEBMASTER

Rachel Bergeot, ✉ rachel.cabhainaut@gmail.com

SITE INTERNET du CAB Hainaut :

WWW.CABHAINAUT.BE

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





GRIMPER ? Aimer apprendre, et apprendre à aimer »

Bientôt le printemps, certes. Mais quelle chance que ce temps d'hiver, de dormance alpinistique où l'on découvre du neuf au coin du feu. Tel ce bouquin d'Arno Ilgner, un grimpeur américain, sorti en français aux Editions du Mont-Blanc : « La voie des guerriers du rocher ». D'abord, pour les non-violents, pas de panique : ce titre qui décontenance cache un trésor de psychologie. Ilgner y aborde les questions qui gênent, celles qu'on évite en s'entraînant « toujours plus fort, plus dur et plus longtemps » pour être encore meilleur (pour les optimistes) ou moins nul (pour les pessimistes).

Avec des mots simples et de nombreux exemples vécus, Arno nous montre comment le modèle social, auquel nous nous conformons depuis notre enfance, s'est naturellement installé dans notre pratique de l'escalade, ou de tout autre sport à risque d'ailleurs.

Nous jugeons nos performances comme « bonnes » ou « mauvaises », en inférant que si elles sont bonnes, nous sommes meilleurs que les autres sous tous égards, et que mauvaises, nous sommes des nuls. Ah, comparaison, quand tu nous tiens!



Comme si un grimpeur était supérieur à un ferratiste, et un ferratiste digne de plus d'estime de soi qu'un randonneur. Certes, nous ne parlons plus comme les anciens, en termes guerriers, de la « conquête » de l'Eve-rest, de la « victoire » sur l'Aconcagua, mais nous aimons nous mesurer à l'aune de nos meilleurs scores : les vieux se rassurent en rappelant aux plus jeunes leurs palmarès à Freyr « du temps des vieux clous » (à cette époque, il fallait oser, comme de vrais hommes !), nos sportifs confirmés visent le top du top grâce en courant un ultra-trail, ou en atteignant le 8ème degré tandis que nos jeunes espoirs se comparent sur leurs résultats en compétition : à l'ouest, rien de nouveau !





Il faut, au contraire, nous dit Arno « *chercher la vérité qui sous-tend tout le reste; être à l'écoute de soi, ... et de l'autre, car nous sommes tous inter-dépendants* ».

Et, en cela, commencer par découvrir ce que cache notre langage de tous les jours :

«*Hier, j'ai bien performé*» : donc, au-delà d'une simple satisfaction cette voie me conforte dans l'estime que j'ai le droit d'avoir de moi.

Mais « *Pourvu que je ne prenne pas un but demain dans la nouvelle couenne de Freyr* » : devant tous mes potes, j'aurais la honte d'être si nul... Bref, oser briser nos habitudes de pensée, tant de perdant que de vainqueur. Alors : envie d'être vous-même ? Plongez dans le livre d'Arno, que vous y adhérez ou non, votre ego n'en sortira pas indemne !

Je pense souvent à René Desmaison, dans l'une des dernières interviews qu'il a accordées. Il marche seul, sur un sentier de montagne quelque part dans le massif du Mont-Blanc. Beau décor pour interroger ce héros des temps modernes, l'homme qui a réalisé plus de 8000 ascensions, dont de nombreuses premières. Et qui fut l'un des plus prompts à médiatiser sa réussite pour en tirer profit. Si l'on attend une réponse de prestige, on sent pourtant que, sous ses traits burinés, l'homme a beaucoup mûri.

La question tombe, fatalement : « *Pour vous, quelle est votre plus belle première, la plus belle montagne que vous ayez grimpée ?* » Et bizarrement, cet homme si prolifique se tait. Pire, il s'arrête et lève les yeux vers la montagne, méditatif. «*Je m'aperçois enfin*, murmure-t-il, *que je n'ai jamais escaladé qu'une seule montagne, toujours la même* ». Il a compris. Il est libre, désormais. Car pratiquer un sport à risque, ce n'est pas chercher à devenir le meilleur à ses propres yeux et ceux des autres, c'est, aller à l'essentiel : chercher à vivre, à apprendre et, au final, à aimer.

 Jacques DOUCHAMPS



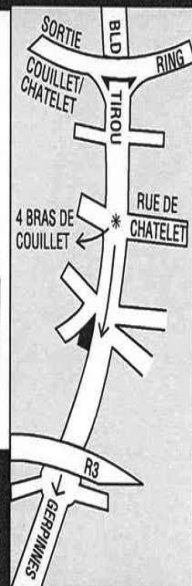
DELALIEUX



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



RASSEMBLEMENTS Escalade & randonnée

Le CAB Hainaut vous propose deux rassemblements « escalade et randonnée ».

Prérequis : une bonne condition physique et de la bonne humeur...

Dates des rassemblements :

- du 17 juin au 1er juillet 2017

- du 29 juillet au 05 août 2017

Nous vous proposons de découvrir, par des randonnées en étoile au départ du gîte «Le Chamois» situé à La Béarde, (1750 m d'altitude) quelques unes des plus belles balades du massif des ECRINS. Nos amis grimpeurs pourront quant à eux se frotter aux différents massifs d'escalade entourant le gîte. Nous vous conseillerons chaque jour, en tenant compte de vos désirs et de vos capacités physiques, sur les nombreuses randonnées et voies d'escalade au départ de notre gîte. Toutes les activités se déroulent sous la propre responsabilité du participant. Il s'agit d'activités sans encadrement. Le gîte est parfaitement équipé pour un séjour en gestion libre. Vous pourrez ainsi utiliser toutes les infrastructures : matériel de cuisine, plaques de cuisson électriques, four à micro-onde, frigos et casiers personnels pour ranger vos victuailles. Sachez cependant que La Béarde ne dispose que d'une très petite épicerie. Bourg d'Oisans est à plus de 25 kilomètres, mais vous pourrez y faire vos courses pour toute la semaine. Vous logerez soit dans des chambres de 4 ou 6 personnes équipées d'un lavabo, d'une douche et de chauffage, soit dans un dortoir avec sanitaires communs. Vous devrez apporter le drap supérieur ou utiliser un sac de couchage.

Coût du séjour :

- Chambre gestion libre : 17,80 €/jour, couvrant la nuitée et la taxe de séjour ;

- Dortoir gestion libre : 14,80 €/ jour, idem

Si vous prenez vos repas à l'auberge située en face du gîte, il est possible d'avoir une demi-pension. Le prix est actuellement en discussion (\pm 25,00 € / jour en supplément).

Les séjours sont réservés aux membres du Club Alpin en ordre de cotisation complète c.-à-d. : cotisation « CLUB ALPIN »

Clôture des inscriptions le 1er juin 2017. Votre inscription sera effective après le paiement de 5,00 € couvrant les frais de gestion du rassemblement, l'achat des cartes IGN et topos du massif. Versement sur le compte : BE41 9796 5736 9510 - Communication : séjour – Béarde 2017

Des informations complémentaires seront publiées sur notre site internet.

Renseignements et inscription : Philippe Vandeveld 0476/48 05 88 - philippe.vandeveld@gmail.com



COTISATIONS

du 01/01/2017 au 31/12/2017 ou du 01/09/2017 au 31/08/2018

<i>dans un ménage</i>	<i>1^{er} membre</i>	<i>suivant</i>	<i>Bel->CAB</i>
Membre CAB			
Adulte : à partir de 24 ans	84 €	76 €	
Junior : -> 23 ans inclus	53 €	45 €	
Membre BEL			
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 €
Membre UBS			
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%4oclubalpin.be»

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

Renseignement Cab Hainaut : 00 32 476 480588

Attention, en 2017, le certificat médical est obligatoire uniquement pour les compétiteurs. Les membres non compétiteurs peuvent compléter une attestation sur l'honneur.

Documents sur le site : www.clubalpin.be/Affiliation

Visitez notre site web WWW.CABHAINAUT.BE
et notre page Facebook CLUB ALPIN BELGE - HAINAUT



ACTIVITES

Chers Amis,

En plus de figurer dans le « Roc et Glace », sur notre site internet et sur notre page « Facebook », toutes nos activités sont également consultables sur le site de la fédération www.clubalpin.be

Ensuite : » espace membres » Agenda des activités » CAB HAINAUT » ou autres !!!!!

Au plaisir de vous rencontrer

☺ Philippe VANDEVELD,
Vice Président Cab Hainaut.

Chaque mois en 2017

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

Week End du 22 et 23/04/2017

Stage d'initiation à l'escalade en falaise (1ère partie) – (AE)

Voir description et formulaire d'inscription page 18

Dimanche 23/04/2017

« Les randos de Marc » - (SE)

Voir description p.15.

Informations et inscription auprès de Marc Charlot : 0478/54 21 08 ou marc.charlot@skynet.be • Inscription au plus tard le vendredi 21/04 à 18 heures

Samedi 29 avril 2017

Escalade à Landelies dès 10h

Inscription au plus tard le 27 avril auprès de Jacques Douchamps
0477/ 57 21 21 ou 071/ 51 05 55 ou jacques.douchamps@gmail.com

Dimanche 30/04/2017

Randonnée de ± 22 Km autour de l'abbaye d'Aulne.

Informations et inscription au plus tard le 28 avril auprès de Alexandre Vaillant
0497/37 61 00 ou alex.vaillant@gmail.com

Week End du 13 et 14/05/2017

Stage d'initiation à l'escalade en falaise (2ème partie) – (AE)

Voir description et formulaire d'inscription page 18





Dimanche 14/05/2017

« Les randos de Marc » - (SE) Voir description p.15.

Informations et inscription auprès de Marc Charlot : 0478/54 21 08 ou marc.charlot@skynet.be • Inscription au plus tard le vendredi 12/05 à 18 heures

Week End du 20 et 21/05/2017

Stage d'initiation à la via ferrata à Landelies – (AE)

De 10h à 17h – PAF 60€

Voir description page 20

Inscription au plus tard le 17 mai auprès de Jacques Douchamps 0477/ 57 21 21 ou 071/ 51 05 55 ou jacques.douchamps@gmail.com

Dimanche 28/05/2017

Escalade à Landelies. (SE)

Si mauvais temps : révision des techniques de rappels, mouflage, ...

RDV sur place à 9h30

Inscription obligatoire au plus tard vendredi 26 mai auprès de Hubert Pourtois 0474/64 24 20

Dimanche 11/06/2017

« Les randos de Marc » - (SE) Voir description p.15.

Informations et inscription auprès de Marc Charlot : 0478/54 21 08 ou marc.charlot@skynet.be • Inscription au plus tard le vendredi 09/06 à 18 heures

Dimanche 18/06/2017

Randonnée « de survie » à Bouillon – (SE)

Ou comment se préparer à Koh-Lanta.

Parcours d'environ 10kms avec Natacha qui vous fera découvrir quelques plantes sauvages médicinales et culinaires ainsi que Christophe qui vous donnera quelques trucs pour s'orienter, faire du feu, filtrer l'eau, s'abriter en situation de survie.

RDV à 9h30 à la ferme de la Bourgarde à Moressée (10, rue Moressée).

Inscription et renseignements auprès de Christophe Mertens au 0477/49.03.73 ou mertens.christophe@skynet.be

Quinzaine du samedi 17/06 au samedi 01/07/2017

Rassemblement escalade et randonnée à La Bérarde – (SE)

Voir description page 9

Informations et inscription auprès de Philippe Vandeveld au 0476/ 48 05 88 ou philippe.vandeveld@gmail.com





Dimanche 25/06/2017

Escalade avec débutants bienvenus à Yvoir. – (SE)
RDV parking à 9h45 - attention Pont d'Yvoir fermé !!
Inscription obligatoire au plus tard vendredi 23 juin auprès de Michel Paquet 0475/73 33 59 ou paquet.mip@gmail.com

Semaine du dimanche 02/07 au dimanche 09/07/2017

Stage haute montagne à Les Houches – (SE + Moniteur si ascension)
Voir description page 22
Informations et inscription auprès de Philippe Vandeveld au 0476/ 48 05 88 ou philippe.vandeveld@gmail.com

Dimanche 09/07/2017

Escalade « Bronzette » à Namur (Grands Malades) – SE
Après le blocus et avant vos aventures estivales, escalade et via ferrata vous attendent!
9h45 à 16h30. Pour tous (Les enfants de moins de 14 ans ne pourront pas faire la via ferrata)
Inscriptions avant le 06/07 • Contact : Luc Chevalier 0486/ 25 19 39

Semaine du dimanche 16/07 au dimanche 23/07/2017

Rassemblement dans les Dolomites - (SE)
Voir description page 24

Semaine du samedi 29/07 au samedi 05/08/2017

Rassemblement escalade et randonnée à La Bérarde – (SE)
Voir description page 9
Informations et inscription auprès de Philippe Vandeveld au 0476/ 48 05 88 ou philippe.vandeveld@gmail.com

Samedi 16/09/2017

Nocturne à Landelies
Voir description p.26.

Week-end du 09 et 10/09/2017

Stage premier de cordée
Voir description p.32.

Week-end du 09 et 10/09/2017

Stage premier de cordée ou de technique de via-ferrata
Voir description p.32.

Dimanche 24/09/2017

« Les randos de Marc » - (SE)
Voir description p.15.
Informations et inscription auprès de Marc Charlot : 0478/54 21 08 ou marc.charlot@skynet.be • Inscription au plus tard le vendredi 22/09 à 18 heures





Week-ends du 07, 08, 21 et 22/10/2017

Stage interventions sur cordes

Voir description p.32.

Dimanche 08/10/2017

Equiperment du site de Landelies par le GRAAL

de 10 h à 17 h

Pour un travail sérieux dans la bonne humeur

Informations et inscriptions au plus tard le vendredi 6 octobre

auprès de Cédric DUPONT 0474/66 62 50 - cedriccabh@gmail.com

Dimanche 22/10/2017

« Les randos de Marc » - (SE)

Voir description p.15.

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

marc.charlot@skynet.be • Inscription au plus tard le vendredi 20/10 à 18 heures

Dimanche 19/11/2017

Escalade « Réchauffement » à Durnal - (SE)

Dernière sortie falaise avant les froideurs de l'Hiver

9h45 à 16h30. Pour tous

Inscriptions avant le 16/11. Contact : Luc Chevalier 0486/ 25 19 39

Dimanche 19/11/2017

« Les randos de Marc » - (SE)

Voir description p.15.

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

marc.charlot@skynet.be • Inscription au plus tard le vendredi 17/11 à 18 heures

Dimanche 17/12/2017

« Les randos de Marc » - (SE)

Voir description p.15.

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

ou marc.charlot@skynet.be • Inscription au plus tard le vendredi 15/12 à 18 heures

Légende

SE = sans encadrement

AE = avec encadrement moniteur agréé

Lors de la participation à une activité, les membres sont priés de se munir de leur carte d'affiliation. L'inscription est obligatoire dans les délais indiqués pour chaque activité. Pour l'escalade, informez l'organisateur de vos éventuels besoins quelques jours à l'avance.





PRINCIPE des «Randos de Marc»

Il s'agit de randonnées en boucle de 20 à 25 > 27 km à travers la Wallonie. Les boucles sont essentiellement en milieu naturel.

Etant en milieu forestier nous cassons la croute sur le tas, il n'y a pas de halte organisée.

Etre équipé de :

- Un petit sac à dos avec le casse-croute et eau
- Vêtements contre la pluie, le froid, etc.
- Bonnes chaussures de randonnée,

Le lieu de départ sera annoncé lors de la réservation à la randonnée.

L'heure de départ est fixée à 9h sauf indication contraire. La réservation doit intervenir le vendredi qui précède la rando - 18h au plus tard.

L'activité est gratuite.

Important : Embarquer sa bonne humeur et l'envie de partager une belle randonnée dans nos superbes massifs !

➔ Marc CHARLOT

DIVERS

MUTUELLE

Celle-ci intervient peut-être dans les frais d'activités ou de cotisation. Le cas échéant, envoyez le formulaire de votre mutuelle soit par mail à secretcabh@hotmail.com, soit par courrier postal à l'attention de Florance Guglielmin, 10 rue du Moulin, 7100 La Louvière en joignant une enveloppe adressée et timbrée.

ANTI DOPAGE

La pratique du dopage ainsi que de toute autre forme de triche est dommageable pour une discipline sportive et ses pratiquants. Le règlement anti-dopage de la Fédération peut être consulté sur le site internet www.clubalpin.be et sur le site www.dopage.be.

SITE DE LANDELIES

Travaux à Landelies ... Les 2 ponts seront fermés en même temps jusqu'au mois d'octobre 2017 ! Une déviation est mise en place pour rejoindre Landelies en passant par Gozée.





SOUVENIRS d'un vieux montagnard

Tu l'as déjà dit, pépé !

Et alors, garnement, si ça me plaît de le répéter, hein !

Toute ressemblance avec des personnages vivant ou ayant vécu ne serait pas une coïncidence. Je demande aux premiers de ne pas me dénoncer.

Fausse alerte

Après une escalade respectueuse dans la chaîne ecclésiastique, mon ami et moi étions revenus au refuge.

Nous abandonnons volontiers nos habits d'alpinistes-pèlerins pour revêtir short et polo. Quel confort !

En route pour le beau sentier sous le regard sévère des Grandes Jorasses. Brutalement, des bras vigoureux me plaquent au sol. On m'ordonne de ne plus bouger. Un attroupement se forme autour de moi. J'entends des paroles prononcées à voix basse : « C'est grave... circulatoire... faut appeler l'hélico... »

Une jeune fille se présente : « Je suis infirmière ».

Elle me caresse les jambes. Face contre terre, je me sens rudement bien. C'est drôle, je vais probablement mourir, mais pas la moindre douleur, que du contraire !

Bravant l'interdit, je risque un œil vers l'arrière et, subitement, je comprends tout, mais je commets l'erreur de le dire : « Mon pantalon bleu a déteint ! » Fini, tout le monde s'éparpille, je ne suis plus intéressant. Adieu sympathiques montagnards, jeune infirmière, bel hélico !

Je devrai encore me taper l'infâme pierrier sous les Egralets.

La chaîne ecclésiastique

Un petit mot concernant la chaîne ecclésiastique.

Il s'agit d'une longue arête s'amorçant derrière le refuge du Couvercle.

Pourquoi ecclésiastique ?

La réponse est simple. On y trouve d'abord le Moine (3412 m), puis la Nonne (3340 m), ensuite l'Evêque (3469 m) et le Cardinal (3647 m), sans parler de l'Enfant de chœur.

Logiquement, le dernier sommet devrait s'appeler le Pape. Eh non ! Celui-ci a préféré nos modestes rochers de Freyr !

Mais cette noble sommité, bien visible de la vallée, avait été baptisée depuis longtemps.

Il s'agit de la prestigieuse aiguille Verte (4122 m).

Le mont Blanc, c'est bien, mais à la Verte, on devient montagnard. Aucune voie facile ne conduit à la belle et blanche calotte sommitale. (Mais non, ce n'est pas le pape !)





Ne pas tenter le diable

Pourquoi passer une mauvaise nuit en refuge ? Un bivouac prévu dans une voie facile au cœur de la montagne est tellement séduisant. D'autant plus qu'on a annoncé un orage qui nous promet un beau feu d'artifice. J'ai lu une théorie sur la foudre en montagne qui me rassure totalement.

Je me suis procuré une tente de bivouac qui n'est qu'un grand K-way.

Mes trois camarades et moi nous nous installons sur des pierres plates en conformité avec l'étude en question.

Le début de la nuit est romantique, nous chantons et sommes à l'unisson avec la montagne. L'orage arrive, nous nous réfugions tous les quatre dans la tente prévue pour deux. Les éclairs et le tonnerre sont simultanés. Mais alors ? Ça tombe près de nous et pas seulement sur les sommets avoisinants ? Et c'est la fin de mes certitudes !

Tout tremble, ça cogne jusque dans nos entrailles. Je me bouche les oreilles et ferme les yeux. Même ainsi, je suis aveuglé. Je commence à avoir peur, et si je m'étais trompé ! Mes compagnons ne disent rien. Je crois pourtant qu'ils sont toujours vivants. L'intensité de l'orage diminue, mais le reste de la nuit sera un cauchemar. Nous sommes trempés à cause de la condensation et le froid est vif. Au petit jour, un camarade plus courageux ou plus pressé d'en finir se dévoue pour ouvrir la voie dans la neige fraîche couvrant les rochers et tâter les éventuelles crevasses à l'approche du glacier. J'ai approfondi la question et appris avec horreur qu'on n'est en sécurité nulle part en cas d'orage.

Je me suis juré de ne plus jamais tenter le diable.

Etonnant miroir

Un ami, mon neveu et moi descendions une très longue pente de neige. Loin devant, j'aperçois un miroir placé verticalement sur la glace. Qui a eu l'idée saugrenue d'installer ce meuble dans un endroit si difficile d'accès ? Et dans quel but ? Personne ne croit plus aux fées des glaciers !

Mes compagnons voient la même chose. Nous ne sommes pourtant pas atteints tous les trois du mal des montagnes !

Nous approchons. En peu de temps, l'objet mystérieux se transforme en un petit lac tout à fait horizontal. Pourtant, nous n'avons pas rêvé !

Il a fallu réfléchir pour trouver la solution.

Prenez une feuille de papier, un crayon, un rapporteur et une latte. Tracez une droite représentant une pente d'environ 35 degrés, dessinez à son extrémité une petite ligne horizontale qui représente le lac.

Maintenant, tracez la droite de la pente parfaitement horizontale et gardez le même angle pour le lac. Vous verrez qu'il se redresse.

Eurêka !

D'avantage habitué à l'horizontale, notre cerveau avait assimilé la pente à une trajectoire plate. Mais alors, il avait redressé la surface du lac.

C.Q.F.D.

 le vieux montagnard





STAGE D'ESCALADE PRINTEMPS 2017

Ce stage est organisé par le Club Alpin Belge du Hainaut dans les rochers belges. Il s'adresse aux membres du CAB en ordre de cotisation.

Age minimum : 16 ans. Les débutants sont les bienvenus.

Encadrement par des initiateurs ADEPS et des grimpeurs expérimentés du club, supervisés par Michel Salesse - moniteur ADEPS.

Un moniteur pour 3 stagiaires max.

Renseignements

Joceline BÜKI • 071 /472883 - 0494/826114 •
bukij@hotmail.com

Dates, horaires et sites

Samedi	22 avril	- Marche
Dimanche	23 avril	- Landelies
Samedi	13 mai	- Durnal
Dimanche	14 mai	- Grands Malades et Yvoir

De 10 à 13h et de 14 à 17h.

Au total, 24 heures d'escalade et d'exercices tels que confection des nœuds, assurage, rappels, remontées au prussik, sauvetage, etc...



Brevets

Le brevet CAB-H sera décerné aux stagiaires qui auront participé avec succès à au moins 18 heures de stage.

Brevet A : niveau IV en second

B : niveau III en tête, IV+ en second

C : A+B+ IV en tête, V en second

D : A+B+C+ niveau V en tête + techniques d'auto sauvetage

Participation aux frais

100,00 € pour les membres « Club Alpin » assurance comprise.

Le montant de la participation est à verser pour le 10 avril au plus tard au compte

CAB Hainaut, 21 rue des combattants Mont sur Marchienne

IBAN BE41 9796 5736 9510 ; BIC ARSPBE22

En indiquant : Stage printemps 2017 nom et prénom du stagiaire.





Inscription

Au moyen du formulaire ci-joint. Le nombre de stagiaires est limité à 20.
Les inscriptions se feront dans l'ordre de réception des paiements.

Matériel

Les débutants qui ne posséderaient pas encore tout leur matériel personnel peuvent l'emprunter au Club Alpin Belge du Hainaut contre caution : baudrier, descendeur, mousquetons à vis, prussik. Des chaussons et des casques sont disponibles mais en nombre limité. (contacter Joceline)

 Joceline BÜCKI

Formulaire d'inscription au stage d'escalade - printemps 2017

*A renvoyer à : Joceline BÜCKI - 21, rue du Pont Marion
6032 Mont-sur-Marchienne
avec une photo format passeport (indispensable pour le brevet)*

Nom et Prénom :

Date de naissance :

Adresse complète :

.....

Téléphone :

e- mail :

• je possède la carte «club alpin »2017 N°.....

• Mon niveau actuel dans les rochers est le suivant :

en tête : en second :

• j'aurai besoin de matériel :

• j'assume les risques liés à l'escalade en falaise

• je m'engage à suivre les directives qui me seront données par
les organisateurs et les moniteurs

• pour les moins de 21 ans, signature des parents pour accord.

(signature des parents)

date et signature du stagiaire





WEEK-END D'INITIATION à la Via Ferrata

Les randonneurs de tout âge sont de plus en plus nombreux à vouloir élargir leurs horizons et gravir une Via Ferrata fait désormais partie de leurs rêves. Mais par où commencer ? Comment s'équiper ? Quelle condition physique faut-il ? Comment se préparer avant le grand départ ? Puis-je y amener des enfants ? Ne serait-il pas mieux de tenter l'aventure d'abord sur nos bons vieux rochers belges ? Et puis, que faire en cas de problème : le froid, la fatigue, les risques de chutes de pierre et, surtout, l'erreur humaine. Quelles sont les bonnes techniques ?

C'est à ces questions que répondra notre week-end d'« Initiation à la Via Ferrata ». Ce stage est spécialement destiné aux randonneurs qui souhaitent, souvent pour la première fois, découvrir la dimension verticale, sans stress et sans détresse. Car si parcourir des endroits totalement inaccessibles grâce à des voies câblées permet de découvrir des paysages fabuleux, notamment dans les Dolomites où notre club organise chaque année un rassemblement, il n'en reste pas moins qu'il s'agit d'une pratique exigeant une préparation sérieuse, notamment au niveau des techniques de progression et d'aide à ses compagnons. Landelies, avec sa superbe Via Ferrata, sera notre centre d'apprentissage, mais pas le seul : d'autres Via ne sont pas loin !

Le responsable du stage sera Jacques Douchamps, moniteur Adeps d'escalade, assisté de deux Premiers de Cordée, dont Freddy Somville, cofondateur du Graal.

Date : le week-end des 20 et 21 mai 2017.

Ce stage est essentiellement destiné aux randonneurs souhaitant débiter en Via Ferrata, mais il peut aussi intéresser des ferratistes qui souhaitent approfondir les techniques d'assurage, de rappel, d'auto-sauvetage et d'aide





à un compagnon en difficulté. L'âge requis est de 16 ans révolus à la date du stage. Douze places sont disponibles, un formateur (animateur ou premier de cordée) encadrant 4 stagiaires maximum.

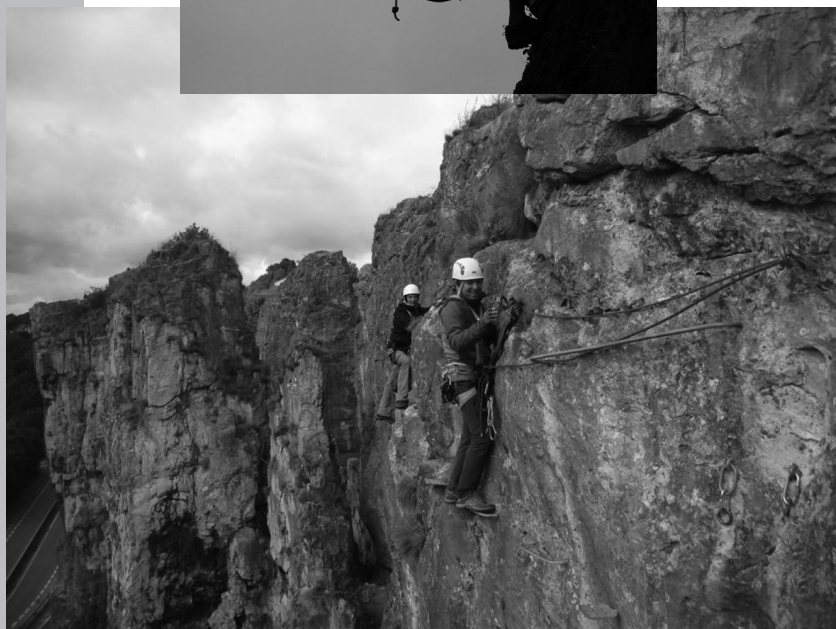
La participation aux frais pour les deux jours est de 60 €. Le matériel (casque, baudrier et longe) peut être mis à la disposition des participants. Les formateurs sont bénévoles et l'entièreté des bénéfices sera destinée au projet social du CABH dans la vallée du Langtang au Népal (une déduction fiscale peut être accordée par Bikas à partir de 40 €).

Renseignements et inscription : Jacques Douchamps, 071/51.05.55 ou 0477/57.21.21 ; jacques.douchamps@gmail.com

Attention, aucun paiement ne doit être effectué avant d'en avoir obtenu l'accord du responsable du stage. Ce paiement devra se faire sur le compte du CABH BE41 9796 5736 9510 avec la mention « WEinitVF-landelies20&-21mai2017 » en communication, suivie des NOM et PRENOM du participant.



➤ Jacques DOUCHAMPS
Moniteur Adepts Escalade





STAGE «haute montagne»

*Nous vous proposons un module **initiation/perfectionnement haute montagne** avec ascension d'un sommet si la météo le permet.*

Cela se définira de la manière suivante :

3 journées d'écolage

1 journée « école de neige »

1 journée « école de glace »

1 journée «escalade en milieu naturel »

Une course

2 journées pour l'ascension d'un sommet (Cotation F à P.D+)

Les cinq journées d'activités « haute montagne » seront encadrées par un guide de haute montagne.

Le séjour se déroulera aux Houches, petit village très proche de Chamonix, du 02 au 09 juillet 2017.

Les journées durant lesquelles vous ne serez pas sous encadrement d'un guide haute montagne seront considérées comme un rassemblement et donc, selon la législation en vigueur, il s'agira de journées « NON ENCADREES. »

Un membre du Cab Hainaut sera sur place durant toute la durée du stage afin de gérer et de veiller au bon déroulement des activités.





Le prix de ce stage est de :

470,00 € pour les membres du Cab Hainaut. (Affiliation Club Alpin)

410,00 € pour les jeunes de 16 à 21 ans affiliés au Cab Hainaut (Les mineurs doivent être accompagnés par un adulte responsable + affiliation Club Alpin)

520,00 € pour les membres du CAB toutes sections confondues (Affiliation Club Alpin obligatoire)

Ne sont pas compris dans ce prix, l'hébergement (à l'exception des nuitées en refuge), les repas, les trajets, les boissons.

Le stage devra impérativement comprendre 5 participants. Si ce quota n'est pas atteint, le stage sera annulé.

Date limite d'inscription : 01 JUIN 2017

Votre inscription sera avalisée à la date du versement intégral de votre séjour.

N° compte : BE41 9796 5736 9510 - stage alpinisme -

*Renseignements et inscription: Philippe Vandeveld
philippe.vandeveld@gmail.com - 0476/480588.*

Philippe VANDEVELD,
Vice Président Cab Hainaut.





LE RASSEMBLEMENT

des Dolomites en 2017

Le rassemblement des Dolomites aura lieu cette année du dimanche 16 au dimanche 23 juillet.

Lieu: Misurina et son lac, entre les Tre Cime di Lavaredo et la conque de Cortina d'Ampezzo.

Le fonctionnement restera semblable aux années passées: réunion le soir à l'Albergo Miralago: écoute des propositions et formation des groupes du lendemain, par activités.

Activités prévues: via ferrata, escalade avec ou sans guide, escalade sur rochers équipés (à quelques km de Misurina), randonnée VTT de randonnée (on peut amener son vélo ou louer des vélos à Cortina) ou plus engagé.

Personnellement j'amènerai mon VTT et sans doute aussi mon petit-fils Adrien qui roule en compétition VTT en Belgique et en France. Avis aux amateurs costauds ou plus lents.

L'équipe compte plusieurs personnes expérimentées en ferrata, dont le plus jeune a 16 ans.

Les ferratas, autour de Misurina, sont très variées. Nous pouvons donc organiser deux groupes, avec ferrata plus facile ou ferrata plus engagée.

Attention : dans les Dolomites les approches et les retours sont parfois très longs ; il faut être bon marcheur et ne pas s'attendre à des ferratas « juste au-dessus du parking de la voiture ».

Un habitué de notre rassemblement qui ne se sent plus l'envie de courir les câbles souhaite s'adonner plus régulièrement à la randonnée. Il connaît bien les lieux et emmènera volontiers les candidats randonneurs.





Du matériel de ferrata (casque, baudrier, longe) peut être réservé auprès du CAB Hainaut pour ceux qui voudraient d'abord faire un essai.

Une initiation à la ferrata sera organisée à Landelies les 20 et 21 mai. J'y serai présent et je pourrai donner davantage de précisions pour le Rassemblement.

Renseignements pratiques:

- contacts :

Laurent Jeanmart - courriel : laurent.jeanmart@voo.be

Aldo Cassol - courriel : cassolaldo@brutele.be – tél. 071.95.35.18 (le soir)

- covoiturage:

ceux qui ont de la place ou qui cherchent une place dans une voiture peuvent aussi prendre contact : nous ferons suivre les offres et les demandes.

- traduction:

les courriels de réservations peuvent être traduits en italien par A. Cassol.

Hôtels à prix démocratique

Hôtel où logent la plupart des participants au rassemblement

Albergo Miralago - Via delle Guide alpine ,3 - 32040 Misurina (BL)

Tel. 00 39 0435 39123 - Fax. 00 39 0435-39226 - albergomiralago@libero.it

Hôtel à 700 m

Sport hôtel (sans restaurant, excellente pizzeria à proximité)

Via Monte Piana 18 , 32040 Misurina (BL)

Tel.: 00 39 0435 39125 - sporthotel.misurina@alice.it

Hôtel très confortable

Grand Hotel Misurina (à 600m de l'hôtel Miralago)

Via Monte Piana 21-32040 Misurina

Tel. 00 39 0435 39191 - Fax 00 39 0435/39194 - E-mail: booking@bluhotels.it


Il est conseillé de passer par Neckerman pour avoir de meilleurs prix.

Camping

Camping Alla Baita (à 300m de l'hôtel Miralago)

Via Col Sant Angelo 48 - 32040 Misurina (BL)

Tel. 00 39 0435 39039 - Fax 00 39 0435 39039

 Aldo CASSO - CAB HAINAUT





FRONTALE à Landelies

*Le Club Alpin Belge du Hainaut vous invite
le samedi 16 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





LES VIA FERRATA Un stage en mai

Comme l'a annoncé notre ami Aldo Cassol dans le ROC et GLACE n° 142 de décembre 2016, le rassemblement qu'il organise régulièrement dans les Dolomites s'articule principalement autour des via ferrata

D'où l'idée de notre président, Jacques Douchamps, d'organiser en Belgique, les 20 et 21 mai 2017, un stage d'initiation à la via ferrata. Ce sera l'occasion, pour les participants, d'apprendre à utiliser correctement le matériel d'assurage. Les via ferrata en Belgique sont équipées selon le modèle français, c'est-à-dire que, dans les parties verticales, le câble d'assurage présente un peu de mou. L'avantage est que, en cas de chute, le mousqueton de la longe termine sa course verticalement, dans la boucle inférieure du câble. L'inconvénient est qu'il est impossible de monter en opposition, les mains sur le câble, les pieds sur la paroi.

La force de choc

Envisageons le cas sollicitant le plus durement le matériel qui est la chute dans un tronçon vertical, au moment où le grimpeur va atteindre un point de fixation du câble. La vitesse s'accroît au cours de la chute ainsi que l'énergie cinétique que le matériel devra encaisser. Cette énergie est très simple à calculer, car,

en vertu du principe de la conservation de l'énergie, elle est égale à l'énergie potentielle au moment de la chute. Elle vaut donc le poids du grimpeur multiplié par la hauteur de la chute.

Le système qui enraye la chute doit être capable d'absorber cette énergie sans imposer au matériel une force qui le brise, ni au corps humain une force entraînant des lésions graves. Cette force, appelée force de choc, dépend donc du poids du grimpeur, de la hauteur de la chute et de la capacité d'absorption d'énergie du matériel d'assurage.

En escalade, c'est la corde qui est chargée de cette absorption. Les fabricants de cordes pourraient l'augmenter en rendant la corde plus élastique. L'exemple extrême est celui du saut à l'élastique qui permet des chutes considérables, sans que la force de choc ne soit exagérée.

Pour les cordes d'escalade, les fabricants ont adopté un compromis permettant de limiter la hauteur de la chute afin d'éviter, le plus possible, que le





grimpeur ne retombe au sol ou sur une plateforme. Ils s'en sont tenus à une force de choc d'environ 1.000 kg, un peu moins pour la corde à simple, un peu plus pour la corde à double. Bien entendu, le matériel doit pouvoir résister à cette force, tout comme, espérons-le, le corps humain ! Remarquons que le point d'assurage subit une force presque double, car il est sollicité d'une part par la corde coté grimpeur, de l'autre par la corde coté assureur.

Le facteur de chute

En escalade, le facteur de chute est le rapport entre la hauteur de la chute et la longueur de la corde permettant de l'amortir. Il ne dépasse jamais 2, le cas le plus critique étant celui du premier de cordée qui, ayant quitté un relais, vole juste avant d'avoir atteint le clou suivant. En effet, la hauteur de la chute est alors le double de la longueur de la corde servant à le retenir. Dans les via ferrata, le facteur de chute pouvant être beaucoup plus important, on cherche à avoir le système d'absorption d'énergie cinétique le plus performant possible. Jadis on utilisait un système à coulissement de la longe qui, malheureusement, était insuffisant pour les grandes chutes. Actuellement, on préfère un système à déchirement de la longe qui permet d'absorber plus d'énergie, mais qui a tout de même ses limites.

La longe

Le modèle retenu par le CAB garanti une force de choc de maximum 600 kilos, ce qui est très acceptable pour le corps humain. Toutefois, le facteur de chute ne peut pas dépasser 5, ce qui impose que, dans les tronçons verticaux, l'espacement des points d'attache du câble soit limité à 4 mètres (5 mètres de chute pour 1 mètre de longueur de longe). Les via ferrata modernes répondent à cette condition.

Ce système d'amortissement ne convient pas pour les grimpeurs qui, tout équipés, pèsent plus de 100 kilos, ni pour les personnes de moins de 50 kilos, car dans ce cas, le déchirement ne se produit pas. Reste la solution d'assurer d'en haut ! Un autre inconvénient du système à déchirement est qu'il est à usage unique.

Les Dolomites

En France, on a décidé de ne pas équiper des sommets importants pour conserver leur caractère naturel. Dans les Dolomites, au contraire, des via ferrata donnent accès à des sommets de plus de 3.000 mètres. Certains ont critiqué ces équipements sacrilèges qui ont même parfois fait disparaître de belles voies d'ascension. Je ne pense pas que ces critiques soient fondées, car, dans les Dolomites, les possibilités de courses sont si nombreuses qu'il en reste pour tous les goûts. Au sortir d'une course, j'ai même plusieurs fois été enchanté de trouver une via ferrata pour la descente et cela malgré le fait que je n'avais pas de longe.

Néanmoins, en Italie, il a été décidé de ne plus créer de nouvelles via ferrata. Celles existantes sont soigneusement entretenues et modernisées.

Résultat : en France, les via ferrata sont installées en basse et moyenne





montagne et ont plutôt un caractère ludique, comme l'écrit Pascal Sombardier ; tandis que, dans les Dolomites, certaines via ferrata se trouvent en haute montagne. Dans les Alpes, on considère que la haute montagne commence vers 2.800 mètres, altitude à laquelle, en été, on peut commencer à rencontrer de la neige.

Si les via ferrata des Dolomites parcourent ces sites prestigieux qu'on ne trouve qu'en haute montagne, il faut être conscient que celle-ci demande des précautions pour éviter ses dangers. L'équipement vestimentaire en particulier devra tenir compte du froid et même éventuellement de la neige ou de la tempête. Vu que les longes à déchirement sont à usage unique, il serait bon qu'un des membres du groupe en ait une de rechange dans son sac. Dans les Dolomites, il ne faut pas lambiner : le temps, beau le matin, se gâte généralement vers 16 ou 17 heures. A ce moment, il est préférable d'avoir rejoint le sentier de descente.

Ne pas tomber

Malgré la qualité actuelle des longes, le plus sûr est de ne pas tomber, car, avec un facteur de chute de 5, on pourrait se faire très mal, bien plus qu'en escalade où le facteur de chute maximum est de 2 et où la chute s'est même banalisée dans le cadre du haut niveau.

Le meilleur moyen de ne pas tomber est de garder une

main sur le câble qui, ne présentant guère de mou, permet de faire une opposition entre la main et les pieds appuyés sur la paroi. On s'affranchit ainsi de la défaillance, toujours possible des prises de rocher qui appartiennent à un milieu naturel, soumis à l'érosion.

Bien sûr, comme on ne peut jamais faire entièrement confiance aux enfants, ceux-ci doivent être assurés, les personnes impressionnables ou fatiguées aussi. En général, une corde de 15 mètres en 9 mm suffit. Cette corde peut également se révéler utile si le câble est pris dans la neige. Dans le sac, elle ne pèse guère. Jacques qui a fait de nombreuses via ferrata dans les Dolomites attirera l'attention des stagiaires sur la différence d'équipement entre les via ferrata belges et celles des Dolomites.





Une corde !

Une corde peut aussi être utile dans d'autres circonstances. Par exemple, en Autriche, à la via ferrate de la face Sud du Höher Dachstein (3004 m) qui date de 1843, la plus ancienne au monde. Lorsque je l'ai faite en 1998, elle ne comportait aucun câble mais était accessible en une heure de marche sur la neige, grâce au téléphérique de Ramsau. Avant la construction de celui-ci, il y avait 6 heures de marche d'approche !

Dans les Dolomites, la partie supérieure de la via ferrata «Cesare Piazzetta» ne comporte pas de câble non plus. L'assurage peut se faire grâce aux broches en queues de cochon, scellées dans la paroi tous les 4 ou 5 mètres, dans lesquelles on passe directement la corde. Le topo parle de 1er et 2e degrés, mais, en dessous, il y a plusieurs centaines de mètres de vide !

Dans les Dolomites méridionales, pour atteindre le départ de la via ferrata « Monte Albano », j'ai d'abord dû escalader, sans assurage, 7 mètres de rocher en 3e degré. La moitié des prétendants renonçaient, les autres s'encordaient, mais, malgré cela, il y en avait encore qui redescendaient en rappel après quelques dizaines de mètres.

Ayant un bon moral, je me suis lancé dans cette escalade malgré mes 80 ans. Cela me rappelait mon ascension en solo de la « Merveilleuse », faite à Dave 25 ans plus tôt.

Voilà, j'espère vous avoir intéressé malgré le caractère quelquefois un peu technique de cet exposé et surtout vous avoir rassuré au sujet des dangers que vous pourrez éviter. Les accidents dans les via ferrata des Dolomites sont extrêmement rares.



↪ Paul DE GENST

*Paul De Genst (à 79 ans)
sur la via ferrata Albino
Michielle-Strobel, de la Punta
Fiames, près de Cortina.*





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 prêter 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

09/09/2017 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

10/09/2017 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

23/09/2017 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

24/09/2017 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.





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 : BE41 9796 5736 9510
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

Les 7, 8, 21 et 22/10/2017 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

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

120 €, à verser sur le compte CAB Hainaut asbl – IBAN : BE41 9796 5736 9510
– Communication : Stage premier de cordée + Nom et prénom du stagiaire

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

 Michel SALESSE

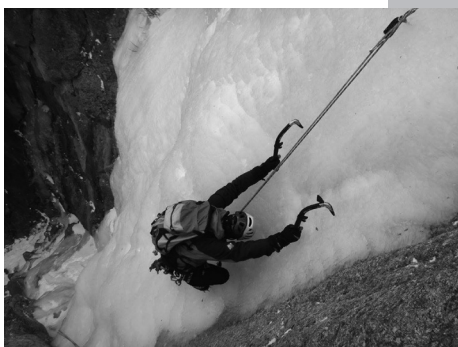




SORTIE DE MEMBRES Cascade de glace à Arolla

Il y a deux ans, alors que nous commençons sérieusement l'escalade ma femme et moi, je disais: « la cascade de glace ce n'est pas pour moi, et puis ça ne sert à rien. Quand on veut monter quelque part, sous nos latitudes, il y a toujours un autre moyen que de passer par de la glace verticale, où alors c'est qu'on veut vraiment se faire mal ou se prouver quelque chose ». Et pourtant, quand Michel me propose de l'accompagner avec ses compagnons de cordée depuis 20 ans pour une semaine en janvier en cascades, je ne peux pas résister. Comme quoi, comme le dit le dicton...

Nous voilà donc partis pour Arolla dans le canton du Valais en Suisse pour une semaine de grimpe en cascade en famille (Michel, Etienne et Marc) et moi-même comme étranger et bizut. Nous sommes accueillis par Valentin et Salomé à la Pension du Lac Bleu à la Gouille juste en dessous d'Arolla. Le premier jour est l'occasion pour moi de me rendre compte que l'on a beau faire de l'escalade régulièrement, la moindre petite faute de placement en glace est fatale. Un talon trop haut, un piolet mal ancré ou une main mal positionnée sur le piolet, et c'est la chute assurée. La chute en second n'est pas dramatique en soit, mais le premier a moins le droit à l'erreur. Je vais donc rester en second pour l'instant. Bref, les deux premières journées sont consacrées au dérouillage pour certains, et à l'apprentissage pour le bizut avec des voies techniques sur une ou plusieurs longueurs.



Après deux jours d'échauffement, nous entamons une belle grande ascension: le Torrent de la Tsarmine, plus de 400 m de dénivelé, mêlant passages verticaux en glace et passages à corde tendue dans la neige, ces derniers étant certainement les plus usants physiquement et moralement. Cette ascension en deux cordées (Marc/ Etienne et Michel/Nicolas) a été le point culminant de cette semaine avec une véritable ambiance montagne, la recherche d'itinéraire (surtout à la descente), des chutes de gros glaçons Après plus de 8h d'escalade/ marche, nous fêtons cette magnifique journée à l'auberge avec du génépi et de bonnes trappistes (parfois les deux en même temps !!). S'en suit une formidable raclette servie à l'assiette par nos hôtes, et pour finir quelques vieilles eaux de vie de la région.





Résultat ? Le lendemain nous sommes biens confis et décidons de consacrer cette journée au repos, enfin... une journée de voies courtes dans le secteur de la Sage. C'est l'occasion pour moi de me familiariser avec l'escalade sur glace en tête et le brochage. C'est là que je comprends mieux la difficulté et l'épuisement, donc le stress, de la tête surtout quand il ne faut pas lâcher cette broche avant qu'elle accroche bien dans la glace.

Notre séjour touche à sa fin, et nous finissons par une journée de recherche d'un couloir. En effet, en début de semaine Michel, Marc et Etienne avaient repéré visuellement un couloir dans le secteur de l'Usine qui n'était pas dans le topo. Nous voilà donc partis en raquettes pour une approche qui s'avère être très compliquée dans de petits arbustes. Nous arrivons après 1 h30 de marche au pied d'une première paroi, bien verticale, mais qui ne ressemble pas à ce que nous voyons d'en bas. Après la première longueur, nous remarquons que ça ne continue pas, et donc redescendons. En fait, ce n'est pas le couloir que nous avions projeté de faire. Le nôtre est plus à gauche. Nous redescendons donc en rappel, puis longeons le bas de la falaise pour voir si nous trouvons notre couloir. Nous butons sur une falaise, redescendons Après un long moment de galère nous trouvons la base de « notre voie ». Là, le nombre impressionnant de crottes de chamois indique qu'il n'y a pas beaucoup de monde qui vient par ici. La glace est plutôt trempée donc c'est assez facile, mais plutôt vertical. Nous faisons un relais sur des arbustes. Mais le couloir n'a pas l'air si bon (beaucoup de neige), et nous faisons demi-tour une deuxième fois. Conclusion, si ce couloir n'est pas sur le topo, il doit y avoir une raison. Mais cette journée aventure était très sympathique et constitue une belle fin de séjour. Après une descente hasardeuse jusqu'à la voiture, Michel nous offre un petit blanc avec une assiette valaisanne (jambon sec, fromage) à l'hôtel de l'Aiguille de La Tza avec son fameux mammoth de glace pour l'initiation à la cascade.

Pour conclure cette semaine, je dirais que je suis tombé sous le charme de cette activité très complémentaire à l'escalade, à l'Alpinisme (ou au Pyrénéisme). J'y ai découvert aussi une région magnifique avec des gens très accueillants. Encore merci à Valentin et Salomé pour leur accueil et leur sympathie. Merci surtout à Michel, Marc et Etienne de m'avoir proposé de les accompagner, de m'avoir fait confiance et pour tous ces bons moments de franche camaraderie, avec ce mélange délicat entre sérieux et folie, qui façonne ces magnifiques souvenirs.





ENCADREMENT

Chers amis « montagnards », afin de choisir en toute connaissance de cause vos prochaines activités en montagne, voici la position adoptée par le Club alpin fédéral. Il va sans dire que, en l'absence de toute autre législation, nous approuvons totalement cette décision.
Nous vous souhaitons une excellente année.

➤ Philippe VANDEVELD,
Vice Président Cab Hainaut.

Bonjour à tous,

Lors de sa séance du 15 septembre 2016, le Conseil d'administration du Club Alpin Belge, Fédération francophone d'escalade, d'alpinisme et de randonnée, a voté la motion suivante :

« La Fédération a été interpellée concernant des activités de certains cercles qui sont à considérer comme illégales. En France, par exemple, toute personne ne possédant pas le diplôme de Guide de Haute Montagne est dans l'illégalité lorsqu'elle encadre des activités en alpinisme contre rémunération. De manière générale, dans les pays des Alpes, ce principe s'applique à toute personne ne disposant pas d'un diplôme reconnu UIAGM. Sur cette base, la Fédération demande formellement à tous ses Cercles de veiller à ne pas organiser d'activité qui pourrait, d'une manière ou d'une autre, être considérée comme illégale.

En cas de doute, n'hésitez pas à contacter la responsable juridique de la Fédération. »

Vous trouverez de plus amples informations concernant la France sur le site suivant : https://www.legifrance.gouv.fr/affichTexteArticle.do;jsessionid=7F681869AF57AF7151808CD82E43904D.tpdj013v_3?idArticle=LEGIARTI000021763384&cidTexte=LEGITEXT000021754801&dateTexte=20100201

Je demande donc à chaque Cercle, d'une part, de respecter cette motion et, d'autre part, de veiller à ne faire aucune publicité (par exemple dans la revue du Cercle, sur le site internet, ...) pour des activités illégales de ce type qui seraient organisées par des tiers.

Je vous remercie pour votre compréhension et votre bonne collaboration.

➤ Didier MARCHAL,
Président du CAB
Fédération francophone d'escalade, d'alpinisme et de randonnée.





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.



FALKE
ERGONOMIC SPORT SYSTEM



SALLE D'ESCALADE



... 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

